



Episode 14: the past

قسمت 14: گذشته

Hello and welcome.

سلام و خوش اومدین.

This is a five-minute podcast for beginner English learners by Nasim.

این یک پادکست پنج دقیقه‌ای برای زبان‌آموزان مبتدی انگلیسیه که توسط نسیم تهیه شده.

Today, we are learning how to talk about the past.

امروز یاد می‌گیریم چطور درباره گذشته صحبت کنیم.

I want you to imagine yesterday.

می‌خواهم روز گذشته رو تصور کنید.

Think about your day from the morning to the night.

از صبح تا شب به روزتون فکر کنید.

What did you do?

چه کارهایی انجام دادید؟

Yesterday, I woke up at seven o'clock.

دیروز ساعت هفت از خواب بیدار شدم.

I opened my eyes slowly, and I looked at my phone.

آروم چشم‌هام رو باز کردم و به تلفنم نگاه کردم.

I turned off the alarm, and I got up from bed.

زنگ ساعت رو خاموش کردم و از تخت بیرون اومدم.

I walked to the kitchen, and I made a cup of coffee.

به آشپزخونه رفتم و یک فنجان قهوه درست کردم.



I drank my coffee, and I watched the morning news.

قهوه‌ام رو خوردم و اخبار صبحگاهی رو تماشا کردم.

After that, I took a shower and got dressed.

بعد از اون، دوش گرفتم و لباس پوشیدم.

I left the house at eight o'clock, and I waited for the bus.

ساعت هشت از خونه بیرون رفتم و منتظر اتوبوس موندم.

The bus arrived ten minutes later.

اتوبوس ده دقیقه بعد رسید.

I got on the bus, and I sat near the window.

سوار اتوبوس شدم و نزدیک پنجره نشستم.

I looked outside, and I thought about my plans for the day.

بیرون رو نگاه کردم و به برنامه‌های اون روزم فکر کردم.

At work, I started my computer and checked my emails.

در محل کار، کامپیوترم رو روشن کردم و ایمیل‌هام رو بررسی کردم.

I answered some messages, and I talked to my coworkers.

به چند پیام جواب دادم و با همکارام صحبت کردم.

We worked on a project together.

با هم روی یک پروژه کار کردیم.

We finished an important task, and we felt happy about it.

یک کار مهم رو تموم کردیم و از این بابت خوشحال بودیم.

At noon, I went to a small café near my office.

ظهر به یک کافه کوچیک نزدیک محل کارم رفتم.

I ordered a sandwich and a cup of tea.

یک ساندویچ و یک فنجان چای سفارش دادم.

I ate my lunch, and I read a few pages of a book.



ناهارم رو خوردم و چند صفحه از یک کتاب خوندم.

Then, I returned to work and continued my tasks.

بعد به محل کار برگشتم و کارهام رو ادامه دادم.

In the afternoon, I had a short meeting with my manager.

بعدازظهر یک جلسه کوتاه با مدیرم داشتم.

We discussed new ideas, and we planned next week's schedule.

درباره ایده‌های جدید صحبت کردیم و برنامه هفته آینده رو چیدیم.

After work, I met a friend.

بعد از کار، یکی از دوستانم رو دیدم.

We walked in the city center, and we talked about our lives.

در مرکز شهر قدم زدیم و درباره زندگی‌هامون حرف زدیم.

We laughed, and we shared some stories.

خندیدیم و چند داستان برای هم تعریف کردیم.

In the evening, I went home.

عصر به خونه رفتم.

I cooked dinner, and I listened to music.

شام درست کردم و به موسیقی گوش دادم.

I called my family, and we spoke for twenty minutes.

به خانواده‌ام زنگ زدم و بیست دقیقه با هم صحبت کردیم.

After dinner, I watched a movie.

بعد از شام یک فیلم تماشا کردم.

The movie was very interesting, and I enjoyed it a lot.

فیلم خیلی جالب بود و خیلی ازش لذت بردم.

Before bed, I brushed my teeth and prepared for the next day.

قبل از خواب مسواک زدم و برای روز بعد آماده شدم.



I set my alarm, and I went to bed at eleven.

زنگ ساعت رو تنظیم کردم و ساعت یازده به تختخواب رفتم.

I felt tired, but I felt satisfied because I used my time well.

خسته بودم، اما احساس رضایت داشتم چون از وقتم خوب استفاده کرده بودم.

This is the simple past tense.

این زمان گذشته ساده است.

We use it to talk about finished actions in the past.

از این زمان برای صحبت درباره کارهایی استفاده می‌کنیم که در گذشته تموم شده‌اند.

Yesterday is finished. Last week is finished. Last month is finished.

دیروز تموم شده؛ هفته پیش تموم شده و ماه پیش هم تموم شده.

Now it is your turn.

حالا نوبت شماست.

Think about yesterday.

به دیروز فکر کنید.

What time did you wake up?

چه ساعتی از خواب بیدار شدید؟

What did you eat? Who did you meet?

چی خوردید؟ چه کسی رو دیدید؟

What did you watch? What did you study?

چی تماشا کردید؟ چی خوندید؟

Now think about last week.

حالا به هفته پیش فکر کنید.

What important things did you do?

چه کارهای مهمی انجام دادید؟

Did you travel? Did you visit someone?



سفر رفتید؟ به دیدن کسی رفتید؟

Did you start something new?

کار جدیدی رو شروع کردید؟

Did you learn something interesting?

چیز جالبی یاد گرفتید؟

Take a moment and say your sentences out loud.

کمی مکث کنید و جمله هاتون رو با صدای بلند بگید.

You are learning step by step.

شما قدم به قدم در حال یادگیری هستید.

In the previous episode, we talked about the present.

در قسمت قبلی درباره زمان حال صحبت کردیم.

Today, we talked about the past.

امروز درباره گذشته صحبت کردیم.

Keep practicing, keep speaking, and see you in the next episode.

به تمرین و صحبت کردن ادامه بدید و در قسمت بعدی می بینمتون.



10 Important English Verbs in the Past

۱۰ فعل مهم انگلیسی همراه با شکل گذشته

1. go - went

رفتن

Example: I went to work yesterday.

من دیروز به محل کار رفتم.

2. eat - ate

خوردن

Example: I ate breakfast at 8.

من ساعت هشت صبحانه خوردم.

3. make - made

درست کردن / ساختن

Example: I made coffee this morning.

من امروز صبح قهوه درست کردم.

4. see - saw

دیدن

Example: I saw my friends last weekend.

من آخر هفته گذشته دوست‌هایم رو دیدم.

5. take - took

گرفتن

Example: I took a shower in the morning.



5-Minute Podcast For Beginner English Learners

من صبح دوش گرفتم.



10 Important English Verbs in the Past - Continued

ادامه فعل‌های مهم در زمان گذشته

6. come - came

آمدن

Example: I came home at 6.

من ساعت شش به خانه اوادم.

7. think - thought

فکر کردن

Example: I thought about my plans.

من به برنامه‌هام فکر کردم.

8. get - got

گرفتن / رسیدن / شدن

Example: Yesterday morning, I got up at 7.

من دیروز صبح ساعت هفت از خواب بیدار شدم.

9. say - said

گفتن

Example: I said hello to my coworkers.

من به همکارام سلام کردم.

10. feel - felt

احساس کردن

Example: I felt happy last week.



5-Minute Podcast For Beginner English Learners

من هفته پیش احساس خوشحالی کردم.



Episode 14 Multiple-Choice Questions

تست‌های چهارگزینه‌ای پادکست ۱۴

۱. راوی دیروز چه ساعتی از خواب بیدار شد؟

- a) At six o'clock.
- b) At seven o'clock.
- c) At eight o'clock.
- d) At eleven o'clock.

کدام است؟ go. ۲. شکل گذشته فعل

- a) goed
- b) gone
- c) went
- d) goes

« کدام است؟ I took a shower in the morning. ۳. معنی جمله »

الف) من صبح قهوه درست کردم.

ب) من صبح دوش گرفتم.

ج) من صبح به محل کار رفتم.

د) من صبح صبحانه خوردم.



Episode 14 Multiple-Choice Questions - Continued

ادامه تست‌های چهارگزینه‌ای پادکست ۱۴

۴. کدام جمله از نظر گرامری درست است؟

- a) I went to work yesterday.
- b) I go to work yesterday.
- c) I did went to work yesterday.
- d) I going to work yesterday.

۵. برای ساختن سؤال در زمان گذشته ساده معمولاً از کدام کلمه استفاده می‌کنیم؟

- a) Do
- b) Does
- c) Did
- d) Are



Answer Key

کلید پاسخ‌ها با توضیح

۱b) At seven o'clock. پاسخ صحیح:

در متن گفته می‌شود راوی دیروز ساعت هفت از خواب بیدار شد.

۲c) went پاسخ صحیح:

است. went، کلمه go شکل گذشته فعل بی‌قاعده

۳. پاسخ صحیح: ب

یعنی «من صبح دوش گرفتم.» I took a shower in the morning جمله

۴a) I went to work yesterday. پاسخ صحیح:

در جمله مثبت گذشته ساده، شکل گذشته فعل اصلی را به کار می‌بریم.

۵c) Did پاسخ صحیح:

را در ابتدای جمله می‌آوریم و فعل اصلی به Did برای ساخت سؤال در گذشته ساده، معمولاً شکل ساده برمی‌گردد.



Grammar: Simple Past

توضیح گرامری: زمان گذشته ساده

از زمان گذشته ساده برای صحبت درباره کارهایی استفاده می‌کنیم که در گذشته شروع شده و به پایان رسیده‌اند.

Common time expressions: yesterday, last night, last week, two days ago

عبارت‌های زمانی رایج: دیروز، دیشب، هفته پیش، دو روز پیش

Affirmative Sentences

جمله‌های مثبت

Subject	Past verb	Example
I / You / We / They	went	I went to work.
He / She / It	ate	She ate breakfast.
All subjects	made	They made coffee.

Structure: Subject + past form of the verb

ساختار: فاعل + شکل گذشته فعل

I worked yesterday. She went home.

Regular and Irregular Verbs

فعل‌های باقاعده و بی‌قاعده

Regular verbs usually take -ed: work -> worked, play -> played

تبدیل می‌شود. played به play و worked به work می‌گیرند: ed فعل‌های باقاعده معمولاً

Irregular verbs change differently: go -> went, eat -> ate, take -> took

فعل‌های بی‌قاعده شکل متفاوتی دارند و باید شکل گذشته آن‌ها را یاد بگیریم.



Grammar: Simple Past - Continued

ادامه توضیح زمان گذشته ساده

Negative Sentences

جمله‌های منفی

Structure: Subject + did not (didn't) + base verb

+ شکل ساده فعل didn't یا did not ساختار: فاعل +

I did not go to work. / I didn't go to work.

من به محل کار نرفتم.

did not went, فعل اصلی به شکل ساده می‌آید؛ بنابراین نمی‌گوییم did not نکته: بعد از

Questions

جمله‌های سؤالی

Structure: Did + subject + base verb?

+ فاعل + شکل ساده فعل؟ Did ساختار:

Did you eat breakfast?

آیا صبحانه خوردی؟

Yes, I did. / No, I didn't.

بله، خوردم. / نه، نخوردم.

The Verb Be in the Past

be گذشته فعل

Subject	Past of be	Example
I / He / She / It	was	The movie was interesting.
You / We / They	were	We were happy.