



UPMASTER
online expansion

COMMON IDIOMS AND EXPRESSIONS

عبارات و اصطلاحات رایج زبان انگلیسی

UPMASTER

online expansion

ABOUT UPMASTER

UpMaster.ir یک پلتفرم آموزشی پیشرفته و جامع است که با هدف ارتقای مهارت‌های زبان‌آموزان و معلمان زبان انگلیسی طراحی شده است. ما با ارائه محتوای باکیفیت و منابع آموزشی متنوع، به شما کمک می‌کنیم تا در مسیر یادگیری زبان انگلیسی موفق‌تر عمل کنید.

تیم ما متشکل از متخصصان با تجربه در زمینه آموزش زبان و مهارت‌های ارتباطی است که با استفاده از روش‌های نوین و فناوری‌های روز، بهترین تجربه یادگیری را برای کاربران خود فراهم می‌آورد. از طریق UpMaster.ir، ما به دنبال آن هستیم که شما را با ابزارهای ضروری و استراتژی‌های موثر برای یادگیری زبان انگلیسی آشنا کنیم و به شما در دستیابی به اهداف آموزشی‌تان کمک کنیم.

با استفاده از منابع آموزشی و مقالات مفید ما، به راحتی می‌توانید مهارت‌های زبانی خود را تقویت کرده و به تسلط بیشتری بر زبان انگلیسی دست یابید. ما مفتخر به ارائه محتوای آموزشی با کیفیت بالا و به روز هستیم و امیدواریم که مطالب و راهنمایی‌های ما به شما در یادگیری و پیشرفت کمک کند.

برای اطلاعات بیشتر و دسترسی به منابع آموزشی بیشتر، لطفاً به وبسایت ما به آدرس UpMaster.ir مراجعه کنید.

UPMASTER TEAM



- مقدمه
- عبارات و اصطلاحات پرکاربرد
 - عبارات مربوط به زمان و مکان
 - عبارات مربوط به احساسات و رفتار
 - عبارات مربوط به موقعیت‌های خاص
- نکات کلیدی برای استفاده صحیح
- نمونه سوالات و تمرین‌ها
- پاسخنامه

عبارات و اصطلاحات رایج در زبان انگلیسی نقش مهمی در برقراری ارتباط مؤثر دارند. این عبارات، نه تنها به درک بهتر معانی کمک می‌کنند بلکه در مکالمات روزمره و نوشتاری نیز کاربرد فراوانی دارند. در این E-BOOK، ما به بررسی تعدادی از عبارات و اصطلاحات رایج در زبان انگلیسی می‌پردازیم که می‌توانند به شما در تقویت مهارت‌های زبانی و استفاده صحیح از زبان انگلیسی کمک کنند.



عبارات و اصطلاحات پرکاربرد

با استفاده از این کتاب، شما به درک عمیق‌تری از اصطلاحات و عبارات رایج خواهید رسید و ارتباطات انگلیسی شما طبیعی‌تر و روان‌تر خواهد شد.

Under the weather

معنی: بیمار یا احساس ناخوشی

I'm feeling a bit under the weather today, so I think I'll stay home

In the nick of time

معنی: درست به موقع

He arrived at the airport in the nick of time to catch his flight.

At the drop of a hat

معنی: بدون هیچ تأملی یا آماده بودن به سرعت

She would go on a trip at the drop of a hat if she could.

In the long run

معنی: در طولانی مدت

Investing in education pays off in the long run.

On the dot

معنی: دقیقاً به موقع

The meeting starts at 9 AM on the dot.

Out of the blue

معنی: به طور غیرمنتظره

Her proposal came out of the blue.

By the book

معنی: طبق قوانین یا رویه‌ها

The new manager does everything by the book

At a crossroads

معنی: در نقطه‌ای که باید تصمیم مهمی گرفت

She's at a crossroads in her career.

In the fast lane

معنی: زندگی پرمشغله و هیجان‌انگیز

He enjoys living life in the fast lane.

Behind the scenes

معنی: در پشت صحنه؛ به صورت پنهانی

Much of the work is done behind the scenes.

In the blink of an eye

معنی: به سرعت؛ تقریباً بلافاصله - در یک چشم بهم زدن

The car disappeared in the blink of an eye

On the horizon

معنی: در آینده نزدیک؛ در حال نزدیک شدن

A new project is on the horizon.

In no time

معنی: به سرعت؛ تقریباً بلافاصله - در کمترین زمان

The house was clean in no time

At the eleventh hour

معنی: در آخرین لحظه

They made the decision at the eleventh hour.

In the middle of nowhere

معنی: در جایی دورافتاده یا بی‌نشان

The cabin is located in the middle of nowhere.

On thin ice

معنی: در موقعیت پرخطر

You're on thin ice with your boss after missing the deadline.

Over the moon

معنی: بسیار خوشحال

She was over the moon about her promotion.

Under one's nose

معنی: نزدیک؛ اما نادیده گرفته شده

The solution was right under our noses.

In the rear-view mirror

معنی: در گذشته؛ نگاه به عقب

Focus on the future, not what's in the rear-view mirror.

UPMASTER
online expansion

Bite the bullet

معنی: با وضعیت دشوار مواجه شدن و آن را قبول کردن

I know it's going to be tough, but I'll have to bite the bullet and make the decision.

Break the ice

معنی: آغاز گفتگو یا فعالیتی برای کاهش تنش یا اضطراب

To break the ice at the meeting, she started with a funny story.

Get cold feet

معنی: نگران یا دچار تردید شدن

He got cold feet about the wedding at the last moment.

Face the music

معنی: با عواقب کارهای خود مواجه شدن

After missing the deadline, he had to face the music."

Hit the nail on the head

معنی: دقیقاً درست گفتن یا انجام دادن

You really hit the nail on the head with your analysis.

Let the cat out of the bag

معنی: به طور تصادفی راز را فاش کردن

He let the cat out of the bag about the surprise party

Cry over spilled milk

معنی: وقت را صرف نگرانی در مورد مسائل غیرقابل تغییر کردن

There's no use crying over spilled milk. Let's just fix the problem.

Burn the midnight oil

معنی: تا دیروقت شب کار کردن

She had to burn the midnight oil to finish the report.

Have a heart of gold

معنی: بسیار مهربان و سخاوتمند بودن

He's a great guy with a heart of gold.

UPMASTER
online expansion

Jump the gun

معنی: زودتر از موعد شروع کردن

Don't jump the gun on the project; wait for the official approval.

Keep one's cool

معنی: تحت فشار آرام و خونسرد ماندن

She managed to keep her cool during the stressful situation.

Get the ball rolling

معنی: شروع کردن فعالیت یا پروژه

Let's get the ball rolling on the new marketing campaign

Break one's heart

معنی: ایجاد درد عاطفی

It broke her heart to see her dog in pain.

Go the extra mile

معنی: تلاش بیشتر از حد انتظار

She always goes the extra mile to help her colleagues.

UPMASTER
online expansion

Throw caution to the wind

معنی: به خطر انداختن؛ پذیرش ریسک

She decided to throw caution to the wind and start her own business.

Get one's ducks in a row

معنی: سازماندهی کردن و برنامه‌ریزی

Before starting the project, make sure you get all your ducks in a row.

By the skin of one's teeth

معنی: با سختی زیاد؛ به سختی

He passed the exam by the skin of his teeth.

The ball is in your court

معنی: نوبت شماست که اقدام کنید

I've done all I can, now the ball is in your court.

در این کتاب، ما با هم به دنیای رنگارنگ و جذاب عبارات و اصطلاحات رایج زبان انگلیسی سفر کردیم. این عبارات به عنوان بخشی از زبان روزمره و مکالمات غیررسمی، نقش مهمی در غنی‌سازی زبان و بهبود مهارت‌های ارتباطی ایفا می‌کنند. یادگیری و استفاده صحیح از این اصطلاحات می‌تواند به شما کمک کند تا زبان انگلیسی را به شیوه‌ای طبیعی‌تر و مؤثرتر به کار ببرید و ارتباطات خود را با افراد بومی زبان انگلیسی بهبود بخشید.



اصطلاحات و عبارات رایج زبان انگلیسی از آنجا که اغلب معانی تحت‌اللفظی ندارند، نیازمند یادگیری و تمرین مداوم هستند. استفاده صحیح از این عبارات مستلزم درک عمیق‌تر از معنا و کاربرد آنها در شرایط مختلف است. در ادامه، چند نکته کاربردی برای استفاده مؤثر از این اصطلاحات ارائه می‌شود:

- **درک بافت معنایی:** هنگام یادگیری هر اصطلاح، به دقت به موقعیتی که در آن استفاده می‌شود توجه کنید. بسیاری از این اصطلاحات در شرایط خاص یا مکالمات غیررسمی کاربرد دارند. به عنوان مثال، عبارت "spill the beans" بیشتر در مکالمات دوستانه برای اشاره به افشای ناخواسته یک راز به کار می‌رود.

- **تمرین در جملات:** یکی از بهترین روش‌ها برای یادگیری اصطلاحات جدید، استفاده از آنها در جملات خود است. سعی کنید اصطلاحات را در موقعیت‌های واقعی و یا جملات ساختگی که شبیه به مکالمات روزمره باشد، به کار ببرید. این روش به شما کمک می‌کند تا معنای دقیق و کاربرد صحیح آنها را در ذهن خود تثبیت کنید.

- **مشاهده و شنیدن:** یکی از راه‌های مؤثر برای یادگیری اصطلاحات، مشاهده فیلم‌ها، سریال‌ها، و شنیدن پادکست‌ها و مکالمات بومی است. این منابع به شما کمک می‌کنند تا بفهمید که چگونه و در چه شرایطی این اصطلاحات به کار می‌روند. همچنین، توجه به لحن و حالت چهره افراد می‌تواند به درک بهتر معنی کمک کند.

• **اجتناب از استفاده افراطی:** اگرچه یادگیری اصطلاحات می‌تواند جذاب باشد، مهم است که از استفاده بیش از حد آنها در مکالمات خودداری کنید. استفاده افراطی از اصطلاحات می‌تواند غیر طبیعی به نظر برسد و حتی باعث سوء تفاهم شود. در نظر داشته باشید که باید تعادل مناسبی بین استفاده از اصطلاحات و استفاده از زبان ساده و مستقیم برقرار کنید.

• **توجه به تفاوت‌های فرهنگی:** برخی از اصطلاحات ممکن است در فرهنگ‌های مختلف معانی و بارهای معنایی متفاوتی داشته باشند. قبل از استفاده از هر اصطلاح، مطمئن شوید که معنی و تأثیر آن در فرهنگ مقصد را به خوبی می‌دانید. این امر به خصوص در مکالمات با افراد از فرهنگ‌های مختلف اهمیت دارد.

در نهایت، یادگیری عبارات و اصطلاحات رایج انگلیسی نه تنها به بهبود مهارت‌های زبانی شما کمک می‌کند، بلکه باعث افزایش اعتماد به نفس شما در مکالمات و تعاملات روزمره می‌شود. این عبارات، به عنوان بخشی از زبان محاوره‌ای، به شما کمک می‌کنند تا زبان را طبیعی‌تر و بومی‌تر به کار ببرید. امیدواریم که این کتاب به شما در این مسیر یاری رسانده و انگیزه‌ای برای یادگیری عمیق‌تر و گسترده‌تر زبان انگلیسی فراهم کرده باشد.

از اینکه با ما در این سفر آموزشی همراه بودید، سپاسگزاریم و امیدواریم که این کتاب به منبعی مفید و الهام‌بخش برای شما تبدیل شود

1.What does it mean to "bite the bullet"?

- A) To avoid a difficult situation**
- B) To face a difficult situation with courage**
- C) To ignore a problem**

2.Which idiom would you use to describe someone who is extremely happy?

- A) On cloud nine**
- B) Out of the blue**
- C) Under the weather**

3.If someone is "keeping a stiff upper lip," what are they doing?

- A) Showing excitement**
- B) Remaining calm and brave during adversity**
- C) Complaining about a situation**

4.Which idiom means to act too early?

- A) Jump the gun**
- B) Hit the jackpot**
- C) Cry over spilled milk**

5.What does it mean to "show one's true colors"?

- A) To be honest about one's real intentions**
- B) To dress up in colorful clothes**
- C) To win a prize**

6.If someone is "in a pickle," what is their situation?

- A) They are confused or in trouble**
- B) They are eating something delicious**
- C) They are relaxing**

7.How would you use the idiom "pull one's weight" in a sentence?

- A) To work harder than others**
- B) To relax and take it easy**
- C) To not contribute enough effort in a group task**

8.What does "get cold feet" mean?

- A) To become confident about a decision**
- B) To feel nervous or have doubts**
- C) To be physically cold**

9. Which idiom describes doing something that was previously unplanned?

- A) Throw caution to the wind**
- B) Get the ball rolling**
- C) Bite off more than one can chew**

10. What does it mean if someone is "dancing to someone's tune"?

- A) They are following someone's orders or wishes**
- B) They are playing music**
- C) They are being creative**

11. If you "spilled the beans," what did you do?

- A) Made a mess in the kitchen**
- B) Revealed a secret**
- C) Helped someone with a problem**

12. Which idiom describes something that seems bad but turns out to be good?

- A) A blessing in disguise**
- B) The tip of the iceberg**
- C) A dime a dozen**

1	B
2	A
3	B
4	A
5	A
6	A
7	C
8	B
9	A
10	A
11	B
12	A