

جلسه دوم: در این فایل ابتدا به پاسخ تمرین قسمت B صفحه ی 3 می پردازیم و در ادامه مطالب درس جلسه ی دوم بصورت کامل ارائه و ترجمه شده است. همچنین فایل صوتی متن (**READING**) نیز ضمیمه ی این فایل می باشد. دانشجویان عزیز لطفا متن را به همراه فایل صوتی با دقت بخوانید و چنانکه مشکل تلفظی داشتید از دیکشنری کمک بگیرید.

• پاسخ تمرین قسمت B صفحه ی 3 جزوه را بررسی می کنیم.

B Fill in the blanks with words from Part A.

- 1 Ms. Smith's class is easy. Everyone gets a good **grade**.
- 2 A lot of students are sick. Five of them are **absent** from school today.
- 3 The top **administrator** at my school is the principal. She makes many important decisions.
- 4 I'm going to bed now. I feel very **tired**.
- 5 Many young children get that **illness**. They are sick for a few days, but then they get better.
- 6 He wants to **drop out** of school. He wants to get a job and save some money.
- 7 Go to sleep early. Then you will be **alert** in class tomorrow.
- 8 My **body clock** is different from my roommate's. We always go to sleep and wake up at different times.
- 9 There is always one **adult** on the playground with the children.
- 10 She swims for an hour every day. What is the **result**? She can swim much faster now.

MP3 3 READING

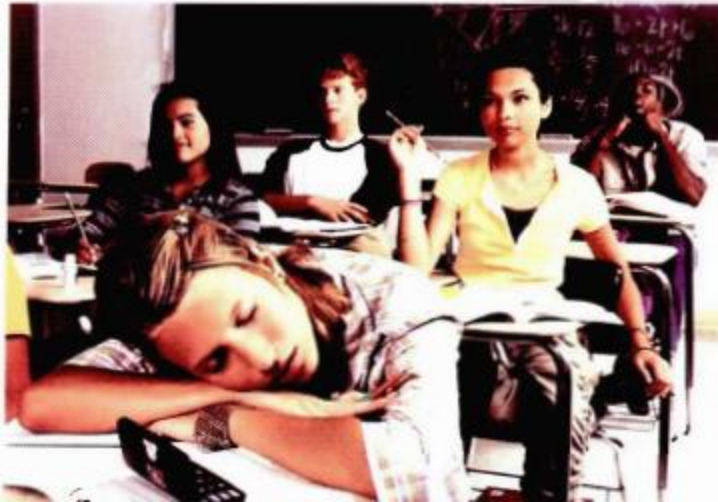
3 بخوانید

Look at the questions in Reading Check Part A on page 6. Then read the story.

به پرسش های درک مطلب قسمت A صفحه ی 6 نگاه کنید. سپس متن را بخوانید.

Late Start

دیر شروع کردن



- 1 High schools in Minnesota have a problem. Many students are late to school. They are often **tired**. Some students fall asleep in class. They often get sick, too. The **administrators** think about the problem. They make a small change. It helps a lot! What do they do? They start the school day a little later.
- 2 This small change makes a big difference. Why? Most teens are very tired early in the morning. They usually don't go to bed until after midnight. In the morning, they wake up between 6:00 and 6:30 for school. So they don't get enough sleep. They are still tired early in the morning. But later, teens are more awake and ready to be in class. A later start time is better for a teen's **body clock**.
- 3 Everyone has a body clock. An **adult's** body clock works like this: Most adults get tired between 9:00 and 11:00 at night. They usually go to bed before midnight. Adults can get up early in the morning. It's not a problem. But a teen's body clock is different. Teens don't get tired at midnight. They usually stay up later. But early in the morning, they need more sleep.

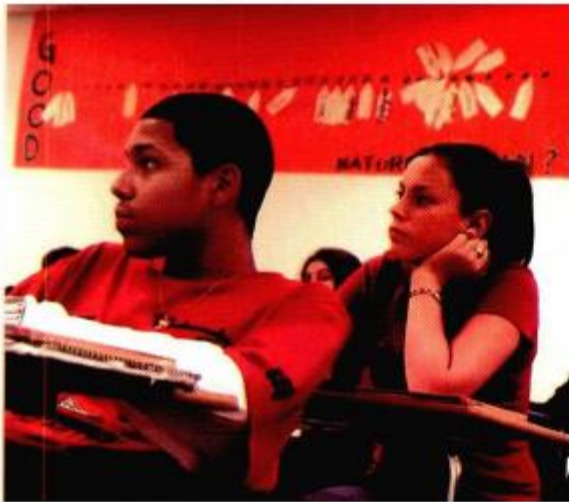
1 دبیرستان های ایالت مینی سوتا یک مشکل دارند. بسیاری از دانش آموزان دیر در مدرسه حاضر می شوند. آنها بیشتر اوقات **خسته** هستند. برخی از دانش آموزان در کلاس می خوابند. آنها اغلب مریض هم هستند. **سرپرستان** مدارس درباره ی این مشکل فکر کردند. آنها یک تغییر کوچک بوجود آوردند. این تغییر کوچک کمک زیادی کرد. آنها چه کاری انجام دادند؟ آنها مدرسه را کمی دیرتر شروع کردند.

2 این تغییر کوچک تفاوت بزرگی را ایجاد کرد. چرا؟ بیشتر نوجوانان صبح زود خیلی خسته هستند. آنها معمولا تا نصف شب هم به رختخواب نمی روند. صبح ها نیز بین ساعت 6 تا 6:30 برای رفتن به مدرسه بیدار می شوند. بنابراین آنها به اندازه ی کافی نمی خوابند. آنها صبح زود هنوز هم خسته هستند. اما بعد از این تغییر، نوجوانان در کلاس بیدارتر و آماده تر هستند. دیرتر شروع کردن برای **ساعت زیستی** نوجوانان بهتر است.

3 هرکس یک ساعت زیستی دارد. ساعت زیستی یک **بزرگسال** به این صورت عمل می کند: بیشتر بزرگسالان بین 9 تا 11 شب خسته می شوند. آن ها معمولا قبل از نصف شب به رختخواب می روند. بزرگسالان می توانند صبح زود بیدار شوند. این برای آنها مشکلی نیست. اما ساعت زیستی یک نوجوان متفاوت است. نوجوانان در نصف شب خسته نیستند. آنها معمولا تا دیر وقت بیدار می مانند. اما صبح زود، آنها به خواب بیشتری نیاز دارند.

The schools in Minnesota pay attention to the teen's body clock. They change the start of the school day from 7:20 a.m. to 8:40 a.m., 80 minutes later. Other schools in the United States change their start times, too. Some schools change the time by only 30 minutes, but they still get good **results**.

4



In fact, the results everywhere are amazing! More students are on time. Morning classes are easier to teach. Students are getting better **grades**. They are more **alert**. Students have fewer **illnesses**, so they are **absent** less. In Minnesota, there is another important change: Fewer students **drop out** of school or change schools. Now the students are happier, and the parents and the teachers are, too.

5

Today, at more and more high schools, the day is starting later.

6

Most schools can't start two hours later. But they can change the start time a little. A small change can make a very big difference! Just ask the students.

4 مدارس در مینی سوتا به ساعت زیستی نوجوانان توجه کردند. آنها زمان شروع مدرسه را از 7:20 صبح به 8:40 صبح تغییر دادند، 80 دقیقه دیرتر. دیگر مدارس ایالات متحده نیز ساعت شروع را تغییر دادند. برخی از مدارس فقط 30 دقیقه این زمان را تغییر دادند، اما آنها همچنان **نتایج** خوبی گرفتند.

5 در حقیقت، نتایج در همه جا شگفت انگیز است! بیشتر دانش آموزان سر وقت در کلاس حاضر می شوند. آموزش در کلاس های صبح آسان تر است. دانش آموزان **نمرات** بهتری می گیرند. آنها **هوشیارتر** هستند. دانش آموزان کمتری **بیمار** می شوند، بنابراین آنها کمتر **غایب** می شوند. در مینی سوتا، یک تغییر مهم دیگری وجود دارد: دانش آموزان کمتری از مدرسه **انصراف دادند** یا مدرسه ی خود را تغییر دادند. اکنون دانش آموزان خوشحال تر هستند و والدین و معلمان نیز خوشحال هستند.

6 امروزه، در دبیرستان های بیشتری، کلاس ها را دیرتر شروع می کنند: بیشتر مدارس نمی توانند دو ساعت دیرتر شروع کنند. اما آنها می توانند ساعت شروع را کمی تغییر دهند. یک تغییر کوچک می تواند یک تحول بزرگ به وجود آورد! فقط کافی است از دانش آموزان بپرسید.

4 READING CHECK

4 درک مطلب

A آیا این جمله ها درست هستند یا نادرست؟ برای درست (T) و نادرست (F) بنویسید.

A Are these sentences true or false? Write T (true) or F (false).

- 1 ... دانش آموزان در این داستان در دانشگاه هستند. 1
2 ... مدارس زمان شروع را تغییر دادند. 2
3 ... دانش آموزان تغییر زمان شروع را دوست ندارند. 3

پاسخ تمرین A: 1. F 2. T 3. F

B Circle the letter of the best answer.

B دور حرف بهترین پاسخ را دایره بکشید.

- 1 What is the problem in the Minnesota schools?
a tired students b bad teachers c sick teachers
مشکل مدارس در مینه سوتا چیست؟
a دانش آموزان خسته b معلم های بد c معلم های بیمار
- 2 The body clocks of teens and adults are _____.
a the same b a little different c very different
ساعت زیستی نوجوانان و بزرگسالان است.
a مشابه b کمی متفاوت c خیلی متفاوت
- 3 Many high schools start school _____ for teens' body clocks.
a on time b too early c too late
بسیاری از دبیرستان ها مدرسه را طبق ساعت زیستی نوجوانان شروع می کنند.
a سر وقت b خیلی زود c خیلی دیر
- 4 Teens don't get enough sleep because they _____.
a stay up late at night
b have bad sleep habits
c get tired between 9:00 p.m. and 11:00 p.m.
نوجوانان به اندازه ی کافی نمی خوابند زیرا
a شب ها تا دیر وقت بیدار می مانند
b عادت های خواب بدی دارند
c بین 9 شب تا 11 شب خسته می شوند

5 Teens' body clocks tell teens to ____ .

- a go to sleep late and wake up late
- b go to sleep early and wake up late
- c go to sleep early and wake up early

5 ساعت زیستی نوجوانان به آنها می گوید

- a دیر بخواب و دیر از خواب بیدار شو
- b زود بخواب و دیر از خواب بیدار شو
- c زود بخواب و زود از خواب بیدار شو

6 The start time in the Minnesota schools is now ____ .

- a half an hour later
- b one hour later
- c more than an hour later

6 اکنون زمان شروع مدارس در مینه سوتا است.

- a نیم ساعت دیرتر
- b یک ساعت دیرتر
- c بیش از یک ساعت دیرتر

7 The students' grades are better now because ____ .

- a they are sleeping more
- b they have more time to learn
- c the classes are easier

7 اکنون نمرات دانش آموزان بهتر است زیرا

- a آنها بیشتر می خوابند
- b آنها زمان بیشتری برای یادگیری دارند
- c کلاس ها آسانتر است

8 The teachers are happier because ____ .

- a the teachers can sleep later
- b the administrators are happier
- c the students aren't tired anymore

8 معلمان شادتر هستند زیرا

- a معلمان می توانند تا دیر وقت بخوابند
- b سرپرستان شادتر هستند
- c دانش آموزان دیگر خسته نیستند

• دانشجویان عزیز تمرینات را با دقت پاسخ دهید و سپس برای تصحیح آن به کادر زیر مراجعه فرمایید.



پاسخ تمرین B: 1. a 2. c 3. c 4. a 5. a 6. c 7. a 8. c