

1. activity	فعالیت	32. fat	چربی	63. nutrient	ماده مغذی
2. aerobics	حرکات هوازی و نرمش	33. fuel	ماده سوختنی	64. period	دوره زمانی
3. basis	مبنا - اساس - پایه	34. function	عملکرد - کارکرد - نقش	65. skull	جمجمه
4. bike ride	دوچرخه سواری	35. height	ارتفاع - قد	66. stair	پله
5. bit	ذره - تکه	36. injury	اسیب بدنی - جراحت	67. statement	بیان - اظهار - گفته
6. blood	خون	37. joint	مفصل	68. decrease	کاهش دادن
7. achievement	موفقیت - دستاورد	38. lung	ریه - شش	69. support	حمایت
8. calorie	کالری	39. material	ماده	70. trouble	دردسر - مشکل
9. chemical	ماده شیمیایی	40. mind	فکر - ذهن	71. vessel	رگ
10. endorphin	هورمون اندروفرین	41. muscle	عضله - ماهیچه	72. weight	وزن
11. bend	خم شدن - خم کردن	42. exercise	ورزش کردن	73. release	ازاد شدن - ازاد کردن
12. bother	اذیت کردن	43. increase	افزایش دادن	74. rely (on)	تکیه کردن به - اعتماد کردن به
13. breathe	نفس کشیدن	44. injure	اسیب زدن - مجروح کردن	75. store	ذخیره کردن
14. chest	قفسه سینه	45. lift	بلند کردن - بالا بردن	76. stretch	کشیدن - کشش
15. burn	سوزاندن - سوختن	46. mention	ذکر کردن - تذکر دادن	77. suggest	پیشنهاد کردن
16. solar	خورشیدی	47. perform	انجام دادن	78. summarize	خلاصه کردن
17. compare	مقایسه کردن	48. pick up	برداشتن	79. touch	دست زدن - لمس کردن
18. create	خلق کردن - ایجاد کردن	49. produce	تولید کردن	80. waste	تلف کردن - هدر دادن
19. depend (on)	تکیه کردن به	50. protect	حمایت کردن - حفاظت کردن	81. weigh	وزن کردن - وزن داشتن
20. aerobic	هوازی	51. fit	سالم - تندرست - متناسب	82. physical	جسمی - بدنی
21. bony	استخوانی	52. flexible	انعطاف پذیر	83. proud	مفتخر - مغرور
22. efficient	موثر - کارآمد	53. hard working	سخت کوش	84. repetitive	تکراری - پشت سر هم
23. excellent	عالی	54. healthy	سالم - تندرست	85. right	درست - صحیح
24. extra	اضافی	55. proportion	تناسب - نسبت	86. fresh	تازه
25. digest	خلاصه - هضم کردن	56. mental	ذهنی - فکری	87. straight	مستقیم - صاف
26. fine	ظریف	57. perfect	کامل	88. failure	شکست - ناموفق بودن
27. actually	واقعا	58. deeply	عمیقا	89. experience	تجربه
28. anymore	دیگر - بیش از این	59. efficiently	به طرز کارآمد	90. over & over	پشت سر هم - چندین بار
29. get into (v)	بحث را آغاز کردن	60. in other words	به عبارت دیگر	91. on your own	به تنهایی
30. I . e (id est)	به عبارت دیگر	61. keep healthy	سالم نگه داشتن	92. through	از میان - از طریق
31. In addition	به علاوه	62. lose weight	وزن کم کردن	93. whether ... or ...	خواه...خواه

1. amount	مقدار - میزان	37. involvement	درگیری - دخالت	72. rating	درجه بندی - درجه
2. attention	توجه	37. listener	شنونده - مخاطب	73. relationship	ارتباط
3. anxious	مضطرب - نگران	38. message	پیام - پیغام	74. respect for	احترام به
4. audience	مخاطبین - حضار	39. mood	حالت - روحیه	75. second	ثانیه
5. balance	تعادل	40. nervousness	نگرانی - دلهره	76. sense	حس
6. belief	اعتقاد - باور	41. norm	هنجار - معیار - استاندارد	77. side	سمت - کنار
7. choice	انتخاب	42. occasion	فرصت - مناسبت	78. silence	سکوت
8. communication	ارتباط	43. opinion	عقیده - نظر	79. skill	مهارت
9. confidence in	اعتماد به - اطمینان به	44. pause	مکث	80. sound	صدا ( غیر انسان )
10. contact	تماس - ارتباط	45. permission	اجازه	81. speech	سخنرانی - کلام
11. effect	اثر - تاثیر	46. point	نکته - نقطه	82. stance	طرز ایستادن
12. embarrassment	خجالت - شرم	47. posture	طرز قرار گرفتن بدن	83. subject	موضوع
13. event	رویداد - واقعه	48. power	قدرت - نیرو	84. success	موفقیت
14. expression	حالت چهره	49. presentation	نطق	85. time	دفعه - نوبت
15. function	عملکرد - کارکرد نقش	50. projection	بیرون دادن ( صدا و تصویر )	86. tool	وسیله - ابزار
16. fear	ترس	51. public	مردم - جامعه - عموم	87. variety	تنوع
17. gesture	حرکات سر و دست	52. purpose	هدف	88. voice	صدا ( انسان )
18. humor	شوخی طبیعی	53. evaluate	ارزیابی کردن	89. volume	حجم یا شدت ( صدا )
19. add variety	تنوع دادن	54. give a speech	سخنرانی کردن	90. look	به نظر آمدن
20. allow	اجازه دادن	55. have respect	احترام گذاشتن	91. lower	کاهش دادن
21. concentrate on	تمرکز کردن روی	56. hold	نگه داشتن - برگزار کردن	92. make a difference	تفاوت ایجاد کردن
22. cross	عبور کردن	57. ignore	غفلت کردن - چشم پوشیدن	93. raise	بالا بردن - افزایش دادن
23. decrease	کاهش دادن	58. include	شامل شدن	94. react	واکنش نشان دادن
24. distract	حواس پرت کردن	59. increase	افزایش دادن	95. succeed	موفق شدن
25. disturb	مزاحم شدن	60. involve	درگیر کردن - شامل شدن	96. suppose	فرض کردن
26. emphasize	تاکید کردن	61. lean	تکیه دادن	97. take part	شرکت کردن
27. main points	نکات اصلی	62. distracting	مایه حواس پرتی	98. tap	تق تق زدن
28. afraid of	ترسیده از	63. emotionless	بی احساس - بی عاطفه	99. main	اصلی - عمده
29. along	در امتداد	64. facial	صورتی - چهره ای	100. natural	طبیعی
30. attractive	جذاب	65. firmly	قاطعانه - استوار	101. public	عمومی - همگانی
31. aware of	آگاه از	66. formal	رسمی	102. recent	اخیر - جدید
32. below	زیر	67. from time to time	گاهگاہی	103. relaxed	راحت
33. certain	مشخص - معین	68. in front of	در مقابل	104. several	چندین
34. comfortable	راحت	69. anxiety	اضطراب - نگرانی	105. trustworthy	قابل اعتماد
35. Confident	مطمئن	70. instead of	به جای	106. uninterested	بی علاقه

1. article	مقاله	18. extinction	انقراض	35. pollution	الودگی
2. can	قوטי - کنسرو	19. fossil fuels	سوخت های فسیلی	36. region	ناحیه
3. climate	اب و هوا	20. gasoline	بنزین	37. rise	افزایش
4. coal	زغال سنگ	21. green house	گلخانه	38. source	منبع
5. concern	نگرانی	22. guarantee	تضمین	39. temperature	دما - درجه حرارت
6. conditions	شرایط	23. inaction	عدم اقدام - سستی	40. transportation	حمل و نقل
7. environment	محیط	24. level	سطح - میزان	41. trash	اشغال - زباله
8. exhaust	اگزوز	25. pattern	الگو - طرح	42. wild life	حیات وحش
9. care	مراقب بودن - اهمیت دادن	26. lock up	حبس کردن	43. reduce	کاهش دادن
10. cause	باعث شدن - منجر شدن	27. plant	کاشتن	44. reflect	منعکس کردن
11. enhance	افزایش دادن	28. punish	تنبیه کردن	45. take a long time	طول کشیدن
12. fell	بریدن درختان	29. radiate	تشعشع کردن - تابیدن	46. take action	اقدام کردن
13. judge	قضاوت کردن	30. recycle	بازیافت کردن	47. trap	حبس کردن - به دام انداختن
14. concerned	نگران (درباره)	31. particular	به خصوص	48. mainly	عمدتا
15. excess	اضافی	32. popular	محبوب - عامه پسند	49. pretty	نسبتا
16. global	جهانی	33. solar	خورشیدی	50. by oneself	به تنهایی
17. mild	ملايم - معتدل	34. surrounding	محیطی - اطراف	51. weigh sth against sth	چیزی را در برابر چیزی سنجیدن

1. aftershock	پس لرزه	27. imagination	تجسم - تصور	53 . possibility	امکان - احتمال
2. aid	کمک	28. instruction	دستورالعمل	54 . pressure	فشار
3. comparison	مقایسه	29 . instrument	وسیله - ابزار	55 . procedure	روش - روال - رویه
4. core	مرکز - هسته	30 .layer	لایه	56 . shock	تکان - لرزه
5. crust	پوسته قشر	31 . mantle	جبه - گوشته	57 . situation	وضعیت
6. damage	اسیب - خسارت	32 . movement	حرکت	58 . skin	پوست
7. destruction	تخریب	33 . ocean	اقیانوس	59 . storm	توفان
8. doorway	درگاه - استانه در	34 . organization	سازمان	60 . surface	سطح
9. earthquake	زلزله	35 . overpass	روگذر	61 . underpass	زیرگذر
10. flood	سیل	36 . planet	سیاره	62 . vacation	تعطیلات - مرخصی
11. happening	اتفاق	37 . hit	ضربه زدن - اصابت کردن	63 . rattle	با صدا به هم خوردن - تلق و تلوغ کردن
12. compare	مقایسه کردن	38 . introduce	معرفی کردن	64 . shake	لرزاندن - تکان دادن
13. consist of	تشکیل شدن از	39 . locate	قرار گرفتن (مکانی) یافتن محل	65 . survive	جان سالم به در بردن
14. damage	صدمه زدن	40 . occur = happen = take place	اتفاق افتادن - رخ دادن	66 . soft	نرم - ملایم
15. destroy	تخریب کردن	41 . predict	پیش بینی کردن	67 . special	مخصوص - ویژه
16. experience	تجربه کردن	42 . provide	فراهم کردن	68 . sudden	ناگهانی
17. float	شناور شدن	43 . light	سبک	69 . terrible	وحشتناک - شدید
18. forecast	پیش بینی (وضع هوا)	44 . made up of	تشکیل شده از	70 . thin	نازک - لاغر - رقیق
19. calm	آرام - خونسرد	45 . national	ملی	71 . so far	تا به حال - تا کنون
20. common	معمول - رایج	46 . populated	پر جمعیت	72 . reality	واقعیت
21. destructive	مخرب - ویرانگر	47 . probable	احتمالی - محتمل	73 . in comparison to	در مقایسه با
22. free of	خالی از - رها از	48 . luckily	خوشبختانه	74 . regular	منظم - معمولی
23. frightening	ترسناک	49 . fortunately	خوشبختانه		
24. along	در طول	50 . particularly	مخصوصا		
25. completely	کاملا	51 . smoothly	به نرمی - به روانی		
26. entirely	کاملا	52 . plate	صفحه (زیر زمینی)		

1. agriculture	کشاورزی	29. growing concern	نگرانی فزاینده	57. percent	درصد
2. apprentice	کارآموز - شاگرد	30. inaction	عدم فعالیت	58. poverty	فقر
3. brick	خشت - اجر	31. income	درآمد	59. right	حق
4. case	مورد - پرونده	32. issue	مساله - موضوع	60. social movements	تحركات اجتماعي
5. construction	ساخت و ساز	33. labor	کار	61. strategy	راهکار - برنامه
6. contrast	تضاد - تقابل	34. laborer	کارگر	62. trade	تجارت
7. countryside	حومه شهر	35. material	ماده - پارچه	63. unemployment	بیکاری
8. fund	صندوق - سازمان	36. organization	سازمان - سازمان دهی	64. union	اتحادیه
9. discipline	تحت انضباط در آوردن	37. guarantee	تضمین کردن	65. mine	استخراج کردن - معدن زدن
10. estimate	تخمین زدن	38. handle	کنترل کردن - دست زدن به	66. prevent from	جلو گیری کردن از
11. fail	شکست خوردن	39. help out	کمک کردن - مشکل کسی را حل کردن	67. provide with	فراهم کردن
12. follow	پیروی کردن	40. hire	کرایه کردن - استخدام کردن	68. remove from	دور کردن - حذف کردن
13. form	شکل دادن - تشکیل دادن	41. keep from	جلو گیری کردن از	69. rob sb of	محروم کردن از
14. get a cold	سرما خوردن	42. make a law	قانون گذاری کردن	70. stop from	جلو گیری کردن از
15. get up	بلند شدن	43. make money	پول در آوردن	71. serious	جدی
16. establish	تاسیس کردن	44. manufacture	تولید کردن - ساختن	72. specific	ویژه - به خصوص
17. aware of	آگاه از	45. free	رایگان - آزاد	73. talkative	پر حرف
18. ceramic	سرامیک - سفالی	46. individual	شخصی - فردی	74. unable	ناتوان
19. developed	توسعه یافته	47. indoor	داخل سالن - سرپوشیده	75. urban	شهری
20. developing	در حال توسعه	48. industrialized	صنعتی	76. willing	مایل - راضی
21. domestic	داخلی - بومی	49. irrelevant	بی ارتباط	77. while	در حالی که
22. economic	اقتصادی	50. express hope	ابراز امیدواری کردن	78. physically	از نظر جسمی
23. extreme	غیر معمول - شدید	51. rural	روستایی	79. such as	برای مثال - از قبیل
24. appropriate	مناسب	52. self - employed	خویش فرما		
25. economically	از نظر اقتصادی	53. mentally	از نظر ذهنی		
26. emotionally	از نظر عاطفی	54. mostly	عمدتا - اکثرا		
27. luckily	خوشبختانه	55. on the other hand	از طرف دیگر		
28. at least	حداقل	56. whereas	در حالی که		

1. age	عصر - دوره	31. observation	مشاهده	61. run	مدیریت کردن - کنترل کردن
2. Antarctica	قطب جنوب	32. phase	مرحله - فاز	62. upper	فوقانی - بالایی
3. astronaut	فضا نورد - کیهان شناس	33. pioneer	پیشگامان		
4. base	پایگاه	34. planet	سیاره		
5. cave	غار	35. pole	قطب		
6. crater	چاله - دهانه آتشفشان	36. probe	کاوشگر		
7. density	غلظت - تراکم	37. process	پردازش کردن - فراوری کردن		
8. detail	جزئی	38. launch	به فضا فرستادن		
9. device	وسیله - ابزار	39. magnify	بزرگ نمایی کردن		
10. era	عصر - دوران	40. measure	اندازه گرفتن		
11. exploration	کاوش - جستجو	41. orbit	چرخیدن		
12. feature	خصوصیت - ویژگی	42. distant	دور		
13. germ	باکتری - میکروب	43. former	قبلی - سابق		
14. instrument	ابزار - وسیله	44. further	بیشتر		
15. invention	اختراع	45. room	فضا - جا		
16. direct	هدایت کردن	46. sample	نمونه		
17. dream	در خواب دیدن	47. satellite	ماهواره - قمر		
18. explore	کاوش کردن - جستجو کردن	78. Saturn	سیاره کیوان ( زحل )		
19. invent	اختراع کردن	49. soccer	فوتبال		
20. ancient	باستانی - قدیمی	50. soviet Union	اتحادیه شوروی		
21. artificial	مصنوعی - ساختگی	51. spacecraft	سفینه فضایی		
22. best known	شناخته شده ترین	52. station	ایستگاه		
23. Jupiter	سیاره مشتری	53. Uranus	سیاره اورانوس		
24. length	طول	54. valley	دره		
25. mass	جرم	55. vehicle	وسیله نقلیه		
26. mineral	ماده معدنی	56. Venus	ناهید - زهره		
27. mission	ما موریت	57. voyage	سفر دریایی - سفر فضایی		
28. mystery	راز - سر	58. voyager	دریا نورد - فضا نورد		
29. Neptune	سیاره نپتون	59. record	ثابت کردن		

1. catalog	کاتالوگ	28. network	شبکه	53. process	پردازش کردن
2. chat	گپ - صحبت دوستانه	29. pc	کامپیوتر شخصی	54. speed	سرعت دادن
3. data	اطلاعات - داده‌ها	30. plenty	مقدار زیادی	55. update	به روز کردن
4. definition	تعریف	31. quality	کیفیت - ویژگی	56. programmable	قابل برنامه ریزی
5. destination	مقصد	32. connect	متصل کردن	57. unreadable	غیر قابل خواندن
6. device	وسيله - ابزار	33. forward	ارسال کردن	58. worst	بدترین
7. distance education	آموزش از راه دور	34. keep up with	همگام بودن	59. postal mail = snail mail	پست حلزونی (پست معمولی)
8. document	مدرک - سند	35. log on	به سیستم وارد شدن	60. World wide web (www)	شبکه گسترده جهانی
9. file	پرونده	36. look up	به دنبال معنی کلمه گشتن		
10. access	دست یافتن به	37. pass sth to sb	منتقل کردن		
11. advertise	تبلیغ کردن	38. inexpensive	ارزان		
12. attach	ضمیمه کردن - چسباندن	39. interchangeable	قابل جابه جایی		
13. combine	ترکیب کردن	40. online	وصل به شبکه		
14. come out	منتشر کردن	41. out of date	تاریخ گذشته		
15. compose	نوشتن	42. personal	شخصی		
16. addictive	اعتیاد آور	43. I . T	فناوری اطلاعات		
17. based on	مبني بر - بر اساس	44. no matter	اهمیتی ندارد		
18. connected	متصل	45. server	کامپیوتر خدمات رسان		
19. electromagnetic	الکترو مغناطیسی	46. sound	صدا		
20. handheld	دستی	47. technology	فناوری		
21. continuously	مستمر	48. telecommunications	مخابرات		
22. for sure	حتما	49. term	اصطلاح - ویژه		
23. internet	اینترنت	50. transfer	انتقال		
24. link	ارتباط - حلقه	51. user	کاربر		
25. mail	پست - نامه	52. video conferencing	کنفرانس تصویری		
26. mailing list	طرف های مکاتبه	53. web	شبکه		
27. multimedia	چند رسانه ای	54. play a role	نقشی را ایفا کردن		

1. award	پاداش	26. private	خصوصی - شخصی	51 . device	ابزار - وسیله
2. brotherhood	برادری - انسائیت	27. promotion	ارتقاء - ترفیع	52 . at least	حداقل
3. charity	خیریه	28. sign	علامت - نشانه	53 . helpless	درمانده
4. community	اجتماع - جامعه	29. slum	محله فقیر نشین	54 . collect	جمع اوری کردن
5. convent	صومعه - دیر	30. suffering	درد - رنج	55 . manager	مدیر
6. foil	ورقه	31. tin	قلع - قوطی	56 . certainty	اطمینان - یقین
7. impression	تاثیر - اثر	32. usefulness	فایده	57 . take a day off	یک روز مرخصی رفتن
8. annoy	رنجانیدن - ازردن	33. ring	زنگ زدن - تلفن زدن	58 . death	مرگ
9. care for	مراقبت کردن از	34. suffer from	رنج بردن از	59 . outline	خلاصه - نکات عمده
10. devote to	اختصاص دادن - وقف کردن	35. work on	کار کردن روی	60. scientific	علمی
11. Christian	مسیحی	36. unpleasant	نامطلوب - ناخوشایند	61 . clinic	درمانگاه
12. complex	پیچیده	37. various	مختلف - گوناگون	62 . observer	ناظر
13. elementary	ابتدایی	38. voluntary	داوطلبانه	63 . task	کار - وظیفه
14. inventor	مخترع	39. superior	مافوق - مقام ارشد	64 . mission	ماموریت
15. light bulb	لامپ	40 .overcome	غلبه کردن		
16. missionary	مبلغ ( مذهبی)	41 . home less	بی خانمان		
17. nun	راهبه	42 .express	بیان کردن		
18. official	مقام رسمی	43 . marry	ازدواج کردن		
19. performance	انجام - اجرا	44 . besides	به علاوه		
20. phonograph	گرامافون	45 . training	آموزش - تربیت		
21. live on	زنده ماندن	46 . elementary school	مدرسه ابتدایی		
22. look after	مراقبت کردن از	47 . saint	قدیس - قدیسه		
23. play back	پخش کردن	48 . as well as	و همچنین		
24 . financial	مالی - پولی	49 . unpleasant	ناخوشایند		
25. likely	محتمل	50 . by force	به زور		