

Master Any Subject, Master English: How to Make Learning Automatic

English learning resource · FA

Key words & expressions · English + Persian

19 learning entries

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

1

walk away with

چیزی به دست آوردن

DEF

To finish an experience having gained something useful.

A common phrasal verb for the knowledge or benefit retained after an experience.

FA

از یک تجربه چیز مفیدی به دست آوردن.
یک فعل عبارتی رایج برای دانش یا فایده ای که پس از یک تجربه حفظ می شود.

You will walk away with three things.

سه چیز به دست خواهید آورد.

Everyone walked away with one technique they could use immediately.

همه با یک تکنیک که می توانستند بلافاصله از آن استفاده کنند، کنار رفتند.

2

active recall

بازیابی فعال

DEF

A study method in which you retrieve information from memory without looking at the answer.

Retrieval, rather than rereading, is the essential action.

FA

روشی برای بیرون کشیدن اطلاعات از حافظه بدون دیدن پاسخ.
بازیابی، به جای بازخوانی، اقدام اساسی است.

The solution is called active recall.

راه حل بازیابی فعال نام دارد.

Close the book and use active recall to test yourself.

کتاب را ببندید و از یادآوری فعال برای آزمایش خود استفاده کنید.

3

spaced repetition

تکرار فاصله دار

DEF

A learning method that reviews material at increasingly long intervals.

The timing is designed to refresh a memory shortly before it fades.

FA

مرور مطالب در فاصله های زمانی که به تدریج طولانی تر می شوند.
زمان بندی به گونه ای طراحی شده است که کمی قبل از محو شدن حافظه، آن را تازه کند.

That is spaced repetition.

این همان تکرار فاصله دار است.

Spaced repetition brings a word back just before you forget it.

تکرار فاصله یک کلمه را درست قبل از اینکه آن را فراموش کنید باز می گرداند.



4

procedural memory

حافظه رویه‌ای

DEF

Long-term memory for skills and automatic actions.

It is contrasted with conscious memory for facts and definitions.

FA

حافظه بلندمدت مربوط به مهارت‌ها و کارهای خودکار.
برای حقایق و تعاریف با حافظه خودآگاه مقایسه می‌شود.

Library number two, procedural memory.

کتابخانه شماره دو، حافظه رویه‌ای.

Cycling relies heavily on procedural memory.

دوچرخه سواری به شدت به حافظه رویه ای متکی است.

5

by design

از روی برنامه

DEF

Intentionally and as the result of a plan.

It contrasts a deliberate result with something that happens by accident.

FA

عمدا و در نتیجه یک برنامه.
این یک نتیجه عمدی را با چیزی که به طور تصادفی رخ می‌دهد در تضاد قرار می‌دهد.

It happens by design.

این اتفاق از روی برنامه می‌افتد.

The exercise feels difficult by design.

تمرین با طراحی دشوار به نظر می‌رسد.

6

write down

یادداشت کردن

DEF

To record something in writing.

A separable phrasal verb: write it down.

FA

چیزی را به صورت مکتوب ثبت کردن.
یک فعل عبارتی قابل تفکیک: آن را بنویس.

Write down what you want to learn and ask yourself why.

آنچه می‌خواهید یاد بگیرید یادداشت کنید و از خود بپرسید چرا.

Write down the answer before checking your notes.

قبل از بررسی یادداشت‌های خود، پاسخ را یادداشت کنید.

7

illusion of competence

توهم تسلط

DEF

The false feeling that you know material merely because it looks familiar.

A learning-science term explaining why passive rereading can be misleading.

FA

احساس نادرست بلد بودن مطلب فقط به دلیل آشنا بودن آن.
یک اصطلاح علمی-آموزشی که توضیح می‌دهد چرا بازخوانی غیرفعال می‌تواند گمراه‌کننده باشد.

That comfortable feeling has a name: the illusion of competence.

این احساس راحت نامی دارد: توهم تسلط.

Rereading can create an illusion of competence.

بازخوانی می‌تواند توهم شایستگی ایجاد کند.



8

pull the answer out from memory

پاسخ را از حافظه بیرون کشیدن

DEF

To retrieve an answer from memory through deliberate effort.

The physical metaphor makes mental retrieval feel active and demanding.

FA

پاسخ را با تلاش آگاهانه از حافظه بازیابی کردن.
استعاره فیزیکی باعث می شود که بازیابی ذهنی احساسی فعال و سخت کند.

And force your brain to pull the answer out from memory.

و مغزتان را مجبور کنید پاسخ را از حافظه بیرون بکشد.

Try to pull the answer out from memory before revealing it.

سعی کنید قبل از فاش کردن پاسخ، آن را از حافظه بیرون بیاورید.

9

desirable difficulty

دشواری مطلوب

DEF

A learning challenge that feels harder now but improves long-term retention.

Difficulty is beneficial only when it prompts productive mental effort.

FA

چالشی که اکنون سخت تر است اما یادگیری بلندمدت را بهتر می کند.
دشواری تنها زمانی سودمند است که تلاش ذهنی سازنده را برانگیزد.

Scientists call that healthy struggle a desirable difficulty.

دانشمندان این تلاش سالم را دشواری مطلوب می نامند.

The short delay adds a desirable difficulty to the task.

تأخیر کوتاه، دشواری مطلوبی را به کار اضافه می کند.

10

forgetting curve

منحنی فراموشی

DEF

The pattern showing how newly learned information fades over time without review.

A core concept in memory research and spaced repetition.

FA

الگویی که نشان می دهد اطلاعات بدون مرور چگونه با زمان محو می شوند.
یک مفهوم اصلی در تحقیقات حافظه و تکرار فاصله.

Scientists call it the forgetting curve.

دانشمندان آن را منحنی فراموشی می نامند.

Regular review slows the forgetting curve.

مرور منظم منحنی فراموشی را کاهش می دهد.

11

flatten the forgetting curve

صاف تر کردن منحنی فراموشی

DEF

To slow the rate at which learned information is forgotten.

A visual collocation based on making a steep graph become flatter.

FA

سرعت فراموش شدن مطالب آموخته شده را کاهش دادن.
یک ترکیب بصری بر اساس ایجاد یک نمودار شیب دار مسطح تر می شود.

Each review flattens the forgetting curve a little more.

هر مرور منحنی فراموشی را کمی صاف تر می کند.

Retrieval practice helps flatten the forgetting curve.

تمرین بازیابی به صاف کردن منحنی فراموشی کمک می کند.



12

all the way back

تا نقطه اول برگشتن

DEF

Completely back to the original position or starting point.

The intensifier all the way emphasizes the full distance of the return.

FA

*It falls all the way back to box one.**I had to think all the way back to my first lesson.*به طور کامل به نقطه آغاز بازگشتن.
تشدید کننده در تمام مسیر بر فاصله کامل بازگشت تأکید دارد.

کارت تا جعبه یک برمی گردد.

من باید تمام راه را به اولین درس خود فکر می کردم.

13

counterintuitive

خلاف شهود

DEF

Contrary to what instinct or common sense initially suggests.

Useful academic adjective for a surprising result or method.

FA

*And this one is counterintuitive.**It feels counterintuitive to practise what you nearly know.*برخلاف چیزی که در نگاه اول بدیهی یا طبیعی به نظر می رسد.
صفت تحصیلی مفید برای یک نتیجه یا روش شگفت انگیز.

و این یکی خلاف شهود است.

تمرین چیزی که تقریباً می دانید، غیرمعمول به نظر می رسد.

14

interleaving

تمرین درهم آمیخته

DEF

A study strategy that mixes related topics or problem types within one session.

The learner must identify the appropriate method instead of repeating one routine.

FA

*The alternative is called interleaving.**Interleaving grammar topics forces you to choose the right rule.*راهبردی که موضوع ها یا مسئله های مرتبط را در یک جلسه با هم ترکیب می کند.
یادگیرنده باید به جای تکرار یک روال، روش مناسب را شناسایی کند.

روش جایگزین تمرین درهم آمیخته نام دارد.

در هم آمیختن موضوعات گرامر شما را مجبور می کند قانون درست را انتخاب کنید.

15

hide behind

پشت چیزی پنهان شدن

DEF

To use something as a way of avoiding exposure, responsibility or a real difficulty.

Here, complicated language conceals incomplete understanding.

FA

*Or hide behind a complicated word.**Do not hide behind endless highlighting.*از چیزی برای پنهان کردن یک مشکل واقعی استفاده کردن.
در اینجا، زبان پیچیده درک ناقص را پنهان می کند.

یا پشت یک واژه پیچیده پنهان می شوید.

پشت برجسته سازی بی پایان پنهان نشوید.



16

change gears

تغییر مسیر دادن

DEF

To change activity, approach or subject.

A figurative idiom from changing gears while driving.

FA

فعالیت، رویکرد یا موضوع را عوض کردن.
یک اصطلاح مجازی از تعویض دنده در حین رانندگی.

And two quick bonus tools before we change gears.

و پیش از تغییر مسیر، دو ابزار کوتاه دیگر.

Change gears when your concentration begins to fade.

زمانی که تمرکزتان کمرنگ شد، دنده را عوض کنید.

17

get stuck

گیر کردن

DEF

To become unable to continue or make progress.

Common informal expression for a mental, practical or physical blockage.

FA

نتوانستن ادامه داد یا پیشرفت کرد.
بیان غیررسمی رایج برای انسداد ذهنی، عملی یا فیزیکی.

Where you get stuck, that is not failure.

جایی که گیر می‌کنید، شکست نیست.

If you get stuck, wait a few seconds before checking.

اگر گیر کردید، قبل از بررسی چند ثانیه صبر کنید.

18

keep something alive

چیزی را زنده نگه داشتن

DEF

To maintain something so that it remains active, effective or remembered.

Here it means preventing a memory from fading through use in varied contexts.

FA

چیزی را فعال، مؤثر یا در حافظه نگه داشتن.
در اینجا به معنای جلوگیری از محو شدن حافظه از طریق استفاده در زمینه‌های مختلف است.

The chair builds the memory, the world keeps it alive.

صندلی حافظه را می‌سازد و دنیا آن را زنده نگه می‌دارد.

A weekly review keeps new vocabulary alive.

مرور هفتگی واژگان جدید را زنده نگه می‌دارد.

19

engineered

مهندسی شده

DEF

Carefully designed to produce a specific result.

Figurative use of an engineering verb, emphasizing deliberate construction.

FA

با دقت طراحی شده برای رسیدن به نتیجه‌ای مشخص.
استفاده مجازی از یک فعل مهندسی، با تأکید بر ساخت عمدی.

Engineered like a scientist.

مثل یک دانشمند مهندسی شده.

The course is engineered to make retrieval unavoidable.

این دوره به گونه‌ای طراحی شده است که بازیابی را اجتناب ناپذیر کند.

