

برنامه آموزش زبان

شش ستون یادگیری زبان:

۱. شنیدن ، ۲. گفتن ، ۳. خواندن ، ۴. لغت ، ۵. نوشتن ، ۶. گرامر.

1. Listening
2. Speaking
3. Reading
4. Vocabulary
5. Writing
6. Grammar

۲.۱ Speaking, Listening شنیدن و گفتن:

اساس زبان آموزی بر شنیدن است. شنیدن با لهجه صحیح و از سطح بسیار ساده! سی دی آموزش زبان نصرت: فقط شنیدن و تکرار است. با لهجه بسیار صحیح. از سطح بسیار بسیار ساده تا سطح متوسط. نود درس نیم ساعته است. نکته: فقط روزی یک درس باید گوش داده شود. با صدای بلند تکرار کنید. درس اول توضیحات هم می دهد. برای رسید به سطح پیشرفته هم راههای دیگری در ادامه وجود دارد. اما ابتدا تا سطح متوسط به وسیله سی دی نصرت.

۳. Reading خواندن

- برای آموزش خواندن و یادگیری لغت، باید از متنهای بسیار ساده شروع کرد و کم کم به متون سخت تر رسید!

برنامه آموزش زبان ۳

- بهترین متنهای موجود، Stageها هستند. Stage در اصل به معنی مرحله است. اما در اصطلاح: داستانهای طبقه بندی شده به زبان انگلیسی هستند که از سطح بسیار ساده شروع می شوند و به سطح های بالاتر می رسند. در یک طبقه بندی، Stageها ۶ یا هفت سطح دارند. که معمولاً از سطح یک (Beginner) (ابتدایی) آغاز می شوند و به سطح شش (Advanced) (پیشرفته) خاتمه می یابند.
- شما بهتر است برای شروع از Stage یک و یا دو (با توجه به سطح لغتی که دارید) شروع کنید.
- در هر سطح Stageهای زیادی وجود دارد و شما می توانید به دلخواه خودتان داستانی که مورد علاقه تان است، انتخاب کنید.
- به طور متوسط از هر سطح باید ۳ الی ۴ Stage خوانده شود. زمانی که دیگر به طور مثال، در کتابهای سطح اول، در هر صفحه کتاب لغت نا آشنا و مشکلی برای شما وجود نداشت می توانید به سطح دوم بروید. در سطوح دیگر هم به همین شکل می توانید سطح خود را بسنجید.

۴. Vocabulary لغت

در هنگام خواندن متن Stageها لغتهای دشواری را که بلد نیستیم، استخراج می کنیم و همراه معنی و تلفظ صحیح (به کمک دیکشنری) در فیش های مخصوص می نویسیم.

*طریقه حفظ کردن لغتها:

- ساختار حافظه: کوتاه مدت - بلند مدت

برای فرستادن یک لغت از کوتاه مدت به بلند مدت، باید در فاصله های معین زمانی، آن لغت تکرار شود و گرنه به حافظه بلند مدت نمی رود!

فاصله های زمان تکرار بدین قرارند: روز اول / روز دوم / روز چهارم / روز هشتم / روز شانزدهم / روز سی ام.
برای انجام راحت این کار وسیله ای طراحی شده به نام جعبه جی ۵ G5 که دارای پنج خانه است و اگر از آن درست استفاده کنیم فواصل زمانی فوق الذکر به صورت خودکار در آن اجرا می شود.

*روش استفاده از جعبه جی ۵ G5:

- بعد از اینکه لغت را از متن داستان استخراج کردیم در خانه اول جی ۵ قرار می دهیم.

- **خانه اول** باید هر ۱۲ الی ۲۴ ساعت مرور شود!

- لغت را از **خانه اول** برمی داریم و قبل از اینکه معنی آن را نگاه کنیم سعی می کنیم خودمان معنی را بگوییم. اگر معنی را بلد بودیم ۵ بار لغت و معنی آن را تکرار می کنیم و آنرا در خانه دوم قرار می دهیم. و اگر بلد نبودیم ۵ بار تکرار می کنیم و مجدداً در خانه اول قرار می دهیم.

- بعد از مدتی **خانه دوم** پر می شود. (تا پر نشده است با آن کاری نداریم). وقتی پر شد در هر روز اجازه برداشت حدود ۱سانتیمتر (معادل ضخامت یک بند انگشت) از آن را پیدا می کنیم.

- لغت را از خانه دوم برمی داریم. قبل از اینکه معنای آن را نگاه کنیم، سعی می کنیم حدس بزنیم. اگر بلد بودیم ۵ بار تکرار می کنیم و در خانه سوم قرار می دهیم و اگر بلد نبودیم، باز هم ۵ بار تکرار می کنیم، اما آن را در خانه اول قرار می دهیم!!

- اجازه می دهیم تا **خانه سوم** پر شود. (تا خانه سوم پر نشده اجازه برداشت نداریم). وقتی پر شد می توانیم از آن هم برداشت کنیم. در هر روز فقط یکبار و به ضخامت ۱سانتی متر (معادل ضخامت یک بند انگشت). لغت را از آن بر می داریم. اگر

بلد بودیم، ۵ بار تکرار می کنیم و در خانه چهارم قرار می دهیم، ولی اگر بلد نبودیم

۵ بار تکرار می کنیم و در خانه اول قرار می دهیم!!

- بعد از مدتی **خانه چهارم** پر می شود (تا پر نشده اجازه برداشت از آن نداریم). وقتی

پر شد از خانه چهارم هم اجازه برداشت پیدا می کنیم. هر روز فقط یکبار و به اندازه ۱

سانتیمتر. اگر بلد بودیم ۵ بار تکرار می کنیم و می گزاریم خانه پنجم و اگر بلد نبودیم

۵ بار تکرار می کنیم و برمی گردانیم به خانه اول!!

- بعد از مدتی خانه آخر یا **خانه پنجم** هم پر می شود. وقتی پر شد از آن هم اجازه

برداشت پیدا می کنیم. اما فقط روزی یکبار و به اندازه ضخامت ۱ سانتیمتر! لغت را بر

می داریم. اگر معنی لغت را بلد بودیم آن را ۵ بار تکرار می کنیم و از جعبه خارج می

نماییم. این لغت به حافظه بلند مدت ما رفته است. اما اگر معنای لغت را بلد نبودیم،

بعد از ۵ بار تکرار، آن را به خانه اول برمی گردانیم تا مجدداً مسیر را طی کند!

* دقت کنید که بجز خانه اول که هر ۱۲ ساعت می توانیم از آن برداشت کنیم، از هر

خانه در هر روز فقط یکبار اجازه برداشت داریم و به اندازه ضخامت ۱ سانتیمتر.

* تا خانه ای برای دفعه اول پر نشده، اجازه برداشت از آن نداریم، ولی وقتی پر شد

دیگر هر روز می توانیم به اندازه مجاز از آن برداشت کنیم. به این ترتیب وقتی کار ما

رو به جلو می رود دیگر هر روز می توانیم تمام خانه ها را مرور کنیم و بدیهی است

که وقت بیشتری هم باید صرف بکنیم.

***طریقه ساختن جعبه جی ۵ G5:**

کارتون جای کفش و یا... (این جعبه در فروشگاهها نیز موجود است).

اندازه درازای خانه ها: خانه اول ۱ سانت / خانه دوم ۲ سانت / خانه سوم ۷ سانت / خانه

چهارم ۹ سانت / خانه پنجم ۱۲ سانت /

پهنای جعبه حدود ۶-۷ سانت.

۵. نوشتن Writing

نوشتن مشق از روی Stageها به مدت روزانه ۱۰-۱۵ دقیقه. بسیار مؤثر برای یادگیری خودکار گرامر و ساختار طبیعی جملات و جایگیر شدن لغات در ذهن.

۶. گرامر Grammer

برای شروع نیاز به خواندن گرامر خاصی نیست و فقط باید به حالت جمله ها و شکل طبیعی ساختار جمله توجه کنید. در سطوح بالاتر است که می توانید از کتابهای گوناگون گرامر استفاده کنید.

توجه: برای یادگیری صحیح زبان ۵ مورد ذکر شده باید همزمان با هم انجام شوند. با یک برنامه ریزی روزانه و استفاده از وقتهای تلف شده می توانید به آن دست یابید. لغات جی ۵ را حتی می توان در بین کلاسها، در مسیر دانشگاه، در اتوبوس و ... مرور کرد. همچنین است گوش دادن به سی دی آموزش نصرت.

یک برنامه ساده روزانه: Speaking, Listening شنیدن و گفتن (سی نصرت) ۳۰ دقیقه/ Reading خواندن (Stage) ۳۰ دقیقه/ لغت Vocabulary (جی ۵) ۱۰-۱۵ دقیقه برای شروع (با زیاد شدن لغات وقت بیشتری می خواهد)/ نوشتن Writing (مشق) ۱۰-۱۵ دقیقه ← جمعاً روزانه حدود یک ساعت و نیم.

پیروز و سربلند باشید