

English Exam (1 to 4)

In the name of God

Teacher: M.Moatamedi Nia

Score: /20

time: 60 min

Student's name:

Number:

1. Answer the following questions. به سوالات زیر پاسخ کامل دهید.

1. Write 4 school objects. (1)

2. Write the longest first name. (/5)

3. What is your last name again? (/5)

4. How are you today? (/5)

5. Write **تراش** in English and spell it. (/5)

6. Introduce your friend to me. (/5)

7. Who is that woman? (/5) معلم زبان جدید ما خانم معتمدی

8. When is your father's birthday? (/5)

9. How old are you now? (/5)

10. Write the number of 20, 34, 67, 88 and 92. (2.5)



11. What is your mother's job? (/5)



12. What is his job? (/5)

2. Fill in the blanks with your own information (3) جاهای خالی را با اطلاعات خود کامل کنید

My mother is a .....,she works at home.

A: Good morning

B: .....

I am your .....

Thank you .....please.

Now, you ..... Me your names .....by .....

Let's ..... To Erfan

He is our new .....

Can I have my ..... card please?

Ahmad is ..... Father.

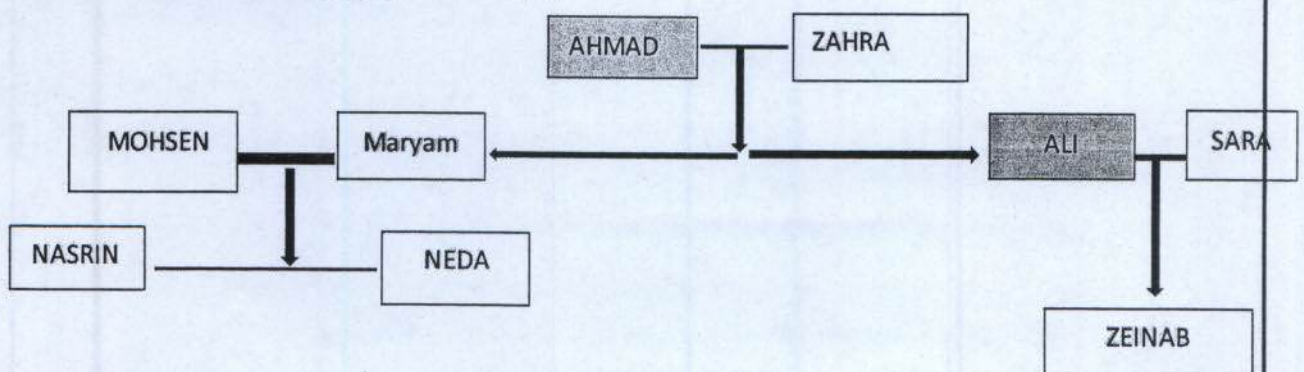
He is my..... friend Sara.

3. Write a synonym and an opposite please. ( 1) مترادف و متضاد بنویسید

I see:..... sorry= .....

New#:..... sit down#:.....

4. Think and answer. ( 2) فکر کن و پاسخ بده.



1. Mayam is Neda's .....

2. Ali is Nasrin's .....

3. Maryam is Ahmad's .....

4. Sara is Ali's .....

---

5. Write in English (3)

..... گارسون	..... شجره نامه	..... مداد
..... معلم زبان	..... سپتامبر	..... روزهای تولد
..... پاک کن	..... سن	..... ماه
..... زن	..... خاله	..... نقاش

---

6. write the best answer. (1/5) بهترین پاسخ را بنویسید.

Saturday ..... Monday

April \_ May \_ .....

My phone number is .....

---

7. Write 3 lines about yourself. (1) خط درباره خودتان بنویسید.

.....  
.....  
.....

جزوه سیپی



Where there is a wish, there is a way

Love you all

## فعالیت بدنی و عادات رفتاری فعال

۱. داشتن حداقل ۶۰ دقیقه فعالیت بدنی در روز
۲. شرکت در کارهای منزل مثل تمیز کردن خانه، مرتب کردن وسایل شخصی، نظافت اتاق و موارد مشابه
۳. محدود کردن استفاده از بازی‌های رایانه‌ای، موبایل و تماشای تلویزیون به کمتر از ۲ ساعت در روز
۴. پیاده روی و استفاده از پله‌ها به جای آسانسور
۵. انجام فعالیت‌های دسته جمعی و تفریحی مثل پیاده روی، کوهپیمایی، دوچرخه سواری و بازی‌های بومی و محلی به همراه والدین و دوستان
۶. شرکت در ورزش‌هایی مورد علاقه و انتخاب یک رشته ورزشی (مانند فوتبال، والیبال و ...)
۷. فعال بودن در ساعت درس تربیت بدنی
۸. افزایش فعالیت بدنی و شرکت در برنامه‌ها و پروژه‌های ورزشی مدارس (مسابقات درون مدرسه‌ای، المپیادهای ورزشی درون مدرسه‌ای، مدرسه پویا، ورزش صبحگاهی، ورزش با خانواده و ...)
۹. تأکید بر انجام فعالیت بدنی، تمرینات آمادگی جسمانی منظم (هوازی، مقاومتی و ترکیبی) و بازی‌های مفرح در خانه (با توجه به شیوع ویروس کرونا)

\* برای پیگیری و دریافت توصیه‌های تخصصی جهت کنترل وزن و دستیابی به وزن مطلوب می‌توانید به مدیر مدرسه، پورتال دفتر تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی [www.tb.shs.medu.ir](http://www.tb.shs.medu.ir)، پورتال معاونت تربیت بدنی و سلامت [www.shs.medu.ir](http://www.shs.medu.ir) یا پورتال دفتر سلامت و تندرستی [www.health.schools.shs.medu.ir](http://www.health.schools.shs.medu.ir) و کانال‌های تخصصی کنترل وزن و چاقی دانش‌آموزان، بهداشت، تغذیه و سبک زندگی و باشگاه مجازی بدنسازی و آمادگی جسمانی در شبکه آموزشی دانش‌آموزان (شاد) مراجعه نمایید.

# جزوه سیپی

# جزوه سیپی

۱. برنامه ورزشی منظم (روزانه حداقل ۶۰ دقیقه)
  ۲. شرکت در کارهای منزل مثل تمیز کردن خانه، مرتب کردن وسایل شخصی، نظافت اتاق و موارد مشابه
  ۳. محدود کردن استفاده از بازی‌های رایانه‌ای، موبایل و تماشای تلویزیون به کمتر از ۲ ساعت در روز
  ۴. پیاده روی و استفاده از پله به جای آسانسور
  ۵. انجام فعالیت‌های دسته جمعی و تفریحی مثل پیاده روی، کوهپیمایی، دوچرخه سواری و بازی‌های بومی و محلی به همراه والدین و دوستان
  ۶. شرکت در ورزش‌های مورد علاقه و انتخاب یک رشته ورزشی (مانند فوتبال، والیبال و ...)
  ۷. فعال بودن در ساعت درس تربیت بدنی و زنگ‌های تفریح
  ۸. افزایش فعالیت بدنی و شرکت در برنامه‌ها و پروژه‌های ورزشی مدارس (مسابقات درون مدرسه‌ای، المپیادهای ورزشی درون مدرسه‌ای، مدرسه پویا، ورزش صبحگاهی، ورزش با خانواده و ...)
  ۹. تاکید بر انجام فعالیت بدنی، تمرینات آمادگی جسمانی منظم (هوازی، مقاومتی و ترکیبی) و بازی‌های مفرح در خانه (با توجه به شیوع ویروس کرونا)
- \* برای پیگیری و دریافت توصیه‌های تخصصی جهت کنترل وزن و دستیابی به وزن مطلوب، می‌توانید به مدیر مدرسه، پورتال دفتر تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی [www.tb.shs.medu.ir](http://www.tb.shs.medu.ir)، پورتال معاونت تربیت بدنی و سلامت [www.shs.medu.ir](http://www.shs.medu.ir) یا پورتال دفتر سلامت و تندرستی [www.health.schools.shs.medu.ir](http://www.health.schools.shs.medu.ir) و کانال‌های تخصصی کنترل وزن و چاقی دانش‌آموزان، بهداشت، تغذیه و سبک زندگی و باشگاه مجازی بدنسازی و آمادگی جسمانی در شبکه آموزشی دانش‌آموزان (شاد) مراجعه نمایید.

# جزوه سیپی