

نوشته شده توسط: سهیلا

Test date: Sep-9-2017

TOEFL: 111

Reading: 29 Listening: 26 Speaking: 29 Writing: 27

امتحان من ۱۸ شهریور توی آموزشگاه امیربهدار بود. و از ۱ مرداد تا ۵ شهریور خوندم (میخوام بگم ۱ ماهه هم میشه ازش نتیجه گرفت!) و فقط لغت خوندم و TPO زدم.

لغات: ۵۰۴ و ۴۰۰ کلمه تافل و لغات ۱۲۱۲. فقط هم از **ممرایز** میخوندم. اکثر لغات از ۱۲۱۲ بود (از طریق کانال آقای اعلائی پیداش کردم) و بشدت توصیه میکنم و خوشبختانه همه ی لغات reading رو جواب دادم هر چند نرسیدم ۱۲۱۲ رو کامل بخونم!

TPO هم از ۴۹ شروع کردم تا ۳۶ زدم همه ی بخشها رو تمرین کردم و جوابهارو با جوابای خود TPO مقایسه میکردم و از هیچ منبعی دیگه ای استفاده نکردم.

برای اسپیکینگ، ویدیوها و تمپلیت نوت فول رو به شدت پیشنهاد میکنم!

• شرایط آزمون:

مرکز آزمون نظم خیلی خوبی داشت و هیچ استرسی به من وارد نشد. البته روز قبلش خیلی استرس داشتم و طبق توصیه ی دوستانم دمنوش بهارنارنج خوردم که باعث شد خیلی راحت بخوابم!! صبحانه هم دمنوش بهارنارنج خوردم به طرز عجیبی توی آرامشم تاثیر داشت و طبق اتفاقای بدی که برام افتاد باید استرس میگرفتم که نگرفتم!! بشدت پیشنهادش میکنم: دی مراحل تشخیص هویت، عکس گرفتن و از روی متن خوندن خیلی خوب و منظم اجرا شد و کارمندا خیلی خوش برخوردن!

سیستم من هنگ کرد و امتحانم ۱۰ دقیقه دیرتر شروع شد! متاسفانه باعث شد زمان listening من با speaking

بقیه تداخل داشته باشه که مجبور شدم ولوم رو خیلی زیاد کنم و باعث گوش درد شد!

دوست داشتم **listening** لانگ بخوره و متاسفانه **reading** لانگ خورد و باز هم باعث خستگی شد و سر لیسینینگ آخراش کم آوردم (تاثیر این مسایل توی نمره **listening** که برای ۳۰ رفته بودم معلومه!!!)

نزدیک کولر بودم و سر لیسینینگ بشدت سردم شد هر چند به سختی تونستم به مسول اونجا برسونم و هر چند اشتباهی فک کرد گرمه و زیادش کرد بعد از **break** باهاشون صحبت کردم و دمشون گرم خاموشش کردن! (هر مشکلی داشتن حتما حتما بگید سریعا رسیدگی میکنن)

سیستم من ماوشش کوچیک بود که درخواست دادم و سریع عوضش کردن (از خوبیای مرکز امیربهادر رسیدگی سریعه)

حتما حتما صبونه بخورید من میل نداشتم سر لیسینینگ خیلی گشنه م شد!!

• توصیه‌های مطالعه

Reading: اوایل ریدینگ خیلی ضعیف بودم نمرم ۱۷-۱۸ میشد بعد کم کم اومد ۲۰-۲۳ و بیشتر نمیشدم. اشتباهم این بود که سریع میرفتم سوال اولو میخوندم بعد متن رو. و باعث میشد که تمرکز رو از دست بدم و **Main topic** رو که معمولا از پاراگراف اول فهمیده میشه رو نفهمم!! بعضی پاراگراف ها هم که سوال ازش نیومده بود نمیخوندم. پس اومدم قبل از دیدن سوالها، پاراگراف اول رو با تمرکز میخوندم که خیلی خیلی تاثیر داشت و پاراگراف نخونده نمیذاشتم (برای سوال چند انتخابی آخر مهمه اینکار) و نمرم رسید به ۲۷. و راستش بیشترین نمره‌ی TPO من ۲۷ بود ولی توی امتحان ۲۹ شدم!

Listening: راستش من خودم توقع ۳۰ داشتم چون اصلا مشکلی ندارم باهاش. مشلاک سر آزمون و خستگی روی نمرم تاثیر داشت. فقط اوایل ۲۴-۲۵ میشدم و نوت بر میداشتم وقتی گوش میدادم. ولی دیدم وقتی نوت مینویسی حواست پرت میشه و نکاتی رو از دست میدی. سعی کردم فقط با تمرکز گوش کنم و نوت بردارم که نمرم تا ۳۰ اومد و حول ۲۷-۳۰ نوسان داشت.

Speaking: راستش از قبل تو اسپیکینگ ضعیف نبودم. هر چند توی چارچوب تافل برام سخت بود واقعا. ولی سعی

میکردم از رو نوت فول برم جملات خاصی هم حفظ نکردم فقط سعی کردم عادی باشم. زیاد هم حرف نزدم در

حد ۳-۴ جمله برای دوتای اول. فقط یک جا کاتاف شدم فکر کنم همون نرم رو پایین آورده! (توی دو فایل دیگه یک

نمونه از اسپیکینگ هام و تمپلیت کلی م رو ارسال کردم.)

Writing: یکی از نقاط ضعفم رایتینگ بود. فقط با تمرین بهتر شدم. اوایل با تمپلیت های معروفی که همه دارن (!)

میرفتم حدود ۹۰-۱۰۰ کلمه بود. اما برای امتحان از هیچ تمپلیت متن پرکنی استفاده نکردم. داشتن یک مصحح خیلی

مهمه و تاثیر داره. من هر روز به رایتینگ TPO مینوشتم و خوشبختانه یه دوست آمریکایی م که معلمه

رایتینگ هامو ادیت میکرد و میفرستاد برام. همیشه هم روی تمپلیتم خط میکشید و میگفت که awkward

==)) کم کم عادت کردم بدون تمپلیت بنویسم و از .. firstly, secondly, استفاده نکردم چون رایتینگ طبیعی نیست

بقول دوستای آمریکایی مون! و واقعا هم مشکلی نداشتم و در حد ۳۷۰-۴۰۰ کلمه مینوشتم. تمپلیت کلی ای که از ادیت ها

برای خودم ساختم رو براتون گذاشتم و ادیت های دوستم رو حتما میفرستم که توی کانال share بشه و واقعا واثقا

خوندنشون رو توصیه میکنم. قبلش چند نکته بگم:

- دو دقیقه قبل از شروع نوشتن، تمرکز کنید و سه تا دلیل پیدا کنید رو کاغذ فقط و فقط keyword بنویسید و سعی کنید برای یکی دوتاش مثال بسازید تو ذهنتون.
- از ۲ دقیقه بیشتر نشه. من خودم بعضی وقتا ۲ دلیل میومد تو ذهنم. بعد از ۲ دقیقه شروع میکردم به نوشتن. دلیل سوم خودش حین نوشتن میاد تو ذهنتون. وقت تلف نکنید و اصلا نگران نباشید!
- اکیدا از redundancy بپرهیزید!! یک مفهوم رو تو چند جمله مختلف نگیید.
- برای هر دلیل اول یک جمله کلی مینویسید. بعد یه کم بیشتر توضیح میدید در حد یکی دو جمله.
- بعدش یا یک مثال میزنید یا تجربه خودتون (راست یا دروغ و ساختگی) میگیید یا اینکه مثال نداشتید تضاد دلیل خودتون رو بگیید مثلا از although استفاده کنید و بگیید هر چند این هم هست اما فلان! خیلی متقاعد کننده میشه دلیلتون!
- وقتی مثال میزنید تهش یه جمله کلی بگیید که دلیلتون رو ساپورت کنه و بهش مستقیم ربطش بدید. مته یه نتیجه گیری.
- هشدار! اصلا و ابدا از تجربه تون نتیجه گیری کلی نکنید.

- **هشدار** چیزی که از مصحح آمریکاییم یاد گرفتم: اصلا از **you** استفاده نکنید و تا حد ممکن خیلی کم از **one** (ضمیر) استفاده کنید ترجیحا از **a person** و **people** استفاده کنید. مثلا

One is able to accomplish his/her tasks without tension. (NOT recommended)

You are able to accomplish your tasks without tension. (NOT recommended)

A person is able to.... / People are able to (Recommended)

- برای کلی گویی از **often** استفاده کنید (نه خیلی قاطع نه خیلی ضعیف مثل **sometimes**)
- برای اینکه حرف کلی نزنید مثلا یک عادت که تو اکثر عااما هست میتونید از کلمات **tend, inclined, seem, may, might** و ... استفاده کنید مثلا:

People tend to..., People are more inclined to..., Media seem to be..., They may not....

- ترجیحا از **NOT** مطلق استفاده نکنید مثلا :

This is not fair. (NOT recommended)

This seems to be unfair. (Recommended)

My Template:

Paragraph1: (Writing about main topic,2-3 sentences). Some people believe that.... While some others think that (or other related words based on the question). I am of the opinion, that... . I will address the most discernible reasons bellow.

Paragraph1 (1st reason)

Paragraph2 (2nd reason)

Paragraph3 (3rd reason)

Paragraph5: In conclusion, it is for all the aforementioned reasons, that I have come to believe that ...(summary of 3 reasons and an ending sentence)

تا حدی که تجربه داشتم و میدونستم نوشتم براتون. امیدوارم مفید باشه. با آرزوی موفقیت برای همه ☺