

کتابچه آموزشی زبان روسی

واژگان زبان روسی با مثال

سطح متوسط تا پیشرفته | همراه با تلفظ فارسی و ترجمه روان



برای عبور از واژگان روزمره به زبان واقعی و حرفه‌ای

مجموعه‌ای گزیده از واژه‌ها و ترکیب‌های پرکاربرد روسی برای درک بهتر متن، مکالمه، رسانه، تحصیل و موقعیت‌های رسمی.

ترجمه طبیعی

تلفظ فارسی

مثال کاربردی

تهیه شده توسط

چرب زبان

<https://charbzaban.com/>

این فایل برای چه کسی مناسب است؟

اگر واژه‌های پایه مثل سلام، خانواده، رنگ‌ها، اعداد و فعل‌های روزمره را پشت سر گذاشته‌اید و می‌خواهید روسی را در گفت‌وگو، دانشگاه، محیط کار، خبر و متن‌های واقعی بهتر بفهمید، این مجموعه برای همین مرحله طراحی شده است.

سطح هدف

تقریباً B1 رو به بالا تا B2/C1. تمرکز روی واژه‌هایی است که در مکالمه جدی‌تر، مقاله، گزارش، محیط حرفه‌ای و رسانه زیاد دیده می‌شوند.

روش مطالعه

هر روز ۵ واژه را با مثال بخوانید؛ سپس مثال را ببینید و یک جمله تازه درباره زندگی خودتان بسازید. هدف «شناختن» واژه نیست؛ هدف «استفاده کردن» از آن است.

نکته مهم: تلفظ‌های فارسی تقریبی‌اند و برای شروع کمک می‌کنند، اما جای شنیدن تلفظ واقعی روسی را نمی‌گیرند. هنگام مطالعه، روی تکیه واژه و صدای نرم/سخت حروف هم تمرکز کنید.

01. تحلیل و استدلال

02. تصمیم‌گیری و حل مسئله

03. کار و تحصیل

04. گفت‌وگو و مذاکره

05. احساسات و واکنش‌ها

06. شخصیت و رفتار

07. جامعه و رسانه

08. اقتصاد و کسب‌وکار

09. فناوری و محیط دیجیتال

10. سفر و زندگی شهری

11. روابط و تعامل انسانی

12. نوشتار رسمی و آکادمیک

13. افعال پرکاربرد سطح بالاتر

14. صفات دقیق و حرفه‌ای

15. هم‌آیی‌ها و عبارتهای طبیعی

تحلیل و استدلال

واژه‌هایی برای توضیح فکر، فرضیه و استدلال

РУССКИЙ



آساناوات • **осозна́вать**

درک کردن/آگاه شدن

Я начал осознавать, насколько важен этот опыт.

یا ناچال آساناوات، ناسکولکا واژن ایت اوییت
کمکم متوجه شدم این تجربه چقدر مهم است.

پریدپالاگات • **предполагать**

احتمال دادن/فرض کردن

Мы предполагаем, что результаты изменятся.

می پریدپالاگایم، شتو رزولتاتی ایزمینیاتسا
فرض میکنیم نتایج تغییر کنند.

اوپیتیوات • **учи́тывать**

در نظر گرفتن

Нужно учитывать мнение всей команды.

نوژنا اوپیتیوات مَنیه فسپی کاماندی
باید نظر کل تیم را در نظر گرفت.

آباسنووویوات • **обосно́вывать**

توجیه کردن/دلیل آوردن

Автор подробно обосновывает свою позицию.

آفتر پادرِنا آباسنووویوات سواپو یازیتسیو
نویسنده دیدگاه خود را با جزئیات توجیه میکند.

تصمیم‌گیری و حل مسئله

برای موقعیت‌هایی که باید اقدام، مدیریت یا پیشگیری کنید

РУССКИЙ



پرنیمات رِشْنیه • **принимать решéние**

تصمیم گرفتن

Нам придётся быстро принять решение.

نام پریدیوتسا بیسترا پرنیمات رِشْنیه
مجبوریم سریع تصمیم بگیریم.

پریآدالوات • **преодоле́вать**

غلبه کردن بر

Она научилась преодолевать трудности.

آنا نااوچیلاس پریآدالوات ترودناستی
او یاد گرفت بر دشواریها غلبه کند.

اسپراولیاتسا • **справля́ться**

از عهده برآمدن

Он хорошо справляется с давлением.

اون خاراشو اسپراولیاتسا س داوَلْنِیْم
او بهخوبی از پس فشار برمیآید.

پریدآتوراشات • **предотвраща́ть**

جلوگیری کردن

Эта мера помогает предотвращать ошибки.

إتا مرا پامگایِت پریدآتوراشات آشِبِیکِی
این اقدام به جلوگیری از خطاها کمک میکند.

نکته کاربردی: افعال این بخش معمولاً با مفعول یا حرف اضافه خاص می‌آیند. واژه را همیشه همراه ساختار جمله حفظ کنید.

کار و تحصیل

واژگان رسمی‌تر برای رزومه، دانشگاه و محیط حرفه‌ای

РУССКИЙ



компетёнция • کامپیتنتسیا

صلاحیت/شایستگی

Эта компетенция особенно важна для руководителя.

اِتا کامپیتنتسیا آسایِنّا واژِنّا دلیا روکاوادیتلیا این شایستگی برای یک مدیر اهمیت ویژهای دارد.

обязанность • آبیازانست

مسئولیت شغلی/وظیفه

В мои обязанности входит подготовка отчётов.

ف مایِ آبیازانستی فخودیت پادگاتوفکا آچوتاف تهیه گزارشها جزو وظایف من است.

достижение • داستیژنیه

دستاورد

Это одно из главных достижений проекта.

اِتا آدنا ایز گلاونیک داستیژنی پروژهِکتا این یکی از مهمترین دستاوردهای پروژه است.

исследование • ایسلداوانیه

تحقیق/پژوهش

Исследование показало неожиданный результат.

ایسلداوانیه پاکازالا یآژیدائی رزولتات پژوهش نتیجهای غیرمنتظره نشان داد.

نکته کاربردی: برای رزومه یا مصاحبه، به جای حفظ تعریف، یک نمونه واقعی از تجربه خودتان با هر واژه بنویسید.

گفت‌وگو و مذاکره

برای بیان نظر بدون ساده‌گویی و مدیریت اختلاف

РУССКИЙ



• **убеждать** • اوبیژدات

متقاعد کردن

Факты помогли убедить клиента.

فاکتی پامگلی اوبیدیت کلینتا
واقعیتها به متقاعد کردن مشتری کمک کردند.

• **возражать** • وازراژات

ایراد گرفتن/مخالفت کردن

Я не возражаю против этого предложения.

یا نه وازراژایو پراتیف ایتاوا پریدلایژنیا
من با این پیشنهاد مخالفتی ندارم.

• **уточнять** • اوتاچنیات

دقیقتر پرسیدن/شفافسازی

Позвольте уточнить один момент.

پازولیه اوتاچنیت آدین مامنت
اجازه دهید یک نکته را روشنتر کنم.

• **соглашаться** • ساگلاشاتسا

موافق شدن

Я не могу полностью с вами согласиться.

یا نه ماگو پالناستیو س وامی ساگلاسیئتسا
نمیتوانم کاملاً با شما موافق باشم.

نکته کاربردی: در مذاکره، لحن به اندازه واژه مهم است. عبارت‌های مخالفت را با ساختارهای نرم‌تر ترکیب کنید.

احساسات و واکنش‌ها

عبارت‌هایی دقیق‌تر از خوب، بد، خوشحال و ناراحت

РУССКИЙ



رازچاروانیه • **разочарование**

سرخوردگی/نامیدی

Его решение вызвало разочарование.

پوا رِشْنیه ویزوالا رازچاروانیه
تصمیم او باعث نامیدی شد.

بِسپاکویستوا • **беспокойство**

نگرانی

Эта новость вызывает беспокойство.

اِتا نوواست ویزیوایت بِسپاکویستوا
این خبر باعث نگرانی میشود.

آبلیخچنیه • **облегчение**

سبک شدن/آسودگی

После разговора я почувствовал облегчение.

پاسله رازگاؤرا یا پاچوستواوال آبلیخچنیه
بعد از گفتوگو احساس آسودگی کردم.

رازدراژنیه • **раздражение**

تحریک‌پذیری/کلافگی

Постоянный шум вызывает раздражение.

یاستایائی شوم ویزیوایت رازدراژنیه
صدای مداوم باعث کلافگی میشود.

نکته کاربردی: احساسات در روسی اغلب با «вызывать / испытывать / чувствовать» ترکیب می‌شوند. این سه فعل را کنار این اسم‌ها تمرین کنید.

شخصیت و رفتار

صفات کاربردی برای توصیف آدم‌ها با دقت بیشتر

РУССКИЙ



پریدوسماتریتلنی • **предусмотрительный**

آینده‌نگر/دوراندیش

Он предусмотрительный руководитель.

اون پریدوسماتریتلنی روکاوادیتل
او مدیری دوراندیش است.

ناستویچیوی • **настойчивый**

مصمم/پیگیر

Она настойчива и не сдаётся после неудач.

آنا ناستویچیوا ای نه سداپوتسا پاسله یاوداچ
او پیگیر است و بعد از شکستها تسلیم نمیشود.

سدیرژائی • **сдержанный**

کمابراز/خویشتندار

Он обычно сдержан в эмоциях.

اون آبیچنا سدیرژان ف اموتسیاخ
او معمولاً در ابراز احساسات خویشتندار است.

دابراسووستنی • **добросовестный**

باوجدان/وظیفه‌شناس

Она очень добросовестно относится к работе.

آنا اوچن دابراسووستنا آنوسیتسا ک راباته
او بسیار وظیفه‌شناسانه با کار برخورد میکند.

نکته کاربردی: صفات را فقط با «он/она» تمرین نکنید؛ آن‌ها را برای توصیف همکار، مدیر، دوست یا شخصیت فیلم به کار ببرید.

جامعه و رسانه

برای خبر، تحلیل اجتماعی و ارزیابی منابع

РУССКИЙ



общественность • آبشستونست

جامعه/افکار عمومی

Новость вызвала широкий интерес общественности.

نوواست ویزوالا شیروکی اینترس آبشستونستی
خبر توجه گسترده افکار عمومی را جلب کرد.

освещать • آسوشات

پوشش رسانهای دادن

СМИ подробно освещали событие.

اسامای پادژنا آسوشالی ساییتیه
رسانهها رویداد را با جزئیات پوشش دادند.

достоверный • داستاورنی

معتبر/قابل اعتماد

Нам нужен достоверный источник информации.

نام نوژن داستاورنی ایستاچنیک اینفارماتسی
به یک منبع اطلاعاتی معتبر نیاز داریم.

предвзятый • پریدوزیاتی

متعصبانه/جانبدارانه

Этот обзор кажется слишком предвзятым.

اِت آبزور کاژتسا سلیشکام پریدوزیاتیم
این بررسی بیش از حد جانبدارانه به نظر میرسد.

نکته کاربردی: هنگام خواندن خبر، بین «واقعیت»، «نظر» و «برداشت جانبدارانه» تمایز بگذارید؛ این واژه‌ها برای همین کار مفیدند.

اقتصاد و کسب و کار

واژگان ضروری برای گزارش، مذاکره و خبرهای اقتصادی

РУССКИЙ ₪

داخله • **доход**

درآمد

Доход компании вырос за последний квартал.

داخله کامپانی ویژس زا یاسلیدی کوارتال
درآمد شرکت در فصل گذشته افزایش یافت.

راسخودی • **расходы**

هزینهها

Нам удалось сократить расходы на логистику.

نام اودالاس ساکراتیت راسخودی نا لاگستیکو
توانستیم هزینههای لجستیک را کاهش دهیم.

پریل • **прибыль**

سود

Прибыль оказалась выше ожиданий.

پریل آکازالاس ویشه آژیدانی
سود بیشتر از انتظار بود.

اسپروس • **спрос**

تقاضا

Спрос на услугу заметно увеличился.

اسپروس نا اوسلوگو زامتنا اوپلیچیلسا
تقاضا برای این خدمت بهطور محسوسی افزایش
یافت.

نکته کاربردی: در متن اقتصادی، فعلهای «расти / снижаться / увеличиваться / сокращаться» را کنار این اسمها یاد بگیرید.

فناوری و محیط دیجیتال

برای توضیح محصول، خطا، امنیت و توسعه

РУССКИЙ



устройство • اوسترويستوا

وسيله/دستگاه

Устройство автоматически подключается к сети.

اوسترويستوا آوماتيتيشسكى پادكليوچايتسا ك
يستي
دستگاه بهطور خودكار به شبکه متصل ميشود.

разработка • رازاباتكا

طراحی و ساخت/توسعه

Разработка новой версии заняла три месяца.

رازاباتكا نووای ورسى زانپالا ترى مسيتسا
توسعه نسخه جديد سه ماه طول كشيد.

внедрение • فنيدرنیه

استقرار/پيادهسازى

Внедрение системы начнётся осенью.

فنيدرنیه سيستمى ناچنيوتسا آسينيو
پيادهسازى سيستم از پاييز آغاز ميشود.

обновление • آبناولنيه

بهرورزسانى

После обновления приложение работает стабильнее.

پاسله آبناولنيا پريلازنيه رابوتايت استابيلنيه
بعد از بهرورزسانى برنامه پايدارتر كار ميكند.

سفر و زندگی شهری

واژه‌هایی فراتر از هتل، بلیت و فرودگاه

РУССКИЙ



داستایریمچاتلنست • **достопримечательность**

جاذبه دیدنی

Эта площадь — одна из главных достопримечательностей города.

آدنا ایز گلاونیک داستایریمچاتلناستی گورادا — ایتا پلوشاد
این میدان یکی از جاذبه‌های اصلی شهر است.

پیریسادکا • **пересадка**

وسیله نقلیه/تعویض خط

На этой станции нужно сделать пересадку.

نا ایتای استانتسی نوژنا زدیلات پیریسادکو
در این ایستگاه باید خط عوض کنید.

رازمیشنیه • **размещение**

اسکان/اقامت

В стоимость входит размещение и завтрак.

ف استایماسف فخودیت رازمیشنیه ای زافتراک
هزینه شامل اقامت و صبحانه است.

برانیروانیه • **бронирование**

رزرو

Подтверждение бронирования пришло на почту.

پادتورژدنیه برانیروانیا پریشلو نا یوچتو
تأیید رزرو به ایمیل رسید.

نکته کاربردی: برای سفر سطح بالاتر، موقعیت واقعی بسازید: تأخیر، تغییر مسیر، رزرو اشتباه یا پرسیدن درباره حمل و نقل عمومی.

روابط و تعامل انسانی

برای بیان اعتماد، حمایت، دلخوری و آشتی

РУССКИЙ



• **взаимопонимание** • **وزایمپانیمانیه**

درک متقابل

Без взаимопонимания трудно работать вместе.

پز وزایمپانیمانی ترودنا رابوتات فمسته
بدون درک متقابل، همکاری دشوار است.

• **доверие** • **داوریه**

اعتماد

Доверие формируется постепенно.

داوریه فارمیرویتسا پاستیپتا
اعتماد بهتدریج شکل میگیرد.

• **поддерживать** • **پادیرژیوات**

پشتیبانی کردن/حمایت کردن

Важно поддерживать друг друга в сложных ситуациях.

واژنا پادیرژیوات دروگ دروگا ف اسلوژنیک
سیتواتسیاخ
مهم است در موقعیتهای دشوار از یکدیگر حمایت
کنیم.

• **обижаться** • **آبیژاتسا**

دلخور شدن

Не обижайся, я не хотел тебя задеть.

یه آبیژایسا، یا نه خاتیل تیبا زادت
دلخور نشو، قصد نداشتم ناراحت کنم.

نکته کاربردی: در روابط، ترجمه یک واژه کافی نیست؛ شدت و لحن آن را هم در جمله ببینید تا از برداشت اشتباه جلوگیری شود.

نوشتار رسمی و آکادمیک

اتصال منطقی جمله‌ها در مقاله، گزارش و ارائه

РУССКИЙ



• **следовательно** • **سلیداوا تِلنا**

در نتیجه/بنابراین

Данные неполные; следовательно, вывод пока предварительный.

دائیه نپولنیه؛ سلیداوا تِلنا، ویوُد یاکا پیریدواریتلنی داده‌ها کامل نیستند؛ بنابراین نتیجه فعلاً مقدماتی است.

• **однако** • **آدناکا**

اما/با این حال

Метод эффективен, однако требует времени.

مِتادِ اِفکِتیوِن، آدناکا تریبویِت وِرمِنی روش مؤثر است، اما زمان می‌طلبد.

• **несмотря на** • **نِسما تِریا نا**

با وجود

Несмотря на трудности, проект завершили вовремя.

نِسما تِریا نا تِروُدناستی، پروژِهکت زاوَرِشِلی وافرِمیا با وجود دشواریها، پروژه را به‌موقع تمام کردند.

• **согласно** • **ساگلاسنا**

بر اساس/مطابق

Согласно отчёту, спрос продолжает расти.

ساگلاسنا آچوتو، اسپروس پِرادالزایت راستی طبق گزارش، تقاضا همچنان در حال رشد است.

نکته کاربردی: این اتصال‌دهنده‌ها متن شما را منظم‌تر می‌کنند. در یک پاراگراف کوتاه حداقل دو مورد از آن‌ها را به کار ببرید.

افعال پرکاربرد سطح بالاتر

افعالی که در خبر، مقاله و گفت‌وگوی جدی زیاد می‌بینید

РУССКИЙ ↑

сталкиваться • استالکیواتسا

مواجه شدن با

Малый бизнес часто сталкивается с нехваткой ресурсов.

مالی بیزینس چاستا استالکیوایتسا س یخواتکای
رِسورساف
کسبوکار کوچک اغلب با کمبود منابع روبه‌رو
میشود.

зависеть • زاویسیت

وابسته بودن

Результат зависит от нескольких факторов.

رِزولتات زاویسیت آت یسکالکیخ فاکتاراف
نتیجه به چند عامل بستگی دارد.

способствовать • اسپاشبستووات

تسهیل کردن/کمک کردن به

Регулярная практика способствует прогрессу.

رِگولیارئایا پراکتیکا اسپاشبستوویت پراگرسو
تمرین منظم به پیشرفت کمک میکند.

свидетельствовать • سویدیتلستووات

گواه بودن/نشان دادن

Эти данные свидетельствуют о росте интереса.

ایتی دائیه سویدیتلستووویت آ روسته اینترِسا
این داده‌ها از افزایش علاقه خبر میدهند.

نکته کاربردی: این افعال در متن‌های رسمی بسیار پرکاربردند و معمولاً با اسم‌های انتزاعی می‌آیند؛ از آن‌ها جمله‌های خبری بسازید.

صفات دقیق و حرفه‌ای

برای اینکه توصیف‌هایتان طبیعی‌تر و سطح بالاتر شوند

РУССКИЙ



سوئیستونی • **существенный**

اساسی/قابل توجه

Мы заметили существенное улучшение качества.

می زامتیلی سوئیستونیایه اولوچشینیه کاجستوا بهبود قابلتوجهی در کیفیت مشاهده کردیم.

وِرایاتی • **вероятный**

محتمل

Это наиболее вероятная причина задержки.

إتا نابولییه وِرایاتیایا پریچینا زادرژکی این محتملترین دلیل تأخیر است.

پاسلداواتلنی • **последовательный**

مرحله‌ای/پیوسته/منسجم

Нам нужен последовательный план действий.

نام نوژن پاسلداواتلنی پلان دیستوی به یک برنامه عملی منسجم نیاز داریم.

یآدنازانچینی • **неоднозначный**

بختبرانگیز/چندپهلو

Реакция общества была неоднозначной.

راکتسیا آبیشستوا بیلا یآدنازانچینای واکنش جامعه یکدست و روشن نبود.

نکته کاربردی: برای صفات پیشرفته، یک متضاد هم یاد بگیرید؛ مثلاً «существенный ↔ незначительный».

هم‌آیی‌ها و عبارتهای طبیعی

ترکیب‌هایی که روسی را از حالت ترجمه کلمه‌به‌کلمه خارج می‌کنند

РУССКИЙ ∞

• **прийти к выводу** • **پرییتی ک ویودو**

به نتیجه رسیدن

После обсуждения мы пришли к выводу, что план нужно изменить.

پاسله آبسوژدنیا می پریشلی ک ویودو، شتو پلان نوژنا ایزمنیت بعد از بحث به این نتیجه رسیدیم که باید برنامه را تغییر دهیم.

• **иметь в виду** • **ایمت ف ویدو**

مدنظر داشتن

Имейте в виду, что правила могут измениться.

ایمیتیه ف ویدو، شتو پراویلا ماگوت ایزمنیتسا در نظر داشته باشید که قوانین ممکن است تغییر کنند.

• **иметь дело с** • **ایمت دلا س**

سر و کار داشتن با

Я часто имею дело с международными клиентами.

یا چاستا ایمیو دلا س میژدوناردنیمی کلینتامی من اغلب با مشتریان بینالمللی سر و کار دارم.

• **играть роль** • **ایگرات رول**

نقش داشتن

Опыт играет важную роль при выборе кандидата.

اوپیت ایگرایت واژنیو رول پری وییره کاندیداتا تجربه در انتخاب نامزد نقش مهمی دارد.

نکته کاربردی: عبارت را یک واحد کامل ببینید. اگر فقط تک‌تک واژه‌ها را حفظ کنید، جمله نهایی طبیعی به نظر نمی‌رسد.

۶ اشتباه رایج در یادگیری واژگان روسی

برای عبور از حفظ کردن به استفاده واقعی از واژه‌ها

۱. حفظ ترجمه تک‌کلمه‌ای

یک واژه روسی ممکن است چند معادل فارسی داشته باشد. کاربرد واقعی را از مثال و حرف اضافه همراهش یاد بگیرید.

۲. نادیده گرفتن تکیه

تکیه در روسی می‌تواند تلفظ واژه‌ها را تغییر دهد. حتی اگر خط سیریلیک را خوب می‌خوانید، تلفظ را جداگانه تمرین کنید.

۳. ساختن جمله با الگوی فارسی

هم‌آیی‌ها مهم‌اند. مثلاً «принять решение» را یک قطعه کامل حفظ کنید، نه دو واژه مستقل.

۴. تمرین فقط در حالت پایه

اسم و صفت روسی صرف می‌شوند. واژه را در چند جمله و حالت دستوری متفاوت ببینید.

۵. مرور منفعل

دوباره خواندن فهرست احساس آشنایی می‌دهد، اما یادگیری فعال نیست. واژه را بدون دیدن جواب بازبازی کنید.

۶. واژه زیاد در یک روز

۵ تا ۸ واژه‌ای که واقعاً استفاده می‌کنید، بهتر از ۳۰ واژه‌ای است که فقط یک بار دیده‌اید.

یادت باشد: برای رفتن از سطح متوسط به پیشرفته، هم‌آیی، لحن، مترادف، متضاد و موقعیت کاربرد را هم یاد بگیرید.

از واژه منفعل به واژه قابل استفاده

چهار تمرین کوتاه برای اینکه واژه فقط آشنا نباشد، بلکه آماده استفاده باشد

1 بازیابی

معنی فارسی را ببینید و واژه روسی را بدون نگاه کردن بگویید.

2 تغییر مثال

در جمله نمونه، فقط یک جزء را عوض کنید: زمان، شخص، مکان یا موضوع.

3 جمله شخصی

یک جمله بنویسید که واقعاً به زندگی، کار یا تجربه خودتان مربوط باشد.

4 ترکیب دو واژه

دو واژه را در یک جمله به کار ببرید؛ مثلاً «учитывать» و «требование».

چالش ۱۰ دقیقه‌ای

با واژه‌های زیر یک پاراگراف ۴ جمله‌ای بسازید:

учитывать существенный прийти к выводу однако

Мы учли все требования. Однако возникла существенная проблема. После обсуждения команда пришла к выводу, что план нужно изменить. Новое решение оказалось более целесообразным.

همه الزامات را در نظر گرفتیم. با این حال یک مشکل مهم به وجود آمد. پس از بحث، تیم به این نتیجه رسید که برنامه باید تغییر کند. راه‌حل جدید منطقی‌تر از آب درآمد.

چک لیست پیشرفت شما

اگر بتوانید بیشتر موارد زیر را انجام دهید، واژگان از حالت «آشنا» به «قابل استفاده» نزدیک شده‌اند.

☐ می‌توانم معنی واژه را بدون دیدن ترجمه حدس بزنم.

☐ می‌توانم تلفظ تقریبی را بدون مکث بخوانم.

☐ می‌توانم یک مثال تازه درباره خودم بسازم.

☐ حرف اضافه یا ساختار رایج واژه را می‌دانم.

☐ می‌توانم واژه را در متن خبر یا مقاله تشخیص دهم.

☐ دست‌کم یک مترادف، متضاد یا هم‌آیی برای آن می‌شناسم.

برنامه پیشنهادی ۷ روزه

روز ۱: بخش‌های ۱ تا ۳
روز ۳: بخش‌های ۷ تا ۹
روز ۵: بخش‌های ۱۳ تا ۱۵
روز ۷: آزمون بدون نگاه به ترجمه

روز ۲: بخش‌های ۴ تا ۶
روز ۴: بخش‌های ۱۰ تا ۱۲
روز ۶: مرور با مثال شخصی

Успехов в изучении русского языка!

در یادگیری زبان روسی موفق باشید. پس از این مرور، بخش تکمیلی واژه‌های غیرتکراری را ادامه دهید.

افعال پیشوندی و حرکتی

واژه‌های تکمیلی غیرتکراری از بخش دوم فایل؛ برای درک دقیق‌تر حرکت، جهت و ساختار فعل.

РУССКИЙ →

ВЫХОДИТЬ / ВЫЙТИ

vykhodít' / výyti

خارج شدن، بیرون رفتن

ЗАХОДИТЬ / ЗАЙТИ

zakhodít' / zaytí

سر زدن، وارد شدن

ПЕРЕХОДИТЬ / ПЕРЕЙТИ

perekhodít' / pereyti

عبور کردن، رد شدن

ПОДХОДИТЬ / ПОДОЙТИ

podkhodít' / podoytí

نزدیک شدن؛ مناسب بودن

ОТХОДИТЬ / ОТОЙТИ

otkhodít' / otoyti

دور شدن؛ حرکت کردن (قطار)

УХОДИТЬ / УЙТИ

ukhodít' / uytí

ترک کردن، رفتن

ПРИХОДИТЬ / ПРИЙТИ

prikhodít' / priyti

رسیدن، آمدن

НАСТУПАТЬ / НАСТУПИТЬ

nastupát' / nastupít'

فرا رسیدن (فصل، زمان)

افعال پیشوندی و حرکتی - ادامه

افعال تکمیلی برای مکالمه و متن‌های سطح بالاتر؛ موارد تکراری با بخش‌های قبل حذف شده‌اند.

РУССКИЙ →

возвращаться / вернуться

vozvrashchát'sya / vernút'sya

بازگشتن

разбираться (в чём-то)

razbirát'sya

سررشته داشتن، وارد بودن

добиваться (чего-то)

dobivát'sya

به دست آوردن، رسیدن به هدف

обращаться (к кому-то)

obrashchát'sya

مراجعه کردن، رو آوردن

воспринимать / воспринять

vosprinimát' / vosprinyát'

درک کردن، دریافت کردن

выясняться / выясниться

vyyasnyát'sya / vyясnit'sya

روشن شدن، معلوم شدن

подразумевать

podrazumevát'

منظور داشتن، دلالت کردن بر

осуществлять / осуществить

osushchestvlyát' / osushchestvít'

اجرا کردن، محقق کردن

نمونه جمله‌های همان بخش

Я не понимаю, что происходит — надо разобраться.

Ya ne ponimáyu, chto proiskhódit — nádo razobrá't'sya.

Мы наконец добились того, чего хотели.

My nakonéts dobílis' togó, chegó khotéli.

Он всегда обращается ко мне за советом.

On vsegdá obrashchá'yetsya ko mne za sovétom.

نمی‌فهمم چه اتفاقی دارد می‌افتد؛ باید سررشته‌اش را پیدا کنم.

بالاخره به چیزی که می‌خواستیم رسیدیم.

او همیشه برای مشورت به من مراجعه می‌کند.

پیشوندهای فعل، معنای فعل ساده را تغییر می‌دهند؛ یادگیری الگوی پیشوندها سرعت تشخیص و یادگیری را بیشتر می‌کند.

اصطلاحات محاوره‌ای و عامیانه

عبارت‌هایی که در گفت‌وگوی دوستانه زیاد شنیده می‌شوند و در بخش‌های قبلی تکرار نشده‌اند.

РУССКИЙ



вешать лапшу на уши

véshat' lapshú na úshi

سر کسی را شیره مالیدن (دروغ گفتن)

ни пуха ни пера

ni púkha ni perá

موفق باشی! (آرزوی موفقیت)

держаться в руках

derzhát' sebyá v rukákh

خونسردی خود را حفظ کردن

быть не в своей тарелке

byt' ne v svoýéy tarélke

احساس راحتی نکردن، دمی بودن

кот наплакал

kot naplákal

خیلی کم (به اندازه اشک گربه)

как две капли воды

kak dve kápli vodý

شبهه هم، مثل دو قطره آب

без понятия

bez ponyátiya

هیچ ایده‌ای نداشتن

не бери в голову

ne berí v gólovu

به دلت راه نده، نگران نباش

крыша поехала

krýsha poyékhala

عقلش یارید! (اصطلاح عامیانه)

заморочки

zamoróchki

دردسر، پیچیدگی‌های کوچک

سه نمونه کاربرد

Не верь ему, он тебе лапшу на уши вешает!
Ne ver' yemú, on tebé lapshú na úshi véshayet!

После переезда я чувствовал себя не в своей тарелке.
Poslé pereyézda ya chúvstvoval sebyá ne v svoýéy tarélke.

У меня денег — кот наплакал.
U menyá dénég — kot naplákal.

بهش اعتماد نکن، داره بهت شیره می‌مالد!

بعد از جابه‌جایی، احساس راحتی نمی‌کردم.

پولم خیلی کم است.

احساسات و ویژگی‌های شخصیتی پیچیده

در این صفحه فقط واژه‌های تازه حفظ شده‌اند؛ «разочарование» و «раздражение» به دلیل تکرار حذف شدند.

РУССКИЙ



самоуверенность

samouvérennost'

اعتماد به نفس (گاه بیش از حد)

подозрительность

podozrítel'nost'

بدگمانی، سوءظن

великодушие

velikodúshiye

بزرگ‌منشی، سخاوت روحی

лицемерие

litsemériye

دورویی، ریاکاری

чуткость

chútkost'

حساسیت نسبت به احساسات دیگران

высокомерие

vysokomériye

تکبر، خودبرتربینی

نمونه‌های همان بخش

Его высокомерие раздражает коллег.
Yegó vysokomériye razdrazháyet kollég.

Она известна своей чуткостью к чужим переживаниям.

Oná izvéstna svoyéy chútkost'yu k chuzhím perezhivániyam.

تکبرش همکاران را کلافه می‌کند.

او به حساسیتش نسبت به احساسات دیگران معروف است.

کار، تجارت و حرفه

واژه‌های تازه برای مصاحبه شغلی، جلسه و فضای اداری؛ «ОБЯЗАННОСТИ» به دلیل تکرار حذف شده است.

РУССКИЙ



собеседование

sobesédovaniye

مصاحبه شغلی

повышение

povyshéniye

ارتقای شغلی، ترفیع

совещание

soveshchániye

جلسه کاری

сотрудничество

sotrúdnichestvo

همکاری

конкурентоспособность

konkurentosposóbnost'

رقابت‌پذیری

переговоры

peregovóry

مذاکرات

увольнение

uvol'néniye

اخراج از کار

предприниматель

predprinimátel'

کارآفرین

командировка

komandiróvka

سفر کاری، مأموریت اداری

نمونه جمله‌ها

Завтра у меня собеседование на новую должность.

Závtra u menyá sobesédovaniye na nóvuyu dólzhnost'.

Переговоры затянулись на три часа.

Peregovóry zatyanúlis' na tri chasá.

فردا مصاحبه شغلی برای سمت جدید دارم.

مذاکرات سه ساعت طول کشید.

علم، فناوری و رسانه

فقط موارد تازه نگه داشته شده‌اند؛ «достижение»، «исследование» و «обновление» تکراری بودند و حذف شدند.

РУССКИЙ



искусственный интеллект

iskústvennyy intellékt

هوش مصنوعی

зависимость (от чего-то)

zavísimost'

وابستگی، اعتیاد

распространение

rasprostranéníye

انتشار، گسترش

доказательство

dokazátel'stvo

مدرک، اثبات

вмешательство

vmeshátel'stvo

مداخله، دخالت

воздействие

vozdéystviye

تأثیر، اثرگذاری

утечка (информации)

utéchka

نشت اطلاعات

نمونه جمله‌ها

Искусственный интеллект меняет рынок труда.

Учёные представили доказательства своей теории.

هوش مصنوعی بازار کار را تغییر می‌دهد.

دانشمندان مدارک نظریه‌شان را ارائه دادند.

سیاست و جامعه

واژگان لازم برای درک خبر و بحث‌های اجتماعی-سیاسی در سطح بالاتر.

РУССКИЙ

**общественное мнение**

obshchéstvennoye mnéniye

افکار عمومی

справедливость

spravedlívost'

عدالت

неравенство

nerávenstvo

نابرابری

гражданин / гражданка

grazhdanín / grazhdánka

شهروند (مرد / زن)

законопроект

zakonoproýékt

لایحه قانونی

ответственность

otvétstvennost'

مسئولیت

протест

protést

اعتراض

реформа

refórma

اصلاحات

меньшинство

menshinstvó

اقلیت

обязательство

obyazátel'stvo

تعهد

نمونه جمله‌ها

Общественное мнение изменилось после реформы.

Каждый гражданин имеет право на справедливость.

افکار عمومی بعد از اصلاحات تغییر کرد.

هر شهروندی حق دارد به عدالت دسترسی داشته باشد.

ضرب‌المثل‌ها و اصطلاحات ادبی

شش عبارت فرهنگی برای فهم بهتر لایه‌های عمیق‌تر زبان روسی.

РУССКИЙ “

Тише едешь — дальше будешь.

Tíshe yédesh' — dál'she búdeshe'.

آهسته برو، پیوسته برو.

Не всё то золото, что блестит.

Ne vsyo to zóloto, chto blestít.

هر چه می‌درخشد طلا نیست.

برای هشدار درباره ظاهر فریبنده و عجله نکردن در قضاوت.

Друзья познаются в беде.

Druz'yá poznayútsya v bedé.

دوست واقعی در سختی شناخته می‌شود.

دوستی واقعی در زمان دشواری آشکار می‌شود.

Яблоко от яблони недалеко падает.

Yábloko ot yábloni nedalekó pádayet.

سیب دور از درخت سیب نمی‌افتد.

برای شباهت فرزند به والدین از نظر رفتار یا خصوصیات.

Волков бояться — в лес не ходить.

Volkóv boyát'sya — v les ne khodít'.

اگر از گرگ می‌ترسی، به جنگل نرو.

برای انجام کاری باید ریسک و دشواری آن را پذیرفت.

Семь раз отмерь, один раз отрежь.

Sem' raz otmér', odín raz otrézh'.

هفت بار اندازه بگیر، یک بار ببر.

قبل از هر اقدام مهم، خوب فکر کن و بسنج.

سفر و توصیف مکان‌ها

واژه‌های تازه؛ سه مورد تکراری «جاذبه دیدنی»، «اسکان» و «رزرو» از این بخش حذف شده‌اند.

РУССКИЙ



маршрут

marshrút

مسیر سفر

живописный

zhivopísnyy

دیدنی، زیبا (منظره)

удалённый

udalyónnyy

دورافتاده

оживлённый

ozhivlyónnyy

پرجنب‌وجوش، شلوغ و پرنشاط

непредсказуемый

nepredskazúyemyy

غیرقابل پیش‌بینی

задержка рейса

zadérzhka réysa

تأخیر پرواز

таможня

tamózhnya

گمرک

نمونه جمله‌ها

Мы забронировали живописный отель у моря.

Из-за задержки рейса мы опоздали на пересадку.

هتلی دیدنی و زیبا کنار دریا رزرو کردیم.

به‌خاطر تأخیر پرواز، به پرواز اتصالی نرسیدیم.

تمرین نهایی

جای خالی را با یکی از واژه‌ها یا عبارت‌هایی که در کتابچه خواندید پر کنید. بدون نگاه کردن به پاسخ‌ها جواب دهید.

1. دیشب هیچ ____ نداشتم که این قدر دیر می‌شود.

2. بعد از جابه‌جایی احساس می‌کردم ____ خودم نیستم.

3. رئیس‌م به‌خاطر ____ ام قول ترفیع داد.

4. فردا باید در یک ____ مهم شرکت کنم.

5. هواپیمای ما به‌خاطر ____ سه ساعت دیر رسید.

پاسخ‌ها:

1. понятия | 2. не в своей тарелке | 3. настойчивость | 4. совещании | 5. задержки рейса

این آزمون کوتاه عمداً از واژه‌های بخش تکمیلی استفاده می‌کند تا مشخص شود مطالب جدید واقعاً در حافظه فعال شده‌اند یا نه.

چک‌لیست مرور بلندمدت

□ روزی ۵ تا ۷ واژه جدید را با یک جمله شخصی تمرین کنید.

□ افعال پیشوندی را روی یک برگه با پیشوندهای مختلف کنار هم بنویسید.

□ هر هفته یک اصطلاح محاوره‌ای را در یک مکالمه واقعی به کار ببرید.

□ واژگان کار و تجارت را پیش از مصاحبه یا جلسه مرور کنید.

□ دو ضرب‌المثل را حفظ کنید و مفهوم فارسی‌شان را توضیح دهید.

□ این کتابچه را هر دو هفته یک‌بار مرور کنید تا واژگان تثبیت شوند.

موفق باشید در یادگیری زبان روسی

برای هر فصل یک دسته فلش‌کارت بسازید: یک طرف واژه روسی و طرف دیگر معنی فارسی و یک جمله نمونه. مرور روزانه کوتاه، از مرور یک‌باره طولانی کاربردی‌تر است.

<https://charbzaban.com/>