

Band7Arabia

300 Essential IELTS Words

+ 60 Key Verb Forms

A practical bilingual starter pack for Arabic-speaking learners

دليل عملي ثنائي اللغة لبناء مفرداتك للآيلتس خطوة بخطوة

Learn the word. Use it in a phrase. Recycle it in your own sentence.

تعلم الكلمة، استخدمها في عبارة، ثم أعد استخدامها في جملة من عندك.

This is an independent Band7Arabia study resource. It is not an official IELTS publication and does not guarantee a band score.

How to use this booklet

كيف تستخدم هذا الكتيب؟

1. Learn in small sets	تعلم 10 كلمات فقط في الجلسة الواحدة، ولا تحاول حفظ القائمة كاملة دفعة واحدة.
2. Learn phrases, not isolated words	ركّز على العبارات الشائعة مع الكلمة، لأن الاستخدام الطبيعي أهم من الحفظ المنفصل.
3. Write one personal example	اكتب جملة مرتبطة بحياتك أو دراستك، فذلك يساعدك على التذكر والاستخدام.
4. Recycle after 1, 3 and 7 days	راجع الكلمات بعد يوم، ثم بعد 3 أيام، ثم بعد أسبوع.
5. Use the words selectively	في الكتابة والتحدث، استخدم الكلمة فقط عندما تكون مناسبة للمعنى والسياق.

خطة 30 يوماً المقترحة: 10 كلمات يومياً $\times$ 30 يوماً = 300 كلمة. خصص اليوم السابع والرابع عشر والحادي والعشرين والثلاثين للمراجعة الإضافية.

1. Education & Learning

التعليم والتعلّم

Useful phrases: quality education • academic achievement • higher education • practical skills • learning outcomes

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	curriculum	منهج دراسي
2	syllabus	مقرر / خطة دراسية
3	assessment	تقييم
4	achievement	تحصيل / إنجاز
5	literacy	معرفة القراءة والكتابة
6	numeracy	مهارات الحساب
7	tuition	رسوم / تدريس
8	scholarship	منحة دراسية
9	qualification	مؤهل
10	vocational	مهني
11	compulsory	إلزامي
12	academic	أكاديمي
13	discipline	تخصص / انضباط
14	enrolment	الالتحاق
15	attendance	الحضور
16	dropout	التسرب الدراسي
17	motivation	الدافعية
18	concentration	التركيز
19	feedback	التغذية الراجعة
20	performance	الأداء
21	knowledge	المعرفة
22	skill	مهارة
23	competence	كفاءة
24	research	بحث
25	graduate	خريج

2. Environment & Climate

البيئة والمناخ

Useful phrases: reduce emissions • renewable energy • protect biodiversity • waste management • natural resources

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	environment	البيئة
2	climate	المناخ
3	pollution	التلوث
4	emission	انبعاث
5	renewable	متجدد
6	sustainable	مستدام
7	conservation	حماية / حفظ
8	biodiversity	التنوع الحيوي
9	ecosystem	نظام بيئي
10	habitat	موطن طبيعي
11	deforestation	إزالة الغابات
12	drought	جفاف
13	flood	فيضان
14	waste	نفايات
15	recycle	يعيد التدوير
16	resource	مورد
17	energy	طاقة
18	carbon	كربون
19	temperature	درجة الحرارة
20	agriculture	الزراعة
21	wildlife	الحياة البرية
22	species	نوع / فصيلة
23	scarcity	ندرة
24	degradation	تدهور
25	environmental	بيئي

3. Technology & Media

التكنولوجيا والإعلام

Useful phrases: digital access • data privacy • online platform • technological innovation • social media influence

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	technology	تكنولوجيا
2	innovation	ابتكار
3	digital	رقمي
4	device	جهاز
5	access	وصول
6	privacy	خصوصية
7	security	أمن
8	data	بيانات
9	algorithm	خوارزمية
10	automation	أتمتة
11	artificial intelligence	الذكاء الاصطناعي
12	platform	منصة
13	network	شبكة
14	content	محتوى
15	media	إعلام
16	advertising	إعلان
17	influence	تأثير
18	information	معلومات
19	communication	تواصل
20	online	عبر الإنترنت
21	remote	عن بُعد
22	virtual	افتراضي
23	cybercrime	جريمة إلكترونية
24	screen time	وقت الشاشة
25	digital literacy	الثقافة الرقمية

4. Health & Lifestyle

الصحة ونمط الحياة

Useful phrases: public health • balanced diet • mental wellbeing • regular exercise • prevent disease

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	health	الصحة
2	healthcare	الرعاية الصحية
3	disease	مرض
4	treatment	علاج
5	prevention	وقاية
6	obesity	السمنة
7	nutrition	التغذية
8	diet	نظام غذائي
9	exercise	تمارين
10	fitness	لياقة
11	mental health	الصحة النفسية
12	stress	ضغط نفسي
13	anxiety	قلق
14	wellbeing	الرفاه / العافية
15	addiction	إدمان
16	sedentary	قليل الحركة
17	lifespan	العمر المتوقع
18	medicine	طب / دواء
19	hospital	مستشفى
20	patient	مريض
21	symptom	عَرَض
22	diagnosis	تشخيص
23	therapy	علاج
24	hygiene	نظافة صحية
25	lifestyle	نمط حياة

5. Society & Culture

المجتمع والثقافة

Useful phrases: social equality • cultural diversity • local community • social cohesion • equal opportunities

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	society	المجتمع
2	community	مجتمع محلي
3	culture	ثقافة
4	tradition	تقليد
5	identity	هوية
6	diversity	تنوع
7	equality	مساواة
8	inequality	عدم مساواة
9	poverty	فقر
10	wealth	ثروة
11	population	سكان
12	generation	جيل
13	family	أسرة
14	youth	الشباب
15	elderly	كبار السن
16	gender	النوع الاجتماعي
17	migration	هجرة
18	immigration	هجرة إلى بلد
19	integration	اندماج
20	discrimination	تمييز
21	prejudice	تحيز
22	volunteer	متطوع
23	charity	عمل خيري
24	heritage	تراث
25	social cohesion	تماسك اجتماعي

6. Work & Economy

العمل والاقتصاد

Useful phrases: economic growth • job market • household income • business investment • consumer demand

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	economy	اقتصاد
2	economic	اقتصادي
3	employment	توظيف
4	unemployment	بطالة
5	salary	راتب
6	income	دخل
7	wage	أجر
8	career	مسار مهني
9	profession	مهنة
10	workforce	قوة عاملة
11	productivity	إنتاجية
12	industry	صناعة
13	business	أعمال
14	entrepreneur	رائد أعمال
15	investment	استثمار
16	profit	ربح
17	loss	خسارة
18	consumer	مستهلك
19	demand	طلب
20	supply	عرض
21	inflation	تضخم
22	tax	ضريبة
23	trade	تجارة
24	market	سوق
25	economic growth	نمو اقتصادي

7. Government & Public Policy

الحكومة والسياسات العامة

Useful phrases: public policy • government funding • legal framework • public services • policy reform

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	government	حكومة
2	policy	سياسة عامة
3	legislation	تشريع
4	regulation	لائحة / تنظيم
5	authority	سلطة
6	public sector	القطاع العام
7	private sector	القطاع الخاص
8	funding	تمويل
9	budget	ميزانية
10	infrastructure	بنية تحتية
11	service	خدمة
12	welfare	رعاية اجتماعية
13	pension	معاش
14	subsidy	دعم مالي
15	priority	أولوية
16	strategy	استراتيجية
17	implementation	تنفيذ
18	reform	إصلاح
19	measure	إجراء
20	responsibility	مسؤولية
21	citizen	مواطن
22	rights	حقوق
23	obligation	التزام
24	administration	إدارة
25	public expenditure	إنفاق عام

8. Urban Life & Transport

الحياة الحضرية والنقل

Useful phrases: traffic congestion • public transport • affordable housing • urban development • road safety

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	urban	حضري
2	rural	ريفي
3	city	مدينة
4	housing	إسكان
5	accommodation	سكن
6	congestion	ازدحام
7	traffic	مرور
8	transport	نقل
9	commute	تنقل يومي
10	vehicle	مركبة
11	pedestrian	مُشاة
12	public transport	نقل عام
13	construction	إنشاء
14	development	تطوير
15	neighbourhood	حي
16	facility	مرفق
17	accessibility	سهولة الوصول
18	overcrowding	اكتظاظ
19	suburb	ضاحية
20	road safety	السلامة على الطرق
21	journey	رحلة
22	distance	مسافة
23	mobility	تنقل
24	rail network	شبكة السكك الحديدية
25	parking	مواقف السيارات

9. Science & Research

العلوم والبحث

Useful phrases: scientific evidence • research findings • reliable data • conduct research • experimental results

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	science	العلم
2	scientific	علمي
3	experiment	تجربة
4	evidence	دليل
5	theory	نظرية
6	method	منهج / طريقة
7	analysis	تحليل
8	result	نتيجة
9	finding	نتيجة بحثية
10	sample	عينة
11	survey	استبيان
12	participant	مشارك
13	variable	متغير
14	factor	عامل
15	cause	سبب
16	effect	أثر
17	correlation	ارتباط
18	accuracy	دقة
19	reliability	موثوقية
20	validity	صلاحية
21	discovery	اكتشاف
22	laboratory	مختبر
23	researcher	باحث
24	hypothesis	فرضية
25	measurement	قياس

10. Globalisation & Development

العولمة والتنمية

Useful phrases: global trade • international cooperation • foreign investment • standard of living • sustainable development

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	globalisation	العولمة
2	developed	متقدم
3	developing	نامٍ
4	international	دولي
5	global	عالمي
6	export	تصدير
7	import	استيراد
8	foreign investment	استثمار أجنبي
9	tourism	سياحة
10	multinational	متعدد الجنسيات
11	standard of living	مستوى المعيشة
12	quality of life	جودة الحياة
13	aid	مساعدات
14	opportunity	فرصة
15	competition	منافسة
16	cooperation	تعاون
17	dependency	اعتماد
18	supply chain	سلسلة الإمداد
19	urbanisation	تحضر
20	economic development	تنمية اقتصادية
21	sustainable development	تنمية مستدامة
22	cross-border	عابر للحدود
23	cultural exchange	تبادل ثقافي
24	labour market	سوق العمل
25	key term 25	مصطلح أساسي

11. Crime & Law

الجريمة والقانون

Useful phrases: law enforcement • criminal offence • court decision • crime prevention • legal rights

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	crime	جريمة
2	criminal	مجرم / جنائي
3	law	قانون
4	legal	قانوني
5	illegal	غير قانوني
6	offence	مخالفة / جريمة
7	punishment	عقوبة
8	prison	سجن
9	sentence	حكم قضائي
10	fine	غرامة
11	police	شرطة
12	court	محكمة
13	judge	قاضي
14	victim	ضحية
15	violence	عنف
16	theft	سرقة
17	fraud	احتيال
18	rehabilitation	إعادة تأهيل
19	justice	عدالة
20	law enforcement	إنفاذ القانون
21	deterrence	ردع
22	prosecution	ملاحقة قضائية
23	key term 23	مصطلح أساسي
24	key term 24	مصطلح أساسي
25	key term 25	مصطلح أساسي

12. Academic Writing & Data Language

لغة الكتابة والبيانات

Useful phrases: sharp increase • gradual decline • remain stable • significant proportion • overall trend

#	Word / phrase	المعنى بالعربية
1	increase	يزداد / زيادة
2	decrease	ينخفض / انخفاض
3	rise	يرتفع / ارتفاع
4	fall	ينخفض / هبوط
5	remain stable	يبقى مستقراً
6	fluctuate	يتذبذب
7	significant	ملحوظ / كبير
8	slight	طفيف
9	gradual	تدريجي
10	sharp	حاد
11	approximately	تقريباً
12	proportion	نسبة
13	percentage	نسبة مئوية
14	majority	أغلبية
15	minority	أقلية
16	trend	اتجاه
17	comparison	مقارنة
18	contrast	تباين
19	whereas	بينما
20	however	ومع ذلك
21	therefore	لذلك
22	consequently	وبالتالي
23	moreover	علاوة على ذلك
24	overall	بوجه عام
25	respectively	على التوالي

60 key verb forms

60 فعلاً مهماً وتصريفاتها

هذه الأفعال مفيدة للكتابة والتحدث. راجع شكل الماضي واسم المفعول، ثم استخدم الفعل في جملة مرتبطة بموضوع شائع في الآيلتس.

#	Base	Past	Past participle	المعنى
1	be	was/were	been	يكون
2	become	became	become	يصبح
3	begin	began	begun	يبدأ
4	break	broke	broken	يكسر
5	bring	brought	brought	يجلب
6	build	built	built	يبني
7	buy	bought	bought	يشترى
8	choose	chose	chosen	يختار
9	come	came	come	يأتي
10	cost	cost	cost	يكلف
11	cut	cut	cut	يقطع
12	do	did	done	يفعل
13	draw	drew	drawn	يرسم / يستخلص
14	drive	drove	driven	يقود
15	eat	ate	eaten	يأكل
16	fall	fell	fallen	يسقط / ينخفض
17	feel	felt	felt	يشعر
18	find	found	found	يجد
19	get	got	got/gotten	يحصل على
20	give	gave	given	يعطي

60 Key Verb Forms - continued

#	Base	Past	Past participle	المعنى
21	go	went	gone	يذهب
22	grow	grew	grown	ينمو
23	have	had	had	لديه
24	hear	heard	heard	يسمع
25	hold	held	held	يمسك / يعقد
26	keep	kept	kept	يحافظ على
27	know	knew	known	يعرف
28	lead	led	led	يقود
29	leave	left	left	يترك
30	lose	lost	lost	يفقد
31	make	made	made	يصنع / يجعل
32	mean	meant	meant	يعني
33	meet	met	met	يلتقي
34	pay	paid	paid	يدفع
35	read	read	read	يقرأ
36	run	ran	run	يجري / يدير
37	say	said	said	يقول
38	see	saw	seen	يرى
39	send	sent	sent	يرسل
40	set	set	set	يضع / يحدد

60 Key Verb Forms - continued

#	Base	Past	Past participle	المعنى
41	show	showed	shown	يُظهر
42	speak	spoke	spoken	يتحدث
43	spend	spent	spent	ينفق / يقضي
44	stand	stood	stood	يقف
45	take	took	taken	يأخذ
46	teach	taught	taught	يدرس
47	tell	told	told	يخبر
48	think	thought	thought	يفكر
49	understand	understood	understood	يفهم
50	wear	wore	worn	يرتدي
51	win	won	won	يفوز
52	write	wrote	written	يكتب
53	arise	arose	arisen	ينشأ
54	deal	dealt	dealt	يتعامل
55	seek	sought	sought	يسعى
56	rise	rose	risen	يرتفع
57	prove	proved	proven/proved	يثبت
58	undertake	undertook	undertaken	يتولى
59	overcome	overcame	overcome	يتغلب على
60	withdraw	withdrew	withdrawn	ينسحب / يسحب

Mini collocation bank

بنك صغير للعبارات الشائعة

Collocation	المعنى بالعربية
play a vital role	يلعب دوراً حيوياً
have a significant impact	يكون له تأثير كبير
raise awareness	يرفع الوعي
address a problem	يعالج مشكلة
tackle an issue	يتعامل مع قضية
pose a threat	يشكل تهديداً
meet demand	يلبي الطلب
reduce inequality	يقلل عدم المساواة
improve access	يحسن إمكانية الوصول
create opportunities	يخلق فرصاً
provide support	يقدم دعماً
reach a conclusion	يتوصل إلى استنتاج
conduct research	يجري بحثاً
collect data	يجمع بيانات
draw a comparison	يجري مقارنة
show a trend	يظهر اتجاهًا
remain stable	يبقى مستقرًا
increase sharply	يرتفع بحدة
decline gradually	ينخفض تدريجياً
account for	يمثل / يشكل نسبة
contribute to	يسهم في
result in	يؤدي إلى
lead to	يؤدي إلى
be associated with	يرتبط بـ
depend on	يعتمد على
benefit from	يستفيد من
focus on	يركز على

invest in	يستثمر في
protect the environment	يحمي البيئة
reduce emissions	يقلل الانبعاثات
improve public transport	يحسن النقل العام
increase productivity	يزيد الإنتاجية
support economic growth	يدعم النمو الاقتصادي
promote healthy habits	يشجع العادات الصحية
improve quality of life	يحسن جودة الحياة
maintain a balance	يحافظ على توازن
make a decision	يتخذ قراراً
take responsibility	يتحمل المسؤولية
solve a problem	يحل مشكلة
face a challenge	يواجه تحدياً
gain experience	يكتسب خبرة
develop skills	يطور مهارات
achieve a goal	يحقق هدفاً
provide evidence	يقدم دليلاً
reach a peak	يصل إلى ذروة
experience growth	يشهد نمواً
show a decline	يظهر انخفاضاً
remain unchanged	يبقى دون تغيير
widen the gap	يوسع الفجوة
narrow the gap	يقلص الفجوة

30-day vocabulary tracker

متابعة 30 يوماً

Day 1 ☐ 10 words	Day 2 ☐ 10 words	Day 3 ☐ 10 words	Day 4 ☐ 10 words	Day 5 ☐ 10 words
Day 6 ☐ 10 words	Day 7 ☐ 10 words	Day 8 ☐ 10 words	Day 9 ☐ 10 words	Day 10 ☐ 10 words
Day 11 ☐ 10 words	Day 12 ☐ 10 words	Day 13 ☐ 10 words	Day 14 ☐ 10 words	Day 15 ☐ 10 words
Day 16 ☐ 10 words	Day 17 ☐ 10 words	Day 18 ☐ 10 words	Day 19 ☐ 10 words	Day 20 ☐ 10 words
Day 21 ☐ 10 words	Day 22 ☐ 10 words	Day 23 ☐ 10 words	Day 24 ☐ 10 words	Day 25 ☐ 10 words
Day 26 ☐ 10 words	Day 27 ☐ 10 words	Day 28 ☐ 10 words	Day 29 ☐ 10 words	Day 30 ☐ 10 words

Your next step

لا تحاول استخدام كل كلمة جديدة في اختبارك. ركّز على الدقة، والسياق، والمراجعة المنتظمة.

Build accuracy first. Then build range.

Band7Arabia