

30-Day Speaking Habit

10 minutes a day

English with Fariha

প্রতিদিন মাত্র দশ মিনিট, টানা ত্রিশ দিন। প্রতিটা দিনের জন্য একটা topic আর শুরু করার দুইটা English লাইন দেওয়া আছে, যাতে কী বলবেন সেটা ভেবেই আটকে যেতে না হয়।

প্রথম দুই মিনিটে লাইন দুইটা পড়ে নিজের কথা বসিয়ে নিন।

পরের পাঁচ মিনিট phone-এ record চালু করে topic-টা নিয়ে টানা কথা বলুন, মাঝে আটকে গেলেও record বন্ধ করবেন না।

শেষ তিন মিনিটে recording-টা শুনুন, আর যে লাইনে আটকে গিয়েছিলেন সেটা আরেকবার বলুন।

INSIDE

Week 1: About you

Week 2: Out and about

Week 3: What you think

Week 4: Stories and plans

Days 29 and 30: Put it together

Week 1: About you

প্রথম week-এ শুধু নিজের কথা, কারণ এই topic-এ আপনার চেয়ে বেশি কেউ জানে না।



1 Introduce yourself in one minute

নাম, কোথা থেকে এসেছেন আর এখন কী করছেন, এক মিনিটে গুছিয়ে বলুন।

START WITH

Hi, I'm Nusrat. I'm originally from Sylhet.

These days, I'm working as a sales executive.

2 Your family

পরিবারে কে কে আছেন, আর কার সাথে আপনার সবচেয়ে বেশি মেলে।

START WITH

There are five of us in my family.

I'm closest to my younger sister, because we're only two years apart.

3 Your home and your area

যে কখনো আপনার বাসায় যায়নি, তাকে বাসা আর এলাকাটা বুঝিয়ে বলুন।

START WITH

I live in a small flat in Mohammadpur.

The best thing about my area is that everything is within walking distance.

4 A normal weekday

সকালে ঘুম থেকে ওঠা থেকে রাতে ঘুমাতে যাওয়া পর্যন্ত একটা সাধারণ দিন।

START WITH

I usually wake up at around seven.

After work, I normally grab a cup of tea and check my phone.

5 Your work or studies

কী কাজ করেন বা কী পড়েন, আর তার কোন অংশটা আপনার সবচেয়ে ভালো লাগে।

START WITH

I work as an accounts officer at a garment factory.

What I enjoy most is solving problems that nobody else wants to touch.

6 Food you love

আপনার প্রিয় খাবার কী, আর আপনার বাসায় সবচেয়ে ভালো রান্না কে করে।

START WITH

My all-time favourite is my mother's beef bhuna.

I could eat it every day, honestly.

7 Look back at Week 1

Day 1-এর recording-টা আবার শুনুন, তারপর একই topic নিয়ে আজ আবার বলুন, এবার আরেকটু বেশি সময় ধরে।

START WITH

One thing I'd like to add is…

To be honest, I've never really thought about it before.

Week 2: Out and about

দ্বিতীয় week-এ ঘরের বাইরে, রাস্তায়, দোকানে আর ফোনে যে কথাগুলো লাগে।



8 Your daily commute

Office বা ক্লাসে কীভাবে যান, আর রাস্তায় সাধারণত কী কী হয়।

START WITH

I take a bus from Mirpur to Farmgate every morning.

On a bad day, it can take me almost two hours.

9 A shop you go to all the time

যে দোকানে বারবার যান, সেটা কেমন আর কেন ওখানেই যান।

START WITH

There's a small grocery shop right next to my building.

The owner knows me, so he always keeps the fresh bread aside for me.

10 Order food on the phone

ফোনে খাবার order করার কথোপকথনটা দুই দিক থেকেই বলুন, আপনি আর দোকানের মানুষটা।

START WITH

Hi, I'd like to order two chicken biryanis, please.

Could you deliver it to House 12, Road 5?

11 Ask for directions

অচেনা জায়গায় কাউকে রাস্তা জিজ্ঞেস করুন, তারপর উত্তরটাও নিজেই দিন।

START WITH

Excuse me, how do I get to the main road from here?

Go straight, then take the second left.

12 A place you like to go

শহরে বা দেশে কোথায় যেতে আপনার সবচেয়ে ভালো লাগে, আর কেন।

START WITH

Whenever I get a day off, I go to Hatirjheel in the evening.

What I love about it is the breeze by the water.

13 Your phone

আপনার phone-টা কেমন, আর কোন app সবচেয়ে বেশি চালান।

START WITH

I've had this phone for about two years now.

The app I use most is YouTube, mostly for cooking videos.

14 Look back at Week 2

Day 10-এর phone call-টা আবার বলুন, এবার কাগজের দিকে না তাকিয়ে।

START WITH

Let me put it another way.

What I meant was…

Week 3: What you think

তৃতীয় week-এ নিজের opinion, কারণ interview আর IELTS দুই জায়গাতেই এটা সবচেয়ে বেশি জিজ্ঞেস করে।



15 **Dhaka: love it or leave it?**

ঢাকায় থাকার ভালো আর খারাপ দিক, আর শেষে আপনার নিজের opinion।

START WITH

Honestly, I have mixed feelings about Dhaka.

On the one hand, there are lots of opportunities, but on the other hand, the traffic is a nightmare.

16 **Online or in a shop?**

অনলাইনে কেনা ভালো নাকি দোকানে গিয়ে, কারণসহ বলুন।

START WITH

I'd rather buy clothes in a shop, because I like to try them on.

That said, for electronics I usually order online.

17 **Is social media good for us?**

Facebook আর Instagram আমাদের উপকার করছে নাকি ক্ষতি, আপনার কী মনে হয়।

START WITH

I think it depends on how you use it.

For example, I've learned a lot from YouTube, but I waste hours on Facebook too.

18 **Should students work part-time?**

পড়াশোনার পাশাপাশি part-time job করা ভালো কিনা, দুই দিকই বলুন।

START WITH

In my opinion, a part-time job teaches you a lot.

The downside is that your studies might suffer.

19 **One skill everyone should learn**

সবার শেখা উচিত এমন একটা skill কোনটা, আর কেন।

START WITH

If I had to choose one skill, it would be cooking.

It's useful because you can't live on takeaway forever.

20 **Agree or disagree**

কেউ বলল, "English ছাড়া ভালো চাকরি পাওয়া যায় না।" আপনি কতটা একমত?

START WITH

I partly agree with that.

It's true that English helps a lot, but I don't think it's everything.

21 **Look back at Week 3**

এই week-এর যেকোনো একটা topic আবার বলুন, এবার উল্টো দিকের মানুষটা হয়ে।

START WITH

Some people would say…

I can see why they think that, but…

Week 4: Stories and plans

চতুর্থ week-এ গল্প বলা আর সামনের plan, যেখানে past আর future দুটোই লাগে।



22 Your best day this year

এই বছরের সবচেয়ে ভালো দিনটা গল্পের মতো করে, শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত বলুন।

START WITH

It was a Friday in March, and I wasn't expecting anything special.

The best part was when my whole family turned up at once.

23 A day everything went wrong

কোথাও খুব দেরি হয়েছিল বা কিছু একটা ভুল হয়েছিল, সেই দিনের গল্প।

START WITH

I'll never forget the day I missed my bus to Chattogram.

In the end, it all worked out, but I was a wreck.

24 Someone who helped you

জীবনে এমন একজন, যিনি আপনাকে অনেক সাহায্য করেছেন।

START WITH

One person who really helped me is my uncle.

Without him, I don't think I would have finished my degree.

25 Your last trip

সর্বশেষ কোথায় বেড়াতে গিয়েছিলেন, কার সাথে, আর কী কী করলেন।

START WITH

Last winter, I went to Cox's Bazar with my friends.

We spent most of the time just sitting by the sea.

26 Your plans for next year

আগামী বছর কী করতে চান, আর শুরুটা কীভাবে করবেন।

START WITH

Next year, I'm hoping to switch to a job in marketing.

The first step is to finish an online course this winter.

27 Where you see yourself in five years

পাঁচ বছর পর নিজেকে কোথায় দেখতে চান। Job interview-তে এই প্রশ্নটা প্রায় আসেই।

START WITH

In five years, I see myself leading a small team.

To get there, I'm planning to learn as much as I can in my current role.

28 Look back at Week 4

Day 22-এর গল্পটা আবার বলুন, এবার পুরো দুই মিনিট ধরে।

START WITH

Anyway, long story short…

Looking back, I think…

Days 29 and 30: Put it together

শেষ দুই দিনে পুরো মাসের কথা একসাথে।

29 Three minutes about you

Day 1-এর মতোই নিজের কথা, কিন্তু এবার তিন মিনিট: আপনি, আপনার দিন, আপনার opinion আর আপনার plan।

START WITH

Let me tell you a bit about myself.

So that's pretty much me in a nutshell.

30

Day 1 and Day 29, back to back

দুইটা recording পরপর শুনুন, তারপর এই এক মাসে কী বদলেছে সেটাই English-এ বলুন।

START WITH

I've been practising every day for a month now.

The biggest change is that I don't stop as often.

এই ত্রিশ দিনের পরের ধাপ Daily English: প্রতিদিন Fariha-র সাথে একটা ছোট কথোপকথন, যেখানে উনি প্রশ্ন করবেন আর আপনি উত্তর দেবেন। Day 1 একদম free।

Start Day 1