

扇贝



扇贝循环单词书

四级核心词汇

◎ 按照记忆曲线设计 ◎ 翻看一遍就已学习三次

王捷 著



东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

扇贝

扇贝循环单词书

—— 四级核心词汇 ——

王捷 著

东南大学出版社
· 南京 ·

图书在版编目(CIP)数据

扇贝循环单词书·四级核心词汇 / 王捷著. —南京:
东南大学出版社, 2017.2

ISBN 978-7-5641-7010-3

I. ①扇… II. ①王… III. ①大学英语水平考试
—词汇—自学参考资料 IV. ①H313

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第325753号

扇贝循环单词书·四级核心词汇

出版发行 东南大学出版社

出版人 江建中

社址 南京市四牌楼2号(邮编210096)

网址 <http://www.seupress.com>

责编邮箱 mayan@seupress.com

印刷 江苏扬中印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

开本 880 mm × 1230 mm 1/32

印张 10.25

字数 305千字

版印次 2017年2月第1版 2017年2月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5641-7010-3

印数 1-5000册

定价 38.00元

这是一份只需要从前往后看一遍的单词书!

是的,你只要看上一遍,每天花半小时认真做好练习,以后不需要再翻来覆去复习,你就会发现自己已经记住了全部的单词。

因为这是一本符合人脑记忆规律,利用了循环记忆方法的单词书,会按照一定时间间隔提醒你把所有的单词都学习3遍,而且按照你对单词的熟悉程度,每次都会用不一样的学习方法。

我们拿 capable 这个词来举个例子。

- “ • 第一遍,它对你是一个生词,你只要看看它的音标、中文意思,跟它混个眼熟就好。

capable /'keɪpəbl/ *adj.* 有能力的,足以胜任的

- 第二遍,放轻松,你就看一下这个词在句子当中怎么用:

I believe you're capable of achieving your goals.

我相信你能够实现自己的目标。

capable

- 第三遍,隔了那么久没见,你是不是想它了,那就用劲好好想想,还记得例句里这个词的用法吗?

I believe you're _____ of achieving your goals.

我相信你能够实现自己的目标。

”

序 言

这本单词书包含四级真题中的 1 038 个核心单词,完整的学习计划分成 40 天,平均每天学习 100 个词(包括新词和旧词,大部分是旧词)。就像例子中的 capable 一样,你会循序渐进地熟悉一个词的基本词义、发音,然后掌握例句和用法。

每天,你只要花 30 分钟,就能看到自己的进步了。第一天进步到 2.5%,第二天进步到 5%,第七天 17.5%,直到第 40 天,100%!

没错,这本单词书就是这么神奇,你边看边记,看完了,也就记住了。

同时搭配扇贝单词 App,掌握单词发音,随时随地背单词。

你可以扫描本书封面二维码,下载扇贝单词 App,成功注册后,选择学习类型(四级),添加单词书《扇贝循环单词书·四级核心词汇》。

还不快试试?



目 录

Day 01	1
Day 02	5
Day 03	14
Day 04	23
Day 05	32
Day 06	41
Day 07	50
Day 08	59
Day 09	68
Day 10	78
Day 11	88
Day 12	98
Day 13	107
Day 14	117
Day 15	126
Day 16	136
Day 17	145
Day 18	155
Day 19	164
Day 20	174

目 录

Day 21	183
Day 22	192
Day 23	198
Day 24	204
Day 25	210
Day 26	216
Day 27	222
Day 28	228
Day 29	234
Day 30	240
Day 31	246
Day 32	252
Day 33	258
Day 34	264
Day 35	270
Day 36	276
Day 37	285
Day 38	293
Day 39	302
Day 40	311

DAY 01

Change is the law of life. And those who look only to the past or present are certain to miss the future.

变革才是生活之道。眼下只有过去和现在的人,注定失去未来。

——约翰·F. 肯尼迪

生
词

minor	/'maɪnə(r)/	<i>adj.</i> 较小的,不严重的;次要的 <i>n.</i> 辅修科目
forehead	/'fɔ:hed/	<i>n.</i> 额头,前额
solemn	/'sɒləm/	<i>adj.</i> 严肃的,庄严的,正式的;郑重的
unity	/'ju:nəti/	<i>n.</i> 团结,一致;联合(状态);统一(状态)
emphasis	/'emfəsis/	<i>n.</i> 强调,重点
proceed	/'prə'si:d/	<i>v.</i> 继续进行;接着做
adjust	/'ə'dʒʌst/	<i>v.</i> 调整,(使)适应
replace	/'riːpleɪs/	<i>v.</i> 取代,更换
justify	/'dʒʌstɪfaɪ/	<i>v.</i> 证明……正当
bundle	/'bʌndl/	<i>n.</i> 捆,束
definition	/,defɪ'nɪʃn/	<i>n.</i> 定义;阐释;清晰度
technical	/'teknɪkl/	<i>adj.</i> 技术的,工艺的;专业的,专门的

DAY 01

生词



distribute	/dɪ'strɪbjʊ:t/	v. 分配,分发; 配送; 分散
crash	/kræʃ/	n. 崩溃; 撞车,相撞; 巨大声响 v. 猛撞,撞击; 发出巨响; 崩溃
disguise	/dɪs'gaɪz/	v. 假装,假扮; 掩饰 n. 装扮,伪装
magnetic	/mæɡ'nɛtɪk/	adj. 磁性的; 有吸引力的
curl	/kɜ:l/	v. 弄卷,卷曲,弯曲 n. 卷曲,卷发
prefer	/prɪ'fɜ:(r)/	v. 更喜欢; 偏好
boundary	/'baʊndrɪ/	n. 分界线,边界
wipe	/waɪp/	v. 擦,消除,拭去 n. 擦拭
intensity	/ɪn'tensətɪ/	n. 强度; 激烈; 强烈,剧烈
compound	/'kɒmpaʊnd/	n. 混合物 adj. 复合的,组合的,混合的
separate	/'sepəreɪt/	adj. 分开的,各自的,单独的 v. 分开,隔开,分居
differ	/'dɪfə(r)/	v. 不一致,不同意
withdraw	/'wɪð'drɔ:/	v. 撤回,取回,撤退
capture	/'kæptʃə(r)/	v. 抓取,获得; 迷住 n. 俘获
interrupt	/.ɪntə'rʌpt/	v. 打断,中断

DAY 01

生词

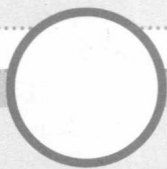
rare	/reə(r)/	<i>adj.</i> 稀罕的, 罕见的; 珍贵的
treaty	/'tri:tɪ/	<i>n.</i> (国家间的) 条约, 协定
contemporary	/kən'tempərəi/	<i>adj.</i> 当代的; 同时代的 <i>n.</i> 同时代的人
squeeze	/skwi:z/	<i>v.</i> 紧握, 挤压; 向……勒索 (或榨取); 削减 <i>n.</i> 压榨, 榨出的液体, 在狭小空间里, 经济拮据
deliver	/dɪ'lɪvə(r)/	<i>v.</i> 投递; 发表; 交付; 接生, 分娩
isolate	/'aɪsələt/	<i>v.</i> 使隔离, 使孤立
consistent	/kən'sɪstənt/	<i>adj.</i> 始终如一的, 一致的
margin	/'mɑ:dʒɪn/	<i>n.</i> 页边空白, 边缘; 差额, 利润
division	/dɪ'vɪʒn/	<i>n.</i> 部门; 除法; 分开, 分隔; 分歧
puzzle	/'pʌzl/	<i>n.</i> 谜; 疑问 <i>v.</i> 使困惑
outstanding	/aʊt'stændɪŋ/	<i>adj.</i> 优秀的, 杰出的; 突出的, 显著的
prejudice	/'predʒudɪs/	<i>n.</i> 偏见; 成见
compose	/kəm'pəʊz/	<i>v.</i> 组成; 写作; 作曲; 使镇静

DAY 01

生
词



item	/aɪtəm/	<i>n.</i> 一件商品(或物品); 项目, 条款
abstract	/æbstrækt/	<i>adj.</i> 抽象的, 理论的 <i>n.</i> 摘要, 抽象的东西 <i>v.</i> 移除; 摘要
employ	/ɪm'plɔɪ/	<i>v.</i> 雇用; 使用, 利用
consent	/kən'sent/	<i>n.</i> 同意, 许可 <i>v.</i> 同意, 允许
colony	/kə'ləni/	<i>n.</i> 殖民地; 聚居(地)
suspicion	/sə'spɪʃn/	<i>n.</i> 猜疑, 怀疑
resign	/rɪ'zaɪn/	<i>v.</i> 辞职
wonder	/wʌndə(r)/	<i>v.</i> 感到疑惑; 纳闷儿; 想弄明白 <i>n.</i> 惊奇
leisure	/leʒə(r); 'li:ʒər/	<i>n.</i> 闲暇; 空闲; 休闲



一天的学习结束,
快给自己画个笑脸吧~ 😊

2.5%

 打卡日记

(完成了一天的学习, 有什么新的收获……)

DAY 02

The most important thing is to enjoy your life—to be happy—it's all that matters.

享受生活才是最重要的——要快乐——这样就够了。

——奥黛丽·赫本

生词

shallow	/ʃæləʊ/	adj. 浅的, 不深的; 肤浅的
concrete	/ˈkɒŋkri:t/	adj. 混凝土的; 具体的; 有形的 n. 水泥, 混凝土
disclose	/dɪsˈkləʊz/	v. 揭露, 使公开
specimen	/ˈspesɪmən/	n. 样本, 标本; 具有……特性的人; ……的典型
version	/ˈvɜ:ʃn; ˈvɜ:rʒn/	n. 版本, 说法, 译本
mere	/mɪə(r)/	adj. 仅仅的, 只不过的 n. 小湖, 池塘
embrace	/ɪmˈbreɪs/	v. 欣然接受; 拥抱; 包含 n. 拥抱
expression	/ɪkˈspreʃn/	n. 表达, 表述; 情感表现; 表情
bloom	/blu:m/	v. 开花; 繁荣, 兴盛 n. 花
citizen	/ˈsɪtɪzn/	n. 公民; 市民
solar	/ˈsəʊlə(r)/	adj. 太阳的, 太阳能的; 与太阳有关的
behave	/bɪˈheɪv/	v. 表现; 守规矩, 举止得体

DAY 02

生词



shift	/ʃɪft/	v. 转移; 更替; 转嫁; 换挡, 变速 n. 交换, 变化; 轮班, 当班时间
forbid	/fə'brɪd/	v. 禁止; 阻止
management	/'mænɪdʒmənt/	n. 管理, 经营
neutral	/'nju:trəl/	adj. 中立的, 中性的
prime	/praɪm/	adj. 最初的, 首要的; 最好的, 典型的 n. 全盛时期, 最活跃时期, 最成功时期
vessel	/'vesl/	n. 船; 容器; 血管
expand	/ɪk'spænd/	v. 扩张; 扩大, 扩展
characteristic	/'kærəktə'rɪstɪk/	n. 特性, 特征, 特色 adj. 特有的, 典型的
innocent	/'ɪnəsnt/	adj. 清白的; 无辜的; 天真的, 不谙世故的
evaluate	/'ɪvælju:et/	v. 评估, 评价
destination	/.destɪ'neɪʃn/	n. 目的地, 终点
emerge	/'i:mɜ:dʒ/	v. 出现; 浮现, 显露; 兴起
eliminate	/'ɪlɪmɪneɪt/	v. 排除, 剔除; 消除
significant	/'sɪɡ'nɪfɪkənt/	adj. 重要的, 重大的; 有意义的, 意味深长的; 相当数量的; 显著地

DAY 02

生词

addition	/ə'dɪʃn/	<i>n.</i> 增加, 附加物, 加, 加法
companion	/kəm'pæniən/	<i>n.</i> 同伴; 伴侣; 同行者
payment	/'peɪmənt/	<i>n.</i> 支付, 付款
cast	/kɑ:st; kæst/	<i>n.</i> 演员阵容 <i>v.</i> 投, 掷, 抛
comparison	/kəm'pæri:sn/	<i>n.</i> 比较, 对照
prompt	/prɒmpt/	<i>adj.</i> 迅速的, 立刻的; 敏捷的 <i>v.</i> 激起, 促进, 推动; 提示
merit	/'merɪt/	<i>n.</i> 优点, 长处; 良好品质
vague	/veɪg/	<i>adj.</i> 模糊的, 不明确的; 含糊其辞的
oppose	/ə'pəʊz/	<i>v.</i> 反对, 阻挠
principle	/'prɪnsəpl/	<i>n.</i> 原则; 原理
production	/'prɒ'dʌkʃn/	<i>n.</i> 产量; 产品, 成果; 生产, 制作
wealthy	/'welθi/	<i>adj.</i> 富有的
satisfaction	/,sætɪs'fækʃn/	<i>n.</i> 满意; 满足; 称心
minimum	/'mɪnɪməm/	<i>n.</i> 最小量, 最低限度 <i>adj.</i> 最低的, 最小的
object	/'ɒbdʒɪkt/ /əb'dʒekt/	<i>n.</i> 物, 物体; 目标; 宾语 <i>v.</i> 反对

DAY 02

生词



crush	/krʌʃ/	<i>v.</i> 压碎, 挤压变形; 镇压, 征服 <i>n.</i> 迷恋, 暗恋
supply	/sə'plai/	<i>n.</i> (尤指大量的) 补给, 供给, 供应, 贮备 <i>v.</i> 补给, 供给, 提供, 提供足够以满足
exception	/ɪk'sepʃn/	<i>n.</i> 例外
defeat	/di'fi:t/	<i>v.</i> 击败, 战胜 <i>n.</i> 败北, 失败
appeal	/ə'pi:l/	<i>v.</i> 求助, 诉请, 呼吁; 有吸引力 <i>n.</i> 恳求, 上诉, 吸引力
credit	/'kredit/	<i>n.</i> 信用; 赞扬; 赊欠; 学分 <i>v.</i> 存(钱); 把……归功于
coordinate	/kəu'ɔ:dɪneɪt/	<i>v.</i> 协调, 整合; 使一致 <i>n.</i> 坐标; 套装
signature	/'sɪgnətʃə(r)/	<i>n.</i> 签名, 署名; 签字; 字帖
substantial	/səb'stænʃl/	<i>adj.</i> 大量的; 相当程度的; 重大的

例句



How many people did the firm employ last year?

这家公司去年招了多少人?

employ

This dictionary is known for its clear simple definitions.

这本词典因其简单明了的释义而著名。

definition

She has a round face with a broad forehead.

她的脸很圆, 额头很宽。

forehead

DAY 02

例句

The government appeals to strengthen the peace and unity of the nation.

unity

政府呼吁加强国家和平与统一。

Please pack each item separately.

item

请一件件分开打包。

The general withdrew his troops after many of them got killed.

withdraw

部队中的许多战士阵亡后,将军下令撤退。

The great financial crash in 1929 ruined international trade.

crash

1929年的经济大萧条摧毁了国际贸易。

We've replaced the old machine with a computer.

replace

我们用电脑取代了老式的机器。

The package was delivered to his home.

deliver

包裹寄到了他家。

The committee is composed of ten people.

compose

委员会由十人组成。

The last five years have seen a consistent improvement in the country's economy.

consistent

在最近的五年里,这个国家的经济状况一直在好转。

The organization distributed food to poor families.

distribute

这个组织向贫困家庭分发食物。

She wrote a lot of contemporary poems.

contemporary

她写了大量当代诗歌。

例句



Please don't interrupt me while I'm working.

我工作的时候请不要打扰我。

interrupt

The research shows that pre-school children are capable of thinking in abstract terms.

研究表明,学前儿童有抽象思维的能力。

abstract

We're not sure whether we should still proceed with the work.

我们不确定是否还应该继续这项工作。

proceed

They offered technical support for us.

他们给我们提供技术支持。

technical

He disguised himself as a woman.

他伪装成了女人。

disguise

English differs from Chinese in many respects.

英语在很多方面都跟中文不同。

differ

Organic compounds contain an element of carbon.

有机化合物含碳元素。

compound

He was captured by the enemy during the battle.

他在那次战役中被敌军俘虏了。

capture

She has a prejudice against modern art.

她对现代艺术怀有偏见。

prejudice

Her hair curls naturally.

她的头发自然卷。

curl