

雅思 高分词汇

——从基础到精通

阶梯式复习攻克雅思词汇，向9分进发

2000词，考前必备核心单词
四大阶段，实现从基础到精通
四大题型，助考生针对性复习
简化讲解，内容实用负担化零
难易有序，一边巩固一边提高

主 编 石波
副主编 Penny 龙薇 沈野



CUP 中国人民大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

雅思高分词汇：从基础到精通 / 石渡主编. —北京：中国人民大学出版社，2011.7
ISBN 978-7-300-13990-6

I. ①雅… II. ①石… III. ①IELTS—词汇 IV. ①H313

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 126263 号

雅思高分词汇——从基础到精通

主 编 石 渡

副编者 Penny 龙 微 沈 辉

Yasi Gaofen Cihui——Cong Jichu Dao Jingtong

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.1kao.com.cn> (中国1考网)

经 销 新华书店

印 刷 北京市易丰印刷有限责任公司

规 格 185 mm × 260 mm 16 开本

版 次 2011 年 9 月第 1 版

印 张 22

印 次 2011 年 9 月第 1 次印刷

字 数 433 000

定 价 55.00 元

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

图书编委会

主 编	石 渡						
副主编	Penny	龙 微	沈 辉				
编 委	代 云	杨 洁	高 楠	金 利			
	李素素	谭若辰	于 洋	李 琦			
	蒋志华						

随着美国等国家对雅思考试的国际认可度的进一步提升，以及国内就业族想要提高职场竞争力的需求，参加雅思考试的人数越来越多。毫无疑问，雅思考试已经成为国内第一大海外考试。然而，要想攻克雅思考试并取得理想的成绩，广大考生必须要掌握雅思词汇。

通过对近年雅思考试的研究，我们发现不同的考生对雅思考试成绩有不同的分数要求。有人为了去心仪的外企就业，考到6分大功告成；有人为申请国际名校的奖学金，为考9分而奋斗不息。为了帮助广大考生早日取得理想分数的“国际通行证”，本书将雅思考试词汇按分数进行分级编排，帮助考生在短期内能够高效地掌握词汇，为自己奠定梦想大厦的坚实基础。

本书特色如下：

1. 词汇分级，节省时间

本书收录了雅思常考核心词汇2 000个，加上派生词，达到5 000词左右。全书分为四大部分：“6分词汇突破”、“7分词汇拔高”、“8分词汇飞跃”及“9分词汇达人”，难度依次递增。考生可根据自己的情况，选择从不同的分值阶段开始学习，既省时间，又有效率。

2. 简化项目，减轻负担

在单词项目的设置上，本书以“例”为主。“例”主要包括真题例句和模拟例句。其中，真题例句出自于历年雅思真题，模拟例句是难易程度相当于雅思考试水平的句子及相应常用短语。在单词的拓展方面，我们选取最实用的搭配（【搭】）、派生词（【派】）和同义词（【同】）、反义词（【反】），既不给考生额外增加负担，又可帮助考生拓展思维，串记单词。

3. 标注类型，针对性强

依据词汇在雅思考试中出现题型，我们分别标注了听力、阅读、写作、

口语四类。这样，考生在备考过程中，就能够根据不同题型对单词的不同要求，有针对性地记忆单词。此外，还对较难的 9 分词汇按照意群进行划分，目的也是为了方便考生熟悉雅思出题的类型，从而在考场上更加得心应手。

4. 简单词表，查漏补缺

本书的附录部分有简单词汇的单词列表，选取的是分值低于 6 分的雅思词汇。这部分单词相对简单，可供考生查漏补缺。

“千里之行，始于足下。”当你拿起这本书开启追梦之旅的时候，我们真心地希望你能够用勤奋与毅力早日叩响梦想之门！攻克雅思，早日成功！

6 分词汇突破 1

Word List 1	1
Word List 2	11
Word List 3	21
Word List 4	31
Word List 5	42
Word List 6	52
Word List 7	61
Word List 8	70
Word List 9	79
Word List 10	88

7 分词汇拔高 101

Word List 1	101
Word List 2	108
Word List 3	116
Word List 4	123
Word List 5	130
Word List 6	137
Word List 7	144
Word List 8	152
Word List 9	159
Word List 10	167

8 分词汇飞跃 175

Word List 1	175
Word List 2	179

Word List 3	184
Word List 4	189
Word List 5	193
Word List 6	198
Word List 7	202
Word List 8	207
Word List 9	213
Word List 10	217
9 分词汇达人	223
科学医疗类	223
文化教育类	234
法律政治类	245
地理环境类	256
生物化学类	267
经济社会类	278
附录 简单单词表	289

6

分词汇突破

Word List 1

absorb 【听力 / 口语】

[əb'sɔ:b, əb'zɔ:b] v. 吸收; 吸引……的注意, 使全神贯注; 把……并入, 同化

【真题例句】In many parts of Australia standing water, that is dams, puddle and so forth, dry up rapidly and some rainfall barely penetrates the soil. The reason for this is that the moisture is absorbed by thirsty plants. 在澳大利亚的很多蓄水的地方如水坝、水坑等等都干得非常快, 降水很难渗透到土壤中。其原因是水分都被干渴的植物吸收了。

【搭】be absorbed into/in 全神贯注于……

【派】absorption (n. 吸收)

abstract 【阅读 / 写作】

['æbstrækt, æb'strækt] a. 抽象的; 抽象派的 n. 摘要, 梗概; 抽象 v. 做……的摘要; 抽象化

【搭】abstract noun 抽象名词; abstract science 抽象科学

【派】abstracted (a. 抽象的); abstraction (n. 抽象概念, 抽象化状态)

abundant 【阅读 / 听力 / 口语】

[ə'bʌndənt] a. 大量的; 丰富的, 富裕的

【真题例句】Energy and other natural resources have become more abundant, not less so, since the book *The Limits to Growth* was published in 1972 by a group of scientists. 自从一群科学家于1972年出版了《增长的极限》一书, 能源以及其他自然资源不是变少了, 而是更为丰富了。

abuse 【写作 / 听力 / 口语】

[ə'bju:z] v./n. 滥用; 虐待; 辱骂

【例】abuse of power 滥用权力

【搭】drug abuse 滥用药物, 吸毒; abuse one's authority (office) 滥用权威(职权); child abuse 虐待儿童; verbal abuse 口头谩骂

academic 【听力 / 口语】

[ækə'demik] a. 学院的; 学术的; 不切实际的 n. 大学教师

【真题例句】They tend to be more independent, which is a very important factor

in academic study and research, as well as giving them an advantage in terms of coping with the challenges of student life. 他们更为独立，这在学术研究与学习中是一个非常重要的因素，同时，也使他们在应对学生生活的挑战时多了一份优势。

【搭】academic achievements 学术成就；academic study 学术研究；academic problem 学术问题；academic teaching staff 师资力量

【派】academia (*n.* 学术界；学术生涯)；academically (*ad.* 学术上)

accelerate 【阅读】

[æk'seləreɪt] *v.* (使) 加快，促进

【例】We could see from television that all the runners accelerated in their last loop. 我们可以从电视上看到所有赛跑的人都在最后一圈加速冲刺了。

access 【听力 / 口语】

['ækses] *n.* 通道，入口；接近，进入 *v.* 存取（计算机文件）

【搭】access to 接近 / 进入……的方法 / 通路，有权使用；have/gain access to 可以获得

accommodation 【听力 / 口语】

[ə,kɒmə'deɪʃən] *n.* [常作 pl.] 住处，膳宿；适应，调节

【真题例句】If you just want to relax you are free to sit by the hotel pool or go down the beach. Oh, and they also have tennis courts at the hotel, but you have to pay for those by the hour. But there are table tennis tables down stairs and they're part of the accommodation package. 如果你只是想放松一下的话可以随便去宾馆的泳池边坐坐或是去海滩。哦，宾馆里还有网球场，但是要按小时付费。宾馆楼下有乒乓球桌，费用包括在食宿费用里。

【搭】student accommodation 学生宿舍；accommodation facilities 住宿设施

accomplish 【阅读】

[ə'kʌmplɪʃ, ə'kɒmplɪʃ] *v.* 完成（任务），实现（计划、诺言等）

【搭】accomplish one's object 达到了某人的目的；accomplish one's mission 完成了某人的任务

account 【听力 / 口语】

[ə'kaʊnt] *n.* 账目；叙述，说明 *v.* 说明，解释；（在数量、比例方面）占；导致

【例】One should take account of the fact that the actor is less experienced when judging his performance. 在判断该演员的表演的時候，应该考虑到他缺乏经验的事实。

【搭】take... into account 考虑；account for 解释，说明（原因等），（数量等）占；on account of 因为，由于；on any account 无论如何

accurate 【听力 / 口语】

['ækjʊrət] *a.* 正确无误的；准确的

【真题例句】 Choose a lesser known public holiday from your country. Be prepared to provide some accurate information on the history and significance of the day. 选择一个你们国家名气不那么大的公众假期，讲述一些关于这个假期的历史及其意义。

【派】 accuracy (*n.* 正确度；精确性)；inaccurate (*a.* 错误的)

achievement 【写作 / 听力 / 口语】

[ə'tʃi:vmənt] *n.* 成就；完成，实现

【例】 sense of achievement 成就感

acid 【听力 / 口语】

['æsid] *n.* 酸，酸性物质 *a.* 酸的，酸味的；刻薄的

【真题例句】 Acid rain is responsible for rainforest destruction. 酸雨导致了雨林的破坏。

acknowledge 【听力 / 口语】

[ək'nɒlɪdʒ] *v.* 承认……属实；告知收到，确认；对……表示感谢

【真题例句】 If you don't acknowledge the source of your information then you run the risk of failing the subject or in very serious cases you might be denied entry to the university. 如果你不确认信息来源的话，那么你就要冒考试不及格的风险了，情节严重的话学校会拒绝接收你。

acquire 【写作 / 听力 / 口语】

[ə'kwaɪə(r)] *v.* 取得，获得

【例】 After so many unpleasant incidents, the boy has acquired a reputation as dishonesty. 经历了许多令人不快的事件后，男孩得到了欺骗的名声。

acquisition 【阅读】

[ækwi'zɪʃən] *n.* 取得，获得；获得物

【真题例句】 The importance of these acquisition extends beyond the objects themselves. 这些习得的重要性远大于习得对象本身。

adapt 【写作 / 听力 / 口语】

[ə'dæpt] *v.* 使适合；改编，改写

【真题例句】 Without genetic variability a species lacks the capacity to evolve and cannot adapt to changes in its environment. 如果一个物种没有遗传变异性，那么它就缺乏进化的能力，也不可能适应环境的变化。

【搭】 adapt to 适应……；adapt from 根据……改编

【派】 adaptable (*a.* 能适应的；可修改的)

addition 【听力 / 口语】

[ə'dɪʃən] *n.* 加，加法；增加的人（或物）

【真题例句】 I've already mentioned that you must be able to support yourself. In addition to this most banks ask you to bring your passport and your letter or certificate of enrolment. 我已经提到你必须能够供养得起你自己。除了这点，

大多数银行还会要求你带护照或者是入学证明。

【搭】in addition 另外；in addition to 除……之外

adjust

【写作 / 听力 / 口语】

[ə'dʒʌst] v. 校正，调整；调节，改变……以适应

【真题例句】You'll have to start adjusting to teaching and learning methods that may be unfamiliar to you, as well as the mounting pressure as the deadline for that first assignment creeps on you. 你得开始适应对自己来说陌生的授课和学习方法，还有那不知不觉就快到最后期限的第一次作业所带来的日益增加的压力。

【搭】adjust a policy 调整政策；adjust expenses to income 量入为出；adjust to 适应；调节

administration

【听力 / 口语】

[əd.mini'streiʃən] n. 管理；管理部门，行政机关；实行，执行

【真题例句】

A: Where do I get a parking sticker from?

B: I think you can get that from the administration office.

A: 我去哪才能办停车证？

B: 你可以去管理办公室办。

adopt

【听力 / 口语】

[ə'dɒpt] v. 收养；采取，采纳；正式通过，批准

【真题例句】People today recognise that a well designed environment improves the quality of the life but is not necessarily achieved by adopting one well defined style of architecture. 现代人认识到：设计精美的环境能够提高生活的质量，但是这种提高并不一定要通过采用良好的建筑设计才能达到。

【搭】adopt policy 采取政策；adopt a new technique 采用新技术

advanced

【阅读 / 听力 / 口语】

[əd'vɑ:nst, əd'vænst] a. 先进的

adventure

【阅读 / 写作】

[əd'ventʃə(r), æd'ventʃə(r)] n. 奇遇；冒险，冒险活动

【真题例句】After three years of studying, I wanted adventure. I loved traveling, so I decided to join a voluntary organisation and was sent to Ecuador to carry out land surveys. 在三年的学习之后，我想要探险。我喜欢旅游，所以我加入了一个志愿者组织并被派往厄瓜多尔进行土地调查。

【搭】spirit of adventure 冒险精神；adventure playground 儿童游乐园；adventure film 惊险片

advisable

【阅读 / 听力 / 口语】

[əd'vaizəbl] a. 可取的，明智的

【真题例句】This is particularly advisable when dealing with complicated matters where you don't want to give a rushed answer. 当你应对复杂问题而又不愿匆忙

回答的时候，这是一个非常明智的做法。

affect 【听力 / 口语】

[ə'fekt] v. 影响，感染

【真题例句】Computers are a relatively new invention. The first computers were built fifty years ago and it is only in the last thirty or so years that their influence has affected our daily life. 计算机是比较新的发明，第一批计算机发明在 50 年前，也就是在这近 30 年左右才影响到我们的日常生活。

afford 【听力 / 口语】

[ə'fɔ:d] v. 买得起，担负得起；提供，给予

【真题例句】Those who could afford to live in more pleasant surroundings moved out from the East End, and the area became one where the vast majority of people lived in extreme poverty, and suffer from appalling sanitary conditions. 那些能负担得起更好住房条件的人们搬出了伦敦东区，这样该地区便成为绝大多数生活极度贫困、周遭卫生条件极其恶劣的人们的居住之地。

【搭】afford to do sth. 负担得起……；afford to 买得起

【派】affordable (*a.* 能负担的，承担得起的)

aggressive 【阅读 / 听力 / 口语】

[ə'gresiv] *a.* 侵犯的；敢做敢为的，有进取心的

【搭】aggressive behaviour 挑衅行为

【派】aggressively (*ad.* 放肆地)

【同】militant (*a.* 好战的)；enterprising (*a.* 有进取心的)

allowance 【阅读】

[ə'laʊəns] *n.* 允许；津贴；零用钱

【例】The boss has to make daily allowances for the employees because the workplace is far from their living places. 因为员工的工作地点远离住处，老板需要给员工每日津贴。

【搭】make allowance(s) for 顾及；体谅；为……留余地；financial allowance 财政津贴；at no allowance 无限制；尽兴地；daily allowance 日常补贴

alter 【听力 / 口语】

['ɔ:lte(r)] v. 改变，改动

【例】Nothing can alter the fact that I am to blame for failure to the examination. 考试失败归咎于我自己，这一事实无法改变。

altitude 【阅读 / 写作】

['æltitju:d] *n.* 海拔，高度；高地

【例】The oxygen should be used when mountain climbers reach the higher altitudes, for the air there is thin. 登山者到达更高处时需要氧气，因为那里空气稀薄。

【搭】high/low altitude 高海拔 / 低海拔

ambition 【听力 / 口语】

[æm'biʃən] *n.* 抱负, 野心; 企望得到的东西

【真题例句】The provision of small loans to support the entrepreneurial dreams and ambitions of youth can be an effective means to help them change their lives. 为拥有企业家梦想和勃勃雄心的年轻人提供小额贷款支持, 是帮助他们改变自己命运的有效方式。

【搭】fulfill one's ambition 实现抱负

analyse

【听力 / 口语】

[ˈænəlaɪz] *v.* 分析; 解析

【派】analysis (*n.* 分析); analyst (*n.* 分析家; 化验员)

annoy

【听力 / 口语】

[ə'noɪ] *v.* 使烦恼; 打搅

【例】The boy's being rude to both the neighbours and his parents annoyed everyone in the neighbourhood. 男孩对父母及邻里的粗鲁行为使附近每个人都对他很反感。

antique

【听力 / 口语】

[æn'ti:k] *a.* 古时的, 古老的 *n.* 古物, 古董

【搭】antique furniture 古董家具

appeal

【听力 / 口语】

[ə'pi:l] *n.* 呼吁, 恳求; 吸引力; 申诉, 上诉 *v.* 呼吁, 恳求; 有吸引力; 上诉, 申诉

【搭】appeal for 请求; appeal to 诉诸; 吸引

【同】accuse (*vt.* 起诉)

appetite

【阅读 / 写作】

[ˈæpɪtaɪt] *n.* 胃口, 食欲; 欲望

【例】I showed the manager a preview of the plan to increase his appetite for the main advertising campaign. 我给经理预先看了计划, 以增加他对主要广告宣传活动的兴趣。

【搭】appetite for 对……的食欲; 对……的兴趣

applicant

【听力 / 口语】

[ˈæplɪkənt] *n.* 申请人

application

【听力 / 口语】

[ˌæplɪ'keɪʃən] *n.* 申请, 申请表; 应用, 实施

【真题例句】

A: Can you also send me an application form?

B: Of course. I'll get that in the post to you straight away.

A: 你能给我也寄一张申请表吗?

B: 当然, 我会马上去邮局寄给你。

【搭】application for 申请……; application form 申请表; application process 申

请过程; job application 应聘

apply 【听力 / 口语】

[ə'plai] v. 申请, 请求; 适用; 运用

【搭】apply for 申请; apply to 与……有关; 适用, 应用; apply to the customs 报关; apply oneself to 致力于

appointment 【听力 / 口语】

[ə'pointmənt] n. 约会; 任命, 委派; 委任的职位

【真题例句】May I ask a favour of you to make an appointment with your manager? 你能帮我预约一下你们的经理吗?

【搭】make an appointment 约会

appreciate 【写作 / 听力 / 口语】

[ə'pri:ʃieit] v. 赏识, 鉴赏; 感激; 涨价, 增值

【例】The investments of the family have appreciated over a decade. 家庭投资 10 年来已经增值了。

【搭】appreciate doing sth. 对……表示感激

【派】appreciation (n. 欣赏, 感激); appreciative (a. 感谢的, 赞赏的); appreciable (a. 值得重视的; 可感知的)

appropriate 【写作 / 听力 / 口语】

[ə'preʊpriət, ə'preʊprieit] a. 适当的 v. 私占; 拨出 (款项)

【真题例句】For the second part of the assignment, we have to choose one method of data collection, and carry out a small-scale study, making appropriate use of the method chosen to gather data from at least five subjects. 对于作业的第二部分, 我们要选择一种数据收集的方法, 并且完成一项小规模的研究, 还要恰当使用所选的方法来收集至少五门学科的数据。

【搭】appropriate to 适于; appropriate for 拨出 (款项) 供……之用

approve 【听力 / 口语】

[ə'pru:v] v. 赞成; 批准, 对……表示认可

【例】I was surprised that Tom's parents seemed to approve of his new girlfriend. 汤姆的父母似乎对他的新女朋友感到满意, 这让我很惊讶。

【搭】approve of 同意……

arise 【阅读 / 听力】

[ə'raiz] v. 产生, 出现; (由……) 引起; 起身

【搭】arise from 由……产生

artificial 【阅读 / 听力 / 口语】

[ɑ:tɪ'fiʃəl] a. 人工的; 矫揉造作的; 模拟的

【搭】artificial colour 人工色素, 合成色素; artificial intelligence 人工智能

aspect 【听力 / 口语】

['æspekt] n. 方面; (建筑物的) 朝向; 外貌

【例】The discussion among managers was focused on the issue. 经理们讨论的关键点集中在这个事件上。

【搭】in all aspects 全面; aspect of ……方面

assess

【阅读 / 听力 / 口语】

[ə'ses] *v.* 评定, 估价

【例】It is a regular work for teachers to assess their students' achievements. 教师评估学生的成绩是一项常规工作。

【派】assessment (*n.* 评定; 核定的付款额)

asset

【听力 / 口语】

['æset] *n.* 资产, 财产; 优点

【例】The ability of speaking a foreign language is a real asset in this sort of study. 能说一门外语在这类学习中是一项真正的优势。

assign

【阅读 / 听力 / 口语】

[ə'sain] *v.* 指派, 选派; 指定(时间、地点等); 分配, 布置

【例】The employees wish they could be assigned to suitable jobs. 雇员们希望他们能够被分派合适的工作。

【搭】assign sth. to sb. 给某人指派……

assignment

【听力 / 口语】

[ə'sainmənt] *n.* (分派的) 任务, (指定的) 作业; 分配, 指派

assist

【听力 / 口语】

[ə'sist] *v. / n.* 帮助, 协助

【真题例句】The Sports Psychologists help the athletes by improving motivation and concentration or assisting with stress management. 运动心理学家通过增加激励机制、提高注意力或协助应对压力来帮助运动员。

【搭】assist with/in 帮助

【派】assistance (*n.* 协助, 帮助); assistant (*n.* 助手 *a.* 助理的, 辅助的)

assistance

【听力 / 口语】

[ə'sistəns] *n.* 帮助, 援助

【真题例句】Don't solely count on the financial assistance from the government; you have to make your way out. 不要只依靠政府的经济援助, 你要自己想办法摆脱困境。

【搭】financial assistance 财政援助; shop assistant 店员

associate

【听力 / 口语】

[ə'səʊʃieit, ə'səʊʃiit] *v.* (在思想上) 把……联系在一起; 使联合 *n.* 伙伴; 同事, 合伙人 *a.* 副的

【真题例句】The loss of genetic diversity associated with reductions in population size will contribute to the likelihood of extinction. 遗传多样性的丧失, 连同群体规模的缩小将会促成种类的灭绝。

【搭】associate with 和……相关，联合；business associate 商业伙伴；associate professor 副教授

【同】combine (vt. 使结合)；join (vi. 加入，结合)

association 【听力 / 口语】

[ə,səʊsi'eɪʃən, ə,səʊf'i'eɪʃən] n. 协会，社团；联合；交往

【真题例句】The greatly respected American Association of Zoological Parks and Aquariums (AAZPA) has had extremely dubious members, and in the UK the Federation of Zoological Gardens of Great Britain and Ireland has occasionally had members that have been roundly censured in the national press. 非常受尊重的美洲动物园和水族馆协会也有极其令人争议的成员。在英国，大不列颠及爱尔兰动物园联盟偶尔也会有被国家媒体严厉谴责的会员。

【搭】research associations 研究协会；an alumni association 校友会；in association with 与……联合

【派】associative (a. 联合的，组成的；联想的)

assume 【听力 / 口语】

[ə'sju:m, ə'su:m] v. 假设；承担，担任；呈现；采取

【例】I assumed you would like a rabbit so I bring one to you. 我猜你会喜欢兔子，所以给你带了一只。

【搭】assume office 就职；assume an obligation 承担义务；assume responsibility 承担责任

astonish 【写作 / 阅读】

[ə'stɒnɪʃ] v. 使惊讶，使吃惊

【真题例句】Herschel set himself the astonishing task of “reviewing the heavens”, in other words, pointing his telescope to every accessible part of the sky and recording what he saw. Herschel 为他自己设定了一个令人吃惊的任务“重新观测天空”，换句话说，就是将他的望远镜对向天空中任何可观测的部分并记录下自己看到的東西。

athlete 【阅读】

['æθli:t] n. 运动员，体育家

【真题例句】The Sports Psychologists help the athletes by improving motivation and concentration or assisting with stress management. 运动心理学家通过增加激励机制、提高注意力或协助应对压力来帮助运动员。

【派】athletic (a. 运动的，运动员的)

atmosphere 【阅读 / 听力 / 口语】

['ætmə,sfiə(r)] n. 大气，大气层；空气；气氛，环境

【搭】atmosphere of... ……的氛围

【派】atmospheric (a. 大气的)

atomic 【阅读 / 听力】

[ə'tɒmɪk] *a.* (关于)原子的; 原子能的, 原子武器的

【例】The country intended to conduct the testing of atomic bombs in spite of other countries' opposition. 尽管其他国家反对, 该国仍打算进行原子弹试验。

attempt

【听力 / 口语】

[ə'tempt] *n./v.* 尝试, 企图; 努力

【真题例句】When pain strikes, we attempt to keep the back as immobile as possible, which makes the muscles tense up. Research shows that they often go into spasm, which causes further twisting of the spine. A vicious circle is underway. 疼痛发作时, 我们试图尽可能保持背部不动, 结果导致肌肉紧张。研究表明这样会变成痉挛, 会导致脊骨更加扭曲。这是一个恶性循环。

【搭】make attempt 尝试; attempt at (doing) sth. 尝试(做)某事; attempt to do sth. 尝试/努力做某事

authority

【写作 / 听力 / 口语】

[ɔ:'θɔrəti] *n.* 权力, 管辖权; [pl.] 官方, 当局; 当权者, 行政管理机构; 权威, 专家

【例】The authority of the government is given by its people and the government is for the people. 人民授予政府权力, 政府为人民服务。

【搭】in authority 持有权力的地位; one leading authority 一个极具权威的人

automatic

【阅读】

[ɔ:tə'mætɪk] *a.* 自动的, 机械的; 无意识的; 必然的, 自然的 *n.* 自动手枪(或步枪)

available

【听力 / 口语】

[ə'veɪləbl] *a.* 可利用的; 通用的; 可取得联系的, 可得到的

【真题例句】The tickets are available from the box office, in person, by phone, fax or post, or online. 这些票可以通过售票处、本人、电话、传真、邮递或在线等多种方式买到。

【搭】be available to 可用于; available facilities 可用的器械

avoid

【听力 / 口语】

[ə'vɔɪd] *v.* 避免, 避开; 预防; 撤销

【真题例句】I think questionnaires are very good at telling you how people fill in questionnaires, but to be frank they tell you very little else. Avoid them! 我认为调查问卷可以很好地告诉你人们是如何填写问卷中的问题的, 但是坦白地讲, 它们告诉你其他的事情就很少了。所以不要用这种方法。

【搭】avoid doing sth. 避免做……; avoid mistakes 避免犯错误

【派】avoidance (*n.* 避免)

award

【听力 / 口语】

[ə'wɔ:d] *v.* 授予, 给予; 判给, 裁定 *n.* 奖, 奖品; 奖金判定

【真题例句】There are the departments which offer the major subjects for your award