

张沛英语 征服英语词汇系列

ZHANGPEIYINGYU

ZHENGFU

YINGYU CIHUI XILIE

征服托福 核心词汇

——瞬间及循环记忆

张沛 主编

- 含最近22年5000测试词汇
- 提供常考同义词、近义词辨析
- 运用两种科学记忆方法
- 适于考前词汇突击
- 花时少，效率高，成绩提高显著

对外经济贸易大学出版社

张沛英语 征服英语词汇系列

征服托福核心词汇

——瞬间及循环记忆

张 沛 主编

- ❖ 含最近 22 年 5 000 测试词汇
- ❖ 提供常考同义词、近义词辨析
- ❖ 运用两种科学记忆方法
- ❖ 适于考前词汇突击
- ❖ 花时少，效率高，成绩提高显著

对外经济贸易大学出版社

(京) 新登字 182 号

图书在版编目 (CIP) 数据

征服托福核心词汇——瞬间及循环记忆/张沛主编. —北京: 对外经济贸易大学出版社, 2006

(张沛英语. 征服英语词汇系列)

ISBN 7-81078-786-1

I. 征... II. 张... III. 英语 - 词汇 - 高等教育 - 自学参考资料 IV. H313

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 150508 号

© 2006 年 对外经济贸易大学出版社出版发行

版权所有 翻印必究

征服托福核心词汇

——瞬间及循环记忆

张 沛 主编

， 责任编辑: 章 霞

对外经济贸易大学出版社

北京市朝阳区惠新东街 10 号 邮政编码: 100029

邮购电话: 010 - 64492338 发行部电话: 010 - 64492342

网址: <http://www.uibep.com> E-mail: uibep@126.com

北京市山华苑印刷有限责任公司印装 新华书店北京发行所发行

成品尺寸: 115mm × 185mm 6.625 印张 165 千字

2006 年 12 月北京第 1 版 2006 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-81078-786-1

印数: 0 001 - 5 000 册 定价: 11.00 元

编者的话

如何选择一本好参考书

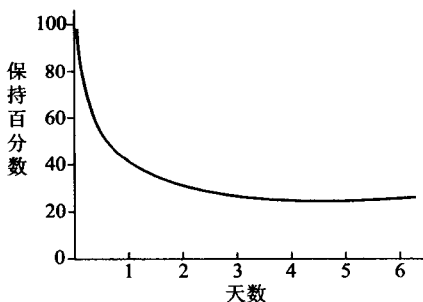
面对种类繁多的词汇复习书籍，如何选择一本能有效地进行复习，并在短时间内取得良好成绩的好参考书呢？

事实上，要确实掌握好一门外语不是三年两载就能办到的事，但要取得一项良好的考试成绩却可在短期内实现，其中的奥秘与关键便是找到科学的复习方法。本书要向广大考生推出的便是这种科学的英语词汇记忆方法：瞬间记忆和循环记忆相结合的方法。

这种方法经过多年教学实践证明非常有效，适用于考前20天突击记忆托福英语全部词汇，效果赫然，它可以扫除英语阅读中的词汇障碍，使考试成绩大幅度提高。

关于瞬间记忆和循环记忆方法

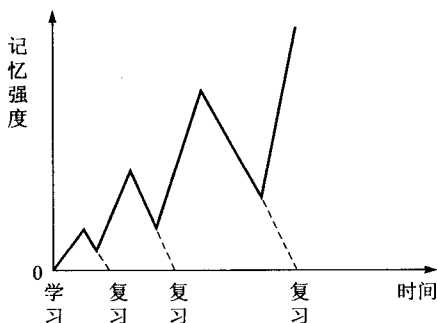
瞬间记忆和循环记忆的理论基础是德国心理学家艾宾浩斯的遗忘曲线：



遗忘曲线

曲线表明，对于无关联的词汇的记忆，在几秒钟之内能记住百分之百，20 分钟内遗忘百分之四十七，两天后遗忘百分之六十六，六天后遗忘百分之七十五，三十天后遗忘百分之七十九。

记忆力增长图：



在记忆英语单词时，记忆力随复习的次数而呈几何倍数递增，第一次为一倍，第二次为四倍，第三次可达十二倍。根据这个原理，考前突击记忆单词的公式和重复复习时间如下：

几秒——几分——两小时——两天——一周——半个月

循环记忆建立在瞬间记忆的基础上，两种方法结合起来，便成为一种快速而有效的科学记忆方法，特别适用于考前突击记忆所有考试词汇。本书将大纲中的词汇按词性分类，并按每 10 个单词作为一组排列。记忆时将单词的中文部分遮盖，对英文词义进行认读，同时把不熟悉的生词用铅笔勾出，继续认读。每次学习的顺序和时间安排如下：

1. 学习第1组单词（瞬间记忆，几秒钟重复）；
2. 学习第2组单词（瞬间记忆，几秒钟重复）；
3. 复习并检查第1, 2组单词（循环记忆，几分钟重复）；
4. 学习第3组单词（瞬间记忆，几秒钟重复）；
5. 复习并检查第2, 3组单词（循环记忆，几分钟重复）；
6. 学习第4组单词（瞬间记忆，几秒钟重复）；
7. 复习并检查第3, 4组单词（循环记忆，几分钟重复）；
8. 把第1~4组单词从头到尾进行一次小循环（循环记忆，几分钟重复）。
9. 以上为一次小循环记忆，可记忆40个单词；
10. 4~5次小循环组成一次中循环，4~5次中循环组成一次大循环，由考生根据自己情况按记忆公式进行安排。原则是在遗忘时间内实施循环记忆。

每两次小循环后要进行一次中循环，两次中循环之后再进行一次大循环。每天安排一小时记忆复习，对已掌握的单词可免去，逐次将范围缩小，直到完全掌握。对于学习过的词汇，可按“两小时——两天——一周——半个月”各复习一次，便能牢牢记住。

这本小书物有所值，它定会使你受益匪浅。

编者 于北京

目 录

一、托福词汇分类瞬间及循环记忆	1
动词	1
名词	27
形容词	69
副词	101
二、常用同义词近义词辨析	114
三、托福词汇构词技能	174
四、部分国家（或地区）、语言、国民及国籍表	196
五、常用地名表	198
六、常用缩写词	200

一、托福词汇分类瞬间 及循环记忆

动 词

第 1 组

abet	教唆, 煽动; 支持
abide	坚持; 遵守; 忍受
absorb	吸收, 吸引
abstain	禁绝; 放弃
abuse	滥用; 虐待; 辱骂
accentuate	重读; 强调
access	存取; 接近
achieve	完成, 达到
acknowledge	承认; 答谢, 报偿
activate	刺激, 使活力

第 2 组

adapt	改编; 使适应
add	增加, 添加, 加
adhere	粘附, 胶着; 坚持
adjust	调整, 调节; 校准
admit	容许, 承认; 接纳
admonish	劝告, 训诫; 警告
advance	前进; 提前, 预付
adventure	冒险

advertise	做广告, 登广告
advise	劝告, 忠告, 建议

第 3 组

aerate	使暴露于空气中
affect	影响; 感动; 假装
affix	使附于, 粘贴
afflict	使痛苦, 折磨
afford	提供, 给予; 供应得起
amend	修正, 改进, 改正
apportion	分配
amplify	放大, 扩大; 增强
amuse	使发笑, 使愉快
aggravate	使恶化, 加重

第 4 组

analyze	分析; 分解
apprentice	当学徒
angle	钓鱼; 追逐
approve	赞成, 满意; 批准
agitate	搅动; 煽动, 激动
arch	弯成弓形
animate	鼓舞

announce 宣布, 通告
annoy 使苦恼, 骚扰
argue 争论, 辩论; 说服

第5组

alienate 疏远
arise 出现, 发生, 起因于
antiquate 废弃, 使古旧
alleviate 减轻, 使易于忍受
arrest 逮捕, 拘留, 吸引
allot 分配, 分派
allowance 定量供应
allude 暗指, 影射
apologize 道歉, 辩白
allure 吸引

第6组

appall 使胆寒, 使惊骇
alternate 交替, 轮流; 改变
amaze 使吃惊
appease 平息, 安抚; 缓和
assign 分配, 指派
apply 申请; 适用, 应用
assume 假定, 设想; 呈现
assure 确告; 保证, 担保
avenge 报仇, 为…报复
attract 吸引, 引起注意

第7组

astound 使惊骇, 大吃一惊
avoid 避免, 消除

augment 增加, 增大
awaken 唤醒, 醒来; 唤起
attack 进攻, 攻击
attain 获得, 达到
bend 弯曲, 屈服; 专心于
batter 打坏, 猛击
bequeath 遗赠, 遗留
bewilder 使迷惑, 使不知所措

第8组

bid 出标, 投标; 命令, 吩咐
bail 保释; 舀水
bake 烘焙, 烤
bother 烦扰, 打扰, 烦恼
bottle 用瓶装
beautify 美化
bank 储蓄
bedazzle 使眩惑, 使困惑
box 拳击; 装入盒中
bankrupt 使破产

第9组

braid 编织
banter 善意地开玩笑
behave 举动, 举止; 运转
braise 炖, 蒸
bare 使赤裸, 露出
brake 刹车
brand 打烙印
believe 相信, 信任; 认为

barrel	装入桶中	cede	放弃
breathe	呼吸, 发出	calm	平静, 镇定
第 10 组		camouflage	伪装
brush	刷, 掸, 拂	censor	检查, 审查
burden	负担	carve	雕刻; 切开
bubble	起泡; 潺潺的流	censure	责难
burn	烧, 烧焦; 点	center	集中, 居中
bridge	架桥; 渡过	cancel	取消, 删去
bud	发芽, 萌芽	catalog	编目录
burst	爆裂, 炸破; 爆发	第 13 组	
budget	做预算	candle	对着光检查
buffet	打击, 搏斗	cannon	炮轰
build	建造, 建筑	catch	捕获, 发觉; 感染; 抓住
第 11 组		challenge	向…挑战
bustle	匆匆忙忙	captivate	迷住, 迷惑
butter	涂黄油	circle	围, 环绕, 盘旋
brim	注满, 满溢	change	改变, 变革, 改造; 兑换
bump	碰, 撞; 颠簸	coast	沿海岸而行
buy	买	channel	引导, 开导
bunch	捆成一束	circulate	流通; 运行; 循环; 传播
bypass	设旁路, 迂回	第 14 组	
cavern	挖空	characterize	表现…的特色
calculate	计算; 考虑, 计划; 认为	coil	盘绕, 卷
cease	停止, 終了	charm	迷人, 有魔力
第 12 组		collect	收集, 聚集; 集中
call	呼叫; 召集; 称呼; 打电话		

clap	鼓掌; 轻拍	传达
chase	追赶, 追逐	
class	把...分类	
cheat	欺骗, 骗取	
classified	分类	
color	涂颜色, 变色; 脸红	

第 15 组

cheep	吱吱地叫
claw	抓
cherish	珍爱; 怀抱希望
chew	咀嚼; 认真考虑
chide	斥责, 责骂
comfort	安慰; 使缓和
click	发出滴答声
climb	攀登, 爬
commandeer	征募; 霸占
close	关, 结束, 停止; 包围

第 16 组

commemorate	纪念
commence	开始, 着手
chisel	砍凿
choose	选择, 选定
cloud	乌云密布, 阴沉
commission	委托, 任命, 委任
chop	剁碎, 砍
cluster	丛生, 成群
chronicle	编年史
communicate	沟通; 通信;

第 17 组

conclude	结束, 终止, 决定, 结论, 推断, 断定, 议定
conserve	保存, 保藏
compare	比较, 相比; 比喻
condemn	判刑, 处刑; 谴责
consider	考虑; 照顾; 认为
condense	浓缩; 精简
consign	托运; 委托
condition	以...为条件
compensate	偿还, 补偿; 付报酬
console	安慰, 慰藉

第 18 组

compete	比赛, 竞争
condone	宽恕, 赦免
consolidate	巩固
consort	配偶; 陪伴, 配对
cone	使成锥形
confide	倾诉; 委托; 信赖
complement	补助, 补足
complete	完成; 使完善
compliment	称赞, 恭维
confiscate	没收, 充公, 查抄

第 19 组

consult	商量; 商议, 请教, 考虑
----------------	----------------

conflict	抵触, 冲突	countenance	支持, 赞助
contact	接触, 联系	contrast	对比, 对照
confuse	使糊涂, 搞乱	contribute	捐助, 捐献, 贡献
compress	压缩; 摘要叙述	counterattack	反击, 反攻
contain	包含, 容纳, 容忍; 牵制	crop	收割, 收获
compromise	妥协, 折衷	control	控制, 支配, 操纵
congeal	冻结, 凝结	crowd	群集, 拥挤
contemplate	沉思, 凝视, 预期, 企图		
conjecture	推测, 猜想, 臆说		

第 20 组

conceal	隐藏, 掩蔽; 隐瞒
connect	连接, 联合, 关连
content	使满足
connive	默许, 纵容; 暗中合作
connote	意味着, 言外之意
conquer	征服, 战胜, 占领
continue	继续, 连续; 延伸
concern	涉及, 关系到
conscript	征募
contract	感染; 订约

第 21 组

consent	同意, 赞成, 答应
contradict	同…矛盾, 同…抵触
criticize	批评, 责备

第 22 组

court	追求; 招致; 求爱
crumble	弄碎, 粉碎; 崩溃
crumple	弄皱; 崩溃, 垮台
cover	覆盖, 铺; 包含; 代替
crush	压碎, 粉碎, 压服
crust	给硬皮
cry	哭, 流泪; 叫, 喊
crack	破裂
converse	谈话, 交谈; 认识
cram	填满

第 23 组

crash	碰撞, 坠毁; 垮台
crawl	爬行, 蠕动
convince	使确信, 使信服
cook	烹调, 煮; 伪造
cure	治愈, 治疗
cool	使冷; 使镇定
cooperate	合作, 协作
curl	卷曲
cope	应付, 处理

copy 复印, 复制, 抄袭

第 24 组

cripple 削弱

cycle 循环, 轮转;

骑自行车

dagger 用剑刺

decrease 减少

dedicate 献身, 致力

denounce 公开指责,

公然抨击, 谴责

damp 使潮湿; 控制, 抑止

deepen 加深, 深化

deny 否认, 拒绝

default 缺席; 拖欠; 默认

第 25 组

depart 离开, 起程, 逝世

defend 防护, 辩护, 防卫

darken 变暗, 变黑

depose 免职, 废; 作证

dash 猛掷, 冲撞

define 定义; 详细说明

date 约会; 定日期

daunt 沮丧

deform 变形

daze 使眩晕, 发昏

第 26 组

defrost 除霜; 融化, 解冻

descend 下降, 下来; 遗传

defy 违抗, 挑衅, 不服从;

藐视

describe 描写, 描述, 形容

degrade 降级; 堕落, 退化

deject 使沮丧, 使灰心

delay 耽搁; 延迟, 延期

desert 放弃, 遗弃; 逃跑

deserve 应受; 值得

delight 高兴, 欣喜

第 27 组

designate 任命, 指派, 指定

deliver 递送, 交付;

释放; 发表

deceive 欺骗, 行骗

decide 决定, 判决

demand 需求, 需要; 查询

decode 解码, 译解

decompose 分解; 腐烂

decorate 装饰, 装修

demolish 毁坏, 破坏;

推翻, 粉碎

destroy 破坏, 毁坏;

消灭, 摧毁

第 28 组

dilute 冲淡, 稀释, 变淡

discredit 不信, 怀疑; 使丢脸

detach 分开, 分离; 派遣

diminish 减少, 变小

discuss	讨论, 论述	die	死亡, 消逝; 熄灭
detail	详述, 细说	differ	不同, 不一致
detain	拘留; 留住; 阻止	dispense	分发, 分配
direct	指引, 指导, 指挥; 导演	第 31 组	

disengage	脱离	disapprove	不赞成
disguise	假装, 伪装, 掩饰	displace	移植, 转移; 取代

第 29 组

disgust	令人厌恶, 令人反感	disprove	反驳, 驳斥
devalued	减值, 贬值	discharge	卸下; 解雇; 放出, 放电
develop	发展, 进步, 发达; 发育	disclose	揭露, 透露

dirty	弄脏	dig	掘, 挖; 钻研
disillusion	醒悟	discolor	使褪色, 变色; 使污染

disable	使残废; 丧失能力	disrupt	中断, 分裂, 瓦解, 破坏
----------------	-----------	----------------	-------------------

disinfect	消毒	digest	消化; 融会贯通
------------------	----	---------------	----------

dislocate	脱臼, 脱位; 混乱
------------------	------------

deviate	背离, 偏离
----------------	--------

dislodge	驱逐
-----------------	----

第 30 组

disagree	不一致, 不适宜
-----------------	----------

dismal	使人消沉
---------------	------

devitalize	夺去生命; 使衰弱
-------------------	-----------

dismember	肢解
------------------	----

disorder	扰乱, 使紊乱, 使失调
-----------------	-----------------

disappear	消失, 不见
------------------	--------

disorganize	扰乱, 打乱
--------------------	--------

第 32 组

dissatisfy	不满足, 感觉不足
-------------------	-----------

disconnect	拆开, 分离, 断开
-------------------	------------

dissect	解剖, 切开
----------------	--------

discourage	使气馁; 阻碍
-------------------	---------

discover	发现, 发觉
-----------------	--------

dissolve	溶解, 解散
-----------------	--------

divest	剥夺
---------------	----

divide	分, 划分, 分开, 隔开
---------------	---------------

drench	湿透
---------------	----

dress	穿衣
--------------	----

第 33 组

distend	扩大, 扩张
drill	训练; 钻孔; 条播
dock	靠码头
drink	喝, 喝酒
doctor	诊断, 治疗
dry	干燥, 变干
distinguish	区别, 辨别
dole	发放救济
distort	扭曲, 歪曲
distract	转移

第 34 组

duel	决斗
distribute	分配, 分发; 散布
domesticate	驯养; 教化
dull	迟钝; 缓和
dominate	支配, 占优势
dump	倾倒, 倾卸
disturb	弄乱, 打扰, 扰乱
double	加倍
diverge	分叉, 分歧; 脱离
dye	染

第 35 组

dive	潜水; 跳水; 俯冲
divert	转移, 转向
earn	赚, 获得, 挣得
eat	吃, 腐蚀
edge	使锋利; 缓缓移动

educate	教育, 训练, 培养
elbow	用肘推, 挤开
elicit	得出, 引出, 引起
eliminate	排除, 消除, 除去
elongate	拉长, 延长, 伸长

第 36 组

elucidate	阐明, 说明
elude	躲避
emanate	散发, 发出; 发散
enjoy	享受, 欣赏, 喜爱
enlarge	扩大, 放大
estimate	估计, 估价, 评估
embed	嵌入, 包埋; 使插入
enliven	使活泼, 使生动
embody	包含, 收录; 具体表达
enrage	激怒

第 37 组

emerge	显现, 浮现; 暴露
enrich	使富足; 使肥沃
emigrate	移居, 移民
ensure	保证, 担保, 确保
evade	规避, 逃避, 躲避
enter	进入, 加入, 参加; 回车
evaluate	评价, 估计
entertain	娱乐; 招待, 款待
evaporate	蒸发, 消失

even	使平坦; 使相等	expect	期待, 预期; 盼望, 指望
第 38 组			
empower	授权与; 使能够	express	表达, 表示
empty	空, 倒空, 腾空	exempt	免除
encase	装入, 包住, 围	exercise	训练, 锻炼; 行使
enchant	施魔法, 使迷惑	expedite	加速; 派出
envision	想像, 预想	expunge	擦去
encircle	环绕, 围绕, 包围	exhaust	耗尽, 筋疲力尽; 排气
exaggerate	夸大, 夸张		

enclose	装入, 围绕	第 41 组	
encompass	包围, 环绕; 包含	exhilarate	使高兴, 使愉快
excavate	挖掘, 开凿; 挖空	experiment	实验, 试验

第 39 组			
encounter	遭遇, 遇到; 相遇	exterminate	消除
enforce	强迫, 执行; 加强	exile	放逐, 流放
erase	抹去, 擦掉; 杀死	exist	存在, 生存, 生活
erode	腐蚀, 侵蚀	expert	当专家
exchange	交换, 交易, 兑换; 交流	explain	解释, 说明
excise	收税; 切除	exorcise	驱邪, 除怪
engrave	雕刻; 铭记, 铭刻	explode	爆炸, 爆发; 推翻
excite	刺激, 兴奋, 激动	exploit	开发, 开采; 开拓; 剥削

engross	吸引; 占有, 独占	第 42 组	
escape	逃脱, 逃避; 避免	exult	非常高兴, 欢跃

第 40 组			
eschew	避开, 远避	faint	昏晕, 昏倒; 衰弱
export	输出, 出口	fall	倒下, 落下; 垮台
excuse	原谅, 申辩; 借口	fame	使闻名, 盛传
		fan	煽动, 刺激, 扇
		fascinate	入迷, 着迷,

fashion	使神魂颠倒 改革, 改变; 形成; 使适合	focus	聚焦, 注视, 集中, 调焦
fate	注定, 送命	file	归档, 提出; 挫; 琢磨
fathom	测量深度; 看穿	fold	折叠, 包; 交迭
fatigue	使疲劳, 使心智衰弱	第 45 组	
第 43 组		film	拍电影; 生薄膜
feather	长羽毛, 用羽毛装饰	fossilize	使成化石; 使陈腐
feature	特写, 是…的特色	foster	养育, 抚养, 培养; 鼓励
forest	植树于	founder	沉没, 倒塌, 失败
foretell	预言, 预示, 预测	finance	筹措资金, 负担经费
flavor	给…加调料	fool	愚弄, 欺骗; 浪费
forget	忘记, 忽略	finish	完成, 结束, 终结, 终止
ferret	追赶; 搜索	force	强制, 强加; 促使
fleet	消磨, 疾驶, 飞逝, 掠过	freeze	结冰, 冷冻, 冻结
form	形成, 构成; 排列, 组成	flake	剥落, 使成薄片
fertilize	施肥, 使富饶; 使多产	第 46 组	
第 44 组		flank	在…的侧面
flood	淹没, 泛滥, 溢出	flat	变平
fester	溃烂, 化脓	foresee	预见, 预知
flourish	繁荣, 茂盛; 兴旺	frustrate	挫败, 阻挠, 阻止
flower	开花; 旺盛, 成熟	frighten	使惊吓, 惊恐
formulate	用公式表示, 阐明	fringe	加缘饰
fly	飞翔, 飞越; 逃脱	front	面对, 朝向, 对付
fortify	设防于; 增强, 增加	fun	开玩笑
		frown	皱眉, 不赞成, 反对
		function	活动, 运行