



2012淘金

英语专业4级词汇 分频周计划

上海外国语大学

王兴扬 审订 伍乐其 主编

抗遗忘乱序速记



华研外语 方法第一!
www.topwayenglish.com

赠

**高频词汇
速记卡片**



**带字幕
MP3**

世界图书电子出版社

TOPWAY



淘金英语

专业4级词汇 分频周计划

主 编:伍乐其



华研外语 方法第一
www.topwayenglish.com

学研外语电子出版社

《淘金英语专业4级词汇分频周计划》

广州

经销

8.5元/本 4.5元/本 9.5元/本 390十字

2011年6月第1版 2011年6月第1次印刷

书号:ISBN 978-7-88765-897-5

版号:ISRC CN-M46-11-0035-0/A·H

定价:18.80元(含MP3光盘)

Preface

前言

《淘金英语专业4级词汇分频周计划》是一本利用抗遗忘程序编排而成的词汇书,旨在帮助考生7周快速突破专四词汇。

本书具有以下特色:

一、科学计划,7周速记

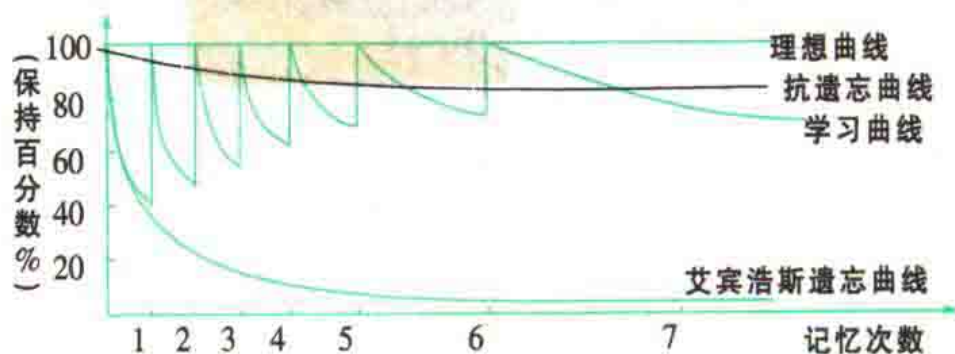
1. 重点突出,难易区分

英语专业教学大纲规定四级的词汇量为8000词,要求考生熟练掌握2000多重点词。本书收录了中学已学词汇以外的所有词汇,并根据历年专四真题对词汇的考查频率,精心挑选出2400个重点词汇,同时补充同义、近义、派生等1300多个单词。考生可迅速抓住学习重点,进行详细学习。

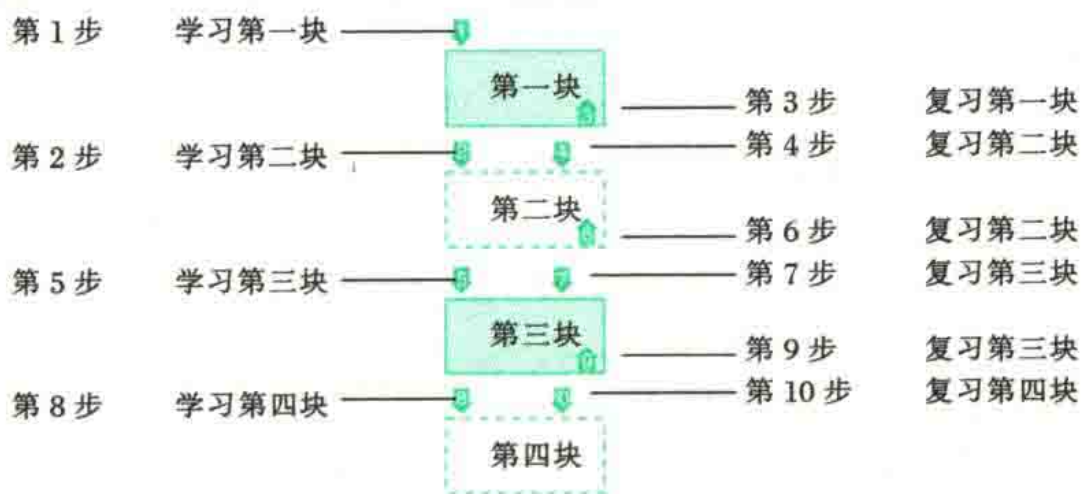
认知词汇部分共收录2016词,为专四考试极少考查和用法简单的词。考生只需快速浏览,了解意思,从而避免平均用力,有效节省学习时间。

2. 抗遗忘学习计划,效果更显著

德国心理学家艾宾浩斯通过研究发现,遗忘在学习之后立即开始,而且最初的遗忘速度很快,以后逐渐减慢。详见下图:



上图反映出及时复习、反复复习非常必要。为此,本书将学时计划为7周,每周安排5课,每课每个 Group 贯穿“十步记忆法”,指导考生记忆与巩固交叉进行,帮助考生记牢所学单词,从而达到“抗遗忘”的效果。



3. 750 道同步练习,记忆更牢靠

为帮助考生检验巩固学习成果,本书随光盘赠送大量练习。这些练习是编者从历年真题中精心挑选的典型考题,供考生在周末进行针对性练习。只要考生坚持完成,就能将单词记得更牢靠,备考更充分。

二、分频记忆,10 倍速学习法

1. 乱序编排,巧妙速记

本书突破传统词汇书 A-Z 词典式的编排模式,按单词在专四真题中的考查频率,将词汇分成四个重要程度不同的等级。这样跨字母序的乱序编排方式,杜绝经常困扰考生的“临到考试,还背不完 A 开头的词条,碰到 S 开头的词条就不知所措”的现象。考生每学完一课都有收获,避免平均用力,学习效率可提高 10 倍,随时都能参加考试。

2. 词根+联想+图解记忆法,有趣好记

规律、有趣的东西记得快。许多英语单词由词根组合

而成,记住词根就可以连带记忆多个同根词。本书词根的拆分严谨、有规律,词义的推导合理而精彩,可帮助读者系统地进行学习。本书所配幽默插图以单词的词义为着眼点,妙趣横生,增强记忆效果。

3. 110 个衍生知识点,内容充实

有些易混词常使考生一头雾水,分不清词与词之间的区别,为此编者特地精选了 80 个辨析和“一言辨异”,一针见血地道出这些词的区别。另外,本书有 30 个知识点归纳,不仅扩大考生知识面,更让考生在枯燥的学习中找到乐趣。

辨 respectable: 因品质、人格或身份等高尚或高贵而受到他人的尊敬

respectful: 对人表示尊敬或敬意

一言辨异 *taste, swallow, digest*

Some books are to be *tasted*, others to be *swallowed*, and some few to be chewed and *digested*. (Francis Bacon) 有些书浅尝而止,有些书可以囫囵吞枣,少数则需咀嚼消化。(弗朗西斯·培根)

归类卡片 “犯罪”种种

robbery 抢劫

murder 谋杀

burglary 入室偷窃

car theft 偷车

terrorism 恐怖主义

shoplifting 顺手牵羊

4. 带字幕的 MP3, 听记结合

根据科学研究,边听边记的效果要远远大于只记不听。本书单词的读音和中文释义全录音,MP3 带同步字幕显示功能,能有效地帮助考生通过听记结合的方法,达到事半功倍的记忆效果。

编者

Contents 目录

第一周 高频词汇

Mon.	Lesson 1	2
Tue.	Lesson 2	23
Wed.	Lesson 3	44
Thur.	Lesson 4	65
Fri.	Lesson 5	85
Sat.~Sun.	词汇精练 119 题	见光盘

第二周 高频词汇

Mon.	Lesson 6	105
Tue.	Lesson 7	126
Wed.	Lesson 8	146
Thur.	Lesson 9	166
Fri.	Lesson 10	187
Sat.~Sun.	词汇精练 152 题	见光盘

第三周 常考词汇

Mon.	Lesson 11	208
Tue.	Lesson 12	228
Wed.	Lesson 13	248
Thur.	Lesson 14	268
Fri.	Lesson 15	287
Sat.~Sun.	词汇精练 165 题	见光盘

第四周 常考词汇

Mon.	Lesson 16	307
Tue.	Lesson 17	326

Wed.	Lesson 18	345
Thur.	Lesson 19	364
Fri.	Lesson 20	384
Sat.~Sun.	词汇精练 58 题	见光盘

第五周 次常考词汇

Mon.	Lesson 21	405
Tue.	Lesson 22	424
Wed.	Lesson 23	443
Thur.	Lesson 24	461
Fri.	Lesson 25	479
Sat.~Sun.	词汇精练 51 题	见光盘

第六周 认知词汇

Mon.	Lesson 26	499
Tue.	Lesson 27	507
Wed.	Lesson 28	515
Thur.	Lesson 29	523
Fri.	Lesson 30	532
Sat.~Sun.	连线练习 100 题	见光盘

第七周 认知词汇

Mon.	Lesson 31	541
Tue.	Lesson 32	550
Wed.	Lesson 33	559
Thur.	Lesson 34	568
Fri.	Lesson 35	579
Sat.~Sun.	连线练习 100 题	见光盘

附录 1: 常见词根词缀表	590
---------------------	-----

附录 2: 实用英语热词	594
--------------------	-----



第一周

高频词汇

★ 周一至周五, 一天一课。

周六至周日, 巩固复习。

本周词汇量480个

Mon.96

Tue.96

Wed.96

Thur.96

Fri.96

Lesson 1

Mon.

Group 1

accomplish /ə'kʌmplɪʃ/ vt. 完成, 实现 (计划、诺言等)

例 Are you content to be a person who will never accomplish anything? 你甘心做一个永远一事无成的人吗?

辨 accomplish: 指成功地完成预期的计划、任务等
achieve: 指完成伟大功业

派 accomplished *a.* 实现的; 有造诣的 // accomplishment *n.* 实现; 成就; 造诣

frustrate /frʌ'streɪt/ vt. 使沮丧; 挫败

例 After two hours' frustrating delay, our train at last arrived. 经过两个小时令人沮丧的耽搁后, 我们的火车终于到达了。

派 frustration *n.* 挫折

disrupt /dɪs'rʌpt/ vt. 使中断, 扰乱

记 dis(apart) + rupt(断裂) → 使中断

例 The heavy storm has disrupted telephone service. 暴风雨使电话中断了。

discourage /dɪs'kʌrɪdʒ/ vt. 使泄气 [反 encourage]; 阻止

记 dis(away) + courage(勇气) → 失去勇气 → 使泄气

例 Don't let one failure discourage you. 不要因为一次失败就气馁。

考 discourage sb. from doing... 使...丧失做...的信心

entail /ɪn'teɪl/ *vt.* 使承担, 需要

记 en(into)+tail(切割)→使负责切割→使承担

例 The construction of the Three Gorges Project entails large migration. 三峡工程建设需要大规模移民。

bewilder /bi'wɪldə/ *vt.* 使迷惑

记 be+wild(荒野的)+er→迷失于荒野中→使迷惑

例 Some unclear and confusing road signs bewildered drivers. 一些含糊不清的路标使司机一头雾水。

assure /ə'ʃʊə/ *vt.* 使确信; 确保【同 *ensure*】

记 as(to)+sure(肯定的)→一再肯定→使确信

例 Nothing can assure permanent happiness. 没有什么东西能确保永久的幸福。

用 assure 表示“使确信”时, 常用于 ~ sb. that.../sb. be ~ed that...或 ~ sb. of sth.; 表示“确保”时与 ensure 同义。

派 assuredly *ad.* 确定地 // self-assured *a.* 自信的 // assurance *n.* 信心; 保证; 保险

timid /'tɪmɪd/ *a.* 羞怯的, 胆小的

记 tim(害怕)+id→羞怯的

例 You are every inch as timid as a mouse.

你真是十足地胆小如鼠。

派 timidity *n.* 羞怯, 胆怯

confidence /kɒnfɪdəns/ *n.* 信任; 信心

记 con+fid(相信)+ence→信心

例 Most Chinese students lack self-confidence when speaking English. 大多数中国学生在说英语时缺乏自信心。

考 in confidence 私下地

take... into one's confidence 把...作为知己

have confidence in 信任

派 confident *a.* 确信的; 有信心的 // self-confidence *n.* 自信

confidential /kɒnfɪ'denʃəl/ *a.* 秘密的; 表示信任的; 担任机密工作的

例 Don't become too confidential with strangers. 对陌生人不能太信任。

resist /rɪ'zɪst/ *vt.* 抵抗; 抗(病等); 忍住 *vi.* 抵抗

记 re(against)+sist(站)→站在对立面→抵抗

例 This coating is designed to resist rust and the weather. 涂上这一层, 是为了防锈, 让它经得起风吹雨打。

用 resist 表示“抵抗”, 后只能接名词或动名词作宾语, 但不能接不定式。

派 resistance *n.* 抵抗; 阻力; 敌对 // resistor *n.* 电阻器 // irresistible *a.* 不可抗拒的



resistant /rɪ'zɪstənt/ *a.* (to) 抵抗的, 耐...的

例 I prefer the plants that are resistant to bad climate. 我比较喜欢那些能抵抗恶劣气候的植物。

restrain /rɪ'streɪn/ *vt.* 阻止; 抑制

记 re(back)+strain(拉紧)→拉回来→抑制

例 I can't restrain my anger when I hear of people being cruel to animals. 当听到有人残酷地对待动物的时候, 我就抑制不住愤怒。

派 restraint *n.* 抑制; 约束措施

refrain /rɪ'freɪn/ *vi.* (from) 抑制, 戒除 *n.* (诗歌的) 叠句

例 They appealed to the protesters to refrain from violence. 他们呼吁抗议者们不要采取暴力行动。

setback /'setbæk/ *n.* 挫折, 倒退

记 由 set back(使退步)构成的名词

例 The team suffered a major setback when their best player was injured. 最优秀的队员受了伤, 使得这支队伍的实力大打折扣。

limitation /lɪmɪ'teɪʃən/ *n.* 限制; [常 *pl.*] 局限

记 limit(限度)+ation→局限

例 He is a brilliant professor but has his limitations as an administrator. 他是一位出色的教授, 但作

为管理者他有不足之处。

派 limited *a.* 有限的 // unlimited *a.* 无限的

confine /kən'fain/ *vt.* 限制;使不外出 *n.* [pl.]界限

记 con(共同)+fine(边界)→共同的边界→界限

例 Please confine your remarks to the subject under discussion. 请将你的发言限制于我们所讨论的主题上。

restrict /rɪ'strɪkt/ *vt.* 限制

记 re(again)+strict(严格的)→一再严格“限制”

例 Speed is restricted to 30 mph in towns. 市内车速每小时不得超过30英里。

派 restrictive *a.* 限制的;(语法)限定性的

expand /ɪk'spænd/ *v.* 扩张;膨胀

记 ex(out)+pand(伸展)→(向外)扩张

例 The Nokia company wants to expand its market in Asia. 诺基亚公司想扩大其在亚洲的市场。

派 expanse *n.* 广阔的区域

expansion /ɪk'spænjən/ *n.* 扩展;膨胀

例 We had made huge profits due to the expansion of business. 由于业务扩展,我们获得了巨额利润。

stretch /stretʃ/ *v.* 伸展,延伸;使倾注全力 *n.* 一段时间;伸展,延伸

例 I stretched to relax after working a full day. 工作了一整天,我伸了个懒腰放松一下。

考 at a stretch 不停地, 连续地

派 stretcher *n.* 担架

finance /faɪ'næns/ *n.* 财政; [常 *pl.*] 资金 *vt.* 为... 提供资金

记 发音: “犯难事” → 涉及“资金”的事总是让人犯难

例 Finances can consist of a combination of stocks, bonds, and properties. 资金可以是股票、债券和财产的结合。

派 financial *a.* 财政的 // financier *n.* 金融家

bonus /bəʊnəs/ *n.* 奖金; 额外给予的东西

记 bon(音似: 帮) + us(我们) → “奖金”帮我们过好日子

例 To some degree bonus is an effective way to motivate the workers. 从某种程度上来说, 奖金是调动工作积极性的一种有效方法。

enlarge /ɪn'lɑ:dʒ/ *v.* 扩大; 放大

记 en(使) + large(大的) → 扩大; 放大

例 Reading more can help to enlarge one's vocabulary. 多阅读有助于扩大词汇量。

派 enlargement *n.* 扩大, 扩建部分

Group 2

budget /'bʌdʒɪt/ *n.* 预算 *v.* (for) 做安排 *a.* 低廉的

例 A shrewd housewife should be good at planning the family budget. 精明的主妇应擅长计划家庭预算。

disclose /dɪs'kləʊz/ *vt.* 透露

记 dis(not)+close(关闭)→不关闭→透露

例 Most movie stars are not willing to disclose their true age. 大多数电影明星不愿透露其真实年龄。

派 disclosure *n.* 揭发, 透露

expose /ɪk'spəʊz/ *vt.* 暴露; (to) 使处于...作用之下; 揭露

记 ex(out)+pose(放置)→摆放出来→暴露

例 His books exposed people to new ideas. 他的书使人们接触了新思潮。

派 exposure *n.* 暴露; 揭发; 曝光

uncover /ʌn'kʌvə/ *vt.* 揭露; 揭开...的盖子

记 un(not)+cover(掩盖)→不掩盖→揭露

例 Customs officials uncovered a plot to smuggle weapons into the country. 海关官员发现了一个往国内走私武器的阴谋。

abandon /ə'bændən/ *vt.* 抛弃; 放弃

记 a(一个)+bandon(音似: 板凳)→坐冷板凳的球员被教练“放弃”了

例 The heartless man abandoned his disabled wife. 那个没良心的男人抛弃了残疾的妻子。

考 abandon oneself to 沉溺于
with abandon 放纵地; 纵情地

quit /kwɪt/ *v.* 停止, 放弃; 离开

例 It's not easy to quit smoking and drinking.
戒烟戒酒并非易事。

2

4

resign /rɪ'zain/ *vi.* 辞职 *vt.* 放弃; (to) 使顺从

记 re(back)+sign(签署)→不再签到→辞职

例 I resigned because of the low salary. 因为工资太低,我辞职了。

派 resignation *n.* 辞职; 顺从

surrender /sə'rendə/ *v.* 投降, 放弃; (to) 屈服(于)

n. 投降, 放弃

记 sur(upon)+render(给予)
→交出, 放弃

例 No surrender to the fascists! 决不向法西斯分子投降!



release /rɪ'li:s/ *vt./n.* 释放; 解除; 放开【同 undo】; 发布

记 re+lease(放松)→放开

例 The hijackers released three of the hostages.
劫机者释放了其中三名人质。

discharge /dis'tʃɑ:dʒ/ *v./n.* 允许...离开; 排出; 卸(货); 放电

记 dis(away)+charge(装载)→释放

例 Lightning is caused by clouds discharging electricity. 闪电是由云层放电造成的。

dismiss /dis'mɪs/ *vt.* 不再考虑; 解雇; 解散; 驳回

记 dis(away)+miss(送)→送走→解雇; 解散