



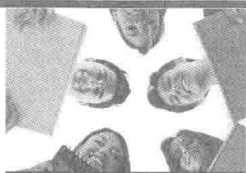
蘑菇

SSAT

必备词汇

程瑶 黄斌 编著

清华大学出版社



蘑菇

SSAT

必备词汇

程瑶 黄斌 编著

清华大学出版社
北 京

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编 (CIP) 数据

蘑菇 SSAT 必备词汇 / 程瑶, 黄斌编著. -- 北京: 清华大学出版社, 2015
ISBN 978-7-302-41603-6

I. ①蘑… II. ①程…②黄… III. ①英语—词汇—高中—入学考试—美国—自学参考资料 IV. ①G634.413

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 225342 号

责任编辑: 徐 静

封面设计: 平 原

责任校对: 王荣静

责任印制: 宋 林

出版发行: 清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址: 北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编: 100084

社总机: 010-62770175

邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者: 清华大学印刷厂

经 销: 全国新华书店

开 本: 148mm×210mm 印 张: 7 字 数: 160 千字

版 次: 2015 年 12 月第 1 版 印 次: 2015 年 12 月第 1 次印刷

印 数: 1~3000

定 价: 45.00 元

产品编号: 065912-01



前言

2015 年去美国读高中的人数再次出现了井喷的状态，低龄留学不断受到广大中国家庭的关注。SSAT 考试也成了这些家庭关注的焦点，而掌握 SSAT 考试的核心词汇是顺利通过考试的关键。

在接触低龄留学生这几年的时间里，我发现低龄学生在英语学习上的潜力非常大，但是和以前教授的 TOEFL 学生有很大反差。一个普遍存在的现象是：大学生考 TOEFL 时，一般对词汇课的要求不高。准备 TOEFL 和 GRE 的学生，几乎都能够自己安排时间找方法去背诵很有挑战的词汇。但是当我接触 SSAT 考生的时候，孩子们在如何背单词、背什么单词以及每天具体背多少单词都需要老师来帮助确定。所以本书首先阐述了我们所提倡的单词背诵方法，然后根据初中生的情况给出单词背诵计划。

本书中的单词是根据 SSAT 历年考试真题筛选出来的。从应试的角度来看更符合近年 SSAT 考生的需求。

本书内容是蘑菇老师精心挑选，并经过十几次考试、几百位考生的验证总结出的 SSAT 历年考试常见词汇。SSAT 词汇一直是中国考生极大的挑战，因为 SSAT 词汇量要求在 10000~12000 个单词。在中国，这些词汇量是那些英语水平较高的成年人才具备的。由于 SSAT 考试在 2012 年才火热起来，所以市场上具备 SSAT 词汇教学考试经验丰富的老师很少，导致很多学生不知道在背 SSAT 词汇的时候从何入手。背了本书所列的词汇，就背了 SSAT 考试的核心、重点词汇了。



A

T



本书内容精彩点:

一、所列词汇都是 SSAT 考试最核心、最常见的词汇。

二、本书每一个 list 都根据了科学的记忆曲线划分出了自动的单词背诵标准。

三、本书帮助考生在最短的时间背诵、掌握 SSAT 词汇。

我们知道大部分同学在单词背诵上存在的问题十分相似，主要有以下两个问题：一）记不住单词，本书告诉了同学们应该如何用最有效的方法背诵 SSAT 词汇。二）遗忘率很大。这个现象其实是因为没有学会单词复习的方法。当学好本书的方法后单词背诵一定能够很快完成。

往年我们的学生只要按照我们教授的方法认真背诵单词就能够达到在 58 分钟之内背诵下来 2000 多个单词。背完本书所列单词，再去做模拟考试题目或者 SSAT 考试真题的时候，一定会发现你们所做的类比题目中几乎所有单词都认识了，在配套的类比题目的练习中，同学们也会发现，大部分单词的中文释义是按照类比题目中所考查的意思进行的翻译。这样，再去做 SSAT 真题的时候会进步飞快，分数会提高很多。我认为真题这部分有比较大的词汇量后再练习会更有价值。我们建议考生们先熟悉单词、再牢记单词，最后结合真题去应用、实战。这样必定会在 SSAT 考试中取得好的成绩。

本书额外增补了近年来出现的重要词汇，调整了部分词汇的考查重点，使书中所列词汇准确度高、针对性更强。在此基础上本书进一步简化、归并了词汇的汉语释义，以期减少学生的记忆负担，也有利于对词汇的精准记忆。

我们祝愿广大 SSAT 考生取得理想的 SSAT 成绩以及获得理想的美国高中录取通知书！

编著者

2015 年初于北京



教学感言

10 年前我开始接触 GRE、TOEFL 这类考试，和准备这类考试的同学们一样，我也面临着背诵大量词汇的挑战。厚厚的 GRE 红宝书、厚厚的 TOEFL 官方指南，让我对出国类考试产生了畏惧感。当时我背诵“GRE 红宝书”毫无方法，那个时候也没有很好的网络资源，我只能死记硬背。拿到“GRE 红宝书”后，我每天背 500 个单词，一共有 2 万多个单词，而且我在每一个单词上所花费的时间非常多。就这样我按照自己死记硬背的方法背完了“GRE 红宝书”。背诵的过程中，我觉得自己背得很好，可是当我回过头来检验效果的时候，我发现所有的单词我几乎都不认识了。没有办法，只能重新背。我用这种方式将“GRE 红宝书”背了将近 50 遍，终于把“GRE 红宝书”背下来了。

今天想想非常可笑，当时自己为什么没有寻求改变自己的行为来解决单词遗忘的问题呢？直到我自己当了词汇老师，我发誓一定要找到好用的背单词的方法，让我的学生们摆脱我当年的痛苦。我明白这样的一个道理：一个人如果只做和过去一样的事情，那么他所得到的结果也是和过去一样的。所以经过努力后，我找到了新的背单词的方法。直到现在，这种方法已经由数百位 SSAT 考生使用，他们的单词量以及背单词的效率 100% 得到了提高。而且，更令人欣喜的是，90% 以上的学员在 SSAT 考试中，词汇部分得了高分（750 分以上）。

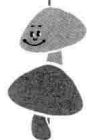
程 瑶

2015 年初于北京



A

T

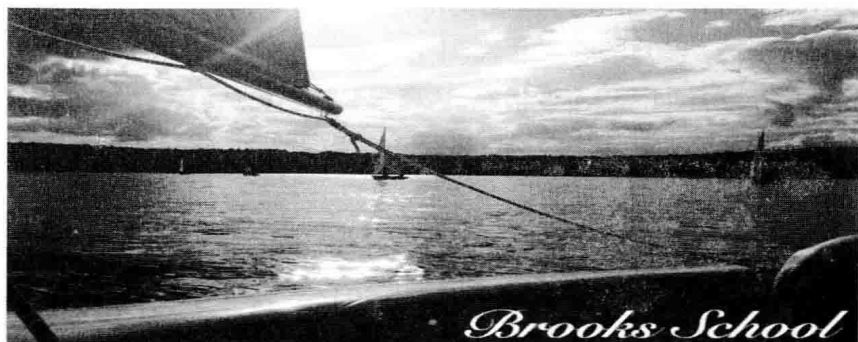




学习心得 (一)

对我而言，两年半备考 SSAT 的生活可以说是煎熬，但同时也伴有很多欢乐。最开始，跟许多其他备考者一样，最恨的非背单词莫属。我清楚地记得，第一次拿到 SSAT 词汇表的时候，给我词汇表的老师说词汇表中的前 12 个 list 下次上课之前要背下来。12 个 list 就是 240 个单词，两天背 240 个单词对于那时候的我来讲是件做梦都完不成的事情。才刚刚开始踏上这条“高申”的路，自信心就直接降到了负数。从那天以后，我时刻带着单词书。每天晚上，我盯着无数小黑字母组成的奇葩单词发呆，不知道从何处下手来处理它们。我一遍又一遍地翻着单词书，想着是不是下半辈子也背不完了。那时候的 SSAT 词汇对我来讲就如同噩梦一般，有种就算是把词汇书瞪穿了也背不下来的感觉。

这样的日子很痛苦，庆幸的是，这种痛苦只持续到我遇到蘑菇老师。蘑菇老师是个特别可爱、呆萌，同时又严肃的年轻女老师。她有很多种背单词的方法，不管你是什么类型的学生，她总是有方



法能“制服”你。之前我背诵一个 list 就要用将近半个小时，听蘑菇老师讲了一节课后，我用了不到 3 分钟就记住了全部单词。自从听蘑菇老师讲课后我就再也没讨厌过词汇课，每次两个小时的课对于我来说就如同半个小时一样。有时候她教我用联想法记单词，编完故事后，我们会为自己编的故事笑上一会儿。渐渐地，以前的一天 10 个 list 变成了一天 20 个、30 个……

很多人都觉着去美国上学很轻松，事实并不是这样。为了考入一个好的美国私立高中，我们要努力准备 SSAT、TOEFL、学校 GPA 考试、申请，我们每样都不能犯懒，每样都要付出自己最大的努力去做到几乎完美。每天背单词、做题、写申请，都要半夜一两点才睡觉，白天还要照常上课，作业也要尽最大的努力完成得最好。一天 400~500 个单词、无数的练习题，这种痛苦可能只有当你踏上了“高申”这条路才会懂。甚至有的时候压力大到有些承受不住，自己偷偷躲在被窝里掉眼泪。但不管怎样，有付出就有回报。很多人也不理解，在收到理想的学校的 offer 时我们有多激动。那种激动很独特，因为觉得一年里的泪水和汗水终于没白流。

我一定要在这里感谢一下在我“高申”的这两年路上一直陪伴我的蘑菇老师。两年中她帮了我太多，没有她，这煎熬般的两年也不会留下这么多美好的回忆。她不同于其他老师，她用她自己的方式教出了无数词汇满分的学生；她用她的方式，开导了很多的学生；她用她的方式，把自己的学生变得更像朋友。有这样一个正能量的老师在身边，我真的感到很幸运！

学弟学妹们，请不要抱怨，“高申”的路虽然痛苦，但之后你会感谢当初努力奋斗的自己。最后，希望你们能取得好成绩并被自己理想的学校录取，加油！

Cindy（作者程瑶的学生）

2014 年秋于 Brooks School



学习心得(二)

2013年10月份我开始接触SSAT，从那时起，我就一直认为词汇是最难、最需要毅力和决心的部分。背单词对我来说很痛苦，即使已经背完了SSAT词汇表，到了美国上学之后每周背单词都是最漫长的，所以在准备SSAT的时候，我总是先把阅读词汇的作业都做完，然后再开始无尽的熬夜“啃单词”。

就我个人而言，真正意识到背单词的重要性和背单词的好处是在模拟考试的时候。起初我总是希望能靠阅读的技巧和速度取胜，从而弥补词汇的不足，可是当模拟考试培训班开始的时候，我才真正发现词汇部分对于整个SSAT成绩的决定性作用。阅读好和阅读很好只能让两个学生产生50分左右的差距，可是背了SSAT词汇和熟记SSAT词汇却是能让我在考试的时候大大缩短做同义题的时间，从而给做类比题留了更多思考的可能性，这样的差距最多的时候甚至能达到100分。于是在10天的模拟考试培训班里，我从磕磕绊绊地背下单词变成了能在30分钟之内测完2160个单词，成绩也慢慢稳定下来。

类比题是我在第二次冲刺的时候花时间最多的部分，因为我总是因为很多“神逻辑”而不能理解题目到底在干什么，也就是说经常把关系判断错。偶尔想太多，偶尔想太少，但是这些奇葩的不足之处最后都通过刷题和分析得到了极大改善。



很多学长都曾说过 SSAT 词汇对于美国高中英语学习的诸多好处，我也是直到开学半个月才真正体会到。日常用语不用说，美国人的口语并非都是简单的常用词汇，偶尔也会有高大上的冷幽默穿插着很多所谓的“大单词”；上英语课的时候，我们也发了 Vocabulary Workbook，翻开书惊讶地发现了很多 SSAT 词汇，也暗暗庆幸自己没有忘掉。

最后在这里要感谢蘑菇老师，在准备考试那段“压力山大”又极其枯燥乏味的日子里能有一个亦师亦友的伙伴一直陪在身边，真心特别感动。一开始所有人可能都会觉得蘑菇老师很严、讲课很快，不过慢慢地，只要适应了节奏，整个人都会被她带得充满正能量。

总之，希望所有的学弟学妹们能在背单词的路上开开心心，也祝愿大家都能取得很好的成绩。

Louisa（作者程瑶的学生）

2014 年秋于 The Loomis Chaffee School





本书使用指南

一、蘑菇教育 SSAT 词汇书 Q&A



问 1. 为什么本书没有一般的词汇书中常背的例句和用法详解?

答: 依据 SSAT 词汇部分考点, 我们知道 SSAT 词汇并不考查单词的具体用法。所以我一直强调: 我们先专注地将单词背下来。当我们只专注于背单词的意思的时候, 效率远远高于我们既背单词的意思又研究用法、例句……也就是说, 词汇考试中, 50% 的同义题目的考点只考查单词的意思, 并没有考查单词的应用, 所以以认识单词为目标来看, 本书最大程度地节省了考生的时间, 将目标集中在掌握单词的意思上。使用本书背单词, 90% 以上的学生都会在短期内变成“词霸”。

问 2. 拿到本书后每天背多少单词合适?



答: 如果每天用一个小时来背单词的话, 建议每天背 300 个单词。



A

T





问 3. 背单词总是遗忘怎么办？

答：一定要注意：背单词出现遗忘的现象是很正常的，但本书所讲解的背单词方法已经基本解决了单词遗忘的问题。



问 4. 这些单词这么生僻，到了美国之后会有用吗？

答：坚定地告诉你们：会的！有的同学之所以觉得在美国没有遇见这些单词，原因是自己没有将本书的词汇背熟、背透。本书中的词汇都是在美国课本中高频出现的单词。

问 5. 这些单词在 SSAT 考试中出现的高频率吗？

答：根据以往的经验来看，SSAT 真实考试中的单词至少 90% 来自本书。其余的来自托福基础词汇和 SAT 词汇。



二、SSAT 单词背诵方法

1. 识别单词

所谓识别单词是识别单词的英文拼写及中文释义，在 5 秒内反复看两遍英文单词的中文意思。有些单词的中文意思有很多，我们建议考生在第一次背单词的时候只背第一个中文意思。5 秒过后迅速看下一个单词，依此方法将 10 个单词背完。

注意，我们刚刚讲的是识别单词，而不是背单词，所以在第一遍识别的过程中，不要纠结于单词是否已经背下来，按照 5 秒内识别两遍的流程向下看即可。

2. 间隔性重复识别

大家了解识别单词方法后，继续将刚刚识别的 10 个单词反复重复 5 遍。这样这 10 个单词同学们可以掌握 90% 以上，



然后继续看接下来的 10 个单词，经过 30 分钟后同学们能够背 120 个单词。然后根据艾宾浩斯记忆曲线、番茄时间记忆法、初中生单词背诵习惯，我们需要在 30 分钟后休息 5~10 分钟。休息过后，先将之前所背的单词按照第一点所讲的识别方法复习一遍，然后再背新的单词，之后按照下面这个时间表来确定背诵时间：

1. 第 1 个记忆周期：3 分钟
2. 第 2 个记忆周期：30 分钟（背完约 120 个单词）
3. 第 3 个记忆周期：12 小时（晚上睡觉前半个小时）
4. 第 4 个记忆周期：1 天
5. 第 5 个记忆周期：2 天
6. 第 6 个记忆周期：4 天
7. 第 7 个记忆周期：7 天
8. 第 8 个记忆周期：15 天

3. 复习单词

a. 复习方法：遮住中文释义，尽力回忆该单词的意思（时间限制在 5 秒内），几遍下来还是记不住的单词可以在本书所设计的圆圈中做记号重点记忆。

b. 复习一个 list 所需的时间为 30 秒以内。

c. 当天的 list 最好在中午之前背完，大约 12 小时之后（最好睡觉前）复习当天所背的 list。

d. 在其后的 1、2、4、7、9、11、13、15 天后分别复习当日所背的 list。

A

T



xi

4. 单词背诵注意事项

- a. 每天连续背 30 个 list, 并完成复习任务。
- b. 复习永远比记新单词重要, 要反复高频率地复习、复习、再复习!
- c. 一天都不能间断, 坚持挺过 20 天!

按照上述方法坚持背单词, 同学们会得到神奇的效果! 20 天的突击训练后, 你可以用 3 至 4 个小时背完 2200 个单词! 同学们, 加油背单词吧!



目 录

List 1	001	List 22	015	List 43	029
List 2	001	List 23	015	List 44	029
List 3	002	List 24	016	List 45	030
List 4	003	List 25	017	List 46	031
List 5	003	List 26	017	List 47	031
List 6	004	List 27	018	List 48	032
List 7	005	List 28	019	List 49	033
List 8	005	List 29	019	List 50	033
List 9	006	List 30	020	List 51	034
List 10	007	List 31	021	List 52	035
List 11	007	List 32	021	List 53	035
List 12	008	List 33	022	List 54	036
List 13	009	List 34	023	List 55	037
List 14	009	List 35	023	List 56	038
List 15	010	List 36	024	List 57	038
List 16	011	List 37	025	List 58	039
List 17	011	List 38	025	List 59	040
List 18	012	List 39	026	List 60	041
List 19	013	List 40	027	List 61	041
List 20	013	List 41	027	List 62	042
List 21	014	List 42	028	List 63	043



A

T



List 64.....	044	List 94.....	064	List 124.....	084
List 65.....	044	List 95.....	065	List 125.....	085
List 66.....	045	List 96.....	066	List 126.....	086
List 67.....	046	List 97.....	066	List 127.....	086
List 68.....	046	List 98.....	067	List 128.....	087
List 69.....	047	List 99.....	068	List 129.....	088
List 70.....	048	List 100.....	068	List 130.....	088
List 71.....	048	List 101.....	069	List 131.....	089
List 72.....	049	List 102.....	070	List 132.....	090
List 73.....	050	List 103.....	070	List 133.....	090
List 74.....	051	List 104.....	071	List 134.....	091
List 75.....	051	List 105.....	072	List 135.....	092
List 76.....	052	List 106.....	072	List 136.....	092
List 77.....	053	List 107.....	073	List 137.....	093
List 78.....	053	List 108.....	074	List 138.....	094
List 79.....	054	List 109.....	074	List 139.....	094
List 80.....	055	List 110.....	075	List 140.....	095
List 81.....	055	List 111.....	076	List 141.....	096
List 82.....	056	List 112.....	076	List 142.....	096
List 83.....	057	List 113.....	077	List 143.....	097
List 84.....	057	List 114.....	078	List 144.....	098
List 85.....	058	List 115.....	078	List 145.....	098
List 86.....	059	List 116.....	079	List 146.....	099
List 87.....	059	List 117.....	080	List 147.....	100
List 88.....	060	List 118.....	080	List 148.....	100
List 89.....	061	List 119.....	081	List 149.....	101
List 90.....	062	List 120.....	082	List 150.....	102
List 91.....	062	List 121.....	082	List 151.....	102
List 92.....	063	List 122.....	083	List 152.....	103
List 93.....	064	List 123.....	084	List 153.....	104

List 154.....	104	List 184.....	124	List 214.....	145
List 155.....	105	List 185.....	125	List 215.....	146
List 156.....	106	List 186.....	126	List 216.....	146
List 157.....	106	List 187.....	126	List 217.....	147
List 158.....	107	List 188.....	127	List 218.....	148
List 159.....	108	List 189.....	128	List 219.....	148
List 160.....	108	List 190.....	128	List 220.....	149
List 161.....	109	List 191.....	129	List 221.....	150
List 162.....	110	List 192.....	130	List 222.....	150
List 163.....	110	List 193.....	130	List 223.....	151
List 164.....	111	List 194.....	131	List 224.....	152
List 165.....	112	List 195.....	132	List 225.....	153
List 166.....	112	List 196.....	132	List 226.....	153
List 167.....	113	List 197.....	133	List 227.....	154
List 168.....	114	List 198.....	134	List 228.....	155
List 169.....	114	List 199.....	134	List 229.....	156
List 170.....	115	List 200.....	135	List 230.....	156
List 171.....	116	List 201.....	136	List 231.....	157
List 172.....	116	List 202.....	136	List 232.....	158
List 173.....	117	List 203.....	137	List 233.....	158
List 174.....	118	List 204.....	138	List 234.....	159
List 175.....	118	List 205.....	138	List 235.....	160
List 176.....	119	List 206.....	139	List 236.....	160
List 177.....	120	List 207.....	140	List 237.....	161
List 178.....	120	List 208.....	140	List 238.....	162
List 179.....	121	List 209.....	141	List 239.....	162
List 180.....	122	List 210.....	142	List 240.....	163
List 181.....	122	List 211.....	143	List 241.....	164
List 182.....	123	List 212.....	143	List 242.....	165
List 183.....	124	List 213.....	144	List 243.....	165