

附赠  
中英双语MP3  
用耳朵背单词!

# 超强大应急

# 5000

# 英文随身带

# 高频+分类记忆法

你可以：边上班边学口语·边做家务边学口语……  
还可以：坐着学·站着学·躺着学·边走边学……

主编◎金利

## 多——超多单词!

500口语高频词、500听力高频词、4000场景必知词  
内容最丰富、5000英文单词应急一本全掌握!

## 快——迅速找到你想说的那句话!

高频词汇 + 场景分类记忆，科学分类、快速记忆  
便携版本，随身带、随时用，零碎时间快记单词!

## 好——使用效果好

配备影视对白、常用俚语、新闻例句或场景例句  
单词学习不再枯燥，帮助学习者记得住、不易忘!

## 省——省时省力

方法科学 + 随用随记，省时又省力  
中考、高考、四六级、职称考试完全适用!

华东理工大学出版社  
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

特别声明  
收录单词量绝对超过  
5000个  
口袋版

附赠  
中英双语MP3  
用耳朵背单词!

# 超强大应急

# 5000

# 英文随身带

单词

## 高频+分类记忆法

主 编◎金 利

副 主 编◎杨云云 高楠楠

编委名单◎肖严艳 何 静 李岩岩 贾玉双 白 敏

李山丽 葛婧媛 金 梅 蒋志华 李逸民

李素素 白 煜 冉京未 张 馨 郑丽娜

邱亚丽 谭天琪

特别声明  
收录单词量绝对超过  
**5000**个  
口袋版

 华东理工大学出版社  
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

· 上海 ·

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

超强大应急5000英文单词随身带: 高频+分类记忆法  
(附赠 MP3 光盘)/ 金利主编. —上海: 华东理工大学出版社,  
2015.1

ISBN 978-7-5628-4050-3

I. ①超… II. ①金… III. ①英语—词汇—自学参考  
资料 IV. ①H313

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 225040 号

## 超强大应急 5000 英文单词随身带: 高频 + 分类记忆法 (附赠 MP3 光盘)

---

主 编 / 金 利

责任编辑 / 黄 娜

责任校对 / 金慧娟

封面设计 / 戚亮轩

出版发行 / 华东理工大学出版社有限公司

地 址: 上海市梅陇路 130 号, 200237

电 话: (021) 64250306 (营销部)

(021) 64251904 (编辑室)

传 真: (021) 64252707

网 址: [press.ecust.edu.cn](http://press.ecust.edu.cn)

印 刷 / 上海丽佳制版印刷有限公司

开 本 / 890 mm × 1240 mm 1/48

印 张 / 8.5

字 数 / 369 千字

版 次 / 2015 年 1 月第 1 版

印 次 / 2015 年 1 月第 1 次

书 号 / ISBN 978-7-5628-4050-3

定 价 / 25.80 元 (附赠 MP3 光盘)

联系我们:

电子邮箱 [press\\_wy@ecust.edu.cn](mailto:press_wy@ecust.edu.cn)

官方微博 [e.weibo.com/ecustpress](http://e.weibo.com/ecustpress)

淘宝官网 <http://shop61951206.taobao.com>

华东理工大学出版社



扫一扫进入手机淘宝网店

## 写在前面的话

现代人的生活压力越来越大,在繁忙的学习、工作之余,充电的时间越来越少。很多人都没有时间学习英语。可是生活中很多情况下都会用到英语,这时该怎么办呢?不用担心,这本应急词汇书为你解决烦恼。

大家都知道,想要开口说英语,掌握的单词量是根本之源。词汇量在很大程度上决定了我们的听说能力,因此,应急英语也要从应急单词抓起。

### 在碎片化的时间里,我们到底应该学哪些单词呢?

为了帮助读者提高口语和听力水平,我们选出了口语和听力中使用频率最高的单词。我们收集了丰富的英语学习资料,包括美剧和电影台词剧本以及新闻文本,并计算了每个单词出现的频率,结合单词出现次数这一重要依据,同时考虑到单词的实用价值,我们选择了口语词汇 500 个、听力词汇 500 个。保证为读者提供最实用的听说内容。

### 如何结合地道的用法记忆单词呢?

单词不代表枯燥的记忆,结合实际运用记忆单词是非常科学有效的方法。我们精心挑选了“口语高频词”,它们选材于《生活大爆炸》《老友记》《绝望主妇》《冰河世纪》等热门美剧和电影的台词,让你可以跟随影视作品中的人物,学习老外每天都在说的日常口语。而“听力高频词”选材于 VOA, BBC, CNN 近年来出现的新闻材料,为读者提供原汁原味的地道英文表达。

### 单词是背得越多越好吗?

很多学习者盲目地追求词汇量,结果记忆了很多生

活中并不常用的单词,这些词汇对提高英语实际应用水平来说,帮助并不大。我们为读者收集了 5000 个日常生活中最常用的词语,包括 500 个口语高频词、500 个听力高频词以及 4000 个按照不同场景分类的必知词汇。这些词语涵盖了生活中的方方面面,基本解决你的应急问题。

**本书的安排非常合理,体现在以下三点:**

口语高频词——学英语的目的在于 speak out,本部分单词下给出了美国人最常用的俚语及对话场景再现,让您在学习单词的同时,还能学习最地道的口语表达,可谓一举两得。

听力高频词——与人交流,听懂别人说什么是非常重要的,本部分单词下给出了 VOA, BBC, CNN 中最常出现的例句和用法,为您进行日常交流和听懂各种新闻打下了根基。

场景必知词——这部分全面覆盖了生活中常见的 250 个场景,从清晨起床,到居家生活,乃至购物、休闲、娱乐、求学、工作等,每个场景包含一些必知词汇或短语,并为重点词汇提供例句、对话和短语搭配,帮助读者在语境中更全面地理解单词用法。

希望本书能帮助你摆脱过去死记硬背的单词记忆方法,实现从实用的角度学习单词的目的,并将所学内容活学活用。

编者

# CONTENTS

# 目录

## Part 1

### 口语高频词/1

- |               |               |               |
|---------------|---------------|---------------|
| List 1 / 002  | List 2 / 006  | List 3 / 009  |
| List 4 / 012  | List 5 / 016  | List 6 / 020  |
| List 7 / 024  | List 8 / 028  | List 9 / 032  |
| List 10 / 036 | List 11 / 040 | List 12 / 044 |
| List 13 / 048 | List 14 / 052 | List 15 / 056 |
| List 16 / 060 | List 17 / 064 | List 18 / 067 |
| List 19 / 071 | List 20 / 075 |               |

## Part 2

### 听力高频词/79

- |               |               |               |
|---------------|---------------|---------------|
| List 1 / 080  | List 2 / 083  | List 3 / 086  |
| List 4 / 089  | List 5 / 092  | List 6 / 095  |
| List 7 / 099  | List 8 / 102  | List 9 / 105  |
| List 10 / 109 | List 11 / 112 | List 12 / 116 |
| List 13 / 119 | List 14 / 123 | List 15 / 126 |
| List 16 / 129 | List 17 / 133 | List 18 / 136 |
| List 19 / 139 | List 20 / 142 |               |

## Part 3

### 场景必知词/145

#### Chapter 1 日常生活 146

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 01 一天好开始/146 | 02 洗漱打扮/147    |
| 03 早餐吃什么/148 | 04 今天天气怎么样/149 |
| 05 返回家中/150  | 06 保持厨房卫生/151  |
| 07 打扫房间/152  | 08 谈论装修事宜/153  |
| 09 美好家居/154  | 10 左邻右舍/155    |
| 11 找租房/156   | 12 房东与房客/157   |

- 13 家政与维修服务/158
- 15 亲情关系/160
- 17 逛逛超市/162
- 19 家电及数码产品/164
- 21 购买鞋子/166
- 23 搭配心得/168
- 25 售货员推荐/170
- 27 讨价还价/172
- 29 商品退换/174
- 31 常用食材/176
- 33 烹饪前期准备/178
- 35 饕餮盛宴/180
- 37 健康蔬菜/182
- 39 拒绝挑食身体好/184
- 41 时间/186
- 14 邮政服务/159
- 16 亲友拜访/161
- 18 商品琳琅满目/163
- 20 购物中心大血拼/165
- 22 逛逛服装店/167
- 24 护肤品与彩妆/169
- 26 试穿试戴/171
- 28 结账付款/173
- 30 售后服务/175
- 32 各种厨具/177
- 34 大厨出场露一手/179
- 36 酒足饭饱/181
- 38 水果干果/183
- 40 运动锻炼/185
- 42 欢喜过节/187

## Chapter 2 出门在外188

- 01 假期出行计划/188
- 03 精打细算做预算/190
- 05 预订机票酒店/192
- 07 到达机场/194
- 09 航班发生变化/196
- 11 免税商店狂扫货/198
- 13 飞机落地与转机/200
- 15 火车出行便利多/202
- 17 酒店设施真方便/204
- 19 结账退房/206
- 21 游览观光/208
- 23 海边游玩/210
- 25 参观动物园/212
- 27 地铁方便又快捷/214
- 29 交通规则记心间/216
- 02 找个靠谱旅行社/189
- 04 办妥护照签证/191
- 06 打包行李/193
- 08 托运与提取行李/195
- 10 通关安检/197
- 12 飞机起飞/199
- 14 乘坐公交最环保/201
- 16 入住酒店/203
- 18 请求客房服务/205
- 20 导游服务/207
- 22 人文景观魅力大/209
- 24 开心游乐场/211
- 26 拍照留念/213
- 28 招手打车/215
- 30 实时路况播报/217

- 31 驶上高速，注意安全/218
- 32 加油与汽车美容/219
- 33 交通事故/220
- 34 租车准备自驾游/221
- 35 乘坐轮船/222
- 36 遭遇语言障碍/223
- 37 问路与指路/224
- 38 突发紧急状况/225
- 39 多样文化/226

### Chapter 3 职场生活/227

- 01 寻寻觅觅求职路/227
- 02 打造完美简历/228
- 03 用求职信做敲门砖/229
- 04 参加面试/230
- 05 能力展示/231
- 06 迎接挑战，回答问题/232
- 07 相关工作经验/233
- 08 说明离职原因/234
- 09 谈谈职业规划/235
- 10 薪酬情况/236
- 11 福利待遇/237
- 12 等待面试结果/238
- 13 初入职场/239
- 14 公司结构与制度/240
- 15 处理人际关系/241
- 16 培训充电/242
- 17 面对职场压力/243
- 18 办公用品/244
- 19 公司日常事务/245
- 20 通知&备忘录/246
- 21 接打电话/247
- 22 占线或线路故障/248
- 23 商务e-mail/249
- 24 做个出色的简报/250
- 25 会前准备/251
- 26 众人集思广益/252
- 27 发表观点/253
- 28 会议结束总结/254
- 29 辞职&解雇/255
- 30 我要跳槽/256
- 31 建立业务关系/257
- 32 公司简介/258
- 33 参观企业/259
- 34 注重商务礼仪/260
- 35 谈判技巧策略/261
- 36 业界竞争对手/262
- 37 询价报价/263
- 38 请求优惠价格/264
- 39 双方协商/265
- 40 下单订购/266
- 41 产品数量与规格/267
- 42 结算方式/268
- 43 包装要求/269
- 44 投保货物/270
- 45 签订合同/271
- 46 装船运输要求/272
- 47 争端索赔/273
- 48 市场调研/274
- 49 发布新品/275
- 50 广告宣传/276



51 产品销售与利润/277

52 参加会展/278

53 商务信函/279

## Chapter 4 关注身体健康/280

01 认识身体/280

02 定期体检/281

03 常见疾病/282

04 医院挂号/283

05 描述病情/284

06 诊断病情/285

07 药店买药/286

08 牙科疾病/287

09 牙齿保养与美容/288

10 皮肤出现问题/289

11 孕期检查/290

12 外伤感染/291

13 手术治疗/292

14 重病住院/293

15 病愈出院/294

16 养生之道/295

17 亚健康状态/296

18 户外运动/297

19 健身中心/298

20 有氧运动/299

## Chapter 5 休闲娱乐/300

01 电影时光/300

02 收看电视节目/301

03 新闻直播/302

04 露营垂钓/303

05 离不开的音乐/304

06 用阅读充实自己/305

07 看看报纸/306

08 到酒吧放松一下/307

09 与美女搭讪/308

10 来杯咖啡, 轻松一刻 /309

11 超级麦霸/310

12 观看体育比赛/311

13 激情演唱会/312

14 休闲棋牌 /313

15 引人入胜的戏剧/314

16 轻盈舞步/315

17 聚会狂欢/316

18 时尚达人/317

19 我要减肥/318

20 美发沙龙/319

21 畅游网络/320

22 休闲零食/321

23 美味点心/322

24 提前预订餐位/323

25 看看菜单/324

26 餐厅服务/325

27 评价菜肴/326

28 结账打包/327

29 餐桌礼仪/328

30 方便快餐/329

## Chapter 6 求学生涯/330

- |                   |                |
|-------------------|----------------|
| 01 迎接新生入学/330     | 02 校内纪律/331    |
| 03 选择专业/332       | 04 选课注册/333    |
| 05 参观校园/334       | 06 结交朋友/335    |
| 07 正面性格/336       | 08 负面性格/337    |
| 09 课堂师生互动/338     | 10 家庭教育/339    |
| 11 课后作业/340       | 12 泡图书馆/341    |
| 13 查资料写论文/342     | 14 温馨的宿舍生活/343 |
| 15 社会实践/344       | 16 参加校园活动/345  |
| 17 考前突击/346       | 18 参加考试/347    |
| 19 获得奖学金/348      | 20 欢乐假期快到来/349 |
| 21 毕业之际, 展望未来/350 | 22 出国留学/351    |
| 23 住宿在当地家庭/352    | 24 教育程度/353    |

## Chapter 7 喜怒哀乐/354

- |                   |                |
|-------------------|----------------|
| 01 兴奋喜悦/354       | 02 满足欣慰/355    |
| 03 痛苦悲伤/356       | 04 寂寞无聊/357    |
| 05 忧郁失望/358       | 06 心存恐惧/359    |
| 07 焦虑烦躁/360       | 08 生气争吵/361    |
| 09 抱怨牢骚/362       | 10 积极乐观/363    |
| 11 消极悲观/364       | 12 欣赏赞扬/365    |
| 13 尊重敬爱/366       | 14 惹人厌恶/367    |
| 15 悔悟愧疚/368       | 16 感激&祝贺/369   |
| 17 尴尬害羞/370       | 18 大吃一惊/371    |
| 19 安慰鼓励/372       | 20 建议劝告/373    |
| 21 理解同情/374       | 22 乐于助人/375    |
| 23 质疑否定/376       | 24 承诺担保/377    |
| 25 主动追求, 大胆表白/378 | 26 热恋中/379     |
| 27 爱情修成正果/380     | 28 一段感情的结束/381 |

## Chapter 8 热点话题/382

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 01 全球变暖/382 | 02 人口老龄化/383 |
|-------------|--------------|

03 拼搏创业/384

05 巧用信用卡/386

07 悠闲慢生活/388

09 拒绝拖延/390

11 房产经济/392

13 就业前景/394

04 拒绝月光/385

06 抗压能力/387

08 收入情况/389

10 网购达人/391

12 闪婚裸婚/393

14 课外补习/395

## Part 1

### 口语高频词

本部分所选的单词都来自当下最热门的美剧和电影，并配有老美最常用的俚语及原汁原味的对话。让你不出国就能跟老美学最地道口语！

## List 1

**do** [du:] *v.* 做, 从事

[例] She shows me how to **do** it. 她告诉我怎么做这个。

[说] Blair: I wanna **do** this... it... now. 我现在就想…做…这件事。

Nate: Now now? 现在的现在吗? (《绯闻女孩》)

**know** [nəʊ] *v.* 知道, 了解

[例] I **know** what you are after. 我知道你在追求什么。

[说] Kati: Didn't you **know** she was coming? 难道你不知道她要来了吗?

Serena: Of course I did. I just wanted it to be a surprise. 我当然知道。我只是想给大家一个惊喜。(《绯闻女孩》)

**well** [wel] *ad.* 好, 令人满意地 *int.* 哎呀, 嗯 *a.* 健康的; 良好的 *n.* 井

[例] I speak Chinese very **well**. 我中文说得很好。

[说] Dan: **Well**, you look good, Jen. You do, really. 嗯, 你看起来不错, 珍。真的不错。

Jenny: Thanks. I mean, too bad it's more than our rent but I think I can. 谢谢。我的意思是, 真糟糕, 这比我们的租金还贵, 不过我觉得我可以。(《绯闻女孩》)

**up** [ʌp] *ad.* 向上, 彻底地 *prep.* 沿…往上; 在…上面 *a.* 结束了的, 完了的

[例] My heart is jumping **up** and down. 我的心七上八下。

**gonna** [gɒnə] *abbr.* 将要

[例] I'm **gonna** do this. 我正要去做这个。

[说] A: Where are you heading? 你这是要去哪啊?

B: I **gonna** buy a new shirt. 我想去买件新衬衣。

**think** [θɪŋk] *v.* 认为, 想 *n.* 想, 思考

[例] I **think** highly of your works.

我对你的作品给予高度评价。

**want** [wɒnt] *v.* 想要, 希望; 缺乏 *n.* 缺乏; 必需品

[搭] in want of 缺乏…

[例] I **want** to stay with you. 我想和你待在一起。

**come** [kʌm] *v.* 来, 变成

**[例]** I **come** from China. 我来自中国。

**see** [si:] *v.* 看, 领会

**[例]** I **saw** that super star! 我看到那个超级巨星了。

**[说]** A: Did you understand? 你明白了吗?

B: Yes, I **see**. 是的, 我明白了。

**good** [gʊd] *a.* 好的, 有益的 *n.* 好事, 好处

**[例]** **Good** job! 做得好!

**[说]** A: What do you think about her? 你觉得她怎么样?

B: She's a **good** girl. 她是个好女孩。

**sorry** ['sɒrɪ] *a.* 对不起的, 抱歉的

**[说]** A: I'm so **sorry** about what I did. 对我的所作所为, 我很抱歉。

B: Never mind. 别在意。

**mean** [mi:n] *v.* 意思是; 打算 *a.* 卑鄙的; 吝啬的  
*n.* 平均数

**[例]** It **means** we are right. 这表示我们是对的。

**[说]** A: What do you **mean**? 你是什么意思?

B: I **mean** we should get there on time. 我的意思是我们应该准时到达那里。

**take** [teɪk] *v.* 带(去); 乘(车)

**[搭]** take into consideration 把...考虑在内

**[例]** The plane has **taken** off. 飞机起飞了。

**[说]** Penny: Sheldon, **take** it easy. 谢尔登, 别紧张。

Sheldon: You take it easy! I need to use your shower. 你才别紧张! 我得用一下你的浴室。(《生活大爆炸》)

**because** [br'koz] *conj.* 因为

**[说]** A: Why didn't you attend the meeting this morning? 你今天早上怎么没参加会议?

B: **Because** I went to the hospital. 因为我去了趟医院。

**make** [meɪk] *v.* 做, 制造

**[搭]** make a bargain 达成协议

**[例]** It doesn't **make** sense. 这毫无意义。

**sure** [ʃʊə] *a.* 肯定的, 一定的 *ad.* 确实; 当然

**[搭]** make sure 确保

**thank** [θæŋk] *v.* 感谢 *int.* [pl.] 谢谢 *n.* [pl.] 感谢, 谢意

**[例]** Thank you very much. 十分感谢。

**[说]** Monica: Mom, uh, Chandler was just saying how beautiful your sweater is. 妈妈, 呃, 钱德勒刚刚说你的毛衣很漂亮。  
Mrs. Geller: Oh, thank you, Chandler! I just bought it. 哦, 谢谢你, 钱德勒! 这是我刚买的。(《老友记》)

**wait** [weɪt] *v.* 等待 *n.* 等待的时间

**[搭]** wait for 等, 等候; wait on 服侍, 侍候

**[说]** Howard: Hold my line. 帮我拿着线。

Raj: Wait. What are you doing? 等一下, 你在干吗啊? (《生活大爆炸》)

**guy** [gaɪ] *n.* 家伙, 伙计

**[搭]** nice guy 好人

**[说]** Serena: Here you guy are! I looked all over the dining hall for you. Oh, hi, I'm serena. 你们原来在这里啊, 我在餐厅里到处找你们呢。哦, 你好, 我是塞雷娜。

Jenny: I know. I mean, hi, I'm Jenny. 我知道。我是说, 你好, 我是珍妮。(《绯闻女孩》)

**fine** [faɪn] *a.* 健康的, 极好的 *ad.* 很好 *v.* 处…以罚金 *n.* 罚金

**[例]** He was fined 300 dollars. 他被罚了 300 美元。

**[说]** A: How's it going? 最近好吗?

B: I'm fine recently. 我最近很好。

**wrong** [rɒŋ] *a.* 错误的; 不合法的 *n.* 错误, 冤屈 *v.* 冤枉, 使受委屈

**[例]** What's wrong with you? (=What's the matter?) 你怎么了?

**worth** [wɜːθ] *prep.* 相当于…价值的, 值得…的 *n.* 价值, 财产

**[例]** The book is worth having. 这本书值得拥有。

**work** [wɜːk] *v.* (使)工作, (使)起作用 *n.* 工作, 作业

**[搭]** work with 与…共事

**【例】** The TV doesn't **work**. 电视机坏了。

**with** [wið] *prep.* 和…一起，随着

**【例】** I want to work **with** you. 我想和你一起共事。

**week** [wi:k] *n.* 星期，周

**【例】** I come here once a **week**. 我每周来这里一次。

**【说】** Rachel: I, uh, I have two tickets to the Knicks game tonight if you're interested, just as a thank-you for this **week**. 我，呃，我有两张今晚尼克斯队比赛的球票，如果你有兴趣的话，作为这周对你的感谢吧。

Joshua: Wow! That would be great. 哇！那真是太棒了！  
（《老友记》）



## List 2

**wear** [weə] *v.* 穿着, 戴着 *n.* 穿戴物; 磨损

**[例]** I like **wearing** jeans. 我喜欢穿牛仔裤。

**water** [wɔ:tə] *n.* 水, 雨水; [*pl.*]水域 *v.* 给…供水

**[例]** I'm **watering** the flowers. 我在给花浇水。

**[说]** Phoebe: I will have the green salad, umm, the house salad, and **water's** fine. 我要蔬菜沙拉, 嗯, 招牌沙拉, 还有水也不错。

The Waiter: Okay. 好的。 (《老友记》)

**watch** [wɒtʃ] *v.* 看, 注视, 小心 *n.* 表; 看管

**[搭]** watch out 当心

**[说]** Ivy: Why would you use Max when you said that you would help me get rid of him? 你说过要帮助我摆脱马克斯的, 可你为什么又要利用他?

Diana: I found a better plan, and I like **watching** you squirm. 我有更好的计划了, 而且我喜欢看你辗转不安的样子。 (《绯闻女孩》)

**warm** [wɔ:m] *a.* 温暖的, 热情的 *v.* (使)暖起来; 使热烈

**[例]** It's **warm** here. 这里很暖和。

**wake** [weɪk] *v.* 醒来, 警觉

**[搭]** wake up 唤醒

**view** [vju:] *n.* 看法; 景色 *v.* 考虑; 认为

**[例]** This is my **view**. 这就是我的看法。

**vacation** [və'keɪʃən] *v./n.* 休假

**[搭]** summer vacation 暑假

**[说]** Phil: Honey, come on. Let's turn this **vacation** into a honeymoon. 亲爱的, 来吧! 让我们把这次度假变成蜜月。  
 Claire: Sweet pea, I'm a mom traveling with my kids. For me, this is not a **vacation**. 亲爱的, 我是带孩子来度假的。对我来说, 这不是度假。 (《摩登家庭》)