

DOUBLE ★★ CONTEXT

双环境

突破雅思词汇

7800

◎ 主编 孙进涛 陈文



世界图书出版公司

双环境突破 雅思词汇 7800

主 编：孙进涛 陈 文

编 委：张 敏 李 煒 王 娟
李晓荣 张晓华 吕晓娟
高清薇 苏晓智

世界图书出版公司

西安 北京 广州 上海

图书在版编目(CIP)数据

双环境突破雅思词汇 7800/孙进涛著.—西安:世界图书出版西安公司,2005.9

ISBN 7 - 5062 - 7531 - 7

I. 双… II. 孙… III. 英语—词汇—高等学校—入学考试,国外—自学参考资料 IV. H313

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 053942 号

双环境突破雅思词汇 7800

主 编 孙进涛 陈 文

责任编辑 李林海

视觉设计 范晓荣

出版发行 世界图书出版西安公司

地 址 西安市南大街 17 号

邮 编 710001

电 话 029 - 87214941 87233647(市场营销部)

029 - 87232980(总编室)

传 真 029 - 87279675 87259676

经 销 各地新华书店、外文书店

印 刷 西安市建明工贸有限责任公司

开 本 850×1168 1/32

印 张 20

字 数 340 千字

版 次 2005 年 10 月第 1 版 2005 年 10 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7 - 5062 - 7531 - 7/H·664

定 价 22.00 元

序

从某种程度来说，学英语最重要的是环境。如果我们能到英国、美国或其他英语国家中去，如果我们周围到处是洋话连篇的老外，如果我们朝夕浸染、耳闻目濡于英语的图文声像中，那么，学习英语就毫无难度可言，我们将顺理成章地轻轻松松掌握英语，征服英语。

然而，对于大多数的中国学生来说，“如果”仅仅是一种不具现实性的假设而已，大家依然生活在痛苦的英语学习中，饱受单调乏味的单词记忆的磨难，屡经复杂多变的语法运用的摧残，自信、勇气在一次次打击中消失，兴趣、热情在一次次挫折后变淡，环境依然，痛苦依然……

自然的环境千百年尚在经历着“人定胜天”的改变，那么，学习英语真的就这么难吗？

对此，《双环境英语》以记忆环境对记忆效果影响的理论为基础，针对广大英语学习者的实际情况，创造出一片记忆单词的新天地，营造出记忆单词的新环境。

《双环境英语》的最大特色有四：

一是标新立异的环境系统。双环境以词汇为中介，贯穿沟通人环境和词环境两大目标基地。人环境提供方法的技术，建立在科学记忆的心理学基础上，全方位地将艾宾浩斯遗忘曲线、前后摄抑制理论等十二个决定记忆效果的心理学知识深入浅出地渗透到记忆中的每个环节，使记忆步骤程序化、量化、目标化，简单而又新颖。词环境提供系统的实践场所，对应于人环境的中国人的传统思维方式和思维观念，以家族式的衍生方式将单独的词汇构成有机的整体，在学习中尽可触类旁通、举一反三。

二是删繁就简的单词家族结构体系。双环境英语利用单词本身的构词特点及汉语意义，将雅思英语全部词汇系统分类，尽量删繁就简，以子孙蔓延的方式将词汇网络化、趣味化，看似简单，实则寓千变万化于其中，切合中国人记忆单词的心理特征，更富有人情味，使你轻松熟记雅思全部单词。

三是科学合理的渗透过程。当前英语学习方法指导成百上千，双环境英语在众多因循的方法上另辟蹊径。除营造出词汇记忆的小环境外，还通过“词组搭配”“同义辨析”“考点例析”“词汇应用”四部分为你营造科学合

理的记忆渗透过程，使你在“词组搭配”中了解单词的考点分布，及出题眼目，让读者的学习具有针对性；通过“同义辨析”更准确地掌握词汇的内在意义；“考点例析”借助历年题解使你迅速掌握解题玄机，了解考点精要；“词汇应用”则让你小试身手，真枪实弹地面对挑战。自此学习不再是孤立的过程，学习者自可深入其境。

四是令人惊奇的记忆效果。通过四个阶段的学习，170 多个小时便能全面牢固地掌握雅思新大纲的全部单词，而且达到终身不忘的地步。

不论你是积极地学英语，还是被逼无奈地去学英语，双环境都将卓有成效地助你一臂之力。如果你处于彷徨不前的境地，双环境英语将为你雪中送炭；如果你处于欣然有得的状况，双环境英语将为你锦上添花。

进入双环境，英语其实就那么简单，快乐也是那么简单。

2005 年 9 月
作者

人环境

雅思

第一阶段：定点记忆

“定点记忆”是以词环境·家族树中父代单词(左栏中)为记忆对象的记忆过程。如1号家族在本阶段的记忆对象是able, 2号是abrade, 3号是abhor等。

万事开头难，“定点记忆”即是如此，好在只有599个父单词，而且大多是大家熟悉的简单词，仅仅增加了记忆要求而已。读者只需要稍加用心加上我们的科学记忆步骤，短时间内顺利达标亦非难事。

定点记忆阶段分三个步骤进行。

第一步 初始记忆

初始记忆是对记忆对象第一次识记的过程。其中每个课时(60分钟)记30个父代单词，记忆重点是这些单词的序号、读音、字母组合与第一词性、词意。这里读者需要注意记忆单词序号是本记忆法的独特要求，也是定点记忆阶段的重中之重。如一号able家族，主要记①序号“1”；②读音“eibl”；③字母组合“a-b-l-e”；④第一词性“adj.(形容词)”，词意“能够、有能力的”。

第二步 返生记忆

返生记忆就是在科学的周期内对初始记忆过的但已经遗忘或正在遗忘的父代单词的复习，并对尚未识记词性、词义的识记过程。每课时记50个父代单词，记忆重点是父代单词读音、字母组合，所有词性与词义。

第三步 大返生记忆

是对初始与返生记忆结果的总复习。

“定点记忆”相对来说机械记忆成份较多，但决非死记硬背，它也有窍门：

(1) 父单词字母组合中第一个字母在字母表中的排序帮助记忆。如：avouch是66号，back是57号，根据它们首字母a,b在字母表中的排列顺序，不可能产生back在前，avouch在后的错误。

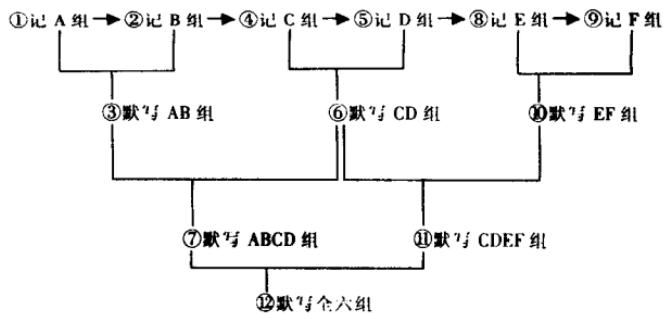
(2) 分组、循环记忆的应用：怎样分组循环我们用1—30号家族父系单词的定点记忆过程为例说明：

首先，我们将30个单词按序号5个1组分成6组。

A组：1—5号； B组：6—10号； C组：11—15号

D组：16—20号； E组：21—25号； F组：26—30号

然后循环记忆，以下序号为记忆顺序。



通过以上的分组循环记忆短时间内你一定能熟练地掌握这三十个单词，记忆过程中若是有重点的记几个特殊号码，在记忆模糊时能运用这些特殊号码可推出模糊词就更方便了。(如大部分读者会以 5、10、15、20、25 等为重点号码)。这种方法也可应用到其他各个记忆阶段中，不能机械照搬，要因人而异，因地制宜，以获得最佳的记忆效果为目的。

为了方便读者学习，我们从记忆对象、课时、记忆达标、测试等方面制了详细的“课时进程与测试表”，供参考和遵循。

第二阶段 定点扩大记忆

定点扩大记忆，顾名思义，就是在定点记忆的基础上进一步扩大记忆对象，实际上就是借助一个父代单词扩大记忆若干个子单词(中栏中)的过程。

如果说“定点记忆”机械成份较多，而“定点扩大记忆”则主要是“逻辑记忆”，因此这一阶段的记忆过程虽然单词量大大增加，记起来却容易得多，因为这些“儿子们(子代词)和它的“父亲”(父代词)有着很近的“血缘”关系(联系线索)。只要我们认识了这种关系，运用联想和推理“顺藤摸瓜”，保你短时间内记住一大堆“儿子”。如 1 号家族 able(有能力的、能干的)的子代主要是由同根词 disable、capable、available、feasible、inevitable 和 arable 组成，不但构词同缘，而且词义联系紧密、线索清晰明了，一点便知，一看就能牢牢记住。

定点扩大记忆的记忆对象主要是每个“家族”的子代单词(中栏内)，也由初始记忆、返生记忆、大返生记忆三个步骤组成(详见课时进程与测试表)。

本阶段要注意以下两点：

(1) 在记子代单词时要连同父代词一起记，在默写和测试时，要写出父代词后再写子代词，千万不要有了“儿子”不要“老爸”，否则没爸爸的儿子将如同无源之水，无本之木。

(2) 父与子的血缘关系是该阶段记忆的点金棒，要善于发现并利用这些线索。

第三阶段 发散记忆

正如定点扩大记忆是利用“父”与“子”的“血缘”线索记住若干儿子(扩大)。发散记忆是利用“儿”与“孙”间的“血缘”线索记忆所有孙代单词(右栏中)的过程。掌握这种血缘线索同样是发散记忆的关键，只是子单词与孙单词间的线索不再是一条而是若干条，因为子代词各自有它们自己的“儿子”(孙代词)。

“发散记忆”同样分初始、返生、大返生三个步骤(详见“课程进程与测试表”)。

发散记忆中要注意的与扩大记忆相同。

第四阶段 巩固记忆

记忆过的内容要想终身不忘，除了多用外一定要及时复习巩固。用什么方法巩固，在什么时候巩固，需要科学把握。关于巩固记忆的安排见“课时进程与测试表”。这里我只想告诉大家巩固最快最有效的方法是用“回忆”的方式进行，闭上你的眼睛开始回忆，第一号家族父代单词是什么？它与子单词有什么联系线索？有几个子代，分别是什么？每个子代又有几个子代，分别是哪些单词？……这里请同学们注意家族中的“血缘”线索是帮助我们记忆的，当对所有单词熟记后联系线索就可以抛掉了，否则它会影响你的回忆速度；这就如同腿伤的人借助拐杖走得很稳，一旦他的腿好了能飞跑起来，手里再拿着拐杖就是负担了。

<p>双环境 { 词环境·家族树 人环境·记忆法</p> <p>词环境·家族树是根据单词的构词原理及词形、词义诸方面，将其分组为若干群体，每个群体内部又根据各词间的联系，分成由亲到疏的三代组成含有父子孙的倒树状家族。有三种结构：</p>	<p>一、词根型：以同根词为缘</p> <table border="0"> <tr> <td>(1) advanced</td> <td>① advancement</td> </tr> <tr> <td> ^{adj.}先进的；高级的</td> <td>^{n.}增进；促进</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(2) advantage</td> <td>① advantageous</td> </tr> <tr> <td> ^{n.}优点；好处</td> <td>^{adj.}有利的；有益的</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td> ^{n.}不利条件</td> <td>^{② disadvantage}</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td> ^{n.}推进；促进；前进；进展</td> <td>① adventurous</td> </tr> <tr> <td> ^{adj.}大胆的；惊险的</td> <td>^{v.} at ^{prep.} 在</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td> ^{n.}前进</td> <td>② venture</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 冒险</td> <td>^{v.} at ^{prep.} 在</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td> ^{n.}家族树</td> <td>③ adventure</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 奇遇</td> <td>^{n.} 出现；到来</td> </tr> </table>	(1) advanced	① advancement	^{adj.} 先进的；高级的	^{n.} 增进；促进	(2) advantage	① advantageous	^{n.} 优点；好处	^{adj.} 有利的；有益的	^{n.} 不利条件	^{② disadvantage}	^{n.} 推进；促进；前进；进展	① adventurous	^{adj.} 大胆的；惊险的	^{v.} at ^{prep.} 在	^{n.} 前进	② venture	^{v.} 冒险	^{v.} at ^{prep.} 在	^{n.} 家族树	③ adventure	^{v.} 奇遇	^{n.} 出现；到来	<p>二、联想型：以汉语意思为缘</p> <table border="0"> <tr> <td>(1) cat</td> <td>n. 猫</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 抓住</td> <td>① catcher ^{n.}</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 捕捉着</td> <td>② catching ^{adj.}</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(2) catch</td> <td>①</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 抓住</td> <td>②</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(3) fat</td> <td>① ^{n.} 肥胖</td> </tr> <tr> <td> ^{adj.} 肥胖的</td> <td>② ^{v.} 养肥</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(4) rat</td> <td>① ^{n.} 老鼠</td> </tr> <tr> <td> ^{n.} 鼠</td> <td>② ^{n.} 袋鼠</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(5) dog</td> <td>n. 狗</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 狗</td> <td>① ^{v.} dogged ^{adj.} 犯强的</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 狗狗</td> <td>② ^{n.} hound ^{n.} 猎狗</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(6) [近] pat</td> <td>v. ① ^{v.} &^{n.} 轻拍——② ^{v.} &^{n.} 轻叩</td> </tr> </table>	(1) cat	n. 猫	^{v.} 抓住	① catcher ^{n.}	^{v.} 捕捉着	② catching ^{adj.}	(2) catch	①	^{v.} 抓住	②	(3) fat	① ^{n.} 肥胖	^{adj.} 肥胖的	② ^{v.} 养肥	(4) rat	① ^{n.} 老鼠	^{n.} 鼠	② ^{n.} 袋鼠	(5) dog	n. 狗	^{v.} 狗	① ^{v.} dogged ^{adj.} 犯强的	^{v.} 狗狗	② ^{n.} hound ^{n.} 猎狗	(6) [近] pat	v. ① ^{v.} & ^{n.} 轻拍—— ② ^{v.} & ^{n.} 轻叩	<p>三、混合型：内含词根与联想</p> <table border="0"> <tr> <td>(1) invention</td> <td>n. 发明</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 发明</td> <td>① ^{n.} inventor ^{n.} 发明者</td> </tr> <tr> <td> ^{n.} 存货清单</td> <td>② ^{n.} inventiveness ^{adj.} 有发明力的</td> </tr> <tr> <td> ^{n.} 存货单</td> <td>③ ^{n.} inventory</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(2) paper</td> <td>n. 纸</td> </tr> <tr> <td> ^{n.} 平装本</td> <td>① ^{n.} paperback</td> </tr> <tr> <td> ^{n.} 银纸</td> <td>② ^{n.} paperweight</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(3) print</td> <td>n. 印刷体</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 印刷</td> <td>① ^{n.} printables ^{adj.} 可印刷的</td> </tr> <tr> <td> ^{v.} 打印</td> <td>② ^{n.} printing-machine ^{n.} 印刷机</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>(4) compass</td> <td>n. 指南针</td> </tr> <tr> <td> ^{n.} 火药</td> <td>① ^{n.} gunpowder</td> </tr> <tr> <td> ^{n.} 枪炮</td> <td>② ^{n.} gun</td> </tr> </table>	(1) invention	n. 发明	^{v.} 发明	① ^{n.} inventor ^{n.} 发明者	^{n.} 存货清单	② ^{n.} inventiveness ^{adj.} 有发明力的	^{n.} 存货单	③ ^{n.} inventory	(2) paper	n. 纸	^{n.} 平装本	① ^{n.} paperback	^{n.} 银纸	② ^{n.} paperweight	(3) print	n. 印刷体	^{v.} 印刷	① ^{n.} printables ^{adj.} 可印刷的	^{v.} 打印	② ^{n.} printing-machine ^{n.} 印刷机	(4) compass	n. 指南针	^{n.} 火药	① ^{n.} gunpowder	^{n.} 枪炮	② ^{n.} gun	<p>* 子代根据汉语意思组成“猫捉肥老鼠”的趣味联想。</p> <p>全方位运用记忆心理学理论记忆单词的一个记亿环境，分四个阶段，每个阶段又分别由三个步骤组成。</p> <p>第一步：【(1) 初始记忆】—【(2) 诞生记忆】—【(3) 大诞生记忆】</p> <p>第二步：【(1) 初始记忆】—【(2) 诞生记忆】—【(3) 大诞生记忆】</p> <p>第三步：【(1) 初始记忆】—【(2) 诞生记忆】—【(3) 大诞生记忆】</p> <p>第四步：【(1) 初始记忆】—【(2) 诞生记忆】—【(3) 大诞生记忆】</p> <p>(详见人环境·记忆法部分)</p>
(1) advanced	① advancement																																																																													
^{adj.} 先进的；高级的	^{n.} 增进；促进																																																																													
(2) advantage	① advantageous																																																																													
^{n.} 优点；好处	^{adj.} 有利的；有益的																																																																													
^{n.} 不利条件	^{② disadvantage}																																																																													
^{n.} 推进；促进；前进；进展	① adventurous																																																																													
^{adj.} 大胆的；惊险的	^{v.} at ^{prep.} 在																																																																													
^{n.} 前进	② venture																																																																													
^{v.} 冒险	^{v.} at ^{prep.} 在																																																																													
^{n.} 家族树	③ adventure																																																																													
^{v.} 奇遇	^{n.} 出现；到来																																																																													
(1) cat	n. 猫																																																																													
^{v.} 抓住	① catcher ^{n.}																																																																													
^{v.} 捕捉着	② catching ^{adj.}																																																																													
(2) catch	①																																																																													
^{v.} 抓住	②																																																																													
(3) fat	① ^{n.} 肥胖																																																																													
^{adj.} 肥胖的	② ^{v.} 养肥																																																																													
(4) rat	① ^{n.} 老鼠																																																																													
^{n.} 鼠	② ^{n.} 袋鼠																																																																													
(5) dog	n. 狗																																																																													
^{v.} 狗	① ^{v.} dogged ^{adj.} 犯强的																																																																													
^{v.} 狗狗	② ^{n.} hound ^{n.} 猎狗																																																																													
(6) [近] pat	v. ① ^{v.} & ^{n.} 轻拍—— ② ^{v.} & ^{n.} 轻叩																																																																													
(1) invention	n. 发明																																																																													
^{v.} 发明	① ^{n.} inventor ^{n.} 发明者																																																																													
^{n.} 存货清单	② ^{n.} inventiveness ^{adj.} 有发明力的																																																																													
^{n.} 存货单	③ ^{n.} inventory																																																																													
(2) paper	n. 纸																																																																													
^{n.} 平装本	① ^{n.} paperback																																																																													
^{n.} 银纸	② ^{n.} paperweight																																																																													
(3) print	n. 印刷体																																																																													
^{v.} 印刷	① ^{n.} printables ^{adj.} 可印刷的																																																																													
^{v.} 打印	② ^{n.} printing-machine ^{n.} 印刷机																																																																													
(4) compass	n. 指南针																																																																													
^{n.} 火药	① ^{n.} gunpowder																																																																													
^{n.} 枪炮	② ^{n.} gun																																																																													

课时进程与测试表

阅读与 重点提示	记忆 阶段	课时	记忆步骤	记忆对象	次日测试内容	测试时间(分)	测试达标
① 本方略提倡最佳记忆时间段为睡前的1小时;最佳复习时间段为晨起后的15—30分钟。② 次日的测试尽量在规定时间内完成。记不起来的一切莫苦思冥想,应做标记并在后面的“返生”中重点记忆。	1—5	初始记忆	1—150号父代词的读音、字母组合。 第一词性、词意。30词课时	按序默写	按序默写前课内容	6	写出25个以上
	6—8	返生记忆	1—150号父代词的全部项目。50词课时	按序默写	默写前课奇数或偶数号单词	6	写出23个以上
	9—13	初始记忆	151—300号父代词读音、字母组合。 第一词性、词意。30词课时	按序默写	按序默写前课内容	6	写出25个以上
	14—16	返生记忆	151—300号父代词全部项目。50词课时	按序默写	默写前课奇数或偶数号单词	6	写出24个以上
	17—21	初始记忆	301—450号父代词读音、字母组合。 第一词性、词意。30词课时	按序默写	按序默写前课内容	6	写出25个以上
	22—24	返生记忆	301—450号父代词全部项目。50词课时	按序默写	默写前课奇数或偶数号单词	6	写出24个以上
	25—29	初始记忆	451—599号父代词读音、字母组合。 第一词性、词意。30词课时	按序默写	按序默写前课内容	6	写出25个以上
	30—32	返生记忆	451—599号父代词全部项目。50词课时	按序默写	默写前课奇数或偶数号单词	6	写出24个以上
	33—38	大返生记忆	1—599号父代词全部项目。100词课时	迅速回忆出所记内容全部项目	随问即答前课所记内容的全部项目	3分60词	答出35个以上
	39—44	初始记忆	1—90号父代及子代词的读音、字母组合、第一词性词意。15家族/课时	按序默写	按序默写前课全部内容	15	写出30%以上

阅读与 重点提示	记忆 阶段	课时	记忆步骤	记忆对象	记忆达标	次日测试内容	测试时间(分)	测试达标
③同学间互相提问或请人帮助提问的复习方式效果尤佳。	定 点 扩 大 记 忆	45—47	返生记忆	1—90 号父代及子代词的所有项目。30 家族/课时	按序默写	按序默写前课奇或偶数号家族相关项目	15	写出 90% 以上
		48—53	初始记忆	91—180 号父代及子代词读音、字母组合、第一词性词意。15 家族/课时	按序默写	按序默写前课内容	15	写出 80% 以上
		54—56	返生记忆	90—180 号父代及子代词的所有项目。30 家族/课时	按序默写	按序默写前课奇或偶数号家族相关项目	15	写出 90% 以上
		57—62	初始记忆	181—270 号父代及子代词的读音、字母组合、第一词性、词意。15 家族/课时	按序默写	按序默写前课内容	15	写出 90% 以上
		63—65	返生记忆	181—270 号父代及子代词的所有项目。30 家族/课时	按序默写	按序默写前课奇或偶数号家族相关项目	15	写出 90% 以上
		66—71	初始记忆	271—360 号父代及子代词的读音、字母组合、第一词性、词意。15 家族/课时	按序默写	按序默写前课内容	15	写出 80% 以上
		72—74	返生记忆	271—360 号父代及子代词的所有项目。30 家族/课时	按序默写	按序默写前课奇或偶数号家族相关项目	15	写出 90% 以上
		75—80	初始记忆	361—450 号父代及子代词的读音、字母组合、第一词性、词意。15 家族/课时	按序默写	按序默写前课内容	15	写出 80% 以上
		81—83	返生记忆	361—450 号父代及子代词的所有项目。30 家族/课时	按序默写	按序默写前课奇或偶数号家族相关项目	15	写出 90% 以上

阅读与 重点提示	记忆 阶段	课时	记忆步骤	记忆对象	记忆达标	次日测试内容	测试时间(分)	测试达标
		84—89	初始记忆	451—540 号父代及子代词的读音、字母组合、第一词性、词意。15 家族课时	按序默写	按序默写前课内容	15	写出 80% 以上
		90—92	返生记忆	451—540 号父代及子代词的所有项目。30 家族课时	按序默写	按序默写前课奇或偶数号家族相关项目	15	写出 90% 以上
		93—96	初始记忆	541—599 号父代及子代词的读音、字母组合、第一词性、词意。15 家族课时	按序默写	按序默写前课	15	写出 80% 以上
		97—98	返生记忆	541—599 号父代及子代词的所有项目。30 家族课时	按序默写	按序默写前课奇或偶数号家族相关项目	15	写出 90% 以上
		99—108	大返生记忆	1—599 号父代及子代词的全部项目。60 家族课时	迅速回忆出全部项目	随问即答前课全部内容	6 分 15 家族	答出 95% 以上
		109—114	初始记忆	1—120 号,巩固父、子代单词,识记外代单词的读音、字母组合、第一词性、词意。20 个家族课时	按序默写	按序抽前课 10 个家族,默写相关项目	10	写出 80% 以上
发 散 记 忆		115—117	返生记忆	1—120 号,巩固父、子代单词,识记外代单词全部项目。40 家族课时	按序默写	任意抽考前课 10 个家族,默写全部项目	10	写出 90% 以上
		118—123	初始记忆	121—240 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词的读音、字母组合、第一词性、词意。20 家族课时	按序默写	按序抽前课 10 个家族,默写相关项目	10	写出 80% 以上
		124—126	返生记忆	121—240 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词全部项目。40 家族课时	按序默写	任意抽考前课 10 个家族,默写全部项目	10	写出 90% 以上

阅读与 重点提示	记忆 阶段	课时	记忆步骤	记忆对象	记忆达标	次日测试内容	测试时间(分)	测试达标
		127— 132	初始记忆	241—360 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词的读音、字母组合、第一词性、词意。20 家族/课时时。	按序默写	按序抽考前课 10 个家族,默写相关项目	10	写出 80%以上
		133— 135	返生记忆	241—360 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词全部项目。40 家族/课时时。	按序默写	任意抽考前课 10 个家族,默写全部项目	10	写出 90%以上
		136— 141	初始记忆	361—480 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词的读音、字母组合、第一词性、词意。20 家族/课时时。	按序默写	按序抽考前课 10 个家族,默写相关项目	10	写出 80%以上
		142— 144	返生记忆	361—480 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词全部项目。40 家族/课时时。	按序默写	任意抽考前课 10 个家族,默写全部项目	10	写出 90%以上
		145— 150	初始记忆	481—599 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词的读音、字母组合、第一词性、词意。20 家族/课时时。	按序默写	按序抽考前课 10 个家族,默写全部项目	10	写出 80%以上
		151— 153	返生记忆	481—599 号,巩固父、子代单词,识记孙代单词全部项目。40 家族/课时时。	按序默写	任意抽考前课 10 个家族,默写全部项目	10	写出 90%以上
		154— 161	大返生记忆	巩固并记忆家族中全部项目。80 家族/课时时。	迅速回忆出前课时的全部项目	随意叫答前课任一家族所有项目	6 分 15 家族	答出 95%以上
巩固 记忆		162— 170	每天 1 小时“回忆”复习所有家族的内容,能正确地随叫即答为达标。 注意:为保持永久记忆,应分别在半年后、三个月后、六个月后和十二个月后对所有家族各作一次“回忆”。					

A

1. able ['eibl] <i>adj.</i> [后接不定式]能够;得以……;有才干的;能力出众的	(1) disable [dis'eibl] <i>vt.</i> 使无能;使残废;使丧失(身体某部分的)功能;使无权[常用被动语态]	① disabled [dis'eibld] <i>adj.</i> 伤残的 ② disability [,disə'biləti] <i>n.</i> 无力残疾 ③ enable [i'neibl] <i>vt.</i> 使能够……;赋予……能力(资格)
	(2) capable ['keipəbl] <i>adj.</i> 有能力的;有才能的;有技能的;可以……的;易于……的	① capability [,keipə'biləti] <i>n.</i> 能力;才能 ② capacity [kə'pæsəti] <i>n.</i> 能力;容量;力量;容积;职位;资格 capacious [kə'peɪʃəs] <i>adj.</i> 容量大的;广阔的;气度宏大的
	(3) available [ə'veiləbl] <i>adj.</i> 能获得的;可获得的;现成可使用的;可利用的;(指人)可以找的;可以用的	① avail [ə'veil] <i>v.</i> 有利/益(于) <i>n.</i> (一般用于否定句或疑问句中)效用;帮助;利益 ② availability [ə'veila'biliti] <i>n.</i> 可用性;有效性;可得到的东西
	(4) feasible ['fi:zəbl] <i>adj.</i> 可能的;可行的;可用的	feasibility [fi:zə'biləti] <i>n.</i> 可行性
	(5) inevitable [in'evitəbl] <i>adj.</i> 不能避免的;必然(发生)的	inevitably [in'evitəbli] <i>adv.</i> 不可避免地;必然地
	(6) arable ['ærəbl] <i>adj.</i> 可耕的,适合耕种的	

【词组搭配】

- be disabled from (doing) 被剥夺……的权利
- enable sb. to (do) ①使……能够……②使……有……能力
- the spacious leather handbag 大皮包
- a capacious bottle 一个容量大的瓶子

- a capacious memory 很丰富的记忆力
- to no avail 一点也没有用
- avail nothing to do 做……是没有用的

【同义辨析】

capacity ability competence

都有“能力、才能”之意。ability 既可以指天赋的能力，又可以指后天培养的能力，主要用于人。competence 强调胜任某项工作的能力。capacity 主要指容纳和吸收的“能力”，既可用于人，也可用于物，后跟介词 for 或 of。

【考点例析】

(1) This automobile plant has a monthly _____ of 500 tons.

- A. proficiency B. capability C. strength D. capacity

【答案】D。句意：这个汽车工厂每月生产能力为 500 辆车；capacity 此处表示最大生产力，而 capability 表示能力、才能，因此 D 为正确答案。

(2) Prof. White, my respected tutor, frequently reminds me to _____ myself of every chance to improve my English.

- A. assure B. inform C. avail D. notify

【答案】C。句意：我尊敬的导师怀特教授常常提醒我，要利用每个机会来提高我的英语水平。avail oneself of 为固定搭配，意为“利用（机会等）”。assure，保证，担保；inform，告知，通知；notify，通报。均不合题意。

【词汇应用】

(1) The plane was critically _____ when one of the engines caught fire.

- A. enabled B. unable C. disabled D. impaired

(2) None of the servants were _____ when Sir Smith wanted to send a message.

- A. available B. approachable C. attainable D. applicable

(3) During the long holidays you will find no train tickets are _____ if you don't reserve beforehand.

- A. accessible B. available C. obtained D. achievable

2. abrade [ə'breɪd] v. 擦破 皮肤；擦伤磨损	abrasive [ə'breɪsɪv] adj. 有磨损力的；有剥蚀作用的；粗糙的；烦人的	abrasiveness [ə'breɪsɪvnɪs] n. 剥蚀作用
	abrasion [ə'breɪzɪn] n. 表面磨损	

【词组搭配】

- an abrasive voice 沙哑的声音；刺耳的声音

● abrasive fobrice 金刚砂布

3. abhor [ə'bɔ:r] v. 痛恨; 厌恶; 嫌弃	(1) abhorrer [ə'bɔ:rər] n. 憎恶者	
	(2) abhorrent [ə'bɔ:rərənt] adj. 令人讨厌的	① abhorrence [ə'bɔ:rəns] n. 讨厌; 嫌弃 ② [同] loath [ləuθ] adj. 讨厌的
	(3) abominate [ə'bəmīnēt] v. 痛恨; 僻恶	abominable [ə'bəmīnəbl] adj. 讨厌的
	(4) [同] detest [di'test] v. 讨厌; 厌恶	① detestable [di'testəbl] adj. 可憎的; 可恶的 ② detestation [di:tē'steiʃn] n. 嗨恨; 嫌恶

【词组搭配】

- abhor doing sth. 嗨恶做某事

4. abolish [ə'bɔ:lɪʃ] vt. 废除 /止; 取消	(1) abolishment [ə'bɔ:lɪʃmənt] n. 废除	
	(2) abolition [ə'bɔ:bə'lɪʃn] n. 作废; 取消	abolitionist [ə'bɔ:bə'lɪʃnəst] n. 废止论者
	(3) [同] cancel [kænsəl] vt. 废除; 取消; 抵消; 删去; 划掉	cancellation [kænsəl'eisən] n. 取消; 废除; 删除
	(4) [同] eliminate [i'lɪmīnēt] vt. 消灭; 消除, 根除; 淘汰	elimination [i'lɪmī'nēfən] n. 消除; 祛除
	(5) [同] abrogate ['æbrəgeit] v. 废除; 取消	

【同义辨析】

abolish cancel eliminate

abolish 一般指彻底废除一些不合理的、但又常常存在的制度、习俗等属法律用语; **cancel** 指临时取消计划、会议、旅行等活动; **eliminate** 指排除不必要或不需要的人或事物。

【词汇应用】

Many bad customs and laws should be _____.

- A. cancelled B. refused C. rejected D. **abolished**

5. abstruse [əb'stru:s] adj. 难理解的;深奥的	(1) abstruseness [əb'stru:snɪs] n. 深奥;难懂	
	(2) abstrusely [əb'stru:sli] adv. 深奥地	
	(3) abyss [ə'bɪs] n. 深渊;无底洞	abyssmal [ə'bɪzməl] adj. 深不可测的;糟透的
	(4) [同] difficult [dɪfɪkəlt] adj. 困难的;难的;不易相处的;假装满足的	① difficulty [dɪfɪkəlti] n. 困难;困境;坏事;费力;难题;麻烦 ② dilemma [dɪ'lɛmə] n. 困境;(进退两难的)窘境
	(5) [同] profound [prə'faʊnd] adj. 深奥的;深渊的	① arduous [ə:djuəs] adj. 困难的;艰巨的 ② plight [plaɪt] n. 困境

【词组搭配】

- an abstruse question 一项难解的问题;
- abstruse statement; 难懂的话
- in an abyss of hopeless 在失望的深渊里
- an abyss of disgrace 丢脸至极

6. accident ['æksɪdənt] n. 意外遭遇;事故意外;意外因素	(1) accidental [æk'si'dentl] adj. 意外的;偶然发生的	① [同] sporadic [spə'rædɪk] adj. 偶然发生的;罕见的 ② [近] occidental [ək'si'dentl] adj. 西方(人)的
	(2) incident ['ɪnsidənt] n. 发生的事;(附带的)事件;事变[比 event 小而不重要的事件]	① incidentally [ɪn'si'dentlɪ] adv. 偶然地;顺便说一句 ② incidence ['ɪnsidəns] n. 发生(率);频率 ③ coincidence [kə'u'insidəns] n. 同时发生;一致;巧合
	(3) occasional [ə'keiʒənl] adj. 偶然的;间或发生的	④ coincide [kə'uin'saɪd] vi. 同时发生;相符;相一致 ⑤ coincident [kə'u'insidənt] adj. 一致的;巧合的 ① occasionally [ə'keiʒənlɪ] adv. 间或;偶然地 ② occasion [ə'keiʒn] n. 时