



楷德教育
CARDINAL EDUCATION

托福词汇 分段冲分

何钊 王优 ★ 编著

TOEFL

精选**4012**个托福真题词汇

80分词汇、**100**分词汇、**110**分词汇分段冲分

标注单词出现的次数和专项，提供精准释义和真题语境例句 ★

根据词汇特点提供高效的速记方法、常用搭配和同义词 ★

提供“冲110分”词汇和机经词汇下载，每月更新，紧跟考试变化 ★

附赠“4小时学会词根词缀词汇法”精品在线课程 ★

外语大学出版社
LANGUAGE AND CULTURE
UNIVERSITY PRESS



MP3音频、相关资料
下载及在线课程



楷德教育
CARDINAL EDUCATION

托福词汇 分段冲分

何钊 王优★编著

© 2018北京语言大学出版社, 社图号17313

图书在版编目 (CIP) 数据

托福词汇分段冲分 / 何钊, 王优编著. — 北京 :
北京语言大学出版社, 2018. 1

ISBN 978-7-5619-5123-1

I. ①托… II. ①何… ②王… III. ①TOEFL—词汇—
自学参考资料 IV. ①H313

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第283887号

托福词汇分段冲分

TUOFU CIHUI FENDUAN CHONGFEN

责任编辑: 孙冠群 赵 璐

责任印制: 陈 辉

出版发行: 北京语言大学出版社

社 址: 北京市海淀区学院路15号, 100083

网 址: www.blcup.com

电子信箱: service@blcup.com

电 话: 编辑部 8610-82301019

发行部 8610-82303650/3591/3648

北语书店 8610-82303653

网购咨询 8610-82303908

印 刷: 北京中科印刷有限公司

版 次: 2018年1月第1版

版 次: 2018年1月第1次印刷

开 本: 889毫米×1194毫米 1/32

印 张: 13.25

字 数: 321千字

定 价: 37.00元

PRINTED IN CHINA

编委会

特约策划人：吕 蕾

主 编：赵佩霜

成 员：（以下排名顺序不分先后）

马 婧

吴 楠

胡海天

温晶晶

张 烜

何 钊

王 优

崔京旭

邱文力

李则茜

姜乃琦

杨 静

推荐序

我非常认真地向大家推荐这本《托福词汇分段冲分》。

对于托福考试而言，词汇是一切的基础。没有足够的词汇量，托福高分就成了无源之水、无本之木。但是对于不同基础、不同目标的考生而言，词汇要求也有差异。因此就有了分段背诵的依据。

这本书的编写是经验和心血的结合。作者在多年教学经验的基础上，在编排过程中，重点突出学习效率。所有的词汇来自于真实的托福考试，出版设计过程中，也充分考虑教学要求。将单词单独成列，考生可以遮挡住右侧讲解，先测试自己的掌握情况。遇到生词，可以看右侧快速记忆，掌握单词轮廓特征，再通过例句、同义词、搭配等方式来提高单词重现率，强化记忆和理解。

本书配有二维码，不仅可以补充音频，而且可以补充最新资料，使得本书的学习更为立体和与时俱进。

祝愿各位考生考试成功！

吕蕾公众微信号：lvlei 1973

吕蕾微博地址：<http://weibo.com/lvlei1973>

吕蕾博客地址：<http://blog.sina.com.cn/wonderfullei>

一直播：76304044



12 岁
12 岁

为什么做这本词汇书？

从8年前进入培训行业开始，作为一名词汇培训师，我一直面临一个“棘手”的问题。当学生问该选择哪本词汇书的时候，该怎么给学生推荐？背单词是一个复杂而庞大的工程，词汇书又是整个词汇学习中的重要工具。对一个词汇量2000的学生适用的词汇书对于一个词汇量8000的学生来说几乎是沒有用处的。即使我先测定了学生的词汇量，告知他要选什么难度的词汇书，市面上各种“标题党”词汇书也让学生无从下手。因此，我们决定出版这本词汇书，目的是帮助更多的托福考生结合自身英语水平，有针对性地学习单词，克服托福词汇难关。

首先我们来回答几乎所有学习托福词汇的同学都会问的两个问题。

问题1：如何选择一本好的词汇书？

这个问题我要纠正一个概念，其实没有最好的词汇书，只有最适合考生自身水平的词汇书，这要根据自己的考试内容、目标分数、词汇水平、学习时间等综合考虑。总体来说在挑选词汇书时可以重点考虑以下三点。

1. 最新真题选词

为什么要背从最新的真题中选出的词汇呢？一方面是因为考过的单词在以后考试中出现的概率比较大（因为托福考试的素材出处比较固定）。另一方面更重要的原因是，背单词的最后一步是在做题中见到它并看懂或听懂，如果没有到达这一步，那么单词不算背完。试想一下，如果你背的不是真题选词，背的词在模拟训练中见不到，那怎么可能真正背下来呢？所以不仅要背真题选词，还必须是最新的真题才可以。

2. 难度适合自身水平（不要盲目迷信“核心”“高频”）

选词汇书的时候同学们总爱被“核心”“高频”这样的关键词吸引，结果发现买回来背不下来，或者背下来根本没用，这就是因为你没有做到根据自身水平选择词汇书。

这个道理很简单，其实托福考试对词汇量的要求大概是7000词。如果一本词汇书其难度大概在4000~7000词这个水平，而你的词汇量能够达到4000

词(高中优秀水平),那么这本词汇书是适合你的;如果你的词汇量只有 2000 词,那么这本书对你来说就太难了,不能实现循序渐进。

3. 词汇量适中

正常来讲,一个全脱产的学生(脱产就是指英语学习期间不同时在学校上课或工作),如果方法正确,一个月可以增加的词汇量大概是 2000 词,所以同学们不要急于求量,买一些词汇量过大的书,而要选择一些自己不认识的词汇数量大概在 2000~4000 之间的词汇书,并且每一阶段提高 2000 左右词汇量后复习巩固,再继续下一阶段,这样效果最佳。盲目追求数量很可能导致背了后面忘了前面,背完一遍感觉与没背也没什么区别。

问题 2: 单词书选好了,那么怎么背效率最高呢?

1. 不是所有单词都需要背到会拼写

词汇书中收录的大量单词来源于托福阅读和听力,而这些单词只要在阅读时认识,听录音时能听出来就可以了,不见得一定都要会拼写。

2. 先背高频单词再背低频单词

背单词需要循序渐进,因此先确保认识高频词汇,再学习相对低频的词汇比较有利于提高学习效率。

3. 制订计划,按照规律复习

按照记忆的规律(例如遗忘曲线)进行复习,在快要忘记时及时复习。要记住,复习比背新单词更重要。

4. 使用形象化记忆方法,帮助减轻记忆难度

当遇到难背的词汇或易混词汇,可以用“联想”或“词根词缀”的方法进行记忆或区分,提高学习效率。

同学们在了解自身水平、找准个人需求后,合理利用一本适合自己的词汇书,配合科学有效的学习方法,一定能够事半功倍,快速有效地提高词汇量和英语水平。祝大家在托福考试中获得好成绩!

编者

本书特点

1. 真题选词，确保实用高效

托福考试的选文出处相对固定，以往真题出现过的词汇在后来考试中再次出现的概率很大，所以真题选词既能保证背过的单词在考试中有用，又能保证在模拟训练中能够见到这些词汇，从而更好地复习、巩固。

2. 精确筛选，只背有效单词

托福真题中出现的词汇大约 6 万多个，我们显然不能全都背下来，而且很多专有名词如 *permineralization* (完全矿化)、*refractory* (耐火物质)、*chondrite* (球粒状陨石)、*bison* (北美野牛) 等都只出现过 1 次或在一篇文章中出现几次而已，我们并不需要记住它们，因为在文章中我们只需要知道它们是某种事物、现象或动物等就可以了。真正需要背诵的是考试中出现过 5 次以上并在多篇文章出现的功能性词汇。

3. 阶梯晋级，分段冲分，先背高频再背低频

本书的程序员小编不断调整算法，结合一线教师多年的经验，精选出了在托福考试中出现 30 次以上的单词作为“冲 80 分必背词汇”（相当于优秀高中生和大学四级水平）。一些出现 30 次以上的较难词汇，以及出现 30 次以下 3 次以上的词汇为“冲 100 分必背词汇”。精选出现 2~4 次的词汇作为“冲 110 必背词汇”，这部分内容包含机经词汇，每月更新，考生可通过扫描书上的二维码下载、学习。如果你的目标是 80 分，那么只需要背诵“冲 80 分必背词汇”即可。如果目标更高则需要循序渐进。使用本书的考生，即使没有背诵完所有的词汇，也会有相应的提高。

4. 听读写说分类，全面掌握词汇考点

托福考试分成听、读、写、说四大项，每一项对词汇的要求程度也不一样。比如阅读只要求学生知道词汇的意思就可以了，而听力需要学生熟悉词汇的语音，写作需要知道词汇的拼写方式、用法和搭配，口语需要学生足够熟悉词汇的用法并能脱口而出。那么按照统一的要求背诵单词肯定是不行的，所以我们标注出单词所在专项（听、读、写、说），给出单词的音标、例句、速记方法、常用搭配、同义词等，考生可根据不同专项的考查特点，有针对性地记忆单词。

5. 多维度记忆，保证记忆效率

众所周知，在语言环境中学习词汇能够很好地掌握用法，而通过单词书背单词却经常出现背不下来，背下来而掌握意思不全，甚至背下来到文章中就不认识、写作中就不会用等情况。为什么语言环境能够让我们更好地记住单词呢？其实是因为在语言环境下，我们接触的词汇是“立体”的。当时的情景，说话人的表情、动作以及语音语调都能帮助你对这个词汇产生概念，调动各种感官从而形象地记忆词汇。也就是说，学习词汇的维度越多，对单词的掌握就能越全面、牢固、准确。因此，本书中给出的释义都是托福考试中经常考到的意思，并配以真题例句，再现原汁原味的考试场景，配合词根词缀、词源理论及联想法等形象化方法，帮助考生轻松、高效记单词。

6. 词汇测评，量身定制计划

使用本书之前，大家可以根据下面的小测试判断自身水平。

medium; mind; optional; know; heaven; flat; equipment; doubt; diverse; chew

如果这 10 个单词中你有超过 5 个感觉不认识，那么你的词汇量可能弱于高中水平，请先背“冲 80 分必背词汇”。它们是托福考试中出现 30 次以上的简单词汇。

immeasurably; inclination; concept; concur; relatively; relics; seeps; associated; synthesize; incredible

如果这 10 个单词你已经认识 7 个以上，那么恭喜你！你的词汇量已经达到比较高的水平，建议选择“冲 110 分必背词汇”进行背诵。

如果上述两种情况你都不是，那么请从“冲 100 分必背词汇”开始。

现在，请你开始努力攻克托福词汇吧！

目 录

第一部分 冲 100 分必背词汇 /1

第二部分 冲 80 分必背词汇 /325

No. 1

passage

[ˈpæsɪdʒ]

真题出现 193 次 **全科**

n. 通道; 走廊; 文章

速记 pass 通过 + age → 通道

真题例句 Several chambers could only be entered through a narrow **passage** way.

同义词 corridor, gallery

No. 2

indicate

[ˈɪndɪkeɪt]

真题出现 178 次 **全科**

vt. 表明; 象征, 暗示

速记 in 进入 + dic 说 + ate → 说进去 → 暗示

真题例句 The fallen leaves **indicate** the coming of autumn.

No. 3

form

[fɔ:rm]

真题出现 175 次 **全科**

v. 形成; 构成 *n.* 形状, 形式; 表格

真题例句 I want you to synthesize information from the book and **form** your own ideas.

常用搭配 change into a form of... 变成……的形状

同义词 kind, shape, sort, style, type

No. 4

express

[ɪk'spres]

真题出现 173 次 **全科**

adj. 明确的; 急速的; 直接的 *n.* 快车; 快递; 专使

vt. 表达; 表示

真题例句 An **express** highway is under construction in this country.

No. 5

increase

[ɪn'kri:s]

真题出现 161 次 **全科**

v. 增加, 增大, 增多

真题例句 Industrialization has drastically **increased** the emission of carbon dioxide.

常用搭配 increase one's knowledge 增加某人的知识

同义词 advance, develop, expand, grow

No. 6

professor

[prə'fesər]

真题出现 155 次 **全科**

n. 教授

速记 pro 在前 + fess 说 + or 人 → 在前面说的人 → 教授

真题例句 The **professor's** lecture excited our interest.

No. 7

fit

[fɪt]

真题出现 151 次 **全科**

v. (使) 适合; 安装; 合身 *adj.* 合适的; 健壮的

真题例句 The idea of an Earth that moved didn't **fit** in with the ancient Greeks' understanding of gravity.

常用搭配 keep fit 保持健康

No. 8

lecture

['lektʃər]

真题出现 150 次 **全科**

n. 讲座, 讲演, 讲课; 教训

真题例句 In the **lecture**, the professor further explains the term with an example.

常用搭配 deliver a lecture 演讲, 讲课

同义词 lesson, speech, talk

No. 9

complete

[kəm'pli:t]

真题出现 146 次 **全科**

adj. 完整的; 完成的; 彻底的 *vt.* 完成; 使完美; 使圆满

速记 com 一起 + plete 填满 → 一起填满 → 使圆满

真题例句 I **completed** the registration process yesterday.

No. 10

actually

['æktʃuəli]

真题出现 140 次 **全科**

adv. 实际上, 事实上, 确实

速记 actual *adj.* 真实的, 实际的

真题例句 I've **actually** tried to find this book online but no luck so far.

同义词 essentially, indeed, literally, really, truly

No. 11

author

[ˈɔ:θər]

真题出现 140 次 **全科***n.* 作家; 作者**真题例句** What do you think the **author** is implying?**常用搭配** gifted author 天才作家

No. 12

produce

[prəˈdu:s]

真题出现 139 次 **全科***n.* 产品; 农产品 *v.* 生产; 产生, 引起; 创作; 出示**速记** pro 向前 + duce 拉, 引导 → 向前引导 → 生产; 引起**真题例句** The use of wind to **produce** electricity has been growing rapidly.**常用搭配** home produce 国货产品

No. 13

plant

[plænt]

真题出现 138 次 **全科***n.* 植物; 庄稼; 工厂**真题例句** **Plants** get their nutrients from the soil.

No. 14

create

[kriˈeɪt]

真题出现 137 次 **全科***vt.* 创造; 创作; 引起, 造成; 封某人为**真题例句** Wind power **creates** more noise than visual pollution.

No. 15

summary

[ˈsʌməri]

真题出现 134 次 **全科***n.* 摘要, 概要**速记** sum *n.* 总数 *v.* 总结**真题例句** A sentence for a brief **summary** of the passage is provided below.**常用搭配** in summary 总体而言

No. 16

evidence

[ˈeɪdəns]

真题出现 131 次 **全科***n.* 证词; 证据; 迹象; 明显**速记** e 出 + vid 看 + ence → 看出来 → 迹象, 明显**真题例句** We must produce **evidence** in support of our theory.**常用搭配** hard evidence 有力的证据

No. 17

select

[sɪˈlekt]

No. 18

mention

[ˈmenʃn]

No. 19

species

[ˈspi:ʃi:z]

No. 20

essential

[ɪˈsenʃl]

No. 21

period

[ˈpiəriəd]

No. 22

brief

[bri:f]

真题出现 131 次 **全科**

v. 选择; 挑选 *adj.* 精选的; 优等的

真题例句 Select the correct answer from the choices below.

真题出现 130 次 **全科**

v.t. 提到, 说起 *n.* 提及

真题例句 She did **mention** that she had a lot of other things to do first before she met me.

真题出现 125 次 **听说**

n. 种类; 物种

速记 spec = to look: 物种是通过外形来区分的

真题例句 There is a **species** of eel that has a huge mouth and a large stomach.

常用搭配 endangered species 濒临灭绝的物种

真题出现 124 次 **全科**

adj. 本质的; 必要的; 重要的

速记 essence *n.* 本质, 实质

真题例句 Nutrients are **essential** for living organisms to develop.

常用搭配 essential to good health 对于健康十分必要

真题出现 120 次 **全科**

n. 一段时间; 周期; 时期

真题例句 The students' lunch **period** is from 11:30 to 12:30.

真题出现 119 次 **全科**

adj. 短暂的; 简洁的, 简明的

真题例句 Time is limited, so please be **brief**.

常用搭配 in brief 简言之

同义词 concise, short, terse

No. 23

include

[ɪn'kluːd]

真题出现 119 次 **全科**

vt. 包括, 包含

速记 in 在里面 + clude 关 → 关在里面 → 包括

真题例句 The renovations will **include** improvements to the bathrooms, lighting, and heating in the dormitories.

同义词 embrace, comprise, contain, cover

No. 24

introductory

[ɪn'trə'dʌktəri]

真题出现 116 次 **听读**

adj. 介绍的, 引导的, 开端的; 引言的, 导论的

真题例句 The first paragraph of the body is **introductory**.

No. 25

narrator

[nə'reɪtər]

真题出现 116 次 **听读**

n. 叙述者, 叙事者; 讲解员

真题例句 Marcel is the first person **narrator** of the novel.

No. 26

process

[prə'ses]

真题出现 114 次 **全科**

n. 过程; 程序; 步骤 *v.* 加工; 处理

真题例句 Photosynthesis is the **process** that converts light energy to chemical energy.

No. 27

belong

[bɪ'lɔːŋ]

真题出现 113 次 **全科**

vi. 应归入; 属于

真题例句 Some sentences do not **belong** in the summary because they express ideas that are not presented in the passage.

常用搭配 belong to 属于

No. 28

amount

[ə'maʊnt]

真题出现 108 次 **全科**

n. 数量; 总额 *vi.* 总计; 等于

真题例句 Before the early 1900s there was only a small **amount** of farming in the High Plains.

常用搭配 amount to 共计; 等于; 相当于

No. 29

condition

[kən'dɪʃn]

真题出现 105 次 **全科**

n. 情况; 环境, 条件

真题例句 Much of Africa moved right into the Iron Age, taking the basic technology and adapting it to local **conditions** and resources.

No. 30

particular

[pə'tɪkjələ]

真题出现 105 次 **全科**

adj. 特定的; 特殊的, 特别的; 挑剔的

真题例句 The seawater is rich in a **particular** kind of soluble organic material.

No. 31

contain

[kən'teɪn]

真题出现 99 次 **全科**

vt. 包含, 容纳; 由……构成

速记 con 一起 + tain 容纳 → 容纳在一起 → 包含

真题例句 Sea water **contains** salt.

常用搭配 contain four parts 包括四个部分

No. 32

affect

[ə'fekt]

真题出现 92 次 **全科**

vt. 影响; (疾病) 侵袭

真题例句 Opening the mouth or breathing deeply can **affect** blood oxygen levels.

同义词 impact, infect, influence

No. 33

ancient

[eɪnʃənt]

真题出现 91 次 **全科**

adj. 古代的; 古老的

真题例句 The earliest of the city states of the **ancient** Near East appeared at the southern end of the Mesopotamian plain.

No. 34

common

['kɑ:mən]

真题出现 90 次 **全科**

adj. 共同的; 平常的, 常见的, 普通的; 通俗的

速记 com = 共同

真题例句 Snow is **common** in cold countries.

同义词 average, general, usual

No. 35

term

[tɜ:rm]

真题出现 90次 全科*n.* 学期; 条款; 术语; 时期, 期间; 期限; [pl.] 措辞, 说法 *vt.* 把……称为**真题例句** There are some really basic improvements they could make that would make a huge difference in the long **term**.**常用搭配** in terms of 从……方面来说

No. 36

consider

[kən'sɪdə]

真题出现 87次 全科*v.* 考虑; 把(某人、某事)看作……; 认为**真题例句** The music he heard is what we would **consider** folk music.

No. 37

occur

[ə'kɜ:r]

真题出现 87次 全科*vi.* 发生; 出现; 存在**速记** oc 向外 + cur 跑 → 向外跑 → 出现**真题例句** This kind of analysis should **occur** throughout the main portion of the paper.**同义词** appear, arise, befall, exist, happen

No. 38

discover

[dɪ'skʌvə]

真题出现 86次 全科*vt.* 发现, 找到; 意识到, 认识到**速记** dis 不, 做相反动作 + cover 覆盖 → 不盖, 揭开 → 发现**真题例句** The planet had actually been **discovered** a couple of years earlier.

No. 39

region

[ri:'dʒən]

真题出现 86次 全科*n.* 地区; 范围; 领域**真题例句** Reindeers are typically found in Siberia and other far northern **regions**.**常用搭配** unpopulated region 无人居住区

No. 40

depend

[dɪ'pend]

真题出现 85次 全科*vi.* 依靠, 依赖; 取决于**真题例句** The structure of plant communities **depends** on the specific history of the areas.