

雅思词汇

速记手册



杜昶旭 李丽文 主编

真题词汇智能统计

频次标记重点突出

精准释义有的放矢

多端同步高效背词

机械工业出版社

4111 IELTS Words
for a High IELTS Score

IELTS

雅思词汇



速记手册

杜昶旭 李丽文 主编

 中国对外翻译出版有限公司

·北京·

版权所有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

雅思词汇速记手册 / 杜昶旭, 李丽文主编. -- 北京:
中国宇航出版社, 2019.4

(雅思小红书)

ISBN 978-7-5159-1581-4

I. ①雅… II. ①杜… ②李… III. ①IELTS—词汇—
记忆术—自学参考资料 IV. ①H313

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第286139号

策划编辑 冯佳佳

装帧设计 曾仲宇

责任编辑 冯佳佳

责任校对 刘杰

出版 中国宇航出版社

社址 北京市阜成路8号 邮编 100830
(010)60286808 (010)68768548

网址 www.caphbook.com

经销 新华书店

发行部 (010)60286888 (010)68371900
(010)60286887 (010)60286804 (传真)

零售店 读者服务部
(010)68371105

承印 三河市君旺印务有限公司

版次 2019年4月第1版 2019年4月第1次印刷

规格 787×1092 开本 1/32

印张 13 字数 330千字

书号 ISBN 978-7-5159-1581-4

定价 36.80元

本书如有印装质量问题, 可与发行部联系调换

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

序

在英语学习过程中，词汇一直是我们备受重视的一件事：一方面，我们在反思自己英语学习过程遇到的困难、存在的问题时，最容易想到的就是“词汇量大小”的问题；另一方面，词汇作为语言的“基石”，是进行听、说、读、写等能力训练并使其得以提升的基础。因此，解决词汇问题在英语学习和备考过程中尤为重要。

如果我们反思自己的母语学习过程，就会发现，作为母语，汉语词汇的积累和提高是在对语言输入（听、读）和输出（说、写）过程中日积月累达到的，是一个长期并且时刻在进行的过程。但在学习外语时，想取得一个比较好的考试分数，备考时间总显得不充足；或者长期浸泡式的词汇积累方式又并不适合大多数中国考生，我们往往会选择通过背诵词汇书来完成短时间内的词汇突破。而由于背词汇书是短期突击词汇量的主要手段，那么，选择一本合适、靠谱的词汇书就非常重要。

备考雅思，合适、靠谱的词汇书评判可以按照如下标准进行。

1. 选词是否准确。

部分语言考试会设置考试大纲，在大纲中设置考试所考查词汇的使用范围，如大学英语四六级考试、研究生入学考试等，但雅思考试并没有明确的词汇考查范围。也就是说，不会给考生提供必考词表。但是，我们通过对考过的真题进行单词大数据统计，整理、收录雅思考试中所涉及的所有单词，再根据英语词汇

的特点进行调整、合并，可以得到一个雅思考试常考的词汇范围。

2. 给出的释义是否是考试中常考到的释义。

英文单词一词多义非常常见，但词汇书并不是词典，没有必要也不需要列出单词的所有释义，因为是针对雅思考试，只需要结合雅思考试，保留在考试中最常考到的释义即可。

这本《雅思词汇速记手册》所收录的单词全部来自雅思真题，并标注出了其在考试中出现的频次，帮助考生把握单词重点。所给释义均为考试中考查到的用法，并提供相应英文释义辅助理解。本书旨在帮助考生在短时间内掌握雅思常考词的音、形、释义以及词性，迅速扫清在听说读写过程中“不认识单词”的障碍。

在使用这本《雅思词汇速记手册》时，建议按照以下步骤进行。

1. 迅速完成对词汇基本信息的掌握。

书中列出了单词的英文拼写、在考试中出现的频率、英式发音音标、单词词性、中英文释义。在实际进行雅思备考时，背单词的过程中往往也会穿插其他雅思备考方法。短时间内记住以上单词所有的基本内容，可以帮助我们对雅思考试的词汇要求有一个更全面的了解，从而对雅思考试有更为深刻的理解。

2. 短时间内高频重复，“死记硬背”更稳妥。

根据人类记忆方式和习惯以及词汇本身的特点，想要对所有单词都适用，记忆根本的原则是“死记硬背”，即在“短时间内高频重复”，从对单词“素不相识”到对单词含义“刻骨铭心”。在背诵的时候，要

重复次数多、重复周期短，让单词自然而然成为记忆的一部分。

本书共 42 个 Word List，每个 Word List 包含 5 个 Unit，每个 Unit 收词量为 20。建议参考书中背词计划表来记忆单词。背词计划表参考了艾宾浩斯记忆曲线，并根据背诵习惯做了调整。建议考生每个 Word List 花一个小时去背诵，半个小时复习。在备考初期，建议每天背诵单词的时间在 3~4 小时，这样两个月时间就能背完 4~5 轮。如果在考试前能够认真背完 4~5 轮，那么你对单词的熟悉程度就足以应对雅思考试了。

3. 标记对单词的熟练程度，方便复习查漏补缺。

在复习过程中，如果能够针对不熟悉的单词进行强化重复，则能够在复习过程中提高效率。建议根据个人掌握情况，在背诵时标记单词的熟练程度，查漏补缺时根据不同熟练程度合理安排复习。

4. 多终端同步强化巩固词汇用法。

词汇量的提升和巩固是一个日积月累的过程，完成整本书的背诵之后，单词的用法和使用需要在后续的听、说、读、写过程中继续巩固，从而真正提高词汇掌握水平。除了使用纸质词汇书进行背诵之外，读者还可以扫描图书封底二维码，下载朗播词汇 App，获取网络词汇书，即可在手机端随时随地背诵雅思词汇。

希望《雅思词汇速记手册》能够陪伴你度过漫长的雅思备考之路，并帮助你最终拿到理想的分数。

李丽文

2018 年 12 月 13 日

使用说明

学英语的过程中，我们可能听过各种背单词的方法，如“词根词缀”“联想记忆”等等。不可否认的是，这些方法确实可以辅助我们背单词，但并不是所有单词都可以利用这些方法记忆。一些“联想记忆”的“联想”，还需要额外去记忆，相当于除了背单词还要记住单词背后的联想故事，这样反而增加了记忆负担。

根据人类记忆方式和习惯，以及词汇本身的特点，在短时间内高频重复，才是对所有单词都适用的记忆原则。想要牢牢记住一个单词，必须在短期内重复4~5遍，这样才能对单词“刻骨铭心”。

很多雅思考生闻词丧胆，在刚刚开始准备雅思考试的时候，就败在了背单词上。考生抱怨“单词记住后容易遗忘”，根据德国心理学家艾宾浩斯在1872年提出的艾宾浩斯记忆曲线和遗忘曲线，遗忘是很正常的现象。但是究其原因，还在于考生在记忆单词时，将大量的记忆力放在了新单词上，对学过的单词的复习程度远远不够。只有遵循科学的学习方法，才能达到事半功倍的效果。

学习时间

根据艾宾浩斯记忆曲线，人有8个记忆周期，分别是5分钟、30分钟、12小时、1天、2天、4天、7天、15天。下述的背词计划表就是在艾宾浩斯记忆曲线的基础上，根据背诵习惯做了适当调整。如果能按照建议，严格遵守学习和复习计划，60天内便会牢固掌握4111个雅思词汇。

学习方法

考生在使用本书时，需要注意：

1. 单词书要“越背越薄”。

很多考生在记单词的时候往往抓不住重点，导致在复习单词时所有的单词都要重新记一遍，这样会增加记单词的时间，大大降低效率，单词书并没有随着对单词熟练度的提高而变薄。

那么，怎么可以实现单词书“越背越薄”？我们建议，在记单词的时候，要对单词的熟练度进行标记。熟练度等级可以分为：

(1) 形同陌路。这类单词是以前从没有见过或有印象但想不出单词的中文意思。

(2) 似曾相识。这类单词是对单词的意思有印象但需要花时间才能想出来。

(3) 一见如故。这类单词是能够熟练记住并知道单词的意思但是无法熟练应用。

(4) 刻骨铭心。这类单词是能够熟记且能够熟练运用。

考生在使用本书记单词的时候，可以根据以上四个标准对单词的熟练度进行标记。可以分别在单词上标记 1、2、3、4 来表示从“形同陌路”到“刻骨铭心”四个等级的熟练度。标记完一个 Word List 以后，建议在复习单词的时候，优先复习熟练度较低的单词，而且熟练度较低的单词的复习频率要大于熟练度高的单词。同时，有些单词的熟练度在不同时候是不一样的，因此在复习单词的过程中，考生可以对单词的熟

练度进行动态标记。据此，可以实现单词书“越背越薄”的目的。

2. 不同阶段记单词的重点是不同的，且单词记忆要“高频重复”。

本书对每个单词都配有相应的词频、音标、中文释义等，但考生并不是记完一遍 Word List 中的单词就可以高枕无忧了。想要让形同陌路的单词变成一见如故或刻骨铭心的单词需要持续不断地复习，建议参考如下背词计划表在 60 天内复习 4 次以上。

天数	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	Day 6	Day 7	Day 8	Day 9	Day 10
上午	1,2	3,4	5,6	7,8	9,10	11,12	13,14	15,16	17,18	19,20
下午		1,2	3,4	5,6	7,8	9,10	11,12	13,14	15,16	1,2, 17,18

天数	Day 11	Day 12	Day 13	Day 14	Day 15	Day 16	Day 17	Day 18	Day 19	Day 20
上午	21,22	23,24	25,26	27,28	29,30	31,32	33,34	35,36	37,38	39,40
下午	3,4, 19,20	5,6, 21,22	7,8, 23,24	9,10, 25,26	11,12, 27,28	13,14, 29,30	15,16, 31,32	17,18, 33,34	19,20, 35,36	21,22, 37,38

天数	Day 21	Day 22	Day 23	Day 24	Day 25	Day 26	Day 27	Day 28	Day 29	Day 30
上午	41,42	25,26	27,28	29,30	31,32	33,34	35,36	37,38	39,40	41,42
下午	23,24, 39,40	41,42	1,2	3,4	5,6	7,8	9,10	11,12	13,14	15,16

天数	Day 31	Day 32	Day 33	Day 34	Day 35	Day 36	Day 37	Day 38	Day 39	Day 40
上午	1,2	3,4	5,6	7,8	9,10	11,12	13,14	15,16	17,18	19, 20,1
下午	17,18	19,20	21,22	23,24	25,26	27,28	29,30	31,32	33,34	35, 36,2

天数	Day 41	Day 42	Day 43	Day 44	Day 45	Day 46	Day 47	Day 48	Day 49	Day 50
上午	21, 22,3	23, 24,5	25, 26,7	27,28	29,30	31,32	33,34	35,36	37,38	39,40
下午	37, 38,4	39, 40,6	41, 42,8	9,10	11,12	13,14	15,16	17,18	19,20	21,22

天数	Day 51	Day 52	Day 53	Day 54	Day 55	Day 56	Day 57	Day 58	Day 59	Day 60
上午	41,42	25	27	29	31	33	35	37	39	41
下午	23,24	26	28	30	32	34	36	38	40	42

上述表格中第二、三行中的数字代表每个 Word List 的序号名称，即 1 代表 Word List 1, 2 代表 Word List 2。需要注意的是，单词学习在 60 天后并未结束，考生还应该每隔 10 天再次对每个 list 进行复习，只有这样，才能在雅思考场上胸有成竹、临危不惧。

同时，我们建议考生在每次记一个 Word List 时重复六遍，每一遍的要求如下：

(1) 第一遍，快速了解单词的发音、拼写、中文释义即可，每个单词停留 10 秒，做到对单词有初步的印象，建议每个 Word List 用时 17 分钟。同时标记每个单词的熟练度。

(2) 第二遍，重点复习在第一遍熟练度标记为 1 和 2 的单词，同样只了解单词的发音、拼写、中文释义即可，每个单词停留 3~5 秒，该遍建议每个 Word List 用时 8 分钟，并动态标记单词的熟练度。

(3) 第三遍，重点复习第一、二遍时熟练度标记为 1 和 2 的单词，同样只了解单词的发音、拼写、中文释义即可，每个单词停留 3~5 秒，建议每个 Word List 用时 8 分钟，并动态标记单词的熟练度。

(4) 第四遍，重点了解单词的英文例句以及相关派生词、近义词，每个单词停留 15 秒，建议每个 Word List 用时 25 分钟，并动态标记单词的熟练度。

(5) 第五遍，复习该 Word List 所有单词，并动态标记单词的熟练度，每个单词停留 3~5 秒，建议每个 Word List 用时 8 分钟。

(6) 第六遍，复习整个 Word List 熟练度标记为 1 和 2 的单词，每个单词停留 5 秒，建议每个 Word List 用时 8 分钟。

注意，以上六遍需要在当天内完成，每个 Word List 六遍完成用时建议在 70 分钟左右。

同时，对于当天记完的 Word List 要在一周之内进行复习和巩固。复习和巩固时，注意每个单词停留的时间一定要短，同时对每个单词的熟练度进行动态标记。

除此以外，建议读者在记单词的过程中，结合随书附赠的音频进行记忆，并在每一遍背词时跟着单词的音频朗读单词。

目录

Word List 1	1
Word List 2	10
Word List 3	20
Word List 4	30
Word List 5	40
Word List 6	50
Word List 7	60
Word List 8	70
Word List 9	79
Word List 10	90
Word List 11	100
Word List 12	109
Word List 13	119
Word List 14	128
Word List 15	137
Word List 16	146
Word List 17	156
Word List 18	165
Word List 19	175
Word List 20	185
Word List 21	194
Word List 22	203
Word List 23	212
Word List 24	222
Word List 25	231
Word List 26	241
Word List 27	251

Word List 28	261
Word List 29	270
Word List 30	280
Word List 31	290
Word List 32	300
Word List 33	311
Word List 34	321
Word List 35	332
Word List 36	342
Word List 37	353
Word List 38	363
Word List 39	373
Word List 40	383
Word List 41	392
Word List 42	404

Word List

1

Unit 1

aback³
[ə'bæk]

adv. 吃惊地
surprisingly

abandon⁹
[ə'bændən]

n. 放纵
a thorough yielding to natural impulses
vt. 遗弃, 抛弃 to withdraw protection,
support, or help from

abate¹
[ə'beɪt]

v. 缓和, 减弱
to become less strong

abide¹
[ə'baɪd]

vi. 逗留, 居住
to stay or live in a place

abnormal¹
[æb'nɔ:ml]

adj. 反常的
different from what is usual or expected

abolish¹
[ə'bɒlɪʃ]

vt. 废除 to officially end a law, a system
or an institution

abolition⁵
[æbə'liʃn]

n. 废除 the ending of a law, a system
or an institution

aboriginal²
[æbə'ɪdʒəni]

n. 土著居民
a member of a race of people who were
the original people living in a country
adj. 土著的 relating to the original
people living in Australia

aborigine⁶
[æbə'ɪdʒəni]

n. 土著居民
a member of a race of people who were
the original people living in a country

abound¹
[ə'baʊnd]

vi. 富于, 充满
to exist in great numbers or quantities

abrupt²
[ə'brʌpt]

adj. 突然的; 陡峭的
sudden and unexpected; extremely steep

- absence**¹⁶
['æbsəns]
n. 缺席; 缺乏 the fact of sb. being away from a place where they are usually expected to be; a lack of sth.
- absenteeism**¹⁰
[,æbsən'ti:ɪzəm]
n. 旷工; 旷课 the fact of being frequently away from work or school, especially without good reasons
- absolute**²
['æbsəlu:t]
adj. 绝对的; 专制的 total and complete; being, governed by, or characteristic of a ruler or authority completely free from constitutional or other restraint
- abstract**³
['æbstrækt]
n. 摘要 a short piece of writing containing the main ideas in a document
adj. 抽象的 existing in thought or as an idea but not having a physical reality
- abundance**⁷
[ə'bʌndəns]
n. 丰富, 充裕
a large quantity that is more than enough
- abundant**³
[ə'bʌndənt]
adj. 丰富的, 充裕的
existing in large quantities
- abuse**⁴
[ə'bjʊ:s]
n. 滥用; 虐待 the use of sth. in a way that is wrong or harmful; unfair, cruel or violent treatment of sb.
vt. 滥用; 虐待, 伤害
to make bad use of sth.; to treat a person or an animal in a cruel or violent way
- academy**⁷
[ə'kædəmi]
n. 专科院校; 学会 a school or college for special training; a type of official organization which aims to encourage and develop art, literature, science, etc.
- accelerate**³
[ək'seləreɪt]
vt. 加速 to happen or to make sth. happen faster or earlier than expected

Unit 2

- accentuate**¹
[ək'sentʃueɪt]
vt. 强调, 突出 to emphasize sth. or make it more noticeable

- acceptability**¹
[æk,septə'bɪləti] *n.* 可接受性
the degree to which sth. is agreed or approved of by most people in a society
- acceptable**⁴
[æk'septəbl] *adj.* 受欢迎的; 可接受的 agreed or approved of by most people in a society; not very good but good enough
- acceptance**³
[æk'septəns] *n.* 接受; 赞同 the act of accepting a gift, an invitation, an offer, etc.; the act of agreeing with sth.
- access**³⁸
['ækses] *n.* 入口, 通道; 机会; 权利 a way of entering or reaching a place; the opportunity or right to use sth. or to see sb./sth.
v. 存取 to open a computer file in order to get or add information
- accessible**¹³
[æk'sesəbl] *adj.* 可进入的, 可使用的 that can be reached, entered, used, seen, etc.
- accessory**¹
[æk'sesəri] *adj.* 附属的, 辅助的 not the most important when compared to others
n. 配件; 同谋
an extra piece of equipment that is useful but not essential; a person who helps sb. to commit a crime
- accidental**¹
[,æksɪ'dentl] *adj.* 意外的, 偶然的
happening by chance
- acclaim**²
[ə'kleɪm] *n.* 欢呼
praise and approval for sb./sth.
v. 欢呼
to praise or welcome sb./sth. publicly
- acclimatize**¹
[ə'klaɪmətaɪz] *vt.* 使适应新环境 to get used to a new place, situation or climate
- accommodate**²
[ə'kɒmədeɪt] *v.* 为(某人)提供住宿; 顺应, 适应
to provide sb. with a room or place to sleep, live or sit; to change your behaviour so that you can deal with a new situation better

accompany¹⁵
[ə'kʌmpəni] *v.* 伴奏; 伴随
to play a musical instrument while sb. else sings or plays the main tune; to travel or go somewhere with sb.

accomplish⁹
[ə'kʌmplɪʃ] *vt.* 实现, 完成
to succeed in doing or completing sth.

accomplishment²
[ə'kʌmplɪʃmənt] *n.* 成就; 完成
an impressive thing that is done or achieved after a lot of work; the successful completing of sth.

accord⁵⁶
[ə'kɔ:d] *n.* 协议; 一致
a formal agreement; agreement
vi. 与……一致
to agree with or match sth.

accordance²
[ə'kɔ:dns] *n.* 一致, 符合
agreement

accountability¹
[ə,kauntə'bɪləti] *n.* 有责任, 有义务, 可说明性
the fact of being responsible for your decisions or actions

accountant¹
[ə'kauntənt] *n.* 会计师 a person whose job is to keep or check financial accounts

accredit¹
[ə'kredit] *vt.* 认为(某事为某人所说、所做); 委派
to believe that sb. is responsible for doing or saying sth.; to choose sb. for an official position

accrue¹
[ə'kru:] *v.* 逐渐增加; (钱款、债务) 积累
to increase over a period of time; to allow a sum of money or debts to grow over a period of time

Unit 3

accumulate³
[ə'kju:mjəleɪt] *vi.* 积累, 增加 to gradually increase in number or quantity over a period of time