

英文词汇手册

(基础篇)

徐庆颖 主编

All-In-One
Vocabulary
Booklet

(For Beginners)



对外经济贸易大学出版社
University of International Business and Economics Press

英文词汇手册（基础篇）
All-In-One Vocabulary Booklet
(For Beginners)

徐庆颖 主编

对外经济贸易大学出版社

中国·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

英文词汇手册. 基础篇 / 徐庆颖主编. —北京:
对外经济贸易大学出版社, 2020.7
ISBN 978-7-5663-2171-8

I. ①英… II. ①徐… III. ①英语—词汇—高等学校
—教学参考资料 IV. ①H319.34

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2020) 第 127831 号

英文词汇手册 (基础篇) All-In-One Vocabulary Booklet (For Beginners)

徐庆颖 主编

责任编辑: 谭利彬

出版发行: 对外经济贸易大学出版社

邮政编码: 100029

社 址: 北京市朝阳区惠新东街 10 号

邮购电话: 010-64492338

网 址: www.uibep.com

发行部电话: 010-64492342

资源网址: www.uibepresources.com

E-mail: uibep@126.com

成品尺寸: 148mm×210mm

印 刷: 三河市少明印务有限公司

印 张: 6.75

版 次: 2020 年 7 月北京第 1 版

字 数: 194 千字

印 次: 2020 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5663-2171-8

定 价: 39.00 元

ISBN 978-7-88761-116-1

本书的出版得到了北京财贸职业学院 2016 年促进高校内涵发展定额—科研水平提高—学院教师科研能力提升建设—科研处的项目资助，项目编号：164488。

前 言

为贯彻落实中共中央办公厅、国务院办公厅《关于深化教育体制机制改革的意见》《国务院办公厅关于深化产教融合的若干意见》《国务院关于加快发展现代职业教育的决定》（国发〔2014〕19号）精神，以及《北京市关于加快发展现代职业教育的实施意见》（京政发〔2015〕57号）精神，深入推进教育领域综合改革，深化产教融合，加强校企合作，探索培养高端技术技能人才的新路径，结合我市实际，2015年3月，北京市教育委员会官方发布《北京市教育委员会关于开展高端技术技能人才贯通培养试验的通知》（简称《通知》）。《通知》规定高等职业院校招生模式为前2年在高等职业院校接受基础文化课程教育（示范高中协作培养），中间3年在高等职业院校接受专业课程及职业技能教育，后2年对接市属高校接受本科专业教育，即“2+3+2”项目。该项目要求在教育教学方面继续深化改革，着力提升学生面向未来的核心素养，培养学生国际交往能力和可持续发展能力。在此背景下，面向高端技术技能人才贯通培养试验项目下的学生而进行的英语词汇教学教法新实践和新探索正式启动。与此同时，历时3年的调查、研究和编纂，本书《英文词汇手册（基础篇）》（*All-In-One Vocabulary Booklet (For Beginners)*）应运而生、应时而生。

本书源自一个具有先进的教育理念、丰满的教育理想、开放的教育姿态、扎实的教育实践的国际化编写团队，他们来自五湖四海，耕耘于高端技术技能人才贯通培养试验项目的英语教学与研究的第一

线。《英文词汇手册（基础篇）》（*All-In-One Vocabulary Booklet (For Beginners)*）将直接服务于高端技术技能人才贯通培养试验项目的师生。

《英文词汇手册（基础篇）》（*All-In-One Vocabulary Booklet (For Beginners)*）具有自己的鲜明特色：

1. “瘦身版”词汇学习手册：最简洁、最地道、最权威。

本书全部词汇以词卡的方式编排，梳理出了全面、彻底、完全掌握一个英文单词所需要的基本要素。把语音、词性、词义、习语、常用句型/搭配、同近义词/短语、反义词、例句、记忆方法等九大要素浓缩在一张词卡中，这样大大地简化了学习形式，提高了学习效率。以牛津词典为依据，输出最地道的英语。以教育部高中阶段英文词汇大纲、雅思官方公布的词汇大纲、美国初/高中生英文词汇大纲为标准，锁定最权威的、最鲜活的词汇。而且，在例句的选择和编辑方面，本书也充分考虑到了语言的权威性、实用性、功能性和交际性，让这样的表达真正能够提升学习者的跨文化交际能力。

2. 目标读者定位清晰、明确。

本书服务于高端技术技能人才培养试验项目下基础学习阶段的学生、普通高中阶段的学生和大学英语四级（CET4）预备级的学习者。书籍编纂前大量的调研摸底工作、日常一线的教学实践以及该项目在英语教学改革方面的宏大目标是形成本书的最大动因。所以，本书涉及的基础词汇控制在180词，60天帮助完成理解、记忆和应用，难度确定在雅思3.0~4.5分之间。

3. 内容的编排独特、精细。

（1）分门别类：根据词汇实用的频率、难易度和学习者的基础将词汇进行分门别类地介绍是编者的初衷。鉴于学习对象和词汇难度的

考虑，在本册中，我们涉及的主要是基础词汇——高频率地“活”在我们的日常生活中的词汇。

(2) 方法引领：重视联想、语境、词根词缀、词源等学习方法的渗透。鼓励学习者把握语言的整体性、系统性，倡导全新的学习方法：第一，“把单词放在句子里”，要求学生根据每日学习的3个单词，自主完成一句话，以加深理解和记忆。第二，“把句子放在故事里”，鼓励、引导学生根据6天所学的全部18个词汇完成一篇小短文故事，让词汇在故事里变得鲜活、熟悉、有用。

(3) 创新布局：“6+1”的体例安排和布局。意在倡导非常“6+1”学习计划，引导学习者科学把握学习节奏，让每一天的词汇学习都有意义、有进步、有意思。所谓非常“6+1”学习计划，指的是引导学习者分解学习任务（每天掌握3个单词），制定个性化的学习计划（每6天为一个学习单元），完成一个学习单元（即学习18个单词）之后，安排1个“复习周”，巩固提高学习效果。

(4) 优化质量：“九大要素”和“三阶段”学习法则。本书的词卡中汇聚的词汇“九大要素”能够最大限度地保证学习者词汇学习的效果和质量，因为“九大要素”充分体现了彻底掌握词汇的三个阶段：第一，能读、能认。聚焦语音、词义方面。第二，能拼写、能转化。通过词源、词根词缀记忆等聚焦拼写、词性转换等方面。第三，能用、能交际。聚焦有效的口头、书面表达方面。此“三阶段”学习法则应用在了复习周的“战果清单”中，从而进一步优化了学习者的学习质量。

4. “读者友好型”（“Learners-friendly Approach”）词汇学习手册

本书配有音频资料，可通过扫描二维码获取。我们邀请外籍教师做专业配音，帮助学习者随时随地学习单词，完成每天的学习任务，

词汇与听力同步提高！

以欢迎朋友的方式欢迎每一个来到你身边的词汇，让每一个单词“活”在我们中间，让我们与万千词汇一起去看世界，是本书作者要传递给读者的一个学习信念！

真诚地欢迎大家与我一起开启 60 天词汇学习的轻松、快乐之旅！

徐庆颖

2019 年 12 月

Contents

Day 1	
abandon ability abolish	1
Day 2	
absent absorb accomplish	4
Day 3	
achieve acquire adore	7
Day 4	
afford alter annoy	10
Day 5	
apply approve arouse	13
Day 6	
attain attend avoid	16
Review Week One	
(Day 1-6)	19
Day 7	
bachelor ban bear	21
Day 8	
belief betray bias	24
Day 9	
block bother breed	27
Day 10	
bribe brutal bud	30

Day 11	
cherish classify compete	33
Day 12	
complain confirm conflict	36
Review Week Two	
(Day 7-12)	39
Day 13	
consume contain convey	41
Day 14	
cooperate copy correct	44
Day 15	
decent declare decline	47
Day 16	
decrease delivery demand	50
Day 17	
dense depart desert	53
Day 18	
deserve design desirable	56
Review Week Three	
(Day 13-18)	59
Day 19	
desire desperate draft	61
Day 20	
dread dual earn	64
Day 21	
ease facility factor	67
Day 22	
fade faith feeble	70

Day 23	
fellowship flatter flaw	73
Day 24	
forum fragment frontier	76
Review Week Four	
(Day 19-24)	79
Day 25	
frown frustrate fulfill	81
Day 26	
funnel hardware hardy	84
Day 27	
harsh haunt hemisphere	87
Day 28	
hijack hint hop	90
Day 29	
horrible hospitality host	93
Day 30	
hum humble hurl	96
Review Week Five	
(Day 25-30)	99
Day 31	
jam jealous jog	101
Day 32	
jury lag landscape	104
Day 33	
lap launch levy	107
Day 34	
lick likewise linear	110

Day 35	
liner looby lunar	113
Day 36	
lurk nail naive	116
Review Week Six	
(Day 31-36)	119
Day 37	
naked narrow naval	121
Day 38	
neat necessitate nephew	124
Day 39	
nevertheless nil numb	127
Day 40	
numerical numerous nutrition	130
Day 41	
nylon oblige obstacle	133
Day 42	
occur offshore omit	136
Review Week Seven	
(Day 37-42)	139
Day 43	
orbit overhear overrule	141
Day 44	
overrun oversee pivot	144
Day 45	
ponder proficient propel	147
Day 46	
rail readily rear	150

Day 47	
reasonable reel refine	153
Day 48	
relay relevant remarkable	156
Review Week Eight	
(Day 43-48)	159
Day 49	
resort rigid rot	161
Day 50	
routine rumour rust	164
Day 51	
ruthless schedule scorn	167
Day 52	
shatter stale sufficient	170
Day 53	
suicide superb superficial	173
Day 54	
superstition suppress surge	176
Review Week Nine	
(Day 49-54)	179
Day 55	
tame tease tension	181
Day 56	
terrific thoughtful thrive	184
Day 57	
tissue toll touchy	187
Day 58	
trap turnover utility	190

Day 59	
vacuum vain vehicle.....	193
Day 60	
via visible volcano.....	196
Review Week Ten	
(Day 55-60)	199

Day 1

abandon ability abolish

abandon	
Phonetic Symbols 音标	英 [ə'bændən] 美 [ə'bændən]
Part-of-speech 词性	<i>n. & v.</i> 名词、动词
Definitions 词义	Complete lack of restraint <i>n.</i> 放任; 放纵; 无拘无束 To stop to support or leave for good <i>v.</i> 遗弃; 丢弃; 抛弃
Idioms 习语 Patterns/Collocations 常用句型/搭配 Synonym 同近义词/短语 Antonym 反义词	常用句型/搭配: with abandon 恣意地; 放纵地 abandon boot 沙漠鞋 abandon ship 弃船 abandon property 放弃财产 abandon oneself to 沉湎于; 放纵于 abandon somebody or something to 听任(某人/某事物)处于某种状态
Example/Sentence 例句	He claimed that his parents had <u>abandoned</u> him. 他声称他的父母抛弃了他。
Tips for Memorization 记忆方法	词根词缀: 前缀 a- 同 ad-, 去, 往。-band, 意愿。原指置于别人的意愿之下, 任人处置, 后喻指遗弃。

abolish	
Phonetic Symbols 音标	英 [ə'bɒlɪʃ] 美 [ə'bo:liʃ]
Part-of-speech 词性	v. 动词
Definitions 词义	To officially end a law, a system or an institution v. 废除，废止（法律、制度、习俗等）
Idioms 习语 Patterns/Collocations 常用句型/搭配 Synonym 同近义词/短语 Antonym 反义词	常用句型/搭配： abolish effectually 有效地废除 abolish completely 完全废除 abolish ultimately 最终废除 abolish immediately 立即取消 同近义词/短语： recall suppress get rid of 废除；废止；取消；革除
Example/Sentence 例句	Do <u>abolish</u> this kind of bad custom. 一定要废除这种不好的习俗。
Tips for Memorization 记忆方法	词根词缀： ab- 脱离 + -ol- 生长 + -ish 动词词尾→使 停止生长。

ability	
Phonetic Symbols 音标	英 [ə'biləti] 美 [ə'bɪlɪti]
Part-of-speech 词性	<i>n.</i> 名词
Definitions 词义	The fact that sb./sth. is able to do sth.; a level of skill or intelligence <i>n.</i> 能力; 本领; 才能
Idioms 习语 Patterns/Collocations 常用句型/搭配 Synonym 同近义词/短语 Antonym 反义词	常用句型/搭配: ability for 在……的能力 innovation ability 创新能力 learning ability 学习能力 reading ability 阅读能力 management ability 管理能力 working ability 工作能力 cognitive ability 认知能力 develop ability 发挥才能 ability to pay 支付能力
Example/Sentence 例句	Classes are organized according to <u>ability</u> levels. 根据能力层次分班。
Tips for Memorization 记忆方法	词根词缀: ab (le) + -ility 名词词尾。

◆ 每日一练 (Make up one sentence with today's 3 words.)

Your Sentence in Day 1: _____