

管理类专业学位硕士研究生入学统一考试

英语

管理类联考

考纲词汇打卡

适用于MBA、MPA、MPAcc、MEM



Day 1				
打卡	序号	单词	释义	
	1	a 【ə】	art.一个；每一个；任一个	
	2	abandon 【ə'bəndən】	vt.丢弃；抛弃；放弃	
	3	abdomen 【'æbdəmən】	n.腹，下腹	
	4	abide 【ə'baɪd】	vi.(by) 遵守；坚持	
	5	ability 【ə'bɪləti】	n.能力；本领；天资	
	6	able 【'eɪb(ə)l】	a.有本事的	
	7	abnormal 【æb'nɔ:m(ə)l】	a.反常的，不正常的，不规则的	
	8	aboard 【ə'bɔ:d】	ad.&prep.在船（飞机、车）上； ad.上船（飞机）	
	9	abolish 【ə'bɒlɪʃ】	vt.废除（法律、习惯等）；取消	
	10	abound 【ə'baʊnd】	vi.大量存在；(in, with)充满，富于	
	11	about 【ə'baʊt】	ad.在周围，大约； prep.关于； 在周围； a.准备	
	12	above 【ə'bʌv】	a.上述的； ad.在上面； prep.在……之上，高于	
	13	abroad 【ə'brɔ:d】	ad.到国外，在国外； 在传播，在流传	
	14	abrupt 【ə'brʌpt】	a.突然的，出其不意的； （行为等）粗鲁无礼的	
	15	absence 【'æbsəns】	n.缺乏，不存在； 缺席，不在； 缺席的时间	
	16	absent 【'æbsənt】	a.缺席的； 缺乏的，不存在的； 心不在焉的	
	17	absolute 【'æbsəlu:t】	a.绝对的，完全的； 确实的，肯定的	
	18	absorb 【əb'zɔ:b;əb'sɔ:b】	vt.吸收（水、光、蒸汽等）； 使全神贯注	
	19	abstract 【'æbstrækt】	a.抽象的； n.摘要，梗概； vt.提取； 摘录要点	
	20	absurd 【əb'sɜ:d】	a.荒谬的，荒诞的，荒唐可笑的； 不合理的	
	21	abundance 【ə'bʌndəns】	n.丰富，充裕，大量	
	22	abundant 【ə'bʌndənt】	a.大量（充足）的； (in)丰富（富裕）的	
	23	abuse 【ə'bjʊ:s】	vt.滥用； 辱骂； 诋毁； n.滥用； 恶习； 弊端	
	24	academic 【,ækə'demɪk】	a.学院的，大学的； 学术性的； 理论的	
	25	academy 【ə'kædəmi】	n.（高等）专科院校； 学术社团，协会，研究院	
	26	accelerate 【æk'seləreɪt】	v.使加速，使增速，促进； vi.加快，增加	
	27	accent 【'æksənt】	n.口音，腔调； 重音（符号）； vt.重读	
	28	accept 【æk'sept】	vt.接受，领受； 认可，同意； vi.同意，认可	
	29	acceptance 【æk'septəns】	n.接受，接收，验收，接纳； 承认，认可	
	30	access 【'ækses】	n.进入； 接入； 到达； 享用权； 入口； vi.存取	

Day 2

打卡	序号	单词	释义
	1	accessory 【ək'sesəri】	n.附件，附属品（为全套衣服增加美感的）服饰
	2	accident 【'æksɪdənt】	n.意外遭遇，事故；意外（因素）
	3	accidental 【,æksɪ'dent(ə)l】	a.偶然的；意外的；无意中的
	4	acclaim 【ə'kleɪm】	v.向……欢呼，公认； n.欢呼，喝彩，称赞
	5	accommodate 【ə'kɒmədeɪt】	vt.向……提供住处； 对……予以照顾性考虑
	6	accommodation 【ə,kɒmə'deɪʃ(ə)n】	n.住宿，留宿；膳宿供应
	7	accompany 【ə'kʌmpəni】	v.陪伴，陪同； 伴随，和……一起发生，伴奏
	8	accomplish 【ə'kʌmplɪʃ】	v.实现（计划等）；达到（目的）；完成（任务）
	9	accord 【ə'kɔ:d】	vt.给予（欢迎、称颂等）；vi.&n.符合，一致
	10	accordance 【ə'kɔ:d(ə)ns】	n.一致，和谐，符合
	11	according to 【ə'kɔ:dn̩】 【tu】	prep.据/照……（所说、所写）；按……，视……
	12	accordingly 【ə'kɔ:dn̩li】	ad.相应地，照着办，按照；于是，因此
	13	account 【ə'kaʊnt】	a.叙述，说明；账目，账户； vi.说明，解释
	14	accountant 【ə'kaʊntənt】	n.会计人员，会计师
	15	accumulate 【ə'kju:mjəleɪt】	vt.堆积，积累，积聚；vi.累积，聚积
	16	accuracy 【'ækjərəsi】	n.准确（性）； 精确； 准确度
	17	accurate 【'ækjərət】	a.正确无误的；准确的，精确的
	18	accuse 【ə'kju:z】	vt.控告，指责；vi.指控，指责
	19	accustomed 【ə'kʌstəmd】	a.惯常的；习惯的，适应的（一般作表语）
	20	ache 【eɪk】	vi.痛；哀怜；n.（指连续）疼痛、酸痛
	21	achieve 【ə'tʃi:v】	vt.实现，完成； 达到，得到； vi.达到预期目的
	22	acid 【'æsɪd】	n.酸，酸性物质；a.酸的，酸味的；尖刻的
	23	acknowledge 【ək'nɒlɪdʒ】	vt.承认； 接受； 告知收到； 答谢
	24	acquaint 【ə'kweɪnt】	vt.(with)使认识，使了解，使熟悉
	25	acquaintance 【ə'kweɪntəns】	n.认识，相识，了解；相识的人，熟人
	26	acquire 【ə'kwəɪə(r)】	v.获得； 学到（知识等）； 养成（习惯）
	27	acquisition 【,ækwɪ'zɪʃ(ə)n】	n.取得，学到，养成（习惯）；获得的东西
	28	acre 【'eɪkə(r)】	n.英亩；田地；地产
	29	acrobat 【'ækrəbæt】	n.特技演员，杂技演员
	30	across 【ə'krɒs】	prep.横过，越过；在的对面；ad.横过，穿过

Day 3				
打卡	序号	单词	释义	
	1	act 【ækt】	v.表演；举动；起作用；n.行为，法令；一幕	
	2	action 【'ækʃ(ə)n】	n.行动，动作；作用；运转；行为；战斗	
	3	activate 【'æktivət】	vt.启动，激活；驱动，驱使；使开始起作用	
	4	active 【'æktiv】	adj.活跃的，敏捷的，积极的；在活动中的	
	5	activity 【æk'tɪvəti】	n.活动；活力；能动性	
	6	actor 【'æktə(r)】	n.男演员；演员，行动者	
	7	actress 【'æktres】	n.女演员	
	8	actual 【'æktʃuəl】	a.实际的；现实的，真实的，目前的	
	9	acute 【ə'kjʊ:t】	a.剧烈的；敏锐的；成锐角的；尖的，高音的	
	10	adapt 【ə'dæpt】	vt.使适应，使适合；改编；改写；vi.适应	
	11	add 【æd】	vt.加；增加（进）；进一步说/写；vi.(to)增添	
	12	addict 【'ædɪkt】	v.使沉溺；使上瘾；n.沉溺于不良嗜好的人	
	13	addition 【ə'dɪʃn】	n.加，加法；附加部分，增加（物）	
	14	additional 【ə'dɪʃən(ə)l】	a.额外的，附加的，另外的	
	15	address 【ə'dres】	n.住址；致词；v.向……致词；在信封上写姓名	
	16	adequate 【'ædɪkwət】	adj.充足的，足够的；适当的，胜任的	
	17	adhere 【əd'hɪə(r)】	vi.(to)粘着；坚持，遵守；依附，追随	
	18	adjacent 【ə'dʒeɪs(ə)nt】	a.(to)（时间上）紧接着的；邻近的，毗邻的	
	19	adjective 【'ædʒɪktɪv】	n.形容词；a.形容词的，用作形容词的	
	20	adjoin 【ə'dʒɔɪn】	v.临近，靠近；贴近，毗连	
	21	adjust 【ə'dʒʌst】	vt.调节；整顿，调整；vi.适应(to)；使调节	
	22	administer 【əd'mɪnɪstə(r)】	v.施行，实施；掌管，料理……的事务；给予	
	23	administration 【əd'mɪnɪ'streɪʃ(ə)n】	n.经营，管理；行政机关，管理部门	
	24	admire 【əd'maɪə(r)】	vt.钦佩，赞赏，羡慕；称赞，夸奖	
	25	admission 【əd'mɪʃ(ə)n】	n.允许进入；承认；入场费，入场券	
	26	admit 【əd'mɪt】	vt.承认，供认；准许……进入，准许……加入	
	27	adolescent 【,ædə'les(ə)nt】	n.青少年；a.青春期的，青少年的	
	28	adopt 【ə'dɒpt】	vt.采用，采取（态度等）；选定；收养	
	29	adore 【ə'dɔ:(r)】	vt.崇拜，敬慕，爱慕；非常喜欢	
	30	adult 【'ædʌlt】	n.成年人；a.成年的，充分长成的，成熟的	

Day 4				
打卡	序号	单词	释义	
	1	advance 【əd'vɑ:ns】	n.前进, 预付; vi.前进, 进展; vt.促进, 推进	
	2	advanced 【əd'vɑ:nst】	a.超前的, 先进的; 高级的; 开明的; 前进的	
	3	advantage 【əd'vɑ:ntɪdʒ】	n.优点, 长处, 有利条件; 利益, 好处	
	4	advent 【'ædvent】	n. (重要事件等的) 到来, 来临	
	5	adventure 【əd'ventʃə(r)】	n.冒险, 冒险活动, 奇遇; vt.大胆进行	
	6	adverb 【'ædvɜ:b】	n.副词; a.副词的	
	7	adverse 【'ædvɜ:s】	a.逆的, 相反的; 敌对的; 不利的; 有害的	
	8	advertise 【'ædvətaɪz】	vt.公告, 公布; 为……做广告; vi.登广告	
	9	advice 【əd'vaɪs】	n.劝告, 忠告, (医生等的) 意见	
	10	advisable 【əd'vaɪzəb(ə)l】	a.可取的, 适当的, 明智的	
	11	advise 【əd'vaɪz】	vt.忠告, 劝告, 建议; 通知, 告知	
	12	advocate 【'ædvəkeɪt】	n.辩护者, 拥护者, 鼓吹者; vt.拥护, 提倡	
	13	aerial 【'eəriəl】	a. (在或来自) 空中的, 航空的; n.天线	
	14	aeroplane 【'eərəpleɪn】	n.(airplane) (英) 飞机	
	15	aesthetic 【i:s'tetɪk】	a.(esthetic)美学的, 艺术的; 审美的	
	16	affair 【ə'feə(r)】	n.[pl.]事务; 事情(件); (个人的) 事	
	17	affect 【ə'fekt】	vt.影响; (疾病) 侵袭; 感动; n.情感, 感情	
	18	affection 【ə'fekʃn】	n.爱, 喜爱; 爱慕之情; 感情; 疾病, 不适	
	19	affiliate 【ə'fɪliət】	v.使隶属(或附属)于; n.附属机构, 分公司	
	20	affirm 【ə'fɜ:m】	vt.断言, 坚持声称; 肯定; 证实, 确认	
	21	affluent 【'æfluənt】	a.富裕的, 富有的, 丰富的, 富饶的	
	22	afford 【ə'fɔ:d】	vt.担负得起(损失、费用、后果等), 买得起	
	23	afraid 【ə'freɪd】	adj.害怕的, 恐惧的; 犯愁的, 不乐意的	
	24	after 【'ɑ:ftə(r)】	prep.在……以后; 在……后面; adv.以后, 后来	
	25	afternoon 【,ɑ:ftə'nu:n】	n.下午, 午后	
	26	afterward 【'ɑ:ftəwəd】	ad.(afterwards)以后, 后来	
	27	again 【ə'geɪn】	ad.再次, 另一次; 重新; 除此, 再, 更, 还	
	28	against 【ə'genst;ə'gemst】	prep.对着, 逆; 反对; 违反; 紧靠着; 对比	
	29	age 【eɪdʒ】	n.年龄; 时代; 老年; 长时间; v. (使) 变老	
	30	agency 【'eɪdʒənsi】	n.代理(处); 代办处; [美] (政府的) 机关, 厅	

Day 5				
打卡	序号	单词	释义	
	1	agenda 【ə'dʒendə】	n.议事日程，记事册	
	2	agent 【'eidʒənt】	n.代理人；代理商；产生作用的人或事物	
	3	aggravate 【'ægrəveɪt】	vt.加重（剧），使恶化；激怒，使恼火	
	4	aggressive 【ə'gresɪv】	a.侵略的，好斗的，有进取心的	
	5	agitate 【'ædʒɪteɪt】	v.摇动（液体）；使焦虑不安；困扰；鼓动	
	6	ago 【ə'gəʊ】	ad.（常和一般过去时的动词连用）以前，……前	
	7	agony 【'æɡəni】	n.（精神或肉体的）极大痛苦，创伤	
	8	agree 【ə'ɡriː】	vi.答应，赞同；适合，一致；商定，约定	
	9	agreeable 【ə'ɡriːəb(ə)l】	a.符合的；一致的；欣然同意的；令人愉快的	
	10	agreement 【ə'ɡriːmənt】	n.协定；协议；契约；同意，一致	
	11	agriculture 【'æɡrɪkʌltʃə(r)】	n.农业，农艺，农耕	
	12	ahead 【ə'hed】	ad.在前面（头）；向（朝）前；提前	
	13	aid 【eɪd】	n.援助，救护；助手，辅助物；vt.援助，救援	
	14	aim 【eɪm】	n.目的；瞄准；vi.(at)目的在于；vt.把……瞄准	
	15	air 【eə(r)】	n.空气；（复数）神气；vt.（使）通风；晾干	
	16	air-conditioning 【'eəkəndɪʃənɪŋ】	n.空调设备，空调系统	
	17	aircraft 【'eəkrɑːft】	n.飞机，飞船，飞行器	
	18	airline 【'eəlaɪn】	n.（飞机）航线；a.（飞机）航线的	
	19	airport 【'eəpɔːt】	n.机场，航空站，航空港	
	20	aisle 【aɪl】	n.（教堂、教室、戏院等里的）过道，通道	
	21	alarm 【ə'lɑːm】	n.惊恐；警报（器）；vt.惊动，惊吓；向……报警	
	22	album 【'ælbəm】	n.（同一表演者的）集锦密纹唱片；集邮册，相册	
	23	alcohol 【'ælkəhɒl】	n.酒精，乙醇；含酒精的饮料	
	24	alert 【ə'lɜːt】	a.机警的，警觉的；机灵的；vt.使……警觉	
	25	alien 【'eɪliən】	n.外侨，外国人；外星人；a.外国的；相异的	
	26	alike 【ə'laɪk】	a.同样的，相像的；ad.一样地；同程度地	
	27	alive 【ə'laɪv】	a.活着的；存在的；活跃的；(to)敏感的	
	28	all 【ɔːl】	a.全部的；非常的；ad.完全地，很；pron.全部	
	29	allege 【ə'ledʒ】	v.断言，宣称；指控	
	30	alleviate 【ə'liːviət】	v.减轻，缓和，缓解（痛苦等）	

Day 6				
打卡	序号	单词	释义	
	1	alliance 【ə'laɪəns】	n.同盟，同盟国；结盟，联姻	
	2	allocate 【'æləkeɪt】	v.分配，分派；拨给；划归	
	3	allow 【ə'laʊ】	vt.允许，准许；承认；给予；(for)考虑到	
	4	allowance 【ə'laʊəns】	n.补贴，津贴；零用钱；折扣；允许	
	5	alloy 【'ælɔɪ】	n.合金；vt.将……铸成合金	
	6	ally 【'ælaɪ】	n.同盟者，同盟国，vt.使结盟；与……有关联	
	7	almost 【'ɔ:lmeʊst】	adv.几乎，差不多	
	8	alone 【ə'ləʊn】	a.单独的，孤独的；ad.单独地，独自地；仅仅	
	9	along 【ə'lɒŋ】	ad.向前；和……一起，一同；prep.沿着，顺着	
	10	alongside 【ə,lɒŋ'saɪd】	ad.在旁边；prep.和……在一起；在……旁边	
	11	aloud 【ə'laʊd】	adv.出声地，大声地	
	12	alphabet 【'ælfəbet】	n.字母表；初步，入门	
	13	already 【ɔ:l'redi】	ad.已，已经，早已	
	14	also 【'ɔ:lsəʊ】	ad.而且（也），此外（还）；同样地	
	15	alter 【'ɔ:ltə(r)】	vt.改变，更改；改做（衣服）；vi.改变，变化	
	16	alternate 【ɔ:l'tɜ:nət】	a.交替的，轮流的；v.（使）交替，（使）轮流	
	17	alternative 【ɔ:l'tɜ:nətɪv】	n.二选一；取舍；a.二选一的	
	18	although 【ɔ:l'ðəʊ】	conj.尽管，虽然……但是	
	19	altitude 【'æltɪtju:d】	n.高度，海拔；[pl.]高处，高地	
	20	altogether 【,ɔ:ltə'geðə(r)】	ad.完全，总之，全部地；总共；总而言之	
	21	aluminum 【ə'lu:mɪnəm】	n.(aluminium)铝	
	22	always 【'ɔ:lweɪz】	ad.总是，无例外地；永远，始终	
	23	amateur 【'æmətə(r)】	a.&n.业余（水平）的（运动员、艺术家等）	
	24	amaze 【ə'meɪz】	vt.使惊奇，使惊愕；使困惑；vi.表现出惊奇	
	25	ambassador 【æm'bæsədə(r)】	n.大使；特使，（派驻国际组织的）代表	
	26	ambiguous 【æm'brɪɡjuəs】	a.引起歧义的，模棱两可的，含糊不清的	
	27	ambition 【æm'bɪʃn】	n.对（成功、权力等）的强烈欲望，野心；雄心	
	28	ambitious 【æm'bɪʃəs】	a.有抱负的，雄心勃勃的；有野心的	
	29	ambulance 【'æmbjələns】	n.救护车，救护船，救护飞机	
	30	amend 【ə'mend】	vt.修改，修订，改进	

Day 7				
打卡	序号	单词	释义	
	1	amiable 【'eɪmiəb(ə)l】	a.和蔼可亲的，友善的，亲切的	
	2	amid 【ə'mɪd】	prep.在……中间，在……之中，被……围绕	
	3	among 【ə'mʌŋ】	prep.在……之中；在一群（组）之中；于……之间	
	4	amount 【ə'maʊnt】	n.总数，数量；数额；v.共计；等同，接近(to)	
	5	ample 【'æmpl】	a.充分的，富裕的；宽敞的，宽大的	
	6	amplifier 【'æmplɪfaɪə(r)】	n.放大器，扩大器	
	7	amplify 【'æmplɪfaɪ】	vt.放大，增强；详述，详加解说	
	8	amuse 【ə'mju:z】	vt.向……提供娱乐，使……消遣；引人发笑	
	9	analogue 【'ænələg】	n.类似物；相似体；模拟	
	10	analogy 【ə'nælədʒi】	n.类似，相似，类比，类推	
	11	analyse 【'ænəlaɪz】	vt.（analyze）分析，分解	
	12	analysis 【ə'næləsis】	n.(pl.analysis)分析；分解	
	13	analytic 【,ænə'lɪtɪk】	a.(analytical)分析的；分解的	
	14	ancestor 【'ænsestə(r)】	n.祖宗，祖先；原型，先驱	
	15	anchor 【'æŋkə(r)】	n./v.锚；危难时可依靠的人或物；用锚泊船	
	16	ancient 【'eɪnʃənt】	a.古代的，古老的，古式的	
	17	and 【ənd】	conj.和，与，而且；那么；接连，又	
	18	anecdote 【'ænɪkdəʊt】	n.轶事，趣闻，短故事	
	19	angel 【'eɪndʒl】	n.天使，安琪儿	
	20	anger 【'æŋgə(r)】	n.愤怒，气愤；vt.使发怒，激怒；vi.发怒	
	21	angle 【'æŋgl】	n.角，角度；v.钓鱼；（采用各种方法）取得	
	22	angry 【'æŋgri】	a.生气的，愤怒的；（天气）风雨交加的	
	23	anguish 【'æŋgwɪʃ】	n.（尤指心灵上的）极度痛苦，烦恼	
	24	animal 【'ænɪml】	n.动物，野兽，牲畜；a.动物的，野兽的	
	25	ankle 【'æŋk(ə)l】	n.足踝，踝关节	
	26	anniversary 【,ænɪ'vɜ:səri】	n.周年，周年纪念日	
	27	announce 【ə'naʊns】	v.正式宣布；发表；通告；广播（电台节目）	
	28	annoy 【ə'nɔɪ】	vt.使恼怒，使生气；打扰；vi.招人讨厌	
	29	annual 【'ænjuəl】	a.每年的，一年生的；n.年刊；一年生植物	
	30	anonymous 【ə'nɒnɪməs】	a.匿名的，无名的，姓氏不明的	

Day 8				
打卡	序号	单词	释义	
	1	another 【ə'nʌðə(r)】	a.另一个，又，再； pron.另一个，类似的一个	
	2	answer 【'ɑ:nsə(r)】	vt.回答，答复，答案； v.回答，答复，响应	
	3	ant 【ænt】	n.蚁； 蚂蚁	
	4	antenna 【æn'tenə】	n.（无线电或电视的）天线	
	5	anticipate 【æn'tɪsɪpeɪt】	vt.预料； 期望； 预先考虑； 抢先； 提前使用	
	6	antique 【æn'ti:k】	a.古式的，过时的； n.有价值的古物，古董	
	7	anxiety 【æŋ'zaiəti】	n.挂念，焦虑，焦急，忧虑； 渴望，热望	
	8	anxious 【'æŋkʃəs】	a.焦虑的，担心的； 急于（得到的），渴望的	
	9	any 【'eni】	a.（用于否定句、疑问句等）什么，一些； 任何的	
	10	anybody 【'enɪbɒdi】	pron.（否定句）任何人； （肯定句）随便哪个人	
	11	anyhow 【'enihaʊ】	ad.不管怎么说，无论如何； 不论用何种方法	
	12	anyone 【'eniwʌn】	pron.（用于疑问句，否定式）任何人	
	13	anything 【'eniθɪŋ】	pron.任何东西（事物）； 无论什么东西（事物）	
	14	anyway 【'eniwei】	ad.不管怎么说，无论如何； 不论以何种方式	
	15	anywhere 【'eniweə(r)】	ad.无论哪里； （用于否定、疑问等）任何地方	
	16	apart 【ə'pɑ:t】	ad.分离，离开，隔开； a.分离的，分隔的	
	17	apartment 【ə'pɑ:tmənt】	n.[英]房间，套间； [美]公寓	
	18	apologise 【ə'pɒlədʒaɪz】	v.(to, for)道歉，认错	
	19	apology 【ə'pɒlədʒi】	n.道歉，认错，辩解，辩护	
	20	appal 【ə'pɔ:l】	v.使惊骇，使恐怖	
	21	apparatus 【,æpə'reɪtəs】	n.器械，器具，仪器； 机构，组织	
	22	apparent 【ə'pærənt】	a.表面上的，貌似真实的； 显然的，明明白白的	
	23	appeal 【ə'pi:l】	vi.呼吁，恳求； 申诉； n.呼吁； 申诉； 吸引力	
	24	appear 【ə'piə(r)】	vi.出现； 出场； 问世； 仿佛； 出版，发表	
	25	appearance 【ə'piərəns】	n.出现，露面； 外表； 作短暂露面	
	26	appendix 【ə'pendɪks】	n.附录，附属物； 阑尾，盲肠	
	27	appetite 【'æpɪtaɪt】	n.食欲，胃口； 欲望，性欲； 爱好，趣味	
	28	applaud 【ə'plɔ:d】	vt.鼓掌欢迎； 赞同； vi.鼓掌欢迎，欢呼	
	29	applause 【ə'plɔ:z】	n.鼓掌； 喝彩； 夸奖，赞扬	
	30	apple 【'æp(ə)l】	n.苹果，苹果树	

Day 9				
打卡	序号	单词	释义	
	1	appliance 【ə'plaɪəns】	n.电器；器械，装置；应用，适用	
	2	applicable 【ə'plɪkəb(ə)l】	a.可应用（实施）的；适当的，合适的	
	3	application 【,æplɪ'keɪʃ(ə)n】	n.申请，请求，申请书；应用，实用性	
	4	apply 【ə'plaɪ】	vi.（以书面形式）申请；请求；vt.应用；实施	
	5	appoint 【ə'pɔɪnt】	vt.任命，委派；指定，约定（时间、地点等）	
	6	appointment 【ə'pɔɪntmənt】	n.约会，约定；任命，委派；委任的职位	
	7	appraisal 【ə'preɪzl】	n.对……作出的评价；评价，鉴定，评估	
	8	appreciate 【ə'pri:ʃeɪt】	vt.为……表示感激，感谢；欣赏，评价	
	9	approach 【ə'prəʊtʃ】	v.靠近，接近；n.接近；途径，入门；方式，方法	
	10	appropriate 【ə'prəʊprɪət】	a.适当的，恰当的；vt.拨给，挪用，盗用	
	11	approval 【ə'pru:v(ə)l】	n.批准，通过；赞成，同意	
	12	approve 【ə'pru:v】	v.(of)赞成，赞许，同意；批准，审议，通过	
	13	approximate 【ə'prɒksɪmət】	a.近似的；vi.(to)接近	
	14	April 【'eɪprəl】	n.四月	
	15	apt 【æpt】	a.恰当的，适当的；易于……的，有……倾向的	
	16	arbitrary 【'ɑ:bɪtrəri】	a.任意的，任性的，主观的；专断的，武断的	
	17	arch 【ɑ:tʃ】	n.拱门，桥拱洞；v.拱起，（使）变成弓形	
	18	architect 【'ɑ:kɪtekt】	n.建筑师；设计师；缔造者；创造者	
	19	architecture 【'ɑ:kɪtektʃə(r)】	n.建筑，建筑学；建筑风格，建筑物	
	20	area 【'eəriə】	n.面积；地区，地域；领域，范围	
	21	argue 【'ɑ:gju:】	vi.辩论，争论；vt.辩论，论证；说服，劝说	
	22	argument 【'ɑ:gjumənt】	n.争论（吵），辩论；理由；论证	
	23	arise 【ə'raɪz】	v.出现，发生；(from)由……引起，由……产生	
	24	arithmetic 【ə'rɪθmətɪk】	n.算术，四则运算	
	25	arm 【ɑ:m】	n.手臂，扶手，臂状物；v.武装；配备；n.武器	
	26	army 【'ɑ:mi】	n.军队，陆军，军；大群，大批	
	27	around 【ə'raʊnd】	ad.在……周围，到处；prep.在……四周（或附近）	
	28	arouse 【ə'raʊz】	vt.唤醒，叫醒；唤起，激起	
	29	arrange 【ə'reɪndʒ】	v.安排，筹划；整理，使有条理，排列，布置	
	30	array 【ə'reɪ】	n.大量；排列；盛装；v.列阵；装扮；排列	

Day 10				
打卡	序号	单词	释义	
	1	arrest 【ə'rest】	n.逮捕, 扣留; vt.逮捕, 扣留; 阻止; 吸引	
	2	arrival 【ə'raɪvl】	n.到达, 到来; 到达者, 到达物	
	3	arrive 【ə'raɪvl】	vi.到达; (时间、事件)到来, 发生; 达到	
	4	arrogant 【'ærəɡənt】	a.傲慢的, 自大的	
	5	arrow 【'ærəʊ】	n.箭, 矢, 箭状物; 箭头符号	
	6	art 【ɑ:t】	n.艺术, 美术; 技术, 技艺; 文科, 人文科学	
	7	artery 【'ɑ:təri】	n.动脉; 干线, 要道	
	8	article 【'ɑ:tɪk(ə)l】	n.文章, 论文; 条款, 条文; 物件; 冠词	
	9	articulate 【ɑ:'tɪkjuleɪt】	a.善于表达的; 有关节相连的; v.清楚地讲话	
	10	artificial 【,ɑ:'trɪ'fɪʃl】	a.人工的, 人造的, 人为的; 虚伪的, 做作的	
	11	artist 【'ɑ:tɪst】	n.艺术家, 美术家; (某方面的)能手	
	12	artistic 【ɑ:'tɪstɪk】	a.艺术(家)的, 美术(家)的; 善于艺术创作的	
	13	as 【əz】	ad.同样地; conj.由于; 像……一样; prep.作为	
	14	ascend 【ə'send】	vi.渐渐上升, 升高; vt.攀登, 登上	
	15	ascertain 【,æsə'teɪn】	vt.确定, 查明, 弄清	
	16	ash 【æʃ】	n.灰, 灰末; (pl.)骨灰; (pl.)废墟	
	17	ashamed 【ə'ʃeɪmd】	a.惭愧的, 羞耻的, 害臊的	
	18	ashore 【ə'ʃɔ:(r)】	ad.上岸; 在岸上, 向岸上	
	19	aside 【ə'saɪd】	ad.在旁边, 到一边; n.旁白; 离题的话	
	20	ask 【ɑ:sk】	vt.问, 询问; 请求, 要求; 邀请, 约请	
	21	asleep 【ə'sli:p】	a.睡觉, 睡着(用作表语)	
	22	aspect 【'æspekt】	n.样子, 外表, 面貌, (问题等的)方面	
	23	aspire 【ə'spaɪə(r)】	vi.(to, after)渴望, 追求, 有志于	
	24	assassinate 【ə'sæsɪneɪt】	vt.暗杀, 行刺; 中伤	
	25	assault 【ə'sɔ:lt】	v.猛烈地攻击, 袭击; n.突然而猛烈的攻击	
	26	assemble 【ə'semb(ə)l】	vt.集合, 召集; 装配; 收集; vi.集合, 聚集	
	27	assembly 【ə'sembli】	n.集合; 会议; 装配; (美)洲议会的众议院	
	28	assert 【ə'sɜ:t】	vt.断言, 宣称; 坚持; 主张(权利、权威等)	
	29	assess 【ə'ses】	vt.(为征税)评估(财产、收入); 征税; 评价	
	30	asset 【'æset】	n.(pl.)资产, 财产; 有价值的物品; 天赋	

Day 11				
打卡	序号	单词	释义	
	1	assign 【ə'saɪn】	vt.派给，分配；选定，指定（时间、地点等）	
	2	assignment 【ə'saɪnmənt】	n.分配，指派；作业，（分派的）任务	
	3	assimilate 【ə'sɪməleɪt】	vt.吸收，消化；使同化；vi.被吸收；被同化	
	4	assist 【ə'sɪst】	vt.协助，帮助，促进；vi.帮忙，参加	
	5	assistance 【ə'sɪstəns】	n.协作；援助；帮助	
	6	assistant 【ə'sɪstənt】	a.帮助的，辅助的；n.助手，助教；辅助物	
	7	associate 【ə'səʊsiət】	vt.联想；交往；联合；n.伙伴；a.联合的	
	8	association 【ə,səʊsi'eɪʃn;ə,səʊʃi'eɪʃn】	n.联盟，协会，社团；交往，联合；联想	
	9	assume 【ə'sju:m】	vt.假装；假定，设想；承担；呈现，采取	
	10	assumption 【ə'sʌmpʃn】	n.假定，设想；采取；承担；推测；假装	
	11	assurance 【ə'ʃʊərəns】	n.保证，担保；确信，断言；信心，信念	
	12	assure 【ə'ʃʊə(r)】	vt.使确信，使放心(of)；向……保证	
	13	astonish 【ə'stɒnɪʃ】	vt.使惊讶，使吃惊	
	14	astronaut 【'æstrɒnɔ:t】	n.太空人，太空旅行者	
	15	astronomy 【ə'strɒnəmi】	n. 天文学	
	16	at 【æt】	prep.[表示价格、速度等]以，达；在……方面	
	17	athlete 【'æθli:t】	n.运动员，体育家，身强力壮的人	
	18	atmosphere 【'ætməsfiə(r)】	n.大气（层）；空气；气氛，环境；大气压	
	19	atom 【'ætəm】	n.原子；微粒，微量	
	20	attach 【ə'tætʃ】	v.系，贴，装，连接；使成为一部分；使依恋	
	21	attack 【ə'tæk】	v./n.攻击，抨击；着手，开始；n.（病）发作	
	22	attain 【ə'teɪn】	vt.达到；完成；获得；vi.达到	
	23	attempt 【ə'tempt】	vt.企图，试图；n.努力，尝试，企图	
	24	attend 【ə'tend】	vt.出席，参加；照顾，护理；vi.注意；侍奉	
	25	attendance 【ə'tendəns】	n.出席；出席人数；护理，照料	
	26	attendant 【ə'tendənt】	n.陪从；出席人；服务员；a.出席的；伴随的	
	27	attention 【ə'tenʃ(ə)n】	n.注意，注意力；立正；特别照顾；照料	
	28	attitude 【'ætɪtju:d】	n.态度，看法(to, toward, about)；姿势	
	29	attorney 【ə'tɜ:ni】	n.（业务或法律事务上的）代理人；辩护律师	
	30	attract 【ə'trækt】	vt.引起的注意（或兴趣等），吸引；引起；激起	

Day 12				
打卡	序号	单词	释义	
	1	attractive 【ə'træktɪv】	a.吸引人的，引人注意的；漂亮的，迷人的	
	2	attribute 【ə'trɪbjʊ:t】	v.(to)归因于，归属于； n.属性，品质，特征	
	3	auction 【'ɔ:kʃ(ə)n】	n. / vt.拍卖	
	4	audience 【'ɔ:diəns】	n.听众，观众，读者；见面，会见	
	5	audio 【'ɔ:diəʊ】	n./a.音频（响）（的）；声音（的），听觉（的）	
	6	audit 【'ɔ:dt】	v.审计；查账；核对；旁听	
	7	auditorium 【,ɔ:drɪ'tɔ:riəm】	n.观众席，听众席；会堂，礼堂	
	8	augment 【ɔ:g'ment】	vt.（使）增大，增加，增长，扩张	
	9	August 【ɔ:'gʌst】	n.八月	
	10	aunt 【ɑ:nt】	n.姨母，姑母，伯母，婶母，舅母，阿姨	
	11	aural 【'ɔ:rəl】	a.听觉的，听力的	
	12	authentic 【ɔ:'θentɪk】	a.真的，真正的；可靠的，可信的，有根据的	
	13	author 【'ɔ:θə(r)】	n.作者，作家，著作人；创始人，发起人	
	14	authority 【ɔ:'θɒrəti】	n.权力，权威；权威人士；(pl.)官方，当局	
	15	auto 【'ɔ:təʊ】	n.(automobile)（口语）汽车	
	16	automatic 【,ɔ:tə'mætɪk】	a.自动（装置）的；无意识的； n.自动机械	
	17	automation 【,ɔ:tə'meɪʃn】	n.自动，自动化，自动操作	
	18	autonomy 【ɔ:'tɒnəmi】	n.自治，自治权；	
	19	autumn 【'ɔ:təm】	n.秋，秋季；成熟期，渐衰期	
	20	auxiliary 【ɔ:g'zɪliəri】	a.辅助的，支援的； n.辅助者，辅助设备	
	21	avail 【ə'veɪl】	n.[一般用于否定句或疑问句中]效用，利益	
	22	available 【ə'veɪləbl】	a.（用于物）可利用的；可见到的，接受采访的	
	23	avenue 【'ævənjuː】	n.林荫路，大街；（比喻）途径，渠道，方法	
	24	average 【'ævərɪdʒ】	n.平均，平均数； a.平均的；普通的； v.平均	
	25	avert 【ə'vɜ:t】	v.防止，避免；转移（目光、注意力等）	
	26	aviation 【,eɪvɪ'eɪʃn】	n.航空，航空学；飞机制造业	
	27	avoid 【ə'vɔɪd】	vt.防止，避免；逃避，避开	
	28	await 【ə'weɪt】	vt.等候，期待；（事情等）降临于	
	29	awake 【ə'weɪk】	a.醒着的； vt.唤醒，使觉醒； vi.醒来，醒悟到	
	30	award 【ə'wɔ:d】	vt.授予，给予；判定； n.奖，奖金；仲裁	

Day 13				
打卡	序号	单词	释义	
	1	aware 【ə'weə(r)】	a.知道的，意识到的	
	2	away 【ə'weɪ】	ad.在远处；离开；渐渐远去；一直；去掉	
	3	awe 【ɔː】	n.敬畏，惊惧；vt.使敬畏，使惊惧	
	4	awful 【'ɔːf(ə)l】	a.极度的，极坏的；威严的，可怕的	
	5	awkward 【'ɔːkwəd】	a.笨拙的；尴尬的；使用不便的；难处理的	
	6	axe 【æks】	n.（ax）斧子；削减；vt.用斧砍	
	7	axis 【'æksɪs】	n.轴，轴线，中心线；坐标轴，基准线	
	8	baby 【'beɪbi】	n.婴儿；年龄最小的人；小动物；a.婴儿似的	
	9	bachelor 【'bætʃələ(r)】	n.单身汉；（亦作 B-）学士（学位）	
	10	back 【bæk】	a.后面的；ad.向后；v.倒退；支持；n.背；后面	
	11	background 【'bækgraʊnd】	n.背景，经历；幕后	
	12	backward 【'bækwəd】	a.向后的，倒行的；迟钝的；ad.向后，朝反方向	
	13	bacon 【'beɪkən】	n.咸猪肉，熏猪肉	
	14	bacterium 【bæk'tɪəriəm】	n.(pl.)bacteria 细菌	
	15	bad 【bæd】	a.坏的；低劣的；不舒服的；腐败的；严重的	
	16	badge 【bædʒ】	n.徽章，像章；标记；象征；记号	
	17	badly 【'bædli】	ad.非常，严重地；坏地，差地，拙劣地	
	18	badminton 【'bædmɪntən】	n.羽毛球	
	19	bag 【bæg】	n.袋，提包；v.把……装入袋中；猎杀；占有	
	20	baggage 【'bæɡɪdʒ】	n.行李	
	21	bait 【beɪt】	n.饵，引诱物；vt.用饵引诱；折磨，奚落	
	22	bake 【beɪk】	v.烤，烘，焙；烧硬，焙干	
	23	balance 【'bæləns】	v.称，（使）平衡；n.天平；平衡，均衡；差额，余款	
	24	balcony 【'bælkəni】	n.阳台；（电影院等的）楼厅，楼座	
	25	bald 【bɔːld】	a.秃的，秃头的	
	26	ball 【bɔːl】	n.球（状物）；（正式的）舞会；vt.把……捏成球状	
	27	ballet 【'bæleɪ】	n.芭蕾舞，芭蕾舞剧；芭蕾舞团	
	28	balloon 【bə'luːn】	n.气球，飞船；a.气球状的；v.乘坐气球；膨胀	
	29	ballot 【'bælət】	n.（不记名）投票；投票总数；投票权；vi.投票	
	30	ban 【bæn】	v.取缔，查禁；(from)禁止；n.禁止，禁令	

Day 14				
打卡	序号	单词	释义	
	1	banana 【bə'na:nə】	n. 香蕉	
	2	band 【bənd】	n. 条，带；乐队；波段；一群，一伙；v. 缚，绑扎	
	3	bandage 【'bændɪdʒ】	n. 绷带；v. 用绷带扎缚	
	4	bang 【bæŋ】	n. 砰砰的声音；猛击；v. 砰地关上，猛撞，猛击	
	5	bank 【bæŋk】	n. 银行；岸，堤；vi. 存入（经营）银行；信赖	
	6	bankrupt 【'bæŋkrʌpt】	a. 破产的；彻底缺乏的；vt. 使破产；n. 破产者	
	7	banner 【'bænə(r)】	n. 旗（帜）	
	8	banquet 【'bæŋkwɪt】	n. （正式的）宴会；vi. 参加宴会；vt. 宴情	
	9	bar 【bɑ:(r)】	n. 条，杆，闩；酒吧；栅，障碍（物）；v. 闩上，阻拦	
	10	barbecue 【'bɑ:bɪkjʊ:】	n. 烤肉；烤肉用的台架；vt. 炙烤（肉等）	
	11	barber 【'bɑ:bə(r)】	n. 理发师	
	12	bare 【beə(r)】	a. 赤裸的，空的；稀少的，仅有的；v. 露出，暴露	
	13	barely 【'beəli】	ad. 赤裸裸地，无遮蔽地；仅仅，勉强，几乎没有	
	14	bargain 【'bɑ:gən】	n. 廉价货；交易，契约，合同；v. 议价，成交	
	15	bark 【bɑ:k】	vi. （狗等）吠，叫；n. 吠声，叫声；树皮	
	16	barn 【bɑ:n】	n. 谷仓，仓库	
	17	barrel 【'bærəl】	n. 桶；枪管，炮管	
	18	barren 【'bærən】	a. 贫瘠的；不育的；（植物）不结果的；无用的	
	19	barrier 【'bæriə(r)】	n. 栅栏，屏障；障碍（物）	
	20	base 【beɪs】	n. 基础，底部；根据地；v. (on) 把……基于	
	21	baseball 【'beɪsbɔ:l】	n. 棒球	
	22	basement 【'beɪsmənt】	n. 建筑物的底部，地下室，地窖	
	23	basic 【'beɪsɪk】	a. 基本的，基础的	
	24	basin 【'beɪs(ə)n】	n. 盆，脸盆；内海，盆地	
	25	basis 【'beɪsɪs】	n. 基础，根据	
	26	basket 【'bɑ:skɪt】	n. 筐，篮，篓	
	27	basketball 【'bɑ:skɪtbɔ:l】	n. 篮球，篮球运动	
	28	bat 【bæt】	n. 球拍，球棒，短棒；蝙蝠	
	29	batch 【bætʃ】	n. 一批，一组，一群	
	30	bath 【bɑ:θ】	n. 沐浴，洗澡；浴室（池，盆）；v. （给……）洗澡	

Day 15				
打卡	序号	单词	释义	
	1	bathe 【beɪð】	v.游泳，洗澡，浸，弄湿	
	2	bathroom 【'bɑ:θru:m;'bɑ:θrʊm】	n.浴室；盥洗室，卫生间	
	3	battery 【'bætri;'bætəri】	n.电池（组）；（器具等的）一组，一套；炮兵连	
	4	battle 【'bæt(ə)l】	n.战役，战斗；斗争；v.战斗，斗争，搏斗	
	5	bay 【beɪ】	n.海湾，（港）湾	
	6	be 【bi;bi:】	v.（就）是，等于；（存）在；到达，来到，发生	
	7	beach 【bi:tʃ】	n.海滩，湖滩，河滩	
	8	beam 【bi:m】	n.（横）梁，桁条；（光线的）束，柱；v.微笑	
	9	bean 【bi:n】	n.豆；菜豆，蚕豆	
	10	bear 【beə(r)】	n.熊；v.忍受，容忍；负担；结果实，生子女	
	11	beard 【brəd】	n.胡须	
	12	bearing 【'beərɪŋ】	n.轴承；忍受；关系，影响；举止；方向	
	13	beast 【bi:st】	n.兽，牲畜；凶残的人，举止粗鲁的人	
	14	beat 【bi:t】	n.敲打；（心脏等）跳动；v.打败；（心脏等）跳动	
	15	beautiful 【'bjʊ:tɪf(ə)l】	a.美的，美丽的；出色的，完美的	
	16	beauty 【'bjʊ:ti】	n.美，美丽；美人，美丽的事物	
	17	because 【br'kæz;br'kɒz】	conj.因为，由于	
	18	become 【br'kʌm】	vi.变成，开始变得；vt.适合，同……相称	
	19	bed 【bed】	n.床，床位；（苗）床，坛；河床，（湖、海的）底	
	20	bee 【bi:】	n.蜂，蜜蜂；忙碌的人	
	21	beef 【bi:f】	n.牛肉	
	22	beer 【brə(r)】	n.啤酒	
	23	before 【br'fɔ:(r)】	prep.（指时间）在……以前，在……前面，在……之前	
	24	beforehand 【br'fɔ:hænd】	ad.预先，事先	
	25	beg 【beg】	vt.请求，乞求；vi.恳请，行乞	
	26	begin 【br'gɪn】	v.(began, begun)开始，着手	
	27	beginning 【br'gɪnɪŋ】	n.开始，开端；起源，早期阶段	
	28	behalf 【br'hɑ:f】	n.利益	
	29	behave 【br'herv】	v.举止，举动，表现；运转，开动	
	30	behavior 【br'hervjə】	n.(behaviour)行为，举止；（机器等）运转情况	

Day 16				
打卡	序号	单词	释义	
	1	behind 【bi'haɪnd】	prep.在……的背后，（遗留）在……后面；落后于	
	2	being 【'bi:ɪŋ】	n.生物，生命，存在	
	3	belief 【bi'li:f】	n.信任，相信，信念；信仰，信条	
	4	believe 【bi'li:v】	vt.相信，认为；vi.相信，信任，信奉	
	5	bell 【bel】	n.钟，铃	
	6	belly 【'beli】	n.肚子，腹部；（像肚子一样）鼓起的部分，膛	
	7	belong 【bi'lɒŋ】	v.(to)属于，附属，隶属；应归入（类别，范畴等）	
	8	beloved 【bi'lʌvɪd】	a./n.受爱戴的，敬爱的；爱人，被心爱的人	
	9	below 【bi'ləʊ】	prep.在……下面，在……以下；ad.在下面，向下	
	10	belt 【belt】	n.（皮）带，腰带；地带	
	11	bench 【bentʃ】	n.长凳，条凳；（工作）台，座	
	12	bend 【bend】	v.（使）弯曲；屈从，屈服；n.弯曲（处），曲折处	
	13	beneath 【bi'ni:θ】	prep.在……下边，在……之下；ad.在下方	
	14	beneficial 【,benɪ'fiʃ(ə)l】	a.(to)有利的，有益的	
	15	benefit 【'benɪfɪt】	n.利益，好处，恩惠；v.有益于；(from, by)受益	
	16	benign 【bi'nain】	a.（病）良性的，（气候）良好的，仁慈的，和蔼的	
	17	beside 【bi'saɪd】	prep.在……旁边，在……附近；和……相比	
	18	besides 【bi'saɪdz】	ad.此外；并且；prep.于……之外；除……以外	
	19	best 【best】	a.最好的（good 和 well 最高级）；ad.最好地；最	
	20	bet 【bet】	v.赌，打赌；n.打赌，赌注	
	21	betray 【bi'trei】	v.背叛，出卖；暴露，流露，泄露	
	22	better 【'betə(r)】	a.较好的；ad.更好（地）；v.改良；n.较佳者	
	23	between 【bi'twi:n】	prep.在……之间，在（两者）之间；ad.在中间	
	24	beverage 【'bevərɪdʒ】	n.（水，酒等之外的）饮料	
	25	beware 【bi'weə(r)】	v.当心，谨防	
	26	bewilder 【bi'wɪldə(r)】	v.使迷惑，难住	
	27	beyond 【bi'jɒnd】	prep.在（或向）……的那边，远于；超出	
	28	bias 【'baɪəs】	n./v.（使有）偏见，偏心，偏袒	
	29	Bible 【'baɪbl】	n.圣经	
	30	bibliography 【,bɪbli'ɒɡrəfi】	n.（有关某一专题的）书目；参考书目	

Day 17				
打卡	序号	单词	释义	
	1	bicycle 【'baɪsɪk(ə)l】	n.(bike)自行车； vi.骑自行车	
	2	bid 【bɪd】	v.祝愿； 命令，吩咐； 报价，投标； n.出众，投标	
	3	big 【bɪɡ】	a.大的； 重要的； 宽宏大量的； 大受欢迎的	
	4	bill 【bɪl】	n.账单； 招贴，广告； （人员，职称等的）表； 钞票	
	5	billion 【'bɪljən】	num./n.（美）十亿，（英）万亿	
	6	bin 【bɪn】	n.（贮藏食物等用的）箱子	
	7	bind 【baɪnd】	v.捆，绑，包括，束缚	
	8	biography 【baɪ'ɒɡrəfi】	n.传记； 传记文学	
	9	biology 【baɪ'ɒlədʒi】	n.生物学	
	10	bird 【bɜːd】	n.鸟，雀； 女人； 嘘声	
	11	birth 【bɜːθ】	n.出生，诞生； 出身，血统； 起源； 出现	
	12	birthday 【'bɜːθdeɪ】	n.生日； （成方）纪念日	
	13	biscuit 【'bɪskɪt】	n.饼干，点心	
	14	bite 【baɪt】	v./n.咬，叮； n.一口	
	15	bitter 【'bɪtə(r)】	a.（有）苦（味）的； 痛苦的，厉害的	
	16	bizarre 【brɪ'zɑː(r)】	adj.异乎寻常的，稀奇古怪的	
	17	black 【blæk】	a.黑（色）的； 黑暗的； n.黑（色）； 黑暗； 黑人	
	18	blackboard 【'blækbo:d】	n.黑板	
	19	blackmail 【'blækmeɪl】	n.讹诈，敲诈，勒索； 胁迫，恫吓	
	20	blade 【bleɪd】	n.刀刃，刀片； 桨叶； 草叶，叶片	
	21	blame 【bleɪm】	v.责备； 怪，把……归咎于； n.责任，过错； 责备	
	22	blank 【blæŋk】	a.空白的，空着的； 失色的； n.空白； 表格	
	23	blanket 【'blæŋkɪt】	n.毯子（可数）； 厚厚一层（可数）； vt.铺上一层	
	24	blast 【blɑːst】	n.一阵（风）； 爆炸冲击波； 管乐器声； v.爆炸	
	25	blaze 【bleɪz】	n.火焰； 火光； 闪光，光辉 v.燃烧，冒火焰	
	26	bleak 【bli:k】	a.荒凉的； 冷酷的； 没有希望的	
	27	bleed 【bli:d】	v.出血，流血	
	28	blend 【blend】	n.混合（物） v.混合，混杂	
	29	bless 【bles】	v.祝福，保佑	
	30	blind 【blaɪnd】	a.盲的，瞎的； 盲目的； vt.使失明； n.百叶窗	

Day 18

打卡	序号	单词	释义
	1	block 【blɒk】	n.大块木（石）料；街区；障碍物；v.阻塞，拦阻
	2	blood 【blʌd】	n.血液，血；血统，血亲；血气
	3	bloody 【'blʌdi】	a.流血的，血腥的
	4	bloom 【blu:m】	n.花（朵）；开花（期）；v.开花
	5	blossom 【'blɒsəm】	n.花（簇）；花期；青春；vi.开花；展开；繁荣
	6	blouse 【blaʊz】	n.女衬衣，短上衣，宽阔的罩衫
	7	blow 【bləʊ】	vi.吹，吹气，打气；吹奏；爆炸；n.打，打击
	8	blue 【blu:】	a.蓝色的；青灰色的；沮丧的，阴郁的；n.蓝色
	9	blueprint 【'blu:prɪnt】	n.蓝图，设计图，计划；vt.制成蓝图，计划
	10	blunder 【'blʌndə(r)】	v.（因无知等而）犯大错；踉踉跄跄地走；n.大错
	11	blunt 【blʌnt】	a.率直的；钝的；v.（使）钝；（使）迟钝
	12	blur 【blɜ:(r)】	n.模糊不清的事物；污点；vt.使模糊；玷污
	13	blush 【blʌʃ】	v./n.脸红
	14	board 【bɔ:d】	n.板，木板；全体委员；伙食；v.上船（车，飞机）
	15	boast 【bəʊst】	v.(of, about)自夸，夸耀；n.自夸，大话
	16	boat 【bəʊt】	n.小船，艇
	17	body 【'bɒdi】	n.身体，本体；主体；尸体；物体；（一）群，批，堆
	18	boil 【bɔɪl】	v.（使）沸腾，煮（沸）
	19	bold 【bəʊld】	a.大胆的，勇敢的；冒失的；黑体的，粗体的
	20	bolt 【bəʊlt】	n.螺栓，（门，窗的）插销；v.闩（门），关窗，拴住
	21	bomb 【bɒm】	n.炸弹；v.投弹于，轰炸
	22	bond 【bɒnd】	n.结合（物），粘结（剂），联结；公债，债券，契约
	23	bone 【bəʊn】	n.骨（骼）
	24	bonus 【'bəʊnəs】	n.奖金，红利
	25	book 【bʊk】	n.书，书籍；vt.订（票，座位，房间等），预定
	26	boom 【bu:m】	v.迅速发展，兴旺；发出隆隆声
	27	boost 【bu:st】	n./vt.提升；增加；抬高（价格）；支援
	28	boot 【bu:t】	n.靴；（汽车后部的）行李箱；[the-]解雇
	29	booth 【bu:ð】	n.电话亭，货摊
	30	border 【'bɔ:də(r)】	n.边界，国界；边（沿）；v.交界，与……接壤；接近

Day 19				
打卡	序号	单词	释义	
	1	bore 【bɔ:(r)】	v.钻（孔），挖（洞）；烦扰；n.讨厌的人，麻烦事	
	2	born 【bɔ:n】	a.出生的，产生的；天生的，十足的	
	3	borrow 【'bɒrəʊ】	vt.借，借入；（思想、文字等）采用，抄袭	
	4	bosom 【'bʊzəm】	n.胸，胸部；胸怀；内心；a.亲密的	
	5	boss 【bɒs】	n.老板，上司；vt.指挥，控制，发号施令	
	6	both 【bəʊθ】	prep.两者（都），双方（都）；adj.两个……（都）	
	7	bother 【'bʊðə(r)】	vt.打扰，麻烦；vi.担心，烦恼；n.烦恼，焦急	
	8	bottle 【'bɒt(ə)l】	n.瓶（子）；v.装瓶	
	9	bottom 【'bɒtəm】	n.底（部）；基础，根基；海底，湖底，河床	
	10	bounce 【baʊns】	n./vi.（球）弹起，弹回；弹起，跳起；n.弹力	
	11	bound 【baʊnd】	v./n.跳（跃）；a.被束缚的，一定的；n.界限	
	12	boundary 【'baʊndri】	n.分界线，边界	
	13	bow 【bəʊ】	v./n.鞠躬，点头；n.弓（形）；蝴蝶结	
	14	bowel 【'baʊəl】	n.肠；[pl.] 内部，深处	
	15	bowl 【bəʊl】	n.碗（状物），钵	
	16	bowling 【'bəʊlɪŋ】	n.保龄球运动	
	17	box 【bɒks】	n.盒，箱；包厢；v.把……装箱；拳击，打耳光	
	18	boy 【bɔɪ】	n.男孩子，儿子；男性服务员	
	19	boycott 【'bɔɪkɒt】	n./v.（联合）抵制，拒绝参与	
	20	brace 【breɪs】	v.使防备；支撑；使（手，足，肩等）绷紧；n.托架	
	21	bracket 【'brækɪt】	n.（方）括号	
	22	brain 【breɪn】	n.（大）脑，骨髓；(pl.)脑力，智能	
	23	brake 【breɪk】	v./n.制动（器），闸，刹车	
	24	branch 【brɑ:ntʃ】	n.（树）条，分支；分店；（学科）分科，部门；支流	
	25	brand 【brænd】	n.商标，标记，牌子；v.使铭记；打火印，打烙印	
	26	brandy 【'brændi】	n.白兰地酒	
	27	brass 【brɑ:s】	n.黄铜，铜器	
	28	brave 【breɪv】	a.勇敢的；v.勇敢地面对（危险等）	
	29	breach 【bri:tʃ】	n.违反，不履行；破裂；vt.冲破，攻破	
	30	bread 【bred】	n.面包	

Day 20				
打卡	序号	单词	释义	
	1	breadth 【bredθ】	n.宽度，幅	
	2	break 【breɪk】	vt.打破；中止；违反；vi.破（裂）；n.休息时间	
	3	breakdown 【'breɪkdaʊn】	n.崩溃；衰竭；（关系、计划等的）中断	
	4	breakfast 【'breɪkfəst】	n.早餐；v.（给某人）吃早餐	
	5	breast 【brest】	n.胸膛，乳房	
	6	breath 【breθ】	n.呼吸，气息	
	7	breathe 【bri:ð】	v.呼吸，吸入	
	8	breed 【bri:d】	v.（使）繁殖，生殖；产生；教养，抚养；n.品种	
	9	breeze 【bri:z】	n.微风；轻而易举的事；vi.来去匆匆，急速走	
	10	bribe 【braɪb】	n.贿赂；v.向……行贿，买通	
	11	brick 【brɪk】	n.砖块，砖；v.用砖围砌，用砖填补	
	12	bride 【braɪd】	n.新娘	
	13	bridge 【brɪdʒ】	n.桥；桥牌；鼻梁；vt.架桥；渡过	
	14	brief 【bri:f】	a.简短的，简洁的；v.简短介绍，简要汇报	
	15	briefcase 【'bri:fkeɪs】	n.手提箱，公事皮包	
	16	bright 【braɪt】	a.明亮的，辉煌的；聪明的；欢快的，美好的	
	17	brilliant 【'brɪljənt】	a.光辉的，灿烂的；卓越的，有才华的	
	18	brim 【brɪm】	n.边缘，帽檐	
	19	bring 【brɪŋ】	v.拿来，带来；产生，引起；使处于某种状态	
	20	brisk 【brɪsk】	a.轻快的；生气勃勃的；兴隆的	
	21	brittle 【'brɪt(ə)l】	a.易碎的；脆弱的；冷淡的；（声音）尖利的	
	22	broad 【brɔ:d】	a.宽的，广阔的；广大的；宽宏的，豁达的	
	23	broadcast 【'brɔ:dkɑ:st】	v./n.广播（节目）	
	24	brochure 【'brəʊʃə(r)】	n.小册子	
	25	bronze 【brɒnz】	n.青铜；青铜色，古铜色；青铜制品，铜牌	
	26	brook 【brʊk】	n.小溪；vt.[常用于否定句或疑问句]容忍	
	27	broom 【bru:m】	n.扫帚	
	28	brother 【'brʌðə(r)】	n.兄弟；同胞；教友	
	29	brow 【braʊ】	n.眉（毛）；额	
	30	brown 【braʊn】	n./a.褐色（的），棕色（的）	

Day 21				
打卡	序号	单词	释义	
	1	browse 【braʊz】	vi.随意翻阅，浏览；（牛、羊等）吃草	
	2	bruise 【bru:z】	n.青肿，挫伤；伤痕；vt.打青；挫伤	
	3	brush 【brʌʃ】	n.刷（子），毛刷；画笔；v.刷，擦，掸，拂；掠过	
	4	brutal 【'bru:t(ə)l】	a.残忍的；严峻的；严酷的	
	5	bubble 【'bʌb(ə)l】	n.泡，水泡，气泡；v.冒泡，起泡，沸腾	
	6	bucket 【'bʌkɪt】	n.水桶，吊桶	
	7	bud 【bʌd】	n.芽，花苞；v.发芽，含苞欲放	
	8	budget 【'bʌdʒɪt】	n.预算；v.做预算	
	9	buffet 【'bʌfeɪ】	n.自助餐	
	10	bug 【bʌg】	n.臭虫；小毛病；窃听器；v.窃听	
	11	build 【bɪld】	vt.建造，建筑；建设，建立；vi.增大，增强	
	12	building 【'bɪldɪŋ】	n.建筑（物），房屋，大楼；[同]structure	
	13	bulb 【bʌlb】	n.灯泡，球状物	
	14	bulk 【bʌlk】	n.体积，容积；主体，大批，大量，大块	
	15	bull 【bʊl】	n.公牛	
	16	bullet 【'bʊlɪt】	n.子弹，枪弹	
	17	bulletin 【'bʊlətɪn】	n.公报，公告，告示	
	18	bully 【'bʊli】	n.恃强欺弱者，小流氓；vt.威胁，欺侮	
	19	bump 【bʌmp】	v.(against, into)碰；颠簸着前进；n.碰撞	
	20	bunch 【bʌntʃ】	n.（一）簇，束，捆，串	
	21	bundle 【'bʌnd(ə)l】	n.捆，包，束	
	22	burden 【'bɜ:dn】	n.担子，重担，负担；vt.给予负担或麻烦	
	23	bureau 【'bjʊərəʊ】	n.署，局，司，处	
	24	bureaucracy 【bjʊə'rɒkrəsi】	n.官僚主义，官僚机构；委任官员	
	25	burglar 【'bɜ:glə(r)】	n.（入室行窃的）盗贼	
	26	burn 【bɜ:n】	v.燃烧，烧着；烧毁；灼伤；n.烧伤，灼伤	
	27	burst 【bɜ:st】	v.爆裂，炸破；突然发生；n.突然破裂，爆发	
	28	bury 【'beri】	v.埋（葬），安葬；埋藏，遮盖	
	29	bus 【bʌs】	n.公共汽车，总线，信息通路	
	30	bush 【bʊʃ】	n.灌木（丛）	

Day 22				
打卡	序号	单词	释义	
	1	business 【'biznəs】	n.商业，生意；事务，业务，职责	
	2	busy 【'bɪzi】	a.忙，忙碌的；热闹的，繁忙的；（电话）占线	
	3	but 【bət】	conj.但是；prep.除……以外；ad.只，才，仅仅	
	4	butcher 【'bʊtʃə(r)】	n.屠夫，卖肉者	
	5	butter 【'bʌtə(r)】	n.黄油，奶油；v.涂黄油于……上	
	6	butterfly 【'bʌtəflaɪ】	n.蝴蝶	
	7	button 【'bʌt(ə)n】	n.纽扣，按钮（开关）；v.扣紧；扣上纽扣	
	8	buy 【baɪ】	vt.买，买得；向……行贿，收买；vi.购买东西	
	9	by 【baɪ】	prep.被；凭借；经由；由于；ad.在近旁；经过	
	10	bypass 【'baɪpɑ:s】	n.(by-pass)旁道；vt.绕过	
	11	cab 【kæb】	n.出租车，出租马车；驾驶室；vi.乘出租马车	
	12	cabbage 【'kæbɪdʒ】	n.洋白菜，卷心菜	
	13	cabin 【'kæbɪn】	n.客舱，机舱；小（木）屋	
	14	cabinet 【'kæbɪnət】	n.内阁，内阁会议；（带玻璃门存物品的）橱柜	
	15	cable 【'keɪb(ə)l】	n.电报；电缆；缆，索，钢丝绳；v.拍电报	
	16	cafe 【'kæfeɪ】	n.咖啡馆，（小）餐馆	
	17	cafeteria 【,kæfə'tɪəriə】	n.自助食堂	
	18	cage 【keɪdʒ】	n.鸟笼	
	19	cake 【keɪk】	n.饼，糕，蛋糕；扁平的块状物	
	20	calcium 【'kælsiəm】	n.钙（化学符号 Ca）	
	21	calculate 【'kælkjuleɪt】	v.计算，推算；计划，打算	
	22	calendar 【'kælɪndə(r)】	n.日历，月历	
	23	call 【kɔ:l】	vt.叫，喊；打电话；vi.叫；访问；n.叫；号召	
	24	calm 【kɑ:m】	a.（天气，海洋等）静的；n.平静；v.（使）平静	
	25	calorie 【'kæləri】	n.卡路里（食物所产生的热量或能量单位）	
	26	camel 【'kæm(ə)l】	n.骆驼	
	27	camera 【'kæm(ə)rə】	n.照相机，摄影机	
	28	camp 【kæmp】	n.野营，营地；帐篷，阵营；v.设营，宿营	
	29	campaign 【kæm'peɪn】	n.战役；运动	
	30	campus 【'kæmpəs】	n.（大学）校园	

Day 23				
打卡	序号	单词	释义	
	1	can 【kən;kæn】	aux.v.能；可以； n.罐头； 容器； vt.把……装罐	
	2	canal 【kə'næl】	n.运河； （沟）渠	
	3	cancel 【'kæns(ə)l】	v.取消，把……作废； 删去，划掉	
	4	cancer 【'kænsə(r)】	n.癌	
	5	candidate 【'kændɪdət】	n.候选人， 候补者； 报考者	
	6	candle 【'kænd(ə)l】	n.蜡烛	
	7	candy 【'kændi】	n.糖果	
	8	cannon 【'kænən】	n.大炮， 火炮	
	9	canoe 【kə'nuː】	n.独木舟， 小游艇	
	10	canteen 【kæn'tiːn】	n.（工厂、办公室等）食堂或小卖部	
	11	canvas 【'kænvəs】	n.帆布； 帆布画布， （帆布）油画	
	12	cap 【kæp】	n.便帽， 军帽； 盖， 罩， 套； v.覆盖于……顶端	
	13	capable 【'keɪpəb(ə)l】	a.有本领的， 有能力的； (of)可以……的， 能……的	
	14	capacity 【kə'pæsəti】	n.容量， 容积； 能量， 能力； 接受力	
	15	cape 【keɪp】	n.海角， 岬； 披肩， 短披风	
	16	capital 【'kæpɪt(ə)l】	n.首都； 大写字母； 资本； a.主要的， 大写字母的	
	17	capitalism 【'kæpɪtəlɪzəm】	n.资本主义	
	18	capsule 【'kæpsjuːl】	n.胶囊； 太空舱	
	19	captain 【'kæptɪn】	n.首领， 队长； 船长； 上尉； v.做……的首领， 指挥	
	20	captive 【'kæptɪv】	n.俘虏； a.被俘虏的， 被监禁的	
	21	capture 【'kæptʃə(r)】	v./n.捕获， 俘虏； 夺得， 攻占	
	22	car 【kɑː(r)】	n.汽车， 车辆， 车； （火车）车厢	
	23	carbohydrate 【,kɑːbəʊ'hɑɪdreɪt】	n.碳水化合物； 糖类； (plural)淀粉质或糖类	
	24	carbon 【'kɑːbən】	n.碳	
	25	card 【kɑːd】	n.卡片， 名片； 纸牌； 纸片	
	26	cardinal 【'kɑːdɪnl】	n.（天主教的）红衣主教； a.首要的， 基本的	
	27	care 【keə(r)】	n.小心； 关怀， 照料； v.(about)关心， 介意， 计较	
	28	career 【kə'riə(r)】	n.（个人的）事业； 专业， 生涯， 职业， 经历	
	29	careful 【'keəf(ə)l】	a.小心的， 仔细的； 细致的， 精心的	
	30	caress 【kə'res】	vt. / n.爱抚， 抚摸	

Day 24				
打卡	序号	单词	释义	
	1	cargo 【'kɑ:gəʊ】	n.船货，货物	
	2	carpenter 【'kɑ:pəntə(r)】	n.木工，木匠	
	3	carpet 【'kɑ:pɪt】	n.地毯	
	4	carriage 【'kæriɪdʒ】	n.（四轮）马车；（火车）客车厢	
	5	carrier 【'kæriə(r)】	n.搬运人；载体	
	6	carrot 【'kærət】	n.胡萝卜	
	7	carry 【'kæri】	v.运送，搬运；传送，传播；领，带	
	8	cart 【kɑ:t】	n.（二轮货运）马车，手推车	
	9	cartoon 【kɑ:'tu:n】	n.漫画，幽默画；动画片	
	10	carve 【kɑ:v】	v.（雕）刻	
	11	case 【keɪs】	n.箱，盒，容器；情况，事实；病例；案件	
	12	cash 【kæʃ】	n.现金，现款；v.兑现，付（或收）现款	
	13	cashier 【kæ'ʃiə(r)】	n.收银员，出纳员	
	14	cassette 【kə'set】	n.盒子；盒式磁带	
	15	cast 【kɑ:st】	v.投，扔，掷，抛；铸造；投票；n.演员表	
	16	castle 【'kɑ:s(ə)l】	n.城堡；（国际象棋中的）车	
	17	casual 【'kæʒuəl】	a.偶然的，碰巧的；临时的，非正式的	
	18	casualty 【'kæʒuəlti】	n.伤亡人员；受害人；损失的东西；急诊室	
	19	cat 【kæt】	n.猫；猫科	
	20	catalog 【'kætələg】	n.（catalogue）目录（册）；v.编目（录）	
	21	catastrophe 【kə'tæstrəfi】	n.大灾难；（悲剧）结局	
	22	catch 【kætʃ】	v.捕捉，捕获；赶上；感染；理解，听到	
	23	category 【'kætəgəri】	n.种类，部属，类目；范畴，类型	
	24	cater 【'keɪtə(r)】	vi.(for/to)满足，迎合；(for)提供饮食及服务	
	25	cathedral 【kə'θi:drəl】	n.大教堂	
	26	Catholic 【'kæθlɪk】	a.天主教的；n.天主教徒	
	27	cattle 【'kæt(ə)l】	n.牛；牲口，家畜	
	28	cause 【kɔ:z】	n.原因；事业，事件，奋斗目标；v.使产生，引起	
	29	caution 【'kɔ:ʃn】	n.谨慎；注意（事项），警告；vt.劝……小心	
	30	cautious 【'kɔ:ʃəs】	a.(of)小心的，谨慎的	

Day 25				
打卡	序号	单词	释义	
	1	cave 【keɪv】	n.洞，穴	
	2	cease 【si:s】	v./n.停止，中止	
	3	ceiling 【'si:lɪŋ】	n.天花板；（规定价格、工资等的）最高限额	
	4	celebrate 【'selɪbreɪt】	vt.庆祝；颂扬，赞美；vi.庆祝，过节	
	5	celebrity 【sə'leɪbrəti】	n.名人，名流；著名，名声，名望	
	6	cell 【sel】	n.细胞；小房间；蜂房；电池	
	7	cellar 【'selə(r)】	n.地窖，地下室	
	8	cement 【sɪ'ment】	n.水泥；胶泥，胶接剂；v.胶合；巩固，加强	
	9	cemetery 【'semətəri】	n.坟墓，墓地，坟场	
	10	census 【'sensəs】	n.人口普查（调查）	
	11	cent 【sent】	n.分（币）；百 percent 百分之	
	12	centigrade 【'sentɪɡreɪd】	n./a.摄氏温度计（的）；百分度（的）	
	13	centimetre 【'sentɪmi:tə(r)】	n.(centimeter)厘米	
	14	central 【'sentrəl】	a.中心的，中央的，中枢的；主要的	
	15	centre 【'sentə(r)】	n.中心，中央，中间；vt.集中；vi.以……为中心	
	16	century 【'sentʃəri】	n.世纪，（一）百年	
	17	cereal 【'sɪəriəl】	n.加工而成的谷类食物；谷类植物，谷物	
	18	ceremony 【'serəməni】	n.典礼，仪式；礼节，礼仪	
	19	certain 【'sɜ:t(ə)n】	a.某，某一，某些；(of)一定的，确信的，可靠的	
	20	certainly 【'sɜ:t(ə)nli】	ad.一定，必定，无疑；当然，行	
	21	certainty 【'sɜ:t(ə)nti】	n.必然，肯定；必然的事	
	22	certificate 【sə'tɪfɪkət】	n.证（明）书，执照	
	23	certify 【'sɜ:tɪfaɪ】	vt.证明，证实；发证书（或执照）给	
	24	chain 【tʃeɪn】	n.链（条）；(pl.)镣铐；一连串；v.用链条拴住	
	25	chair 【tʃeə(r)】	n.椅子；（会议的）主席；vt.当……的主席，主持	
	26	chairman 【'tʃeəmən】	n.主席，议长，会长，董事长	
	27	chalk 【tʃɔ:k】	n.粉笔，白垩	
	28	challenge 【'tʃælɪndʒ】	n.挑战（书）；艰巨任务，难题；v.向……挑战	
	29	chamber 【'tʃeɪmbə(r)】	n.房间，室；会议室；议院；（动物体内）腔室	
	30	champagne 【ʃæm'peɪn】	n.香槟酒；微黄色	

Day 26				
打卡	序号	单词	释义	
	1	champion 【'tʃæmpiən】	n.冠军，得胜者；拥护者，斗士	
	2	chance 【tʃɑ:ns】	n.机会；可能性；偶然性，运气；v.碰巧，偶然发生	
	3	chancellor 【'tʃɑ:nsələ(r)】	n.（英）大臣；法官；总理；大学校长	
	4	change 【tʃeɪndʒ】	n.改变，变化；零钱；v.更换，调换，交换；改变	
	5	channel 【'tʃæn(ə)l】	n.海峡，水道；信道，波道；路线，途径	
	6	chaos 【'keɪs】	n.混乱，紊乱	
	7	chap 【tʃæp】	n./v.（皮肤）变粗糙；发痛；n.小伙子	
	8	chapter 【'tʃæptə(r)】	n.章；回，篇	
	9	character 【'kærəktə(r)】	n.性格，品质，特性；人物，角色；字符，（汉）字	
	10	characteristic 【,kærəktə'rɪstɪk】	a.(of)特有的，独特的；n.特征，特性	
	11	characterize 【'kærəktəraɪz】	v.(characterise)表示……的特性；描述……特性	
	12	charge 【tʃɑ:dʒ】	v.索（价）；控告；充电；n.(pl.)费用，代价；电荷	
	13	charity 【'tʃærəti】	n.慈善（团体），仁慈，施舍	
	14	charm 【tʃɑ:m】	n.吸引力，魅力；v.迷人，（使）陶醉；施魔法于	
	15	chart 【tʃɑ:t】	n.图表；航海图；航行图；vt.绘图表，制图表	
	16	charter 【'tʃɑ:tə(r)】	v.租船，租车，租用飞机；n.宪章，特许状	
	17	chase 【tʃeɪs】	v./n.追逐，追求	
	18	chat 【tʃæt】	v./n.闲谈，聊天	
	19	cheap 【tʃi:p】	a.便宜的；低劣的，不值钱的	
	20	cheat 【tʃi:t】	v.欺骗；作弊；n.骗子；欺诈，欺骗行为	
	21	cheek 【tʃi:k】	n.面颊，脸	
	22	cheer 【tʃiə(r)】	v.（使）振奋，（使）高兴；v./n.喝彩，欢呼	
	23	cheese 【tʃi:z】	n.干酪，乳酪	
	24	chef 【ʃef】	n.（餐馆等的）厨师长，厨师	
	25	chemical 【'kemɪkl】	a.化学的；n.(pl.)化学制品，化学药品	
	26	chemist 【'kemɪst】	n.化学家；药剂师	
	27	chemistry 【'kemɪstri】	n.化学	
	28	cheque 【tʃek】	n.(check)支票，空白支票；总收入	
	29	cherish 【'tʃerɪʃ】	vt.抱有，怀有（希望等）；爱护，抚育；珍爱	
	30	cherry 【'tʃeri】	n.樱桃（树）	

Day 27				
打卡	序号	单词	释义	
	1	chess 【tʃes】	n.棋，国际象棋	
	2	chest 【tʃest】	n.胸腔，胸膛；箱，柜	
	3	chew 【tʃuː】	v.咀嚼；思量	
	4	chicken 【'tʃɪkɪn】	n.鸡肉；鸡，小鸡，	
	5	chief 【tʃiːf】	a.主要的，首要的； n.首领，领袖	
	6	child 【tʃaɪld】	n.([pl.]children)小孩，儿童，儿女	
	7	childhood 【'tʃaɪldhʊd】	n.幼年，童年	
	8	chill 【tʃɪl】	n.寒冷，寒气，寒战； v.使寒冷	
	9	chimney 【'tʃɪmni】	n.烟囱	
	10	chin 【tʃɪn】	n.下巴，颏	
	11	china 【'tʃaɪnə】	n.瓷器	
	12	chip 【tʃɪp】	n.切屑，碎片；（土豆等的）薄片；集成电路块	
	13	chocolate 【'tʃɒklət】	n.巧克力（糖），赭色	
	14	choice 【tʃɔɪs】	n.选择（机会），抉择，选择项；入选者； a.精选的	
	15	choke 【tʃəʊk】	v.窒息，噎住；闷塞，堵塞，阻塞	
	16	choose 【tʃuːz】	v.选择，挑选；甘愿	
	17	chop 【tʃɒp】	v.砍，劈，斩； n.排骨，肉块	
	18	chorus 【'kɔːrəs】	n.合唱队；合唱； v.异口同声地说，随声附和	
	19	Christ 【kraɪst】	n.基督，救世主，耶稣	
	20	Christian 【'krɪstʃən】	n.基督教徒； a.基督教徒的	
	21	Christmas 【'krɪsməs】	n. 圣诞节	
	22	chronic 【'krɒnɪk】	a.（疾病）慢性的；积习难改的；严重的，坏的	
	23	church 【tʃɜːtʃ】	n.教堂；教会，教派；（宗教的）礼拜仪式	
	24	cigar 【sɪ'gɑː(r)】	n.雪茄烟	
	25	cigaret 【,sɪgə'ret】	n.(cigarette)香烟，纸烟，卷烟	
	26	cinema 【'sɪnəmə】	n.电影院；电影，影片	
	27	circle 【'sɜːkl】	n.圆，圆周；集团；周期，循环； v.环绕，旋转	
	28	circuit 【'sɜːkɪt】	n.环行，周线，巡回；电路，线路	
	29	circular 【'sɜːkjələ(r)】	a.圆（形）的，环形的；循环的； n.传单，通报	
	30	circulate 【'sɜːkjələrt】	v.（使）循环，（使）流通	

Day 28				
打卡	序号	单词	释义	
	1	circumference 【sə'kʌmfərəns】	n.圆周，周围	
	2	circus 【'sɜ:kəs】	n.马戏团，杂技团；马戏场，杂技场	
	3	cite 【saɪt】	v.引用，引证，举（例）	
	4	citizen 【'sɪtɪz(ə)n】	n.公民；市民，居民	
	5	city 【'sɪti】	n. 城市；都市；市	
	6	civil 【'sɪv(ə)l】	a.公民的，市民的；民间的；民用的；有礼貌的	
	7	civilian 【sə'vɪliən】	n.平民； a.平民的；民用的	
	8	civilization 【,sɪvəlaɪ'zeɪʃ(ə)n】	n.(=civilisation)文明，文化	
	9	civilize 【'sɪvəlaɪz】	v.(=civilise)使文明，开化	
	10	claim 【kleɪm】	v.要求；声称；索赔； n.要求；断言；索赔；权利	
	11	clap 【klæp】	v.拍手，拍，轻拍； n.拍（手），掌声，霹雳声	
	12	clarify 【'klærəfaɪ】	v.澄清，阐明	
	13	clarity 【'klærəti】	n.清晰，明晰	
	14	clash 【klæʃ】	v./n.碰撞；碰撞声	
	15	clasp 【kla:sp】	n.扣子，钩子；握手； v.扣住，钩住；紧握，紧抱	
	16	class 【kla:s】	n.班级，年级；种类，等级，阶级；（一节）课	
	17	classic 【'klæsɪk】	n.(pl.)杰作，名著； a.第一流的，不朽的	
	18	classical 【'klæsɪk(ə)l】	a.经典的，古典（文学）的	
	19	classification 【,klæsɪfɪ'keɪʃ(ə)n】	n.分类，分级	
	20	classify 【'klæsɪfaɪ】	v.分类，分等（级）	
	21	classmate 【'kla:smet】	n.同班同学	
	22	classroom 【'kla:sru:m】	n.教室，课堂	
	23	clause 【klo:z】	n.（正式文件或法律文件的）条款；从句，分句	
	24	claw 【klo:】	n.爪，脚爪	
	25	clay 【kleɪ】	n.粘土，泥土	
	26	clean 【kli:n】	a.清洁的，干净的； v.除去……污垢，把……弄干净	
	27	clear 【klɪə(r)】	a./ad.清晰的（地）； vt.清除；使清楚； vi.变清澈	
	28	clergy 【'klɜ:dʒɪ】	n.[总称]牧师，神职人员	
	29	clerk 【kla:k】	n.职员，办事员；店员	
	30	clever 【'klevə(r)】	a.聪明的，伶俐的，机敏的，精巧的	

Day 29				
打卡	序号	单词	释义	
	1	click 【kɪk】	n.滴答声；vi.发出滴答声	
	2	client 【'klaɪənt】	n.律师等的当事人，委托人；商店的顾客	
	3	cliff 【klɪf】	n.悬崖；峭壁	
	4	climate 【'klaɪmət】	n.气候；风气，社会思潮	
	5	climax 【'klaɪmæks】	n.顶点，高潮	
	6	climb 【klaɪm】	v./n.攀登，爬	
	7	cling 【klɪŋ】	v.(to)粘住；依附；坚持	
	8	clinic 【'klɪnɪk】	n.诊所	
	9	clip 【klɪp】	v.剪，修剪；钳，夹住；n.夹，钳；回形针	
	10	cloak 【kləʊk】	n.斗篷，披风；掩饰，幌子；vt.掩盖，掩饰	
	11	clock 【klɒk】	n.钟；vt.记录（时间、速度等），为……计时	
	12	clockwise 【'klɒkwaɪz】	a.顺时针方向的	
	13	clone 【kləʊn】	n.无性繁殖，克隆；复制品；v.克隆	
	14	close 【kləʊz】	v./n.关；结束；a./ad.近的（地）；紧密的（地）	
	15	closet 【'klɒzɪt】	n.（壁）橱；a.私下的；vt.把……引进密室会谈	
	16	cloth 【klɒθ】	n.（一块）布，织物，衣料	
	17	clothe 【kləʊð】	v.（给……）穿衣，供给……衣服	
	18	clothes 【kləʊðz;kləʊz】	n.衣服（虽为复数，亦不可数）	
	19	clothing 【'kləʊðɪŋ】	n.服装，被褥	
	20	cloud 【klaʊd】	n.云（状物）；遮暗物，阴影；一大群	
	21	cloudy 【'klaʊdi】	a.多云的，阴（天）的；混浊的，模糊的	
	22	club 【klʌb】	n.俱乐部，夜总会；社团；棍棒，球棒	
	23	clue 【kluː】	n.线索，暗示	
	24	clumsy 【'klʌmzi】	a.笨拙的，愚笨的	
	25	cluster 【'klʌstə(r)】	n.丛，群，串；v.群集，丛生	
	26	clutch 【klʌtʃ】	v.抓住，攫住，掌握；n.离合器	
	27	coach 【kəʊtʃ】	n.长途公共汽车；教练；vt.训练，指导，培训	
	28	coal 【kəʊl】	n.煤，煤块	
	29	coalition 【ˌkəʊʃən'liʃ(ə)n】	n.结合体，同盟；结合，联合	
	30	coarse 【kɔːs】	a.粗糙的，粗劣的；粗鲁的，粗俗的	

Day 30				
打卡	序号	单词	释义	
	1	coast 【kəʊst】	n.海岸，海滨	
	2	coat 【kəʊt】	n.上衣，外套；表皮；层，覆盖物；v.涂（盖）上	
	3	cocaine 【kəʊ'keɪn】	n.可卡因，古柯碱（用作局部麻醉剂）	
	4	cock 【kɒk】	n.公鸡，雄鸡；龙头，开关	
	5	code 【kəʊd】	n.代码，代号，密码；法典，法规，规划	
	6	coffee 【'kɒfi】	n.咖啡（色）	
	7	cognitive 【'kɒgnətɪv】	a.认知的，认识能力的	
	8	coherent 【kəʊ'hɪərənt】	a.一致的，协调的；（话语等）条理清楚的	
	9	cohesive 【kəʊ'hi:sɪv】	a.粘合性的，有结合力的	
	10	coil 【kɔɪl】	v.卷，盘绕；n.（一）卷，（一）圈；线圈，绕组	
	11	coin 【kɔɪn】	n.硬币，货币；v.铸造（硬币），创造（新词）	
	12	coincide 【,kəʊɪn'saɪd】	vi.同时发生；巧合；一致；相符	
	13	coincidence 【kəʊ'ɪnsɪdəns】	n.巧合；同时发生，共同；符合，一致	
	14	coke 【kəʊk】	n.焦炭；可口可乐（COCA-COLA）的缩写	
	15	cold 【kəʊld】	a.冷的，寒冷的；冷淡的；n.冷，寒冷；伤风	
	16	collaborate 【kə'læbəreɪt】	vi.协作，合作；（与敌人）勾结	
	17	collapse 【kə'læps】	v./n.倒塌；崩溃；（价格）暴跌；倒闭，破产	
	18	collar 【'kɒlə(r)】	n.衣领；环状物	
	19	colleague 【'kɒli:g】	n.同事，同僚	
	20	collect 【kə'lekt】	v.收集，搜集；领取，接走；收（税等）；聚集，堆积	
	21	collection 【kə'leɪʃn】	n.收藏（品），收集（物）	
	22	collective 【kə'lektɪv】	n.集体；a.集体的，共同的	
	23	college 【'kɒlɪdʒ】	n.学院，高等专科学校，大学	
	24	collide 【kə'lɑɪd】	vi.[with]互撞，碰撞；冲突，抵触	
	25	collision 【kə'liʒ(ə)n】	n.碰撞；（利益，意见等的）冲突，抵触	
	26	colonel 【'kɜ:n(ə)l】	n.（陆军）上校	
	27	colonial 【kə'ləʊniəl】	a.殖民地的，关于殖民的；n.殖民地居民	
	28	colony 【'kɒləni】	n.殖民地；侨民；聚居区；（动植物的）群体	
	29	color 【'kʌlə(r)】	n.(=colour)颜色；颜料；肤色；v.给……着色	
	30	column 【'kɒləm】	n.圆柱，柱状物；列；（报刊中的）专栏	

Day 31				
打卡	序号	单词	释义	
	1	comb 【kəʊm】	n.梳子; v.梳(理)	
	2	combat 【'kɒmbæt】	v./n.战斗, 搏斗, 格斗	
	3	combination 【,kɒmbɪ'neɪʃ(ə)n】	n.结合, 联合; 化合; 团体; 组合数码	
	4	combine 【kəm'baɪn】	v.联合; 结合; 化合; n.集团; 联合企业	
	5	come 【kʌm】	v.来; 出现于, 产生; 是, 成为; 开始, 终于	
	6	comedy 【'kɒmədi】	n.喜剧; 喜剧性事件	
	7	comfort 【'kʌmfət】	n.舒适, 安逸; 安慰, 慰问; v.安慰, 使舒适	
	8	comfortable 【'kʌmftəbl; 'kʌmfətəbl】	a.舒适的, 舒服的; 感到舒适的, 安逸的	
	9	comic 【'kɒmɪk】	a.喜剧的, 滑稽的; n.连环漫画杂志; 喜剧演员	
	10	command 【kə'mɑ:nd】	n./v.命令, 指挥, 控制; n.掌握, 运用能力	
	11	commemorate 【kə'meməreɪt】	vt.纪念, 庆祝	
	12	commence 【kə'mens】	vt.开始; vi.获得学位	
	13	commend 【kə'mend】	v.称赞, 表扬; 委托保管; 推荐	
	14	comment 【'kɒment】	n.注释, 评论, 意见; v.(on)注释, 评论	
	15	commerce 【'kɒmɜ:s】	n.商业, 贸易; 交际, 交往	
	16	commercial 【kə'mɜ:f(ə)l】	a.商业的; 商务的; 可获利的; n.广告节目	
	17	commission 【kə'mɪʃn】	n.委员会; 委任, 委托(书), 代办; 佣金, 手续费	
	18	commit 【kə'mɪt】	v.把……交托给, 提交; 犯(错误), 干(坏事)	
	19	committee 【kə'mɪti】	n.委员会, 全体委员	
	20	commodity 【kə'mɒdəti】	n.(pl.)日用品; 商品; 农/矿产品	
	21	common 【'kɒmən】	a.普通的; 共同的; 一般的; n.公有地	
	22	commonplace 【'kɒmənpleɪs】	a.普通的, 平庸的; n.寻常的, 平庸的东西	
	23	commonwealth 【'kɒmənwelθ】	n.共和国, 联邦, 共同体	
	24	communicate 【kə'mju:nɪkeɪt】	v.传达, 传送; 交流; 通讯, 通话	
	25	communication 【kə'mju:nɪ'keɪʃn】	n.通讯, 传达; (pl.)通讯系统; 交通(工具)	
	26	communism 【'kɒmjənɪzəm】	n.共产主义	
	27	community 【kə'mju:nəti】	n.同一地区的全体居民, 社会, 社区; 共同体	
	28	commute 【kə'mju:t】	v.乘公交车上下班, 乘车(船等)往返于两地	
	29	compact 【kəm'pækt; 'kɒmpækt】	a.紧密的, 结实的; 简明的; v.使紧凑, 压缩	
	30	companion 【kəm'pænjən】	n.同伴, 共事者; 伴侣	

Day 32				
打卡	序号	单词	释义	
	1	company 【'kʌmpəni】	n.公司；陪伴；宾客；连（队），（一）群，队，伙	
	2	comparable 【'kɒmpərəb(ə)l】	a.(with, to)可比较的，比得上的	
	3	comparative 【kəm'pærətɪv】	a.比较的，相当的	
	4	compare 【kəm'peə(r)】	vt.(to, with)比较；(to)把……比作；vi.相比	
	5	comparison 【kəm'pæris(ə)n】	n.比较，对比，比喻，比拟	
	6	compartment 【kəm'pɑ:tmənt】	n.卧车包房，隔间；分隔的空间	
	7	compass 【'kʌmpəs】	n.罗盘，指南针；(pl.)圆规	
	8	compassion 【kəm'pæʃn】	n.同情；怜悯(for)	
	9	compatible 【kəm'pætəbl】	a.能和睦相处的，合得来的；兼容的	
	10	compel 【kəm'pel】	v.强迫，迫使	
	11	compensate 【'kɒmpenseɪt】	v.(for)补偿，赔偿	
	12	compensation 【,kɒmpen'seɪʃ(ə)n】	n.补偿（或赔偿）的款物；补偿，赔偿	
	13	compete 【kəm'pi:t】	vi.比赛；竞争；对抗	
	14	competent 【'kɒmpɪtənt】	a.有能力的，能胜任的；足够的	
	15	competition 【,kɒmpə'tɪʃn】	n.竞争，比赛；角逐，较量；[总称]竞争者	
	16	competitive 【kəm'petətɪv】	a.竞争的；好竞争的；（价格等的）有竞争力的	
	17	compile 【kəm'paɪl】	vt.编辑，编制，搜集	
	18	complain 【kəm'pleɪn】	v.(about, of)抱怨；申诉	
	19	complaint 【kəm'pleɪnt】	n.抱怨，诉苦，怨言，控告；疾病	
	20	complement 【'kɒmplɪmənt】	n.补足物，船上的定员；vt.补充，补足	
	21	complete 【kəm'pli:t】	a.完全的，圆满的；v.完成，结束，使完满	
	22	complex 【'kɒmpleks】	a.复杂的；合成的，综合的；n.联合体	
	23	complicate 【'kɒmplɪkeɪt】	v.使……复杂；使……难懂；使（疾病等）恶化	
	24	complicated 【'kɒmplɪkeɪtɪd】	a.错综复杂的，麻烦的，难解的	
	25	complication 【,kɒmplɪ'keɪʃn】	n.复杂，纠纷；并发症	
	26	compliment 【'kɒmplɪmənt】	n.(pl.)问候，致意；n./v.称赞，恭维	
	27	comply 【kəm'plaɪ】	v.(with)遵照，照做，应允；顺从，服从	
	28	component 【kəm'pəʊnənt】	n.组成部分，成分，元件；a.组成的，合成的	
	29	compose 【kəm'pəʊz】	v.组成，构成；(of)由……组成；创作（诗歌等）	
	30	composite 【'kɒmpəzɪt】	a.混合成的，综合成的；n.合成复合材料	

Day 33				
打卡	序号	单词	释义	
	1	composition 【,kɒmpə'zɪʃn】	n.作品, 作文, 乐曲; 作曲; 结构, 组成, 成分	
	3	comprehend 【,kɒmpri'hend】	vt.理解, 领会; 包含, 包括	
	4	comprehension 【,kɒmpri'henʃn】	n.理解(力), 领悟(力); 包含, 包含力	
	5	comprehensive 【,kɒmpri'hensɪv】	a.内容广泛的, 总括性的, 综合的	
	6	compress 【kəm'pres】	vt.压紧, 压缩; (把思想、文字等)浓缩	
	7	comprise 【kəm'praɪz】	vt.包含, 包括, 由……组成; 构成, 组成	
	8	compromise 【'kɒmprəmaɪz】	n.妥协, 折衷; vi.妥协; vt.危及, 放弃	
	9	compulsory 【kəm'pʌlsəri】	a.必须做的, 强制性的, (课程)必修的	
	10	compute 【kəm'pjʊ:t】	v./n.计算, 估计	
	11	computer 【kəm'pjʊ:tə(r)】	n.计算机, 电脑; 计算者	
	12	comrade 【'kɒmreɪd】	n.同志, 同事, 同伴, 朋友	
	13	conceal 【kən'si:l】	v.隐藏, 隐瞒, 隐蔽	
	14	concede 【kən'si:d】	vt.承认; 容许; (比赛结束前)认输; 退让	
	15	conceive 【kən'si:v】	v.(of)设想, 构思, 想象; 以为; 怀胎, 怀有	
	16	concentrate 【'kɒnsntreɪt】	v.(on)集中, 专心; 浓缩; n.浓缩物	
	17	concentration 【,kɒnsn'treɪʃn】	n.专心, 专注; 集中, 集结; 浓度	
	18	concept 【'kɒnsept】	n.概念, 观念, 设想	
	19	concern 【kən'sɜ:(r)n】	v.涉及, 关系到; v./n.关心; n.(利害)关系	
	20	concerning 【kən'sɜ:nɪŋ】	prep.关于, 论及	
	21	concert 【'kɒnsət】	n.音乐会, 演奏会; 一齐, 一致	
	22	concession 【kən'seʃn】	n.让步, 妥协; 特许(权)	
	23	concise 【kən'saɪs】	a.简明的, 简洁的	
	24	conclude 【kən'klu:d】	v.结束, 终止; 断定, 下结论; 缔结, 议定	
	25	conclusion 【kən'klu:ʒn】	n.结论, 推论; 结尾; 缔结, 议定	
	26	concrete 【'kɒŋkri:t】	a.具体的, 实质性的; n.混凝土; v.用混凝土修筑	
	27	condemn 【kən'dem】	v.谴责, 指责; 判刑, 宣告有罪	
	28	condense 【kən'dens】	v.(使)冷凝, (使)凝结; 浓缩, 压缩, 简缩	
	29	condition 【kən'dɪʃn】	n.条件, 状况, 环境; vt.决定; 支配; 训练	
	30	conduct 【kən'dʌkt;'kɒndʌkt】	n.行为, 品行; v.引导; 管理; 指挥(乐队); 传导	

Day 34

打卡	序号	单词	释义
	1	conductor 【kən'dʌktə(r)】	n.管理者；（汽车）售票员；领队，指挥；导体
	2	confer 【kən'fɜ:(r)】	v.商讨；授予，颁给（勋衔，学位等）
	3	conference 【'kɒnfərəns】	n.（正式）会议；讨论，商谈
	4	confess 【kən'fes】	v.供认，承认，坦白，忏悔
	5	confidence 【'kɒnfɪdəns】	n.(in)信任；信心，自信；秘密，机密
	6	confident 【'kɒnfɪdənt】	a.(of, in)确信的，自信的
	7	confidential 【,kɒnfɪ'denʃl】	a.秘密的；表示信任的；担任机密工作的
	8	confine 【kən'faɪn】	vt.限制；使不外出，禁闭； n.[pl.]界限，范围
	9	confirm 【kən'fɜ:m】	v.使更坚固，使更坚定；（进一步）证实；确认
	10	conflict 【'kɒnflɪkt】	n.战斗，斗争；抵触，冲突； v.(with)抵触，冲突
	11	conform 【kən'fɔ:m】	vi.(to)遵守，适应；相似，一致，符合
	12	confront 【kən'frʌnt】	v.使面临，使遭遇；面对（危险等）
	13	confuse 【kən'fju:z】	v.使混乱，混淆
	14	confusion 【kən'fju:ʒn】	n.困惑，糊涂；混淆；混乱，骚乱
	15	congratulate 【kən'grætʃuleɪt】	v.(on)祝贺，向……致贺词
	16	congratulation 【kən'grætʃu'leɪʃn】	n.(on)祝贺，(pl.)祝贺词
	17	congress 【'kɒŋɡres】	n.（代表）大会；（美国等国的）国会，议会
	18	conjunction 【kən'dʒʌŋkʃn】	n.接合，连接，联合；连（接）词
	19	connect 【kə'nekt】	vt.连接；与……联系，接通（电话）； vi.连接
	20	connection 【kə'nekʃn】	n.(connexion)联系，连接；亲戚，社会关系
	21	conquer 【'kɒŋkə(r)】	v.征服，战胜，占领；克服，破除（坏习惯等）
	22	conquest 【'kɒŋkwɛst】	n.征服，征服地，掠取物
	23	conscience 【'kɒnʃəns】	n.良心，良知
	24	conscientious 【,kɒnʃi'ɛnʃəs】	a.审慎正直的，认真的，本着良心的
	25	conscious 【'kɒnʃəs】	a.(of)意识到的，自觉的；神志清醒的
	26	consecutive 【kən'sekjətɪv】	a.连续的；连贯的；顺序的
	27	consensus 【kən'sensəs】	n.（意见等的）一致，一致同意，共识
	28	consent 【kən'sent】	v./n.(to)同意，赞成，答应
	29	consequence 【'kɒnsɪkwəns】	n.结果，后果，影响；重要性
	30	consequently 【'kɒnsɪkwəntli】	ad.结果，因此，所以

Day 34				
打卡	序号	单词	释义	
	1	conservation 【ˌkɒnsə'veɪʃn】	n.保存, 保护, 保守; 守恒, 不灭	
	2	conservative 【kən'sɜ:vətɪv】	a.保守的, 守旧的; n.保守主义者	
	3	consider 【kən'sɪdə(r)】	v.考虑, 细想; 体谅, 顾及; 认为, 把……看作	
	4	considerable 【kən'sɪdərəbl】	a.相当大(或多)的, 可观的; 值得考虑的	
	5	considerate 【kən'sɪdərət】	a.考虑周到的, 体谅的	
	6	consideration 【kənˌsɪdə'reɪʃn】	n.需要考虑的事, 理由; 考虑, 思考; 体谅, 照顾	
	7	consist 【kən'sɪst】	v.(in)在于, 存在于; (of)由……组成, 由……构成	
	8	consistent 【kən'sɪstənt】	a.(in)前后一致的; (with)一致, 符合	
	9	console 【kən'səʊl; ˌkɒnsəʊl】	n.控制台, 仪表板; 落地柜; vt.安慰, 慰问	
	10	consolidate 【kən'sɒlɪdeɪt】	v.使加固, 使加强; (把……)联为一体, 合并	
	11	conspicuous 【kən'spɪkjʊəs】	a.显眼的, 明显的	
	12	conspiracy 【kən'spɪrəsi】	n.阴谋, 密谋, 共谋	
	13	constant 【'kɒnstənt】	a.固定的, 持续的, 忠实的; n.常数, 恒量	
	14	constituent 【kən'stɪtʃuənt】	n.选民; 成分, 组分; a.组成的, 构成的	
	15	constitute 【'kɒnstɪtju:t】	vt.组成, 构成, 形成; 设立, 建立, 任命	
	16	constitution 【ˌkɒnstɪ'tju:ʃn】	n.构成, 构造, 组成(方式), 成分; 体格; 宪法	
	17	constrain 【kən'streɪn】	vt.限制, 约束; 克制, 抑制	
	18	construct 【kən'strʌkt】	v.建设, 建造, 构造; 创立	
	19	construction 【kən'strʌkʃn】	n.建造, 构造; 建筑物, 结构; 释义	
	20	consult 【kən'sʌlt】	v.请教, 向……咨询, 找……商量; 查阅, 查看	
	21	consultant 【kən'sʌltənt】	n.会诊医师, 顾问医生; 顾问	
	22	consume 【kən'sju:m】	vt.消耗; 吃完, 喝光; (with)使着迷; 烧毁	
	23	consumption 【kən'sʌmpʃn】	n.消费(量), 消耗	
	24	contact 【'kɒntækt】	v./n.(使)接触, 联系, 交往	
	25	contain 【kən'teɪn】	v.包含, 容纳; 容忍, 抑制; 可被……除尽	
	26	container 【kən'teɪnə(r)】	n.容器; 集装箱	
	27	contaminate 【kən'tæmɪneɪt】	v.弄污, 弄脏, 毒害, 传染, 染污	
	28	contemplate 【'kɒntəmpleɪt】	vt.盘算, 计议; 周密考虑; 注视, 凝视	
	29	contemporary 【kən'temprəri】	a.现代的, 当代的; 同时代的	
	30	contempt 【kən'tempt】	n.轻视, 藐视; 受辱, 丢脸	

Day 36				
打卡	序号	单词	释义	
	1	contend 【kən'tend】	v.竞争，斗争；坚决主张	
	2	content 【'kɒntent】	n.容量，内容，(pl.)目录；a.(with)满足的	
	3	contest 【'kɒntest】	n.竞争，竞赛，比赛；v.竞争，比赛，争论	
	4	context 【'kɒntekst】	n.（文章等）前后关系；（事件等发生的）背景	
	5	continent 【'kɒntɪnənt】	n.大陆，洲	
	6	continual 【kən'tɪnjuəl】	a.不断的，连续的，频繁的	
	7	continue 【kən'tɪnjuː】	v.继续，连续，延伸	
	8	continuous 【kən'tɪnjuəs】	a.连续的，持续的	
	9	contract 【'kɒntrækt;kən'trækt】	n.（承包）合同/契约；v.订合同/契约；使缩小	
	10	contradict 【,kɒntrə'dɪkt】	v.反驳；同……矛盾，同……抵触	
	11	contradiction 【,kɒntrə'dɪkʃn】	n.反驳，否认；矛盾，不一致	
	12	contrary 【'kɒntrəri;kən'treəri】	a.(to)相反的，矛盾的；n.反对，矛盾；相反	
	13	contrast 【'kɒntrɑːst】	n.对比，对照；vi.形成对比；vt.把……与……对比	
	14	contribute 【kən'trɪbjʊːt】	v.(to)贡献，捐助，捐献；投稿	
	15	contribution 【,kɒntrɪ'bjuːʃn】	n.贡献；捐款，捐献物；投稿	
	16	contrive 【kən'traɪv】	vt.谋划，策划；设法做到；设计，想出	
	17	control 【kən'trəʊl】	n.(over)控制，支配；v.控制，支配	
	18	controversial 【,kɒntrə'vɜːʃl】	a.引起争论的，有争议的	
	19	controversy 【'kɒntrəvɜːsi;kən'trɒvəsi】	n.争论，辩论，争吵	
	20	convenience 【kən'viːniəns】	n.便利，方便；(pl.)便利设备	
	21	convenient 【kən'viːniənt】	a.(to)便利的，方便的	
	22	convention 【kən'venʃn】	n.大会，会议；惯例，常规，习俗；公约，协定	
	23	conventional 【kən'venfənəl】	a.惯例的，常规的	
	24	conversation 【,kɒnvə'seɪʃn】	n.会话，谈话	
	25	conversely 【'kɒnvɜːsli】	ad.相反地	
	26	conversion 【kən'vɜːʃn】	n.转变，转换；信仰的改变	
	27	convert 【kən'vɜːt】	v.变换，转换；改变（信仰等）；兑换（钱）	
	28	convey 【kən'veɪ】	v.运送，搬运，转运；传达，传播	
	29	convict 【kən'vɪkt】	v.（经审讯）证明……有罪，宣判……有罪；n.囚犯	
	30	conviction 【kən'vɪkʃn】	n.深信，确信；定罪，判罪	

Day 37				
打卡	序号	单词	释义	
	1	convince 【kən'vɪns】	v.(of)使信服，使确信	
	2	cook 【kʊk】	n.厨师； v.烹调，烧煮； 篡改（账目），捏造	
	3	cool 【ku:l】	a.凉的； 冷静的； n.凉快； ad.冷静地； v.使变凉	
	4	cooperate 【kəʊ'npəreɪt】	v.(with)合作，协作，相配合	
	5	cooperative 【kəʊ'npərətɪv】	a.合作的，协作的； n.合作社	
	6	coordinate 【kəʊ'ɔ:dɪneɪt】	a.同等的,并列的； n.同等者，坐标； vt.协作，协调	
	7	cop 【kɒp】	n.警察（slang 俚语）	
	8	cope 【kəʊp】	v.(with)竞争，对抗； (with)对付，妥善处理	
	9	copper 【'kɒpə(r)】	n.铜； 铜币，铜制器	
	10	copy 【'kɒpi】	n.抄本，摹本； （一）本； vt.抄写； 考试中抄袭	
	11	copyright 【'kɒpraɪt】	n. / a.版权（的）	
	12	cord 【kɔ:d】	n.绳，索	
	13	cordial 【'kɔ:diəl】	a.诚恳的，亲切的，热诚的	
	14	core 【kɔ:(r)】	n.果核； 中心，核心	
	15	corn 【kɔ:n】	n.谷物，庄稼，玉米	
	16	corner 【'kɔ:nə(r)】	n.角，街角； 偏僻处； vt.将……逼入困境	
	17	corporation 【,kɔ:pə'reɪʃn】	n.市镇自治机关； 法人； 公司，企业	
	18	correct 【kə'rekt】	a.正确的，恰当的，端正的； v.改正，纠正，矫正	
	19	correlate 【'kɒrələt】	n.相互关联的事物； v.(with, to)（使）互相关联	
	20	correspond 【,kɒrə'spɒnd】	v.通信，(with)符合，一致； (to)相当于，对应	
	21	correspondence 【,kɒrə'spɒndəns】	n.通信，信件； (with)符合； (to)相当于	
	22	correspondent 【,kɒrə'spɒndənt】	n.记者，通讯员； 通信者	
	23	corresponding 【,kɒrə'spɒndɪŋ】	a.符合的，相应的，对应的	
	24	corridor 【'kɒrɪdɔ:(r)】	n.走廊，通路	
	25	corrode 【kə'rəʊd】	v.（受）腐蚀，侵蚀	
	26	corrupt 【kə'rʌpt】	v.贿赂，收买； a.腐败的，贪污的	
	27	cosmic 【'kɒzmɪk】	a.宇宙的； 无比巨大的，无穷尽的	
	28	cost 【kɒst】	n.成本，费用，代价； v.价值为，花费	
	29	costly 【'kɒstli】	a.昂贵的，价值高的，豪华的	
	30	costume 【'kɒstju:m】	n.（流行的）服饰； 戏装，（特定场合的）套装	

Day 38				
打卡	序号	单词	释义	
	1	cosy 【'kəʊzi】	a.暖和舒服的；舒适的[反]uncomfortable	
	2	cottage 【'kɒtɪdʒ】	n.村舍，小屋，别墅	
	3	cotton 【'kɒtn】	n.棉花；棉线，棉纱；棉制品	
	4	couch 【kaʊtʃ】	n.长沙发；（病人躺的）长榻；vt.表达	
	5	cough 【kɒf】	v./n.咳嗽	
	6	could 【kəd】	v.aux.（口语）（表示许可或请求）可以……，行	
	7	council 【'kaʊnsl】	n.理事会，委员会，议事机构	
	8	counsel 【'kaʊnsl】	v./n.劝告，忠告；n.法律顾问，辩护人	
	9	count 【kaʊnt】	v.数，计算；算入；看作，认为；n.计数，总数	
	10	counter 【'kaʊntə(r)】	n.柜台；计数器；a./ad.相反（的）；v.反对，反击	
	11	counterpart 【'kaʊntəpɑ:t】	n.对应的人（或物）	
	12	country 【'kʌntri】	n.国家；农村，乡下	
	13	countryside 【'kʌntrisaɪd】	n.乡下，农村	
	14	county 【'kaʊnti】	n.（英国）郡，（美国）县	
	15	couple 【'kʌp(ə)l】	n.（一）对，双；夫妇；v.连接，结合	
	16	coupon 【'ku:pɒn】	n.证明持券人有某种权利的卡片，票证，赠券	
	17	courage 【'kʌrɪdʒ】	n.勇气，胆量	
	18	course 【kɔ:s】	n.课程，教程；过程，进程；路程，路线；一道菜	
	19	court 【kɔ:t】	n.法院，法庭；宫廷，朝廷；院子；球场	
	20	courtesy 【'kɜ:təsi】	n.谦恭有礼；有礼貌的举止（或言词）	
	21	courtyard 【'kɔ:tjɑ:d】	n.院子，庭院，天井	
	22	cousin 【'kʌzn】	n.堂（或表）兄弟，堂（或表）姐妹	
	23	cover 【'kʌvə(r)】	v.覆盖，包括，涉及；n.盖子，套子；（书的）封面	
	24	cow 【kaʊ】	n.母牛，奶牛	
	25	coward 【'kaʊəd】	n.懦夫，胆怯者	
	26	crab 【kræb】	n.螃蟹，蟹肉	
	27	crack 【kræk】	n.裂纹，缝隙；破裂声；v.（使）破裂，砸开	
	28	cradle 【'kreɪd(ə)l】	n.摇篮；发源地	
	29	craft 【krɑ:ft】	n.工艺，手艺，技巧；飞机，飞船	
	30	crane 【krem】	n.起重机，鹤	

Day 39				
打卡	序号	单词	释义	
	1	crash 【kræʃ】	v./n.碰撞，坠落，摔坏； n.失败，瓦解； 爆裂声	
	2	crawl 【krɔ:l】	v./n.爬行，蠕动； 缓慢（的）行进	
	3	crazy 【'kreɪzi】	a.疯狂的，古怪的，蠢的； (about)狂热的	
	4	cream 【kri:m】	n.乳脂，（鲜）奶油； 奶油色	
	5	create 【kri'eɪt】	v.创造，创作； 引起，造成，建立	
	6	creative 【kri'eɪtɪv】	a.有创造力的，创造性的	
	7	creature 【'kri:tʃə(r)】	n.人，动物； 生物	
	8	credential 【krə'denʃl】	n.凭证； v.提供证明书	
	9	credit 【'kredɪt】	v./n.信用，信任； n.信用贷款，赊欠； 名誉，名望	
	10	creep 【kri:p】	v.爬，爬行； （植物）蔓延	
	11	crew 【kru:】	n.全体船员，全体乘务员	
	12	cricket 【'krɪkɪt】	n.板球； 蟋蟀	
	13	crime 【kraɪm】	n.罪行，犯罪	
	14	criminal 【'krɪmɪn(ə)l】	n.罪犯，刑事犯； a.犯罪的，刑事的	
	15	cripple 【'krɪp(ə)l】	n.跛子，残疾人； v.使跛，使残疾	
	16	crisis 【'kraɪsɪs】	n.(pl.crisis)危机，紧要关头	
	17	crisp 【krɪsp】	a.脆的，易碎的； 简明扼要的； （空气）清爽的	
	18	criterion 【kraɪ'tɪəriən】	n.（pl.criteria 或 criterions）标准，尺度	
	19	critic 【'krɪtɪk】	n.批评家，评论家	
	20	critical 【'krɪtɪk(ə)l】	a.批评的，评论的； 危急，紧要的； 临界的	
	21	criticism 【'krɪtɪsɪzəm】	n.评论性的文章，评论； 批评，指责，非难	
	22	criticize 【'krɪtɪsaɪz】	v.(criticise)批评，评论	
	23	crop 【krɒp】	n.作物，庄稼； （谷类等的）一熟收成； 一批，大量	
	24	cross 【krɒs】	n.十字（架）； 苦难； a.交叉的； 发怒的； v.穿过	
	25	crow 【krəʊ】	n.乌鸦； v./n.鸡啼，鸣叫	
	26	crowd 【kraʊd】	n.人群； 一群，一伙； v.聚集，群集； 挤满，拥挤	
	27	crown 【kraʊn】	n.王冠，冕； 君权，君王； v.为……加冕	
	28	crucial 【'kru:ʃ(ə)l】	a.至关重要的，决定性的	
	29	crude 【kru:d】	a.天然的，未加工的； 未熟的； 粗鲁的，粗野的	
	30	cruel 【'kru:əl】	a.残忍的，残酷的	

Day 40				
打卡	序号	单词	释义	
	1	cruise 【kru:z】	v.巡航；以节省燃料的速度前进；n.乘船巡游	
	2	crush 【krʌʃ】	n./v.压碎，压坏；v.压服，压垮	
	3	crust 【krʌst】	n.外皮，壳；地壳	
	4	cry 【krai】	n.&v.叫，喊，哭；（鸟兽）叫，啼，鸣，嗥	
	5	crystal 【'krɪst(ə)l】	n.水晶，水晶饰品；结晶；a.水晶的，透明的	
	6	cube 【kju:b】	n.立方形，立方体；立方，三次幂	
	7	cucumber 【'kju:kʌmbə(r)】	n.黄瓜	
	8	cue 【kju:】	n.暗示，提示，球杆	
	9	cultivate 【'kʌltɪveɪt】	v.耕作，栽培，养殖；培养，教养，磨炼	
	10	culture 【'kʌltʃə(r)】	n.文化，文明；修养；耕种；栽培，培育	
	11	cunning 【'kʌnɪŋ】	a./n.狡猾（的），狡诈（的）	
	12	cup 【kʌp】	n.杯子；奖杯，优胜杯；（一）杯，一杯的容量	
	13	cupboard 【'kʌbəəd】	n.碗柜，小橱	
	14	curb 【kɜ:b】	n.路边，场外证券市场，vt.制止，抑制	
	15	cure 【kjʊə(r)】	v.(of)治愈，医治；矫正；n.治愈，痊愈；良药	
	16	curiosity 【'kjʊəri'ɒsəti】	n.好奇心；古董，古玩	
	17	curious 【'kjʊəriəs】	a.好奇的，求知的，古怪的，爱挑剔的	
	18	curl 【kɜ:l】	v.（使）卷曲，蜷缩；n.卷发；卷曲状；卷曲物	
	19	currency 【'kʌrənsɪ】	n.流传，流通；通货，货币	
	20	current 【'kʌrənt】	n.电流，水流；潮流，趋势；a.当前的；流通的	
	21	curriculum 【kə'ɹɪkjələm】	n.(pl.curricula)课程，（学校等的）全部课程	
	22	curse 【kɜ:s】	n.诅咒，咒语，祸因；vt.诅咒，咒骂，使受罪	
	23	curtain 【'kɜ:t(ə)n】	n.窗帘，门帘；幕（布）；结束；vt 遮掩	
	24	curve 【kɜ:v】	n.曲线，弯曲（物）；v.弄弯，成曲形	
	25	cushion 【'kʊʃn】	n.垫子，软垫；vt.装垫子；缓和，减轻	
	26	custom 【'kʌstəm】	n.习惯，风俗，惯例；(pl.)海关，关税	
	27	customary 【'kʌstəməri】	a.习惯的，惯例的	
	28	customer 【'kʌstəmə(r)】	n.顾客，主顾	
	29	cut 【kʌt】	n./v.切，割，削；削减，删节；n.切口，伤口	
	30	cyberspace 【'saɪbəspeɪs】	n.虚拟信息空间；网络空间	

Day 41				
打卡	序号	单词	释义	
	1	cycle 【'saɪk(ə)l】	n.自行车；周期，循环；v.骑自行车；循环	
	2	cylinder 【'sɪlɪndə(r)】	n.圆筒，圆锥体；汽缸	
	3	daily 【'deɪli】	a.每日的；ad.每日，天天；n.日报	
	4	dairy 【'deəri】	n.牛奶场，奶店	
	5	dam 【dæm】	n.水坝，水闸	
	6	damage 【'dæmɪdʒ】	v./n.损害，毁坏；n.(pl.)损害赔偿费	
	7	damn 【dæm】	int.该死；vt.谴责；使失败；a.十足的；ad.极	
	8	damp 【dæmp】	n.潮湿；a.潮湿的；vt.使潮湿；使衰减	
	9	dance 【dɑːns】	n.舞（蹈）；舞曲，舞会；v.跳舞；跳动	
	10	danger 【'deɪndʒə(r)】	n.危险；威胁；危险事物	
	11	dangerous 【'deɪndʒərəs】	a.危险的，不安全的	
	12	dare 【deə(r)】	v.敢，胆敢	
	13	dark 【dɑːk】	a.黑暗的，深（色）的；隐秘的；n.无光，黑暗	
	14	darling 【'dɑːlɪŋ】	n.心爱的人，亲爱的	
	15	dash 【dæʃ】	v./n.冲，猛冲，突进；n.破折号	
	16	data 【'deɪtə】	n.（datum 的复数）资料，数据	
	17	database 【'deɪtəbeɪs】	n.(databank)数据库	
	18	date 【deɪt】	n.日期，年代；v.注明……的日期；n./v.约会	
	19	daughter 【'dɔːtə(r)】	n.女儿	
	20	dawn 【dɔːn】	n.黎明，拂晓；v.破晓；开始现出	
	21	day 【deɪ】	n.天，一昼夜；白昼，白天；时期，时代	
	22	daylight 【'deɪlaɪt】	n.日光，白昼，黎明	
	23	daytime 【'deɪtaɪm】	n.白天，日间	
	24	dazzle 【'dæz(ə)l】	v.使惊奇，使倾斜；耀（眼）；n.耀眼的光	
	25	dead 【ded】	a.死的；无生命的；死气沉沉的；ad.完全地	
	26	deadline 【'dedlaɪn】	n.最后期限	
	27	deadly 【'dedli】	a.致命的；势不两立的；极度的；必定的	
	28	deaf 【def】	a.聋的；不愿听的	
	29	deal 【di:l】	v.处理；做买卖，经营；分配；对待；n.交易	
	30	dealer 【'diːlə(r)】	n.商人	

Day 42				
打卡	序号	单词	释义	
	1	dean 【di:n】	n. (大学) 院长; 主持牧师; (基督教) 教长	
	2	dear 【diə(r)】	a. 昂贵的; 亲爱的; 珍贵的; int. 呵! 哎呀!	
	3	death 【deθ】	n. 死, 死亡; 灭亡, 毁灭, 死因	
	4	debate 【di'beit】	v./n. 争论, 辩论	
	5	debt 【det】	n. 债, 债务	
	6	decade 【'dekeɪd】	n. 十年	
	7	decay 【di'keɪ】	v./n. 腐朽, 腐烂; 衰减, 衰退	
	8	deceit 【di'si:t】	n. 欺骗, 欺骗行为	
	9	deceive 【di'si:v】	v. 欺骗, 蒙蔽	
	10	December 【di'sembə(r)】	n. 十二月	
	11	decent 【'di:s(ə)nt】	a. 体面的; 正派的, 合乎礼仪的; 合适的	
	12	decide 【di'saɪd】	v. 决定, 下决心; 解决, 裁决	
	13	decimal 【'desɪm(ə)l】	a. 十进的, 小数的, 十进制的; n. 小数	
	14	decision 【di'sɪʒ(ə)n】	n. 决定, 决心; 决议; 决策	
	15	decisive 【di'saɪsɪv】	a. 决定性的	
	16	deck 【dek】	n. 甲板	
	17	declaration 【,deklə'reɪʃn】	n. 宣言, 宣布, 声明	
	18	declare 【di'kleə(r)】	v. 宣布, 宣告, 声明; 断言, 宣称	
	19	decline 【di'klaɪn】	v. 下降, 衰落; 拒绝; n. 下降; 斜面, 倾斜, 衰落	
	20	decorate 【'dekəreɪt】	v. 装饰, 装潢, 布置	
	21	decrease 【di'kri:s】	n. 减少, 减小; 减少量; v. 减少, 变少, 降低	
	22	dedicate 【'dedɪkeɪt】	vt. 奉献; 献身于	
	23	deduce 【di'dju:s】	vt. (from) 演绎, 推断, 推论	
	24	deduct 【di'dʌkt】	vt. 扣除; 演绎 (推理)	
	25	deed 【di:d】	n. 行为, 行动; 功绩, 事迹; 证书; 契据	
	26	deem 【di:m】	v. 认为, 相信	
	27	deep 【di:p】	a. 深的, 深长的; 深奥的; 强烈的; ad. 深入的, 迟	
	28	deer 【diə(r)】	n. 鹿	
	29	defeat 【di'fi:t】	n. 击败, 战胜, 失败; v. 击败, 战胜; 使失败	
	30	defence 【di'fens】	n. (defense) 防御, 保卫; 防务工事; 辩护	

Day 43				
打卡	序号	单词	释义	
	1	defect 【'di:fekt】	n.过失；缺点；不足	
	2	defend 【dɪ'fend】	v.防守，保卫；为……辩护，为……答辩	
	3	deficiency 【dɪ'fɪnsi】	n.缺乏，不足；缺点，缺陷	
	4	deficit 【'defɪsɪt】	n.赤字，逆差；亏损，亏空；不足，缺乏	
	5	define 【dɪ'faɪn】	v.给……下定义；阐述；阐释；限定，规定	
	6	definite 【'defɪnət】	a.明确的；一定的；意志坚强的，立场坚定的	
	7	definition 【,defɪ'nɪʃn】	n.定义，解释；（轮廓影像等的）清晰度；阐明	
	8	defy 【dɪ'faɪ】	v.（公然）违抗，反抗；蔑视	
	9	degenerate 【dɪ'dʒenəreɪt】	v.衰退，堕落，退化；a.堕落的；n.堕落者	
	10	degree 【dɪ'ɡriː】	n.程度；度数；学位；等级	
	11	delay 【dɪ'leɪ】	v./n.耽搁，延迟	
	12	delegate 【'delɪɡət】	n.代表；vt.委派……为代表；授权；委托	
	13	delete 【dɪ'li:t】	vt.删除	
	14	deliberate 【dɪ'libəreɪt】	a.深思熟虑的，故意的；vt.研讨，商讨	
	15	delicate 【'delɪkət】	a.纤弱的；精致的；微妙的；灵敏的	
	16	delicious 【dɪ'liʃəs】	a.美味的；美妙的；使人愉快的	
	17	delight 【dɪ'laɪt】	n.快乐，高兴；v.（使）高兴，（使）欣喜	
	18	deliver 【dɪ'lvə(r)】	v.交付，递送；发表，表达；释放；接生	
	19	delivery 【dɪ'lvəri】	n.递送；交付；分娩；交货；引渡	
	20	demand 【dɪ'mɑːnd】	n./v.要求，请求，需要（量）；v.查问	
	21	democracy 【dɪ'mɒkrəsi】	n.民主，民主制，民主国家	
	22	democratic 【,demə'kræɪtɪk】	a.民主的	
	23	demonstrate 【'demənstreɪt】	v.论证，证实；演示，说明	
	24	denial 【dɪ'naɪəl】	n.否认；拒绝；否认某事或某事实的声明	
	25	denote 【dɪ'nəʊt】	vt.表示，意味着	
	26	denounce 【dɪ'naʊns】	vt.公开指责，公然抨击；谴责	
	27	dense 【dens】	a.浓厚的，密集的，稠密的	
	28	density 【'densəti】	n.密集，密度，浓度	
	29	dental 【'dent(ə)l】	a.牙齿的；牙科（用）的	
	30	dentist 【'dentɪst】	n.牙医	

Day 44				
打卡	序号	单词	释义	
	1	deny 【di'naɪ】	v.否认，否定；拒绝	
	2	depart 【di'pɑ:t】	vi.离开，起程； a.过去的，逝世的	
	3	department 【di'pɑ:tmənt】	n.部，局，处，科，部门；系，学部	
	4	departure 【di'pɑ:tʃə(r)】	n.离开，起程	
	5	depend 【di'pend】	v.(on)取决于，依靠，信赖，相信	
	6	dependent 【di'pendənt】	a.依靠的，依赖的，从属的；随……而定的	
	7	depict 【di'pɪkt】	v.描绘；描写，描述	
	8	deposit 【di'pɒzɪt】	v.存放；使沉淀；付（保证金）； n.存款；沉积物	
	9	depress 【di'pres】	v.压抑，降低；使沮丧，压下	
	10	deprive 【di'praɪv】	vt.剥夺，夺去，使丧失	
	11	depth 【depθ】	n.深，深度，深奥，深刻	
	12	deputy 【'depjuti】	n.代理人，代表； a.副的，代理的	
	13	derive 【di'raɪv】	v.取得；导出；引申；来自；源自；出自	
	14	descend 【di'send】	v.下来，下降；遗传（指财产，气质，权利）	
	15	descendant 【di'sendənt】	n.子孙，后代	
	16	descent 【di'sent】	n.下降，降下；斜坡；血统，家世	
	17	describe 【di'skraɪb】	v.描述，形容	
	18	description 【di'skripʃn】	n.描写，形容；种类	
	19	desert 【'dezət】	n.沙漠，不毛之地； v.抛弃，遗弃；擅离，开小差	
	20	deserve 【di'zɜ:v】	v.应受，值得	
	21	design 【di'zain】	v.设计；构思；绘制；图案；企图； n.设计，图样	
	22	designate 【'deɪɡneɪt】	v.指明，指出；任命，指派	
	23	desirable 【di'zaɪərəb(ə)l】	a.值得做的；合意的，称心的；期望得到的	
	24	desire 【di'zaɪə(r)】	v./n.愿望，欲望，要求	
	25	desk 【desk】	n.书桌，办公桌，服务台	
	26	desolate 【'desələt】	a.荒凉的；孤独的； v.使荒芜	
	27	despair 【di'speə(r)】	n.绝望；失望；令人失望的人（事物） v.绝望	
	28	despatch 【di'spætʃ】	n./v.(dispatch)派遣；发送； n.急件；新闻报道	
	29	desperate 【'despərət】	a.不顾一切的，铤而走险的；绝望的，危急的	
	30	despise 【di'spaɪz】	v.轻视，蔑视	

Day 45				
打卡	序号	单词	释义	
	1	despite 【di'spaɪt】	prep. 不管，不顾	
	2	dessert 【di'zɜ:t】	n. 正餐后的水果或甜食	
	3	destination 【,destɪ'neɪʃn】	n. 目的地，终点	
	4	destiny 【'destəni】	n. 命运；天数，天命	
	5	destroy 【di'strɔɪ】	v. 破坏，摧毁，消灭	
	6	destruction 【di'strʌkʃ(ə)n】	n. 毁坏，毁灭（的原因）	
	7	destructive 【di'strʌktɪv】	a. 破坏性	
	8	detach 【di'tætʃ】	vt. 分开，分离，分遣，派遣（军队）	
	9	detail 【'di:teɪl】	n. 细节，详情；v. 详述	
	10	detain 【di'teɪn】	v. 耽搁；扣押，拘留	
	11	detect 【di'tekt】	v. 察觉，发觉，侦察，探测	
	12	detective 【di'tektɪv】	n. 侦探	
	13	detector 【di'tektə(r)】	n. 发现者，侦察器，探测器，检波器，检电器	
	14	deteriorate 【di'tɪəriəreɪt】	v. （使）恶化，（使）变坏	
	15	determine 【di'tɜ:mɪn】	v. 决心，决定；确定，限定	
	16	develop 【di'veləp】	v. 发展，开发，研制；显现，显影；发育，生长	
	17	deviate 【'di:vieɪt】	v. (from) 背离，偏离	
	18	device 【di'vaɪs】	n. 装置，设备，仪表；方法，设计	
	19	devil 【'dev(ə)l】	n. 魔鬼	
	20	devise 【di'vaɪz】	vt. 设计；发明；图谋；作出（计划）；想出（办法）	
	21	devote 【di'veʊt】	v. (to) 奉献，致力	
	22	dew 【dju:】	n. 露水	
	23	diagnose 【'daɪəgnəʊz; ,daɪəg'nəʊz】	vt. 诊断（疾病）；判断（问题）	
	24	diagram 【'daɪəgræm】	n. 图表；图解	
	25	dial 【'daɪəl】	n. 钟（表）面，刻度盘，拨号盘；v. 拨号，打电话	
	26	dialect 【'daɪəlekt】	n. 方言	
	27	dialog 【'daɪələʊg】	n. (dialogue) 对话，对白	
	28	diameter 【daɪ'æmɪtə(r)】	n. 直径	
	29	diamond 【'daɪmənd】	n. 金刚石，钻石；菱形	
	30	diary 【'daɪəri】	n. 日记，日记簿	

Day 46				
打卡	序号	单词	释义	
	1	dictate 【dɪk'teɪt】	v.口授；（使）听写；指令，指示，命令	
	2	dictation 【dɪk'teɪʃ(ə)n】	n.听写，口述；命令	
	3	dictionary 【'dɪkʃən(ə)ri】	n.词典，字典	
	4	die 【daɪ】	vi.死，死亡；（草木）枯萎，凋谢；渴望	
	5	diet 【'daɪət】	n.饮食，食物	
	6	differ 【'dɪfə(r)】	v.(from)与……不同；(with)与……意见不同	
	7	difference 【'dɪfrəns】	n.差别，差异，分歧	
	8	different 【'dɪfrənt】	a.差异的，差异的，不同的	
	9	differentiate 【,dɪfə'renʃiət】	v.区分，区别；（使）不同	
	10	difficult 【'dɪfɪkəlt】	a.困难的，艰难的	
	11	difficulty 【'dɪfɪkəlti】	n.困难，困境，难题	
	12	diffuse 【dɪ'fju:s】	v.扩散；传播；a.（文章等）冗长的，漫无边际的	
	13	dig 【dɪɡ】	v.挖，掘	
	14	digest 【daɪ'dʒest】	vt.消化；领会，融会贯通；n.文摘，摘要	
	15	digital 【'dɪdʒɪt(ə)l】	a.数字的；数位的；手指的；n.数字	
	16	dignity 【'dɪɡnəti】	n.（举止，态度等的）庄严，端庄；尊贵，高贵	
	17	dilemma 【dɪ'lemə】	n.（进退两难的）窘境，困境	
	18	diligent 【'dɪlɪdʒənt】	a.勤奋的，用功的	
	19	dilute 【daɪ'lu:t】	vt.稀释，冲淡；a.稀释的，冲淡的	
	20	dim 【dɪm】	a.暗淡的，模糊的	
	21	dimension 【daɪ'menʃn;dɪ'menʃn】	n.尺寸，尺度；维（数），度（数）	
	22	diminish 【dɪ'mɪnɪʃ】	v.缩小，减少，递减	
	23	dine 【daɪn】	v.吃饭，进餐	
	24	dinner 【'dɪnə(r)】	n.正餐，宴会	
	25	dip 【dɪp】	v./n.浸，蘸	
	26	diploma 【dɪ'pləʊmə】	n.毕业文凭，学位证书	
	27	diplomatic 【,dɪplə'mætɪk】	a.外交的，从事外交的；策略的，有手腕的	
	28	direct 【də'rekt】	a./ad.径直的（地）；v.管理，指导；(at, to)指向	
	29	direction 【də'rekʃn;daɪ'rekʃn】	n.方向，方位；指令，说明	
	30	directly 【də'rektli】	ad.直接地，径直地；马上，立即	

Day 47				
打卡	序号	单词	释义	
	1	director 【də'rektə(r);daɪ'rektə(r)】	n.指导者，主任，导演	
	2	directory 【də'rektəri;daɪ'rektəri】	n.人名地址录，（电话）号码簿	
	3	dirt 【dɜ:t】	n.污物，污垢	
	4	dirty 【'dɜ:ti】	a.弄脏的；下流的；v.弄脏，玷污	
	5	disable 【dɪs'eɪb(ə)l】	vt.使残废；使失去能力；丧失能力	
	6	disappear 【,dɪsə'piə(r)】	v.不见，消失	
	7	disappoint 【,dɪsə'pɔɪnt】	vt.失望；（希望等）破灭，挫败（计划等）	
	8	disaster 【dɪ'zɑ:stə(r)】	n.灾难，大祸；彻底的失败	
	9	disastrous 【dɪ'zɑ:stɹəs】	a.灾难性的	
	10	disc 【dɪsk】	n.(disk)圆盘，圆面，盘状物	
	11	discard 【dɪ'skɑ:d】	vt.丢弃，抛弃，遗弃	
	12	discern 【dɪ'sɜ:n】	v.认出，发现；辨别，识别	
	13	discharge 【dɪs'tʃɑ:dʒ】	v./n.卸货，排出；发射，放（电）；遣散，解雇	
	14	discipline 【'dɪsəplɪn】	n.纪律，学科	
	15	disclose 【dɪs'kləʊz】	v.揭示，泄露	
	16	discount 【'dɪskaʊnt】	n.折扣；贴现（率）；vt.打折扣；不重视	
	17	discourage 【dɪs'kʌrɪdʒ】	v.使泄气，使失去信心	
	18	discourse 【'dɪskɔ:s】	n.论文；演说；谈话；话语；vi.讲述，著述	
	19	discover 【dɪ'skʌvə(r)】	v.发现，显示	
	20	discovery 【dɪ'skʌvəri】	n.发现；被发现的事物	
	21	discreet 【dɪ'skri:t】	a.（言行）谨慎的；慎重的；有判断力的	
	22	discrepancy 【dɪ'skrepənsɪ】	n.相差；差异；矛盾	
	23	discriminate 【dɪ'skrɪmɪneɪt】	v.区别，辨别；(against)有差别地对待，歧视	
	24	discuss 【dɪ'skʌs】	vt.讨论，商议	
	25	disease 【dɪ'zi:z】	n.疾病	
	26	disgrace 【dɪs'greɪs】	n.失宠，耻辱；v.使失宠；玷辱，使蒙羞	
	27	disguise 【dɪs'gaɪz】	n./v.假装，伪装	
	28	disgust 【dɪs'gʌst】	n.厌恶，恶心；v.使厌恶	
	29	dish 【dɪʃ】	n.碟子，盘子，菜肴	
	30	dislike 【dɪs'lʌk】	n./v.不喜欢，厌恶	

Day 48				
打卡	序号	单词	释义	
	1	dismay 【dis'mei】	n./v. (使) 沮丧; (使) 惊慌; (使) 失望, (使) 绝望	
	2	dismiss 【dis'mis】	v. 免职, 解雇, 开除, 解散	
	3	disorder 【dis'ɔ:də(r)】	n. 混乱, 杂乱; 骚乱; 失调, 疾病	
	4	disperse 【di'spɜ:s】	v. (使) 分散; (使) 散开; 疏散	
	5	displace 【dis'pleis】	v. 移置, 转移; 取代, 置换	
	6	display 【di'splei】	v./n. 陈列, 展览, 显示 (器)	
	7	disposal 【di'spəʊzl】	n. 处理, 处置; 布置, 安排	
	8	dispose 【di'spəʊz】	v. (of) 处理, 处置; (for) 布置, 安排	
	9	disposition 【,dispə'ziʃn】	n. 排列, 部署; 性格倾向; 倾向, 意向	
	10	dispute 【di'spjʊ:t】	n. 争论, 争执; v. 争论, 辩论; 反驳; 怀疑; 阻止	
	11	disregard 【,disri'gɑ:d】	vt. 不理睬; 忽视; 漠视; n. 忽视; 漠视	
	12	disrupt 【dis'rʌpt】	vt. 使混乱, 使崩溃, 使分裂, 使瓦解	
	13	dissipate 【'disipet】	v. 驱散; (使云、雾、疑虑等) 消散; 挥霍	
	14	dissolve 【di'zɒlv】	v. (使) 溶解, (使) 融化; 解散, 取消	
	15	distance 【'distəns】	n. 距离, 间隔, 远方, 路程	
	16	distant 【'distənt】	a. 远的; 遥远的; 疏远的; 不亲近的	
	17	distill 【di'stil】	vt. 蒸馏, 用蒸馏法提取; 吸取, 提炼	
	18	distinct 【di'stiŋkt】	a. 清楚的, 明显的; (from) 截然不同的	
	19	distinction 【di'stiŋkʃn】	n. 区别, 差别; 级别; 特性; 声望; 显赫	
	20	distinguish 【di'stiŋɡwiʃ】	v. (from) 区别, 辨别; 辨认出; 使杰出	
	21	distort 【di'stɔ:t】	v. 弄歪 (嘴脸等); 扭曲; 歪曲 (真理、事实等)	
	22	distract 【di'strækt】	v. 分散; 使分心; 打扰; 使心情烦乱	
	23	distress 【di'stres】	n. 苦恼; 危难; 不幸; v. 使苦恼	
	24	distribute 【di'stribju:t】	v. 分发; 分配; 分布; 配 (电); (over) 散布	
	25	district 【'distrikt】	n. 地区, 行政区; 美国各州的众议院选区	
	26	disturb 【di'stɜ:b】	v. 扰乱, 妨碍, 使不安	
	27	disturbance 【di'stɜ:bəns】	n. 动乱, 骚乱, 干扰	
	28	ditch 【dɪtʃ】	n. 沟, 沟渠, 水沟	
	29	dive 【daɪv】	v./n. 潜水, 跳水, 俯冲	
	30	diverse 【daɪ'vɜ:s】	a. 多种多样的, (from) 不同的	

Day 49				
打卡	序号	单词	释义	
	1	diversion 【daɪ'vɜ:ʃn】	n.转向, 转移; 牵制; 解闷; 娱乐	
	2	divert 【daɪ'vɜ:t】	vt.使转向, 使改道; 转移(注意力); 使娱乐	
	3	divide 【dɪ'vaɪd】	v.分, 划分, 分开; 分配; (by)除	
	4	dividend 【'dɪvɪdend】	n.红利, 股息; 回报, 效益; 被除数	
	5	divine 【dɪ'vaɪn】	a.神的, 神授的, 天赐的; 极好的, 极美的	
	6	division 【dɪ'vɪʒ(ə)n】	n.分, 分割; 部门, 科, 处; 除法; 分界线	
	7	divorce 【dɪ'vɔ:s】	v./n.离婚, 分离	
	8	dizzy 【'dɪzi】	a.头晕目眩的, 眩晕的; (可能)使人头晕的	
	9	do 【du:;də;du;dəʊ】	v.做, 干, 办, 从事; 引起; vi.行动	
	10	dock 【dɒk】	n.船坞, 码头	
	11	doctor 【'dɒktə(r)】	n.医生; 博士; vt.授以博士学位; 诊断; 修改	
	12	doctorate 【'dɒktərət】	n.博士学位; 博士头衔	
	13	document 【'dɒkjumənt】	n.公文, 文献	
	14	documentary 【,dɒkju'ment(ə)ri】	a.文献的; n.纪录片	
	15	dog 【dɒg】	n.狗, 雄兽; vt.尾随, 跟踪	
	16	doll 【dɒl】	n.玩偶, 玩具娃娃	
	17	dollar 【'dɒlə(r)】	n.(美国, 加拿大等国货币单位)美元, 加元	
	18	domain 【də'meɪn;dəʊ'meɪn】	n.(活动, 思想等)领域, 范围; 领地	
	19	dome 【dəʊm】	n.圆屋顶	
	20	domestic 【də'mestɪk】	a.家里的; 本国的; 驯养的	
	21	dominant 【'dɒmɪnənt】	a.支配的, 统治的, 占优势的	
	22	dominate 【'dɒmɪneɪt】	v.支配, 统治, 控制; 占优势	
	23	donate 【dəʊ'neɪt】	vt.捐赠(金钱等); 赠予	
	24	donkey 【'dɒŋki】	n.驴子; 蠢人; 顽固的人	
	25	doom 【du:m】	n.厄运, 劫数; v.注定, 命定	
	26	door 【dɔ:(r)】	n.门; 门口, 出入口; 门状物; 家; 通道	
	27	doorway 【'dɔ:weɪ】	n.门口	
	28	dorm 【dɔ:m】	n.(dormitory) [美] [口] 宿舍	
	29	dose 【dəʊs】	n.剂量, 一服, 一剂; v.(给……)服药	
	30	dot 【dɒt】	n.点, 圆点; v.在……上打点	

Day 50				
打卡	序号	单词	释义	
	1	doubt 【daʊt】	n./v.怀疑，疑虑	
	2	dove 【dʌv】	n.鸽子	
	3	down 【daʊn】	ad.下；由大到小；prep.沿着……而下；a.向下的	
	4	downstairs 【ˌdaʊn'steəz】	ad.在楼下，往楼下	
	5	downtown 【ˌdaʊn'taʊn】	ad.在城市的商业区；n./a.城市商业区（的）	
	6	downward 【'daʊnwəd】	a.向下的；ad.(also-downwards)向下，往下	
	7	doze 【dəʊz】	v./n.瞌睡；假寐	
	8	dozen 【'dʌzn】	n.一打，十二个	
	9	draft 【'dʌft】	n.草稿，草案，草图；v.起草，草拟	
	10	drag 【dræg】	v.拖，拖曳	
	11	dragon 【'dræɡən】	n.龙	
	12	drain 【drem】	n.排水沟，阴沟；消耗，负担；v.排去，放干	
	13	drama 【'dra:mə】	n.剧本，戏剧；戏剧性事件或场面	
	14	dramatic 【drə'mætɪk】	a.戏剧的，戏剧性的；剧烈的	
	15	drastic 【'dræstɪk】	a.激烈的，严厉的；（药性等）猛烈的	
	16	draw 【drɔː】	v.拉；画；汲取；引出；(to)挨近；n.平局；拖曳	
	17	drawback 【'drɔːbæk】	n.欠缺，缺点；退还的关税	
	18	drawer 【drɔː(r)】	n.抽屉	
	19	drawing 【'drɔːɪŋ】	n.绘图，图样	
	20	dread 【dred】	v./n.恐惧，担心	
	21	dream 【dri:m】	n./v.梦，梦想，幻想	
	22	dress 【dres】	n.服装，童装，女装；v.穿衣，打扮	
	23	drift 【drɪft】	v./n.漂，漂流（物）	
	24	drill 【drɪl】	v.练习；操练；钻孔；n.操练；练习；钻孔（机）	
	25	drink 【drɪŋk】	v.(drank, drunk)喝，饮；n.饮料；喝酒	
	26	drip 【drɪp】	v.滴下，漏水；n.滴，水滴，点滴	
	27	drive 【draɪv】	v.开（车）；驱；驱动，把（钉，桩）打入；n.驾驶	
	28	driver 【'draɪvə(r)】	n.驾驶员	
	29	drop 【drɒp】	n.滴；落下；微量；v.落下；下降；失落	
	30	drought 【draʊt】	n.旱灾，干旱	

Day 51				
打卡	序号	单词	释义	
	1	drown 【draʊn】	v.溺死，淹没	
	2	drug 【drʌg】	n.药物；麻醉品；毒品；滞销货；v.下麻药；吸毒	
	3	drum 【drʌm】	n.鼓；圆桶	
	4	drunk 【drʌŋk】	a.醉酒的；（喻）陶醉的；n.酗酒者，醉汉	
	5	dry 【draɪ】	a.干（旱）的；干渴的；枯燥；vt.使干燥，晒干	
	6	dubious 【'dju:biəs】	a.怀疑的，无把握的；有问题的，靠不住的	
	7	duck 【dʌk】	n.鸭，鸭肉；v.迅速俯身；快速低头；躲避	
	8	due 【dju:】	a.(to)应支付的；（车，船等）预定应到达的	
	9	dull 【dʌl】	a.单调的；迟钝的，愚笨的；不锋利的	
	10	dumb 【dʌm】	a.哑的，无言的	
	11	dump 【dʌmp】	v.倾倒，倾卸；n.垃圾场	
	12	duplicate 【'dju:plɪkət】	n.复制品；v.复写，使加倍；a.复制的，二重的	
	13	durable 【'djʊərəb(ə)l】	a.持久的，耐久的	
	14	duration 【dju'reɪʃn】	n.持久；期间；持续时间	
	15	during 【'djʊərɪŋ】	prep.在……期间	
	16	dusk 【dʌsk】	n.薄暮，黄昏	
	17	dust 【dʌst】	n.灰尘，尘土；v.拂，掸	
	18	duty 【'dju:ti】	n.义务，责任；职务；税	
	19	dwarf 【dwɔ:f】	n.矮子，侏儒，矮小的动植物；vt.使……矮小	
	20	dwell 【dwel】	v.住，居留	
	21	dwelling 【'dwelɪŋ】	n.住宅，寓所	
	22	dye 【daɪ】	n.染料；v.染，染色	
	23	dynamic 【daɪ'næmɪk】	a.动力的，电动的；有生气的	
	24	dynasty 【'dɪnəsti】	n.王朝，朝代	
	25	each 【i:tʃ】	a./pron.各，各自的，每	
	26	eager 【'i:gə(r)】	a.(for)渴望的，热切的	
	27	eagle 【'i:gl】	n.鹰	
	28	ear 【ɪə(r)】	n.耳，耳朵；听力，听觉；穗	
	29	early 【'ɜ:li】	a.早的，早期的，及早的；ad.早，在初期	
	30	earn 【ɜ:n】	v.赚得，挣得，获得	

Day 52				
打 卡	序号	单词	释义	
	1	earnest 【'ɜ:nɪst】	a.热心的, 诚挚的; n.热心; 真挚; 定金; 认真	
	2	earth 【ɜ:θ】	n.地球; 陆地; 泥土, 土壤; 尘世, 人间	
	3	earthquake 【'ɜ:θkweɪk】	n.地震	
	4	ease 【i:z】	v.减轻; 使舒适, 使安心; n.容易; 舒适, 悠闲	
	5	east 【i:st】	n.东, 东方, 东部; a.东方的, 东部的	
	6	Easter 【'i:stə(r)】	n.复活节	
	7	eastern 【'i:stən】	a.东方的, 东部的	
	8	easy 【'i:zi】	a.容易的, 不费力的, 安逸的, 宽裕的	
	9	eat 【i:t】	vt.吃, 喝; vi.吃饭, 吃东西	
	10	ebb 【eb】	vi.衰退, 减退; n.处于低潮, 处于衰退状态	
	11	eccentric 【ɪk'sentɪk】	a.古怪的, 怪癖的, 异乎寻常的; n.古怪的人	
	12	echo 【'ekəʊ】	v./n.回声, 反响, 共鸣	
	13	eclipse 【ɪ'klɪps】	n.日食, 月食	
	14	ecology 【i'kɒlədʒi】	n.生态学	
	15	economic 【,i:kə'nɒmɪk】	a.经济(上)的, 经济学的	
	16	economical 【,i:kə'nɒmɪkl; ekə'nɒmɪkl】	a.节约的, 经济的	
	17	economics 【,i:kə'nɒmɪks】	n.经济学, 经济情况	
	18	economy 【ɪ'kɒnəmi】	n.节约; 经济	
	19	edge 【edʒ】	n.边, 棱; 刀口, 刃; v.侧身移动, 挤进	
	20	edible 【'edəb(ə)l】	a.可食用的	
	21	edit 【'edɪt】	v.编辑, 校订	
	22	edition 【ɪ'dɪʃ(ə)n】	n.版, 版本, 版次	
	23	editor 【'edɪtə(r)】	n.编辑, 编者	
	24	editorial 【,edɪ'tɔ:riəl】	n.社论; a.社论的; 编辑上的	
	25	educate 【'edʒukeɪt】	v.教育, 培养, 训练	
	26	education 【,edʒu'keɪʃn】	n.教育, 培养, 训练	
	27	effect 【ɪ'fekt】	n.结果; 效果; 影响; 印象; vt.招致; 实现; 达到	
	28	effective 【ɪ'fektɪv】	a.有效的, 生效的; 被实施的; 给人深刻印象	
	29	efficiency 【ɪ'fɪʃ(ə)nsi】	n.效率; 功效	
	30	efficient 【ɪ'fɪʃnt】	a.有效的, 效率高的; 有能力的, 能胜任的	

Day 52				
打卡	序号	单词	释义	
	1	effort 【'efət】	n.努力；成就；艰难的尝试	
	2	egg 【eg】	n.蛋；卵；卵形物	
	3	ego 【'i:gəʊ】	n.自我，自负，利己主义；（心理学）自我意识	
	4	eight 【eit】	num.八；pron.八（个，只……）	
	5	eighteen 【,ei'ti:n】	num.十八，十八个	
	6	eighty 【'eiti】	num./a.八十；pron.八十（个，只……）	
	7	either 【'aɪðə(r)】	ad.也（不）；pron.两者之一；a.（两者中）任一	
	8	eject 【ɪ'dʒekt】	v.喷射，排出；驱逐	
	9	elaborate 【ɪ'læbəreɪt;ɪ'læbəreɪt】	v./a.精心制作（的）；详细阐述（的）	
	10	elapse 【ɪ'læps】	vi.（时间）溜走；（光阴）逝去	
	11	elastic 【ɪ'læstɪk】	a.弹性的；n.松紧带，橡皮圈	
	12	elbow 【'elbəʊ】	n.肘，（衣服的）肘部；vt.用肘推，用肘挤	
	13	elder 【'eldə(r)】	a.年长的，资格老的；n.长辈	
	14	elderly 【'eldəli】	a.较老的，年长的；n.[the~]到了晚年的人	
	15	elect 【ɪ'lekt】	v.选举，推选；选择，作出选择	
	16	electric 【ɪ'lektrɪk】	a.电的，导电的，电动的	
	17	electrical 【ɪ'lektrɪkl】	a.电的，电学的	
	18	electrician 【ɪ,lek'trɪʃn】	n.电学家，电工	
	19	electricity 【ɪ,lek'trɪsəti】	n.电，电流；电学	
	20	electron 【ɪ'lektrɒn】	n.电子	
	21	electronic 【ɪ,lek'trɒnɪk】	a.电子的	
	22	elegant 【'elɪɡənt】	a.优雅的；端庄的；雅致的	
	23	element 【'elɪmənt】	n.元素；要素；成分；元件；自然环境	
	24	elementary 【,eli'mentri】	a.初步的；基本的；[化]元素的；自然力的	
	25	elephant 【'elɪfənt】	n.（动物）象	
	26	elevate 【'elɪveɪt】	vt.举起，提拔，振奋，提升……的职位	
	27	elevator 【'elɪveɪtə(r)】	n.电梯，升降机	
	28	eleven 【ɪ'levn】	num.十一；pron./a.十一（个，只……）	
	29	eligible 【'elɪdʒəb(ə)l】	a.符合条件的；（尤指婚姻等）合适（意）的	
	30	eliminate 【ɪ'lɪmɪneɪt】	vt.除去；淘汰；排（删，消）除；削减（人员）	

Day 53				
打卡	序号	单词	释义	
	1	elite 【er'li:t】	n.〈法〉[集合名词]精华；精锐；中坚分子	
	2	eloquent 【'eləkwənt】	a.雄辩的，有说服力的；善辩的，口才流利的	
	3	else 【els】	ad.其它，另外，别的；[与 or 连用]否则	
	4	elsewhere 【,els'weə(r)】	ad.在别处，向别处	
	5	e-mail 【'i:meɪl】	n.(electronicmail)电子信函，电子邮件	
	6	embark 【ɪm'bɑ:k】	v.（使）上船（或飞机，汽车等）；着手，从事	
	7	embarrass 【ɪm'bærəs】	vt.使困窘，使局促不安；阻碍，麻烦	
	8	embassy 【'embəsi】	n.大使馆；大使及其随员	
	9	embed 【ɪm'bed】	vt.把……嵌（埋、插）入，扎牢；使深留脑中	
	10	embody 【ɪm'bɒdi】	vt.具体表达，使具体化；包含，收录	
	11	embrace 【ɪm'breɪs】	v.拥抱；包含；包围；环绕；采用；接受	
	12	emerge 【ɪ'mɜ:dʒ】	vt.显现，浮现；暴露；形成；	
	13	emergency 【ɪ'mɜ:dʒənsi】	n.紧急情况，突然事件，非常时刻	
	14	emigrate 【'emɪgreɪt】	v.（反）immigrate; (to, from)自本国移居他	
	15	eminent 【'emɪnənt】	a.显赫的；杰出的；有名的；优良的	
	16	emit 【i'mɪt】	vt.发出；放射；吐露；散发；发表；发行	
	17	emotion 【ɪ'məʊʃn】	n.情绪，情感，感情	
	18	emperor 【'empərə(r)】	n.皇帝	
	19	emphasis 【'emfəsɪs】	n.强调，重点	
	20	emphasize 【'emfəsaɪz】	v.(emphasise)强调	
	21	empire 【'empaɪə(r)】	n.帝国	
	22	empirical 【ɪm'pɪrɪk(ə)l】	a.凭经验（或观察）的，经验主义的	
	23	employ 【ɪm'plɔɪ】	n./v.雇用；用，使用	
	24	employee 【ɪm'plɔɪiː】	n.雇工，雇员	
	25	employer 【ɪm'plɔɪə(r)】	n.雇主	
	26	employment 【ɪm'plɔɪmənt】	n.雇用；使用；工作，职业	
	27	empty 【'empti】	a.空的；空洞的；v.倒空，使成为空的	
	28	enable 【ɪ'neɪbl】	v.使能够，使成为可能；授予权利或方法	
	29	enclose 【ɪn'kləʊz】	v.围住，圈起，封入	
	30	enclosure 【ɪn'kləʊʒə(r)】	n.围住，圈起，封入，附件	

Day 54				
打卡	序号	单词	释义	
	1	encounter 【ɪn'kaʊntə(r)】	n./v.遇到, 遭遇	
	2	encourage 【ɪn'kʌrɪdʒ】	v.鼓励, 怂恿	
	3	encyclopedia 【ɪnˌsaɪklə'pi:diə】	n.(encyclopaedia)百科全书	
	4	end 【end】	n.末端, 端, 梢; 目标, 目的; v.终止, 结束	
	5	endeavor 【ɪn'devə(r)】	v./n.(endeavour)努力, 尽力, 力图	
	6	ending 【'endɪŋ】	n.结尾, 结局	
	7	endow 【ɪn'daʊ】	vt.资助, 捐赠; (with)给予, 赋予	
	8	endurance 【ɪn'dʒʊərəns】	n.忍耐(力), 持久(力), 耐久(性)	
	9	endure 【ɪn'dʒʊə(r)】	v.忍受, 持久, 持续	
	10	enemy 【'enəmi】	n.敌人, 仇敌, 反对者; 敌人, 敌军, 敌国	
	11	energetic 【ˌenə'dʒetɪk】	a.精力旺盛的; 积极的; 有力的	
	12	energy 【'enədʒi】	n.活力, 精力; 能, 能量	
	13	enforce 【ɪn'fɔ:s】	v.实施, 执行; 强制; 支持, 坚持(要求, 主张等)	
	14	engage 【ɪn'geɪdʒ】	v.(in)从事, 着手; 约定; 使订婚; 保证; 雇用	
	15	engagement 【ɪn'geɪdʒmənt】	n.约会, 约定; 婚约, 订婚	
	16	engine 【'endʒɪn】	n.发动机, 引擎; 火车头	
	17	engineer 【ˌendʒɪ'nɪə(r)】	n.工程师	
	18	engineering 【ˌendʒɪ'nɪərɪŋ】	n.工程学	
	19	enhance 【ɪn'hɑ:ns】	v.提高, 增强	
	20	enjoy 【ɪn'dʒɔɪ】	vt.享受……的乐趣; 欣赏; 喜爱	
	21	enlarge 【ɪn'la:dʒ】	vt.扩大, 放大, 增大	
	22	enlighten 【ɪn'laɪtn】	v.启发, 启蒙, 教导	
	23	enormous 【ɪ'nɔ:məs】	a.巨大的, 庞大的	
	24	enough 【ɪ'nʌf】	a.(for)足够的; n.足够, 充分; ad.足够地	
	25	enquire 【ɪn'kwaɪə(r)】	v.(inquire)询问, 打听; 调查; 查问	
	26	enrich 【ɪn'rɪtʃ】	v.使富足; 使肥沃; 装饰; 加料于; 浓缩	
	27	enroll 【ɪn'rəʊl】	v.(enrol)招收; 登记; 入学; 参军; 成为会员	
	28	ensure 【ɪn'ʃʊə(r)】	v.确保, 保证; 使安全	
	29	entail 【ɪn'teɪl】	vt.使承担; 需要; 把(疾病等)遗传给; 限定	
	30	enter 【'entə(r)】	vt.进入; 参加, 加入; 写入; vi.进去, 进来	

Day 55				
打卡	序号	单词	释义	
	1	enterprise 【'entəpraɪz】	n.事业，企（事）业单位；事业心，进取心	
	2	entertain 【,entə'teɪn】	v.招待，款待；使娱乐；使欢乐；容纳，接受	
	3	entertainment 【,entə'teɪnmənt】	n.招待，款待；表演文娱节目	
	4	enthusiasm 【ɪn'θju:ziæzəm】	n.热情，热心；狂热；积极性(for)	
	5	enthusiastic 【ɪn,θju:zi'æstɪk】	a.热情的，热心的	
	6	entire 【ɪn'taɪə(r)】	a.完全的，全部的，完整的	
	7	entitle 【ɪn'taɪt(ə)l】	v.给以权利（或资格）；给……称号（题名）；授权	
	8	entity 【'entəti】	n.实体；存在（物）；组织，机构；本质	
	9	entrance 【'entrəns】	n.入口，门口；进入；入学，入会	
	10	entrepreneur 【,ɒntrəprə'nɜ:(r)】	n.[法]企业家，主办人	
	11	entry 【'entri】	n.进入，入口；通道；记载，条目	
	12	envelope 【'envələʊp】	n.信封，信皮；封套	
	13	environment 【ɪn'vaɪrənmənt】	n.环境，外界	
	14	envisage 【ɪn'vɪzɪdʒ】	v.想象，设想，展望，正视	
	15	envy 【'envi】	v./n.羡慕，忌妒	
	16	epidemic 【,epɪ'demɪk】	a.流行性的；传染的； n.流行病；传播	
	17	episode 【'epɪsəʊd】	n.一段情节；片断；（连续剧的）一集	
	18	epoch 【'i:pɒk】	n.新纪元；时代；时期；[地质]世，纪，期	
	19	equal 【'i:kwəl】	a.相等的；胜任的； n.相等的事务；对手； v.等于	
	20	equality 【'i:kwɒləti】	n.同等；平等；相等；等式；等同性	
	21	equation 【ɪ'kweɪʒn】	n.（数学）等式，方程式；(with)相等；均衡	
	22	equator 【ɪ'kwetə(r)】	n.赤道	
	23	equip 【ɪ'kwɪp】	v.(with)装备，配备；训练	
	24	equipment 【ɪ'kwɪpmənt】	n.设备，器材，装置；才能	
	25	equivalent 【ɪ'kwɪvələnt】	a.(to)相等的，等价的； n.相等物，等价物	
	26	era 【'iərə】	n.时代，年代，阶段，纪元	
	27	erase 【ɪ'reɪz】	v.擦掉；删去；消磁	
	28	erect 【ɪ'rekt】	v.树立，建立，使竖立； a.直立的，垂直的	
	29	erosion 【ɪ'rəʊʒn】	n.腐蚀，磨损；削弱，减少	
	30	erroneous 【ɪ'rəʊniəs】	a.错误的，不正确的	

Day 57				
打卡	序号	单词	释义	
	1	error 【'erə(r)】	n.错误, 过失	
	2	erupt 【ɪ'rʌpt】	v. (尤指火山) 爆发	
	3	escalate 【'eskəleɪt】	v. (使) 逐步增长 (或发展), (使) 逐步升级	
	4	escape 【ɪ'skeɪp】	n.逃跑, 逃脱; v.逃跑; 避开, 避免	
	5	escort 【'eskɔ:t】	vt.护送 (卫); 陪同; n.警卫, 护送者; 仪仗兵	
	6	especially 【ɪ'speʃəli】	ad.特别, 尤其, 格外; 专门地, 主要地	
	7	essay 【'eseɪ】	n.文章, 短文	
	8	essence 【'es(ə)ns】	n.本质, 实质	
	9	essential 【ɪ'senʃl】	a.本质的, 基本的; 净化的; n.本质; 要素	
	10	establish 【ɪ'stæblɪʃ】	v.建立, 设立; 安置, 使定居	
	11	establishment 【ɪ'stæblɪʃmənt】	n.建立, 设立, 建立的机构 (或组织)	
	12	estate 【ɪ'steɪt】	n.房地产; 不动产; 所有权; 地位; 生活状况	
	13	esteem 【ɪ'sti:m】	n.尊敬, 尊重; vt.尊重, 敬重; 把……看作	
	14	estimate 【'estɪmət】	v./n.估计, 估价; 评估	
	15	eternal 【ɪ'tɜ:n(ə)l】	n.永久的, 永恒的	
	16	ethnic 【'eθnɪk】	a.种族的; 人种学的	
	17	evacuate 【ɪ'vækjuet】	vt.撤离, 疏散, 排泄, 剥夺	
	18	evade 【ɪ'veɪd】	vt.逃避, 回避; 避开, 躲避	
	19	evaluate 【ɪ'væljueɪt】	v.估价, 评价; 求……的值	
	20	evaporate 【ɪ'væpəreɪt】	v.蒸发, 挥发; 沉淀; 发射; 消失	
	21	eve 【i:v】	n. (节日等的) 前夜, 前夕	
	22	even 【'i:v(ə)n】	ad.甚至 (更); a.均匀的; 平的; 相等的; 偶数的	
	23	evening 【'i:vniŋ】	n.傍晚, 黄昏, 晚上	
	24	event 【ɪ'vent】	n.事件, 事情	
	25	eventually 【ɪ'ventʃuəli】	ad.终于, 最后	
	26	ever 【'evə(r)】	ad.曾经; 永远; 在任何时候; 究竟	
	27	every 【'evri】	a.每一个的, 每个的; 每隔……的; 全部的	
	28	everybody 【'evrɪbɒdi】	pron.(everyone)每人, 人人	
	29	everyday 【'evrɪdeɪ】	adj.每日的, 日常的	
	30	everyone 【'evriwʌn】	pron.(everybody)每人, 人人, 各人	

Day 58				
打卡	序号	单词	释义	
	1	everything 【'evriθɪŋ】	pron.每件事，一切；最重要的东西	
	2	everywhere 【'evriweə(r)】	ad.到处，各处，无论何处	
	3	evidence 【'evidəns】	n.明显；显著；根据；证据；迹象	
	4	evident 【'evidənt】	a.明显的，明白的	
	5	evil 【'i:vl;'i:vɪl】	a.邪恶的，罪恶的； n.邪恶，罪恶	
	6	evoke 【ɪ'vəʊk】	vt.唤起（回忆、感情等）； 引起	
	7	evolution 【,i:və'lu:ʃn; ,evə'lu:ʃn】	n.进化，演变，发展，进展	
	8	evolve 【ɪ'vɒlv】	v.（使）发展；（使）进化；（使）进展	
	9	exact 【ɪg'zækt】	a.确切的，正确的，精确的	
	10	exaggerate 【ɪg'zædʒəreɪt】	v.夸大，夸张	
	11	exam 【ɪg'zæm】	n.(examination)考试，测验	
	12	examine 【ɪg'zæmɪn】	v.检查，调查；对……进行考试	
	13	example 【ɪg'zɑ:mpl】	n.例子，实例；模范，榜样	
	14	exceed 【ɪk'si:d】	v.超过，胜过；越出	
	15	exceedingly 【ɪk'si:dɪŋli】	ad.极端地，非常	
	16	excel 【ɪk'sel】	vi.胜过其他；擅长； vt.胜过，优于	
	17	excellent 【'eksələnt】	a.卓越的，极好的	
	18	except 【ɪk'sept】	prep.除……之外； v.除外； 反对	
	19	exception 【ɪk'sepʃn】	n.例外，除外；反对；异议	
	20	exceptional 【ɪk'sepʃən(ə)l】	a.例外的，异常的	
	21	excerpt 【ek'sɜ:pt】	n./vt.摘录； 引用	
	22	excess 【ɪk'ses】	a.过量的，额外的； n.过量； 过剩； 超额； 无节制	
	23	excessive 【ɪk'sesɪv】	a.过多的；过分的；额外	
	24	exchange 【ɪks'tʃeɪndʒ】	v./n.(for)交换，兑换； 交流，交易； 交换台	
	25	excite 【ɪk'saɪt】	v.刺激，使激动； 激发，激励	
	26	excitement 【ɪk'saɪtmənt】	n.刺激，激动，兴奋	
	27	exciting 【ɪk'saɪtɪŋ】	a.令人兴奋的，使人激动的	
	28	exclaim 【ɪk'skleɪm】	v.呼喊，惊叫，大声说	
	29	exclude 【ɪk'sklu:d】	v.拒绝，把……排除在外，排斥	
	30	exclusive 【ɪk'sklu:sɪv】	a.独占的；排他的；孤高的；唯一的；高级的	

Day 59				
打卡	序号	单词	释义	
	1	excursion 【ɪk'skɜːʃn】	n.短途旅行，游览；离题；[物理]偏移，漂移	
	2	excuse 【ɪk'skjuːs】	v.原谅，宽恕，免除；n.借口，辩解	
	3	execute 【'eksɪkjuːt】	v.实行；实施；执行；完成；履行；处死	
	4	executive 【ɪg'zekjətɪv】	n.总经理，董事，行政负责人；a.执行的，实施的	
	5	exemplify 【ɪg'zemplɪfaɪ】	v.举例证明；示范；作……的范例[榜样]	
	6	exempt 【ɪg'zempt】	a.免除的；v.免除；n.免税者；被免除义务者	
	7	exercise 【'eksəsaɪz】	n.练习，习题；训练，锻炼；v.训练，锻炼；行使	
	8	exert 【ɪg'zɜːt】	v.尽（力），施加（压力等），努力	
	9	exhaust 【ɪg'zɔːst】	v.使筋疲力尽，耗尽；抽完；n.排气装置；废气	
	10	exhibit 【ɪg'zɪbɪt】	v.展出，陈列；n.展览品，陈列品	
	11	exhibition 【ˌeksɪ'bɪʃ(ə)n】	n.展览会；陈列，展览	
	12	exile 【'eksəl】	n.流放；被流放者；vt.流放，放逐，把……充军	
	13	exist 【ɪg'zɪst】	v.存在；生存；生活	
	14	existence 【ɪg'zɪstəns】	n.存在，实在；生存，生活（方式）	
	15	exit 【'eksɪt】	n.出口，通道	
	16	exotic 【ɪg'zɒtɪk】	a.奇异的；异国情调的；外（国）来的	
	17	expand 【ɪk'spænd】	v.（使）膨胀，（使）扩张；张开，展开	
	18	expansion 【ɪk'spænj(ə)n】	n.扩张，膨胀；张开，伸展	
	19	expect 【ɪk'spekt】	v.预期；期望，指望	
	20	expectation 【ˌekspek'teɪʃ(ə)n】	n.预期，期望，指望	
	21	expedition 【ˌekspə'dɪʃ(ə)n】	n.远征（队），探险（队）	
	22	expel 【ɪk'spel】	v.把……开除；驱逐；排出；发射	
	23	expend 【ɪk'spend】	v.消费，花费	
	24	expenditure 【ɪk'spendɪtʃə(r)】	n.花费；（时间，金钱等的）支出，消耗	
	25	expense 【ɪk'spens】	n.花费，消费，消耗	
	26	expensive 【ɪk'spensɪv】	a.花费的，昂贵的	
	27	experience 【ɪk'sprɪəriəns】	n./vt.经验；经历；体验；阅历	
	28	experiment 【ɪk'sperɪmənt】	n.实验；试验；v.(on)进行实验；做试验	
	29	experimental 【ɪk'sperɪ'mentl】	a.实验（性）的，试验（性）的	
	30	expert 【'ekspɜːt】	n.专家，能手；a.熟练的，有经验的；专门的	

Day 60				
打卡	序号	单词	释义	
	1	expertise 【,ekspɜ:'ti:z】	n.专门知识（或技能等），专长	
	2	expire 【ɪk'spaɪə(r)】	v.期满，（期限）终止；呼气；断气，死亡	
	3	explain 【ɪk'spleɪn】	v.解释，说明	
	4	explanation 【,eksplə'neɪʃ(ə)n】	n.解释，说明	
	5	explicit 【ɪk'splɪsɪt】	a.详述的，明确的；坦率的；显然的	
	6	explode 【ɪk'spləʊd】	v.（使）爆炸，（使）爆发	
	7	exploit 【ɪk'splɔɪt】	v.开拓；开发；剥削；n.功绩[勋]；业绩	
	8	explore 【ɪk'splɔ:(r)】	v.勘探，探测；探究，探索	
	9	explosion 【ɪk'spləʊʒ(ə)n】	n.爆炸，爆发	
	10	explosive 【ɪk'spləʊsɪv】	a.爆炸（性）的，爆发（性）的；n.爆炸物，炸药	
	11	export 【ɪk'spɔ:t;'ekspɔ:t】	v./n.输出，出口；n.出口商品	
	12	expose 【ɪk'spəʊz】	v.(to)使暴露，受到；使曝光	
	13	exposure 【ɪk'spəʊʒə(r)】	n.暴露，揭露；方向；陈列；遗弃；照射量	
	14	express 【ɪk'spres】	v.表达，表示；a.特快的，快速的；n.快车，快运	
	15	expression 【ɪk'spreʃn】	n.表达；表情；声调；腔调；榨出；措词；式；符号	
	16	exquisite 【ɪk'skwɪzɪt;'ekskwɪzɪt】	a.优美的，高雅的，精致的；剧烈的，异常的	
	17	extend 【ɪk'stend】	v.延长，延伸；扩充；给予；提供；估价	
	18	extension 【ɪk'stenʃn】	n.延长；扩大；范围；大小；尺寸；电话分机	
	19	extensive 【ɪk'stensɪv】	a.广大的，广阔的	
	20	extent 【ɪk'stent】	n.广度，宽度，长度；程度，限度	
	21	exterior 【ɪk'stɪəriə(r)】	a.外部的，外面的；n.外部	
	22	external 【ɪk'stɜ:n(ə)l】	a.外部的；客观的；外国的；表面的；[医]外用的	
	23	extinct 【ɪk'stɪŋkt】	a.灭绝的；熄灭了的	
	24	extinguish 【ɪk'stɪŋgwɪʃ】	v.熄灭；消灭；结束；压制；使黯然失色；偿清	
	25	extra 【'ekstrə】	a.额外的，附加的；n.附加物，额外的东西	
	26	extract 【'ekstrækt】	v./n.拔出，抽出；摘录；n.抽取物；精华；选集	
	27	extraordinary 【ɪk'strɔ:dnri】	a.非常的；格外的；意外的；离奇的；临时的	
	28	extravagant 【ɪk'strævəɡənt】	a.奢侈的；过分的；（言行等）放肆的	
	29	extreme 【ɪk'stri:m】	a.末端的，尽头的；极度的；n.极端；最大程度	
	30	eye 【aɪ】	n.眼（睛）；视力；眼力；监督；vt.看，审视	

Day 61				
打卡	序号	单词	释义	
	1	eyebrow 【'aɪbrəʊ】	n.眉毛	
	2	eyesight 【'aɪsaɪt】	n.视力	
	3	fable 【'feɪb(ə)l】	n.寓言	
	4	fabric 【'fæbrɪk】	n.织物；织品；结构；构造；建筑物	
	5	fabricate 【'fæbrɪkeɪt】	v.捏造，编造（谎言，借口等）；建造，制造	
	6	fabulous 【'fæbjələs】	a.极好的；极为巨大的；寓言中的，传说中的	
	7	face 【feɪs】	n.脸，面貌；表情；正面；v.面对着；朝，面向	
	8	facilitate 【fə'sɪlɪteɪt】	v.使变得（更）容易；使便利；推动；帮助；促进	
	9	facility 【fə'sɪləti】	n.灵巧，熟练；(pl.)设备，设施，便利条件	
	10	fact 【fækt】	n.事实，实际	
	11	factor 【'fæktə(r)】	n.因素，要素	
	12	factory 【'fæktəri; 'fæktəri】	n.工厂	
	13	faculty 【'fæk(ə)lti】	n.才能；学院，系；（学院或系的）全体教学人员	
	14	fade 【feɪd】	v.褪色；衰减，消失；n.淡入（出）n.乏味（平淡）的	
	15	fail 【feɪl】	v.失败，不及格；衰退，减弱	
	16	failure 【'feɪljə(r)】	n.失败，不及格；失败者；故障，失灵；未能	
	17	faint 【feɪnt】	a.微弱的；不明显的；暗淡的；n./v.昏倒；昏晕	
	18	fair 【feə(r)】	a.公平的，合理的；相当的；n.集市，交易会	
	19	fairly 【'feəli】	ad.公正地，正当地；相当，还算	
	20	fairy 【'feəri】	a.幻想中的；虚构的；优雅的；n.仙女；精灵	
	21	faith 【feɪθ】	n.信任，信用；信仰，信条	
	22	faithful 【'feɪθfl】	a.守信的，忠实的，如实的，可靠的	
	23	fake 【feɪk】	n.假货，赝品；a.假的，冒充的；v.伪造；伪装	
	24	fall 【fɔ:l】	v.跌倒；下降；减弱；坠落；变成，陷于；n.秋季	
	25	false 【fɔ:ls】	a.谬误的，虚伪的，伪造的，假的	
	26	fame 【feɪm】	n.名声；名望；传说；vt 使出名；传扬……的名	
	27	familiar 【fə'mɪliə(r)】	a.熟悉的；通晓的；亲近的；n.熟客；密友	
	28	family 【'fæməli】	n.家，家庭成员；氏族，家庭；族，科	
	29	famine 【'fæmɪn】	n.饥荒，饥谨	
	30	famous 【'feɪməs】	a.著名的	

Day 62				
打卡	序号	单词	释义	
	1	fan 【fæn】	n.扇子，风扇；（影，球等）迷；v.扇，煽动，激起	
	2	fancy 【'fænsi】	n.爱好，迷恋；v.想象，幻想；a.花式的，奇特的	
	3	fantastic 【fæn'tæstɪk】	a.(fantastical)奇异的，幻想的，异想天开的	
	4	fantasy 【'fæntəsi】	n.幻想，空想；空想的产物，幻想作品	
	5	far 【fɑ:(r)】	a./ad.远，久远，遥远；ad.到……程度，……得多	
	6	fare 【feə(r)】	n.车费，船费；伙食；乘客；v.过活；进展；经营	
	7	farewell 【,feə'wel】	int.再会，别了；n.告别	
	8	farm 【fɑ:m】	n.农场，饲养场；v.种田，经营农牧业	
	9	farmer 【'fɑ:mə(r)】	n.农民，农场主	
	10	farther 【'fɑ:ðə(r)】	ad.更远地，再往前地；a.更远的	
	11	fascinate 【'fæsmert】	v.迷住，强烈吸引	
	12	fashion 【'fæʃ(ə)n】	n.流行式样（或货品），风尚，风气；样子，方式	
	13	fashionable 【'fæʃnəbl】	a.流行的，时髦的	
	14	fast 【fɑ:st】	a.快的，迅速的；坚固的；ad.紧紧地；迅速地	
	15	fasten 【'fɑ:sn】	v.扎牢，使固定	
	16	fat 【fæt】	a.多脂肪的，肥胖的；丰厚的；n.脂肪，肥肉	
	17	fatal 【'feɪt(ə)l】	a.致命的，毁灭性的	
	18	fate 【feɪt】	n.命运	
	19	father 【'fɑ:ðə(r)】	n.父亲；创始人，发明者；(Father)神父	
	20	fatigue 【fə'ti:g】	n./v.（使）疲劳	
	21	fault 【fɔ:lt】	n.过失，过错；缺点，毛病	
	22	faulty 【'fɔ:lti】	a.有错误的，有缺点的，不完善的	
	23	favor 【'feɪvə(r)】	n.(favour)好感；喜爱；关切；v.赞成，支持，偏爱	
	24	favorable 【'feɪvərəb(ə)l】	a.(favourable)赞许的，有利的，讨人喜欢的	
	25	favorite 【'feɪvərɪt】	n.(favourite)最喜欢的人或物；a.喜爱的	
	26	fax 【fæks】	n./v.传真（机）	
	27	fear 【fiə(r)】	n.害怕，恐惧；危险；vt.畏惧，害怕，担心	
	28	fearful 【'fiəf(ə)l】	a.可怕的，吓人的；害怕，担心，惊恐	
	29	feasible 【'fi:zəbl】	a.可行的；切实可行的；行得通的；可用的	
	30	feast 【fi:st】	n.节日；宴会	

Day 63				
打卡	序号	单词	释义	
	1	feat 【fi:t】	n.功绩，伟业，技艺	
	2	feather 【'feðə(r)】	n.羽毛	
	3	feature 【'fi:tʃə(r)】	n.特征；容貌；特色；特写；v.以……为特色	
	4	February 【'februəri】	n.二月	
	5	federal 【'fedərəl】	a.联邦的；联邦制的；联合的；同盟的	
	6	federation 【,fedə'reɪʃn】	n.同盟；联邦；联合；联盟；联合会	
	7	fee 【fi:】	n.费（会费，学费等）；酬金	
	8	feeble 【'fi:bl】	a.虚弱的，无力的	
	9	feed 【fi:d】	v.(on, with)喂养，饲养；(with)向……供给	
	10	feedback 【'fi:dbæk】	n.反馈；反应；回授	
	11	feel 【fi:l】	v.触；认为；vi.摸上去有……感觉；摸索；觉得	
	12	feeling 【'fi:liŋ】	n.感情；心情；知觉；同情	
	13	fell 【fel】	v.击倒；打倒（疾病等）；砍伐；a.凶猛的；可怕的	
	14	fellow 【'feləʊ】	n.人，家伙；伙伴，同事；a.同样的，同事的	
	15	fellowship 【'feləʊʃɪp】	n.伙伴关系；联谊会，团体	
	16	female 【'fi:meɪl】	n.女性；女人；雌兽；a.女性的；雌的；柔弱的	
	17	feminine 【'femənɪn】	a.女性的；娇柔的	
	18	fence 【fens】	n.篱笆；围栏；剑术；v.用篱笆瓦围住；击剑	
	19	ferry 【'feri】	n.摆渡；渡船；渡口；v.摆渡；渡运（人，车或物等）	
	20	fertile 【'fɜ:taɪl】	a.肥沃的，富饶的；能繁殖的	
	21	fertilizer 【'fɜ:təlaɪzə(r)】	n.(fertiliser)肥料	
	22	festival 【'festɪv(ə)l】	n.节日；音乐节；戏剧节；a.节日的；快乐的	
	23	fetch 【fetʃ】	v.取来；接来；引出；售得；吸引；n.取得；拿	
	24	feudal 【'fju:d(ə)l】	a.封建的；封地的；领地的	
	25	fever 【'fi:və(r)】	n.发热，狂热	
	26	few 【fju:】	a.[表肯定]有些，几个；[表否定]几乎没有的	
	27	fiber 【'faɪbə(r)】	n.(fibre)纤维；构造；纤维制品	
	28	fiction 【'fɪkʃn】	n.虚构，编造；小说	
	29	field 【fi:ld】	n.田野；运动场；（电或磁）场；领域，范围	
	30	fierce 【fɪəs】	a.凶猛的，残忍的；狂热的，强烈的	

Day 64				
打卡	序号	单词	释义	
	1	fifteen 【ˌfɪfˈti:n】	num.十五; pron./a.十五(个, 只……)	
	2	fifty 【ˈfɪfti】	num.五十, 五十个	
	3	fight 【faɪt】	v./n.打(仗), 搏斗, 斗争, 战斗	
	4	figure 【ˈfɪɡə(r)】	n.体形; 轮廓; 数字; 图形; v.描绘; 计算; 推测	
	5	file 【faɪl】	n.锉刀; 文件, 档案; v.锉	
	6	fill 【fɪl】	v.(with)填满, 充满	
	7	film 【fɪlm】	n.电影; 胶片; 薄膜, 薄层; vt.把……拍成电影	
	8	filter 【ˈfɪltə(r)】	n.滤器, 滤纸	
	9	final 【ˈfaɪnəl】	a.最终的, 决定性的; n.结局; 决赛; 期末考试	
	10	finally 【ˈfaɪnəli】	ad.最后, 最终; 决定性地	
	11	finance 【ˈfaɪnəns】	n.财政, 金融; v.为……提供资金	
	12	financial 【faɪˈnænʃ(ə)l】	a.财政的, 金融的	
	13	find 【faɪnd】	v.(found, found)找到; 发现; 发觉; 感到	
	14	finding 【ˈfaɪndɪŋ】	n.发现, 发现物; (常 pl.) 调查/研究结果	
	15	fine 【faɪn】	a.晴朗的, 美好的, 细致的; v./n.罚金, 罚款	
	16	finger 【ˈfɪŋɡə(r)】	n.手指; 指状物; 指针	
	17	finish 【ˈfɪnɪʃ】	n.完成; 结束; 磨光; v.完成; 结束; 用完; 毁掉	
	18	finite 【ˈfaɪnaɪt】	a.有限的; [数]有穷的, 限定的	
	19	fire 【ˈfaɪə(r)】	n.火; 火灾, 失火; 炉火; vi.开火; vt.放(枪)	
	20	fireman 【ˈfaɪəməŋ】	n.消防队员	
	21	fireplace 【ˈfaɪəpleɪs】	n.壁炉	
	22	firm 【fɜ:m】	a.坚固的; 坚决的, 坚定的; n.公司, 商号	
	23	first 【fɜ:st】	a./ad.第一; 最初; 首次; n.开始; pron.第一名	
	24	fish 【fɪʃ】	n.(pl.fish(es))鱼; 鱼肉; v.捕鱼; 钓鱼	
	25	fisherman 【ˈfɪʃməŋ】	n.渔夫, 捕鱼人	
	26	fist 【fɪst】	n.拳头; vt.用拳头打; 紧握	
	27	fit 【fɪt】	a.(病的)发作, 痉挛; v./a.n.合适, 试穿, 安装	
	28	fitting 【ˈfɪtɪŋ】	a.适当的, 恰当的; n.(常 pl.) 配件, 附件; 装配	
	29	five 【faɪv】	num.五; pron./a.五(个, 只……)	
	30	fix 【fɪks】	v.(使)固定; 修理; 安装; 决定; 注视; n.困境	

Day 65				
打卡	序号	单词	释义	
	1	fixture 【'fɪkstʃə(r)】	n.固定设备；预定日期；比赛时间；定期存款	
	2	flag 【flæg】	n.旗	
	3	flame 【fleɪm】	n.火焰，火苗；热情；光辉；v.发火焰，燃烧	
	4	flap 【flæp】	n.垂下物，帽檐，袋盖；n./v.拍打，拍动	
	5	flare 【fleə(r)】	v./n.闪耀，闪烁	
	6	flash 【flæʃ】	n./a.闪光（的）；v.发闪光，闪亮；闪现	
	7	flat 【flæt】	a.平坦的，扁平的，平淡的；n.一套房间；平面	
	8	flatter 【'flætə(r)】	vt.奉承；使高兴；使满意；胜过	
	9	flavor 【'fleɪvə(r)】	n.(flavour)情味；风味；滋味；v.给……调味	
	10	flaw 【flɔː】	n.裂缝；缺陷；v.使破裂；使有缺陷	
	11	flee 【fliː】	v.逃走；逃避	
	12	fleet 【fli:t】	n.舰队，船队	
	13	flesh 【fleʃ】	n.肉，肌肉	
	14	flexible 【'fleksəb(ə)l】	a.柔韧的，易弯曲的，灵活的，能变形的	
	15	flight 【flaɪt】	n.飞翔，飞行；航班；航程；逃跑；楼梯的一段	
	16	fling 【flɪŋ】	v.（用力地）扔，抛，丢	
	17	float 【fləʊt】	n.漂浮；漂流物；v.浮动；漂浮；传播；动摇	
	18	flock 【flɒk】	n.（一）群，（禽，畜等的）群；大量；v.群集，成群	
	19	flood 【flʌd】	n.洪水，水灾；v.淹没，发大水，泛滥	
	20	floor 【flo:(r)】	n.地板，（楼房）的层	
	21	flour 【'flaʊə(r)】	n.面粉	
	22	flourish 【'flaɪʃ】	n./v.繁荣，茂盛，兴旺	
	23	flow 【fləʊ】	v.流，流动；n.流量，流速	
	24	flower 【'flaʊə(r)】	n.花；精华，精粹，精英；盛时；vi.开花	
	25	flu 【fluː】	n.(influenza)流行性感冒	
	26	fluctuate 【'flʌktʃueɪt】	v.（使）波动；（使）起伏	
	27	fluent 【'flu:ənt】	a.流利的，流畅的	
	28	fluid 【'flu:ɪd】	a.流动的，液体的；n.流体，液体	
	29	flush 【flʌʃ】	n.脸红；v.发红；奔流；a.洋溢的；富裕的；齐平的	
	30	fly 【flaɪ】	n.飞行；苍蝇；v.飞行；飘杨；a.机敏的	

Day 66				
打卡	序号	单词	释义	
	1	foam 【fəʊm】	v./n.泡沫，起泡沫	
	2	focus 【'fəʊkəs】	n.焦点，（活动，兴趣等的）中心；v.(on)使聚集	
	3	fog 【fɒg】	n.雾气，雾；v.以雾笼罩，被雾笼罩	
	4	fold 【fəʊld】	v.折叠；合拢；抱住；n.褶，褶痕；羊栏；信徒	
	5	folk 【fəʊk】	n.人们；民族；亲属；a.民间的	
	6	follow 【'fɒləʊ】	v.跟随，接着；领会；沿着……前进，遵循；结果是	
	7	following 【'fɒləʊɪŋ】	a.下列的，下述的，其次的，接着的	
	8	fond 【fɒnd】	a.(of)喜爱的，爱好的	
	9	food 【fu:d】	n.食物，粮食，养料	
	10	fool 【fu:l】	n.傻子，笨蛋；vt.欺骗，愚弄；vi.干蠢事	
	11	foolish 【'fu:lɪʃ】	a.愚笨的，愚蠢的	
	12	foot 【fʊt】	n.(pl.feet)脚，足；英尺；底部	
	13	football 【'fɒtbɔ:l】	n.足球	
	14	footstep 【'fʊtstep】	n.脚步（声），足迹	
	15	for 【fə(r)】	prep.为了；给；代替；向；支持；conj.因为	
	16	forbid 【fə'brɪd】	v.禁止，不许	
	17	force 【fɔ:s】	n.力量，力；势力；(pl.)（总称）军队；v.强迫	
	18	fore 【fɔ:(r)】	ad.在前面；a.先前的；在前部的；n.前部	
	19	forecast 【'fɔ:kɑ:st】	v./n.预测，预报	
	20	forehead 【'fɔ:hed;'fɒrɪd】	n.前额；（任何事物的）前部	
	21	foreign 【'fɒrən】	a.外国的，(to)无关的；外来的；异质的	
	22	foreigner 【'fɒrənə(r)】	n.外国人	
	23	foremost 【'fɔ:məʊst】	a.最先的；最初的；主要的；ad.首要地	
	24	foresee 【fɔ:'si:]	v.预见，预知	
	25	forest 【'fɒrɪst】	n.森林	
	26	forever 【fə'revə(r)】	adv.(forever)永远；总是	
	27	forge 【fɔ:dʒ】	v.锻造，伪造；n.锻工车间；锻炉	
	28	forget 【fə'get】	v.忘记，遗忘	
	29	forgive 【fə'gɪv】	v.原谅，饶恕	
	30	fork 【fɔ:k】	n.叉，耙；叉形物；餐叉	

Day 67				
打卡	序号	单词	释义	
	1	form 【fɔ:m】	n.形状，形式；表格；v.组成，构成；形成	
	2	formal 【'fɔ:m(ə)l】	a.正式的；形式的	
	3	format 【'fɔ:mæt】	n.（出版物的）开本，版式，格式；vt.设计；安排	
	4	formation 【fɔ:'meɪʃn】	n.形成；构成；组织；构造；编制；塑造	
	5	former 【'fɔ:mə(r)】	a.以前的，在前的；pron.前者	
	6	formidable 【fə'mɪdəb(ə)l】	a.强大的；令人敬畏的；可怕的；艰难的	
	7	formula 【'fɔ:mjələ】	n.(pl.formulae)公式；规则；分子式；药方	
	8	formulate 【'fɔ:mjuleɪt】	v.用公式表示；规划；设计；系统地阐述	
	9	forth 【fɔ:θ】	ad.向前；向外，往外	
	10	forthcoming 【,fɔ:θ'kʌmɪŋ】	a.即将到来的；乐意帮助的；n.来临	
	11	fortnight 【'fɔ:tnaɪt】	n.两星期	
	12	fortunate 【'fɔ:tʃənət】	a.幸运的，侥幸的	
	13	fortune 【'fɔ:tʃu:n】	n.运气；命运；财产；财富	
	14	forty 【'fɔ:ti】	num./a.四十；pron.四十（个，只……）	
	15	forum 【'fɔ:rəm】	n.论坛，讨论会	
	16	forward 【'fɔ:wəd】	ad.(forwards)向前；a.向前的；v.转交	
	17	fossil 【'fɒsl】	n.化石	
	18	foster 【'fɒstə(r)】	vt.养育；收养；怀抱；鼓励；a.收养的；n.养育者	
	19	foul 【faʊl】	a.污秽的；邪恶的；v.弄脏；妨害；犯规；n.犯规	
	20	found 【faʊnd】	vt.建立；创立；创办；使有根据；铸造；熔制	
	21	foundation 【faʊn'deɪʃn】	n.基础，根本，建立，创立；地基，基金，基金会	
	22	fountain 【'faʊntən】	n.泉水，喷泉，源泉	
	23	four 【fɔ:(r)】	num.四；pron./a.四（个，只……）	
	24	fourteen 【,fɔ:'ti:n】	num.十四，十四个	
	25	fox 【fɒks】	n.狐狸	
	26	fraction 【'frækʃn】	n.碎片，小部分，一点儿；分数	
	27	fracture 【'fræktʃə(r)】	n.裂缝（痕）；骨折；v.（使）断裂，（使）折断	
	28	fragile 【'frædʒaɪl】	a.易碎的，脆的，易损坏的；虚弱的，脆弱的	
	29	fragment 【'frægmənt】	n.碎片，小部分，片断	
	30	fragrant 【'freɪgrənt】	a.香的；芬芳的	

Day 68				
打卡	序号	单词	释义	
	1	frame 【freɪm】	n.框架；体格；骨架；组织；机构；v.设计；制定	
	2	framework 【'freɪmwɜ:k】	n.构架；框架；结构；组织；机构	
	3	frank 【fræŋk】	a.坦白的，直率的	
	4	fraud 【frɔ:d】	n.欺诈，诈骗；欺骗（行为）；骗子；假货	
	5	free 【fri:]	a.自由的；免费的；免税的；空闲的；vt.释放	
	6	freedom 【'fri:dəm】	n.自由，自主，免除，特权	
	7	freeze 【fri:z】	v.使结冰，使凝固	
	8	freight 【freɪt】	n.货物，货运，运费	
	9	frequency 【'fri:kwənsi】	n.频率，周率	
	10	frequent 【'fri:kwənt】	a.时常发生的，频繁的	
	11	fresh 【frefʃ】	a.新鲜的，无经验的	
	12	friction 【'frɪkʃ(ə)n】	n.摩擦，摩擦力	
	13	Friday 【'fraɪdeɪ】	n.星期五	
	14	fridge 【frɪdʒ】	n.（refrigerator 的略语）冰箱	
	15	friend 【frend】	n.朋友	
	16	friendly 【'frendli】	a.友好的，友谊的	
	17	friendship 【'frendʃɪp】	n.友谊，友好	
	18	fright 【fraɪt】	n.恐怖	
	19	frighten 【'fraɪtn】	v.使惊恐	
	20	fringe 【frɪndʒ】	n.边缘；（窗帘）缘饰；额前垂发；vt.饰……的边	
	21	frog 【frɒg】	n.蛙	
	22	from 【frəm;frɒm】	prep.从，自从；由于；离；根据，按；去除	
	23	front 【frʌnt】	a.前面的，前部的；n.正面；前线，战线；v.面对	
	24	frontier 【'frʌntɪə(r)】	n.国境，边境；尖端，新领域	
	25	frost 【frɒst】	n.霜，霜冻，严寒 frown; v.皱眉	
	26	fruit 【fru:t】	n.水果，果实；成果，效果	
	27	fruitful 【'fru:tɪf(ə)l】	a.多产的；果实累累的，富有成效的	
	28	frustrate 【frʌ'streɪt】	vt.挫败，阻挠，使灰心	
	29	fry 【fraɪ】	v.油煎，油炸	
	30	fuel 【'fju:əl】	n.燃料；vt.给……加燃料	

Day 69				
打卡	序号	单词	释义	
	1	fulfill 【fʊl'fɪl】	v.(fulfil)完成，履行，实践，满足	
	2	full 【fʊl】	a.(of)满的，充满的；a./ad.完全，充分	
	3	fume 【fju:m】	n.（浓烈或难闻的）烟，气，汽	
	4	fun 【fʌn】	n.玩笑，娱乐；有趣的人（或事物）	
	5	function 【'fʌŋkʃ(ə)n】	n.功能，作用；(pl.)职务；函数；v.起作用	
	6	fund 【fʌnd】	n.资金，基金；存款，现款；（知识等的）累积	
	7	fundamental 【,fʌndə'ment(ə)l】	a.基础的，基本的；n.基本原则，基本原理	
	8	funeral 【'fju:nərəl】	n.丧葬，葬礼	
	9	funny 【'fʌni】	a.滑稽的，可笑的	
	10	fur 【fɜ:(r)】	n.毛，毛皮	
	11	furious 【'fjʊəriəs】	a.狂怒的，狂暴的，猛烈的	
	12	furnace 【'fɜ:nɪs】	n.炉子，熔炉	
	13	furnish 【'fɜ:nɪʃ】	v.供应，提供；装备，布置	
	14	furniture 【'fɜ:nɪʃə(r)】	n.家具	
	15	further 【'fɜ:ðə(r)】	ad./a.更远，更往前；进一步；v.促进，增进	
	16	furthermore 【,fɜ:ðə'mɔ:(r)】	ad.而且，此外	
	17	fuse 【fju:z】	n.保险丝，导火线，引信；v.熔化，熔合	
	18	fuss 【fʌs】	n./v.忙乱，大惊小怪	
	19	futile 【'fju:taɪl】	a.无效的，无用的，无希望的	
	20	future 【'fju:tʃə(r)】	n.将来，未来；前途，前景；a.将来的，未来的	
	21	gain 【geɪn】	v.获得；增加；表等走快；n.增进，增加；收益	
	22	galaxy 【'gæləksi】	n.星系；(the Galaxy)银河（系）；一群显赫的人	
	23	gallery 【'gæləri】	n.长廊，画廊，美术馆	
	24	gallon 【'gælən】	n.加仑	
	25	gallop 【'gæləp】	v./n.奔驰，飞奔	
	26	gamble 【'gæmb(ə)l】	n./v.投机，冒险；赌博	
	27	game 【geɪm】	n.游戏，娱乐；比赛；(pl.)运动会；vi.赌博	
	28	gang 【gæŋ】	n.一帮，一群，一伙	
	29	gaol 【dʒeɪl】	n.(jail)监狱；（不加冠词）监禁；vt.使……坐牢	
	30	gap 【gæp】	n.缺口；差距；空白；缺乏	

Day 70				
打卡	序号	单词	释义	
	1	garage 【'gærɑ:ʒ】	n.车库，飞机库；修车厂	
	2	garbage 【'gɑ:brɪdʒ】	n.垃圾	
	3	garden 【'gɑ:dn】	n.（菜，花）园；公园	
	4	garlic 【'gɑ:lɪk】	n.蒜，大蒜粉	
	5	garment 【'gɑ:mənt】	n.（一件）衣服	
	6	gas 【gæs】	n.气体；煤气；汽油；毒气；vt.毒（死）；加油	
	7	gasoline 【'gæsəli:n】	n.(gasolene)汽油	
	8	gasp 【gɑ:sp】	n.喘息，气喘；v.喘息；气吁吁地说	
	9	gate 【geɪt】	n.大门；入口；观众人数，门票收入	
	10	gather 【'gæðə(r)】	v.聚集，聚拢；推测，推断	
	11	gauge 【geɪdʒ】	n.标准尺寸；规格；量规，量表；v.测量	
	12	gay 【geɪ】	a.快乐的，愉快的，色彩鲜艳的；n.同性恋	
	13	gaze 【geɪz】	v./n.凝视，注视	
	14	gear 【gɪə(r)】	n.齿轮，传动装置；v.(to)调整，使适合	
	15	gender 【'dʒendə(r)】	n.（生理上的）性；（名词、代词等的）性	
	16	gene 【dʒi:n】	n.基因	
	17	general 【'dʒen(ə)rəl】	a.一般的，普通的；总的，大体的；n.将军	
	18	generalize 【'dʒenrəlaɪz】	v.(generalise)归纳，概括；推广，普及	
	19	generate 【'dʒenəreɪt】	vt.产生，发生；生殖	
	20	generation 【,dʒenə'reɪʃn】	n.产生，发生；一代（人）	
	21	generator 【'dʒenəreɪtə(r)】	n.发电机，发生器	
	22	generous 【'dʒenərəs】	a.宽宏大量的，慷慨的	
	23	genetic 【dʒə'netɪk】	a.遗传（学）的；n.[-s]遗传学	
	24	genius 【'dʒi:niəs】	n.天才	
	25	gentle 【'dʒent(ə)l】	a.和蔼的，文雅的，有礼貌的	
	26	gentleman 【'dʒentlmən】	n.绅士，先生	
	27	gently 【'dʒentli】	ad.文雅地，有礼貌地；轻轻地	
	28	genuine 【'dʒenjʊn】	a.真正的，名副其实的	
	29	geography 【dʒi'ɒgrəfi】	n.地理（学）	
	30	geology 【dʒi'ɒlədʒi】	n.地质（学）	

Day 71				
打卡	序号	单词	释义	
	1	geometry 【dʒi'ɒmətri】	n.几何（学）	
	2	germ 【dʒɜ:m】	n.微生物，细菌	
	3	gesture 【'dʒestʃə(r)】	n.姿势，姿态，手势；v.做手势	
	4	get 【get】	v.获得，得到；使，使得；变得，成为；到达	
	5	ghost 【gəʊst】	n.鬼魂，幽灵	
	6	giant 【'dʒaɪənt】	n.巨人；a.巨大的	
	7	gift 【ɡɪft】	n.礼品，赠品；天赋，才能	
	8	gigantic 【dʒaɪ'ɡæntɪk】	a.巨大的，庞大的	
	9	giggle 【'ɡɪɡl】	vi. / n.痴笑；咯咯地笑；vt.咯咯地笑着说	
	10	girl 【ɡɜ:l】	n.少女，姑娘，女孩；女职员	
	11	give 【ɡɪv】	v.给，授予；供给；献出，让步；捐赠；发表	
	12	glad 【glæd】	a.高兴的，快活的；乐意的，情愿的	
	13	glamor 【'glæmə(r)】	n.(glamour)魅力；魔法；vt.迷惑	
	14	glance 【glɑ:ns】	v.(at, over)扫视；n.匆匆看，一瞥，一眼	
	15	glare 【gleə(r)】	vi.怒目而视；发射强光；n.强光；怒视；炫耀	
	16	glass 【glɑ:s】	n.玻璃；玻璃杯；镜子；(pl.)眼镜	
	17	glide 【glɑɪd】	n./v.溜，滑行；（时间）消逝	
	18	glimpse 【ɡlɪmps】	n./v.一瞥，瞥见	
	19	glitter 【'ɡlɪtə(r)】	n.光辉，灿烂；v.闪闪发光；闪耀	
	20	global 【'ɡləʊbl】	a.球形的；全球的，全世界的；全面的	
	21	globe 【ɡləʊb】	n.球体，地球仪；地球，世界	
	22	gloomy 【'ɡlu:mi】	a.阴暗的，阴沉的，令人沮丧的，阴郁的	
	23	glorious 【'ɡlə:riəs】	a.壮丽的，辉煌的；光荣的	
	24	glory 【'ɡlə:ri】	n.光荣，荣誉	
	25	glove 【ɡlʌv】	n.手套	
	26	glow 【ɡləʊ】	v.发热，发光，发红；n.白热	
	27	glue 【ɡlu:】	n.胶，胶水；v.胶合，粘贴	
	28	go 【ɡəʊ】	v.去，离开；走；放置；变成；运转；n.围棋	
	29	goal 【ɡəʊl】	n.目的，目标；守门员，球门；进球	
	30	goat 【ɡəʊt】	n.山羊	

Day 72				
打卡	序号	单词	释义	
	1	god 【gɒd】	n.上帝（小写 god 泛指所有的“神，神像”）	
	2	gold 【gəʊld】	n.金，黄金；金币；金黄色；a.金的，金制的	
	3	golden 【'gəʊldən】	a.金黄色的；贵重的，极好的	
	4	golf 【gɒlf】	n.高尔夫球	
	5	good 【gʊd】	a.好的；善良的；擅长的；乖的；n.好处；利益	
	6	goodby 【,gʊd'baɪ】	int.(goodbye)再见	
	7	goodness 【'gʊdnəs】	n.善良，仁慈；（食物等）精华；上帝	
	8	goods 【gʊdz】	n.(pl.)货物，商品	
	9	goose 【gu:s】	n.(pl.geese)鹅，雌鹅，鹅肉	
	10	gorgeous 【'gɔ:dʒəs】	a.华丽的；灿烂的；美丽的；宜人的；棒的	
	11	gossip 【'gɒsɪp】	n./v.（说）闲话，闲聊	
	12	govern 【'gʌvn】	v.统治，管理；决定，支配	
	13	government 【'gʌvənmənt】	n.政府，内阁；管理，支配；政治，政体	
	14	governor 【'gʌvənə(r)】	n.统治者，管理者，总督，州（省）长	
	15	gown 【gaʊn】	n.长袍，特殊场合穿的长服	
	16	grab 【græb】	v./n.(at)抓（住）；夺（得）	
	17	grace 【greɪs】	n.优美，文雅；恩惠，恩泽；宽限，缓刑；感恩祷告	
	18	graceful 【'greɪsfl】	a.优美的，文雅的，大方的	
	19	gracious 【'greɪʃəs】	a.亲切的，客气的；宽厚的，仁慈的	
	20	grade 【greɪd】	n.等级，级别；年级；分数；v.分等，分级	
	21	gradual 【'grædʒuəl】	a.逐渐的，逐步的	
	22	graduate 【'grædʒuət】	n.大学毕业生，研究生；v.大学毕业；a.毕了业的	
	23	grain 【greɪn】	n.谷物，谷类；颗粒，细粒	
	24	gramme 【græm】	n.(gram)克	
	25	grammar 【'græmə(r)】	n.语法，语法书	
	26	grand 【grænd】	a.盛大的，豪华的；重大的，主要的	
	27	grandmother 【'grænmʌðə(r)】	n.祖母，外祖母	
	28	grant 【grɑ:nt】	v.同意，准予；授予；n.授予物；津贴；转让证书	
	29	grape 【greɪp】	n.葡萄	
	30	graph 【grɑ:f】	n.图表，曲线图	

Day 73				
打卡	序号	单词	释义	
	1	graphic 【'græfɪk】	a.绘画似的，图解的，生动的	
	2	grasp 【grɑːsp】	v./n.抓住，抓紧；掌握，领会	
	3	grass 【grɑːs】	n.草，草地	
	4	grateful 【'ɡreɪtful】	a.(to, for)感激的；感谢的	
	5	gratitude 【'grætɪtjuːd】	n.感激，感谢	
	6	grave 【ɡreɪv】	n.坟墓； a.严肃的，庄重的	
	7	gravity 【'ɡrævəti】	n.重力，引力；严肃，庄重	
	8	graze 【ɡreɪz】	vi.吃青草； vt.放牧；擦伤；掠过； n.擦伤（处）	
	9	grease 【ɡriːs】	n.动物脂，油脂，润滑脂； v.抹油，润滑	
	10	great 【ɡreɪt】	a.伟大的；重要的；大量的；很好的；美好的	
	11	greedy 【'ɡriːdi】	a.贪吃的，贪婪的，渴望的	
	12	green 【ɡriːn】	a.绿色的；生的；未成熟的； n.绿色；蔬菜；植物	
	13	greenhouse 【'ɡriːnhaʊs】	n.温室	
	14	greet 【ɡriːt】	v.致敬，敬意，迎接；扑（鼻），入（耳），触（目）	
	15	greeting 【'ɡriːtɪŋ】	n.问候，致敬	
	16	grey 【ɡreɪ】	n./a.(gray)灰色（的）	
	17	grief 【ɡriːf】	n.悲伤，悲痛；悲伤的事，悲痛的缘由	
	18	grieve 【ɡriːv】	v.使悲伤，使伤心	
	19	grim 【ɡrɪm】	a.严酷的，令人害怕的；不愉快的，讨厌的	
	20	grin 【ɡrɪn】	n./vi.露齿而笑，咧嘴一笑	
	21	grind 【ɡraɪnd】	v.磨（碎），碾（碎）	
	22	grip 【ɡrɪp】	v./n.紧握，抓紧；掌握	
	23	groan 【ɡrəʊn】	v./n.呻吟	
	24	grocer 【'ɡrəʊsə(r)】	n.食品商，杂货商	
	25	grope 【ɡrəʊp】	n./v.摸索，探索	
	26	gross 【ɡrəʊs】	a.总的，毛（重）的；粗鲁的，粗俗的； n.总额	
	27	ground 【ɡraʊnd】	n.地，地面，土地；场地，场所；理由，根据	
	28	group 【ɡruːp】	n.群，组； v.分组	
	29	grow 【ɡrəʊ】	v.生长，成长；渐渐变成；栽培，种植；发展	
	30	grown-up 【'ɡrəʊn'ʌp】	a.成长的，成熟的，成人的； n.成年人	

Day 74				
打卡	序号	单词	释义	
	1	growth 【grəʊθ】	n.生长, 增长, 发展	
	2	guarantee 【,gærən'ti:】	n.保证, 保证书; v.保证, 担保	
	3	guard 【gɑ:d】	v./n.保卫, 守卫, 提防; n.哨兵, 警卫, 看守	
	4	guess 【ges】	v./n.猜测, 推测; 以为; 猜想[同]surmise	
	5	guest 【gest】	n.客人, 宾客, 旅客	
	6	guidance 【'gaɪdn̩s】	n.引导, 指导	
	7	guide 【gaɪd】	n.领路人; 指南, 导游; v.领路; 指导; 支配; 管理	
	8	guideline 【'gaɪdl̩n̩】	n.指导方针, 指导原则, 准则, 标准	
	9	guilt 【gɪlt】	n.罪过, 内疚	
	10	guilty 【'gɪlti】	a.(of)有罪的, 内疚的	
	11	guitar 【gɪ'ta:(r)】	n.吉他; vi.弹吉他	
	12	gulf 【gʌlf】	n.海湾	
	13	gum 【gʌm】	n.树胶; 口香糖	
	14	gun 【gʌn】	n.枪, 炮, 手枪	
	15	gut 【gʌt】	n.[pl.]胆量; 内脏; a.本能的; vt.取出内脏	
	16	guy 【gaɪ】	n.家伙, 人	
	17	gymnasium 【dʒɪm'neɪziəm】	n.(gym)体育馆, 健身房	
	18	habit 【'hæbɪt】	n.习惯, 习性, 脾性	
	19	habitat 【'hæbɪtæt】	n. (动物的) 栖息地, (植物的) 产地	
	20	hail 【heɪl】	v.下雹; 欢呼, 欢迎; n.雹	
	21	hair 【heə(r)】	n.毛发, 头发; 绒毛, 毛状物	
	22	half 【hɑ:f】	n.半, 一半; a.一半的, 不完全的; ad.一半地	
	23	hall 【hɔ:l】	n.礼堂, 会堂, 办公大楼, 门厅	
	24	halt 【hɔ:lt;hɒlt】	n.止步, 停步, 停止前进; v.止步, (使)停止	
	25	ham 【hæm】	n.火腿	
	26	hamburger 【'hæmbɜ:gə(r)】	n.汉堡包, 牛肉饼	
	27	hammer 【'hæmə(r)】	n.铁锤, 槌, 榔头; v.锤击, 敲打	
	28	hamper 【'hæmpə(r)】	v.妨碍, 阻碍, 牵制	
	29	hand 【hænd】	n.手, 人手, 雇员; 专门业人员; 指针; v.交	
	30	handbook 【'hændbʊk】	n.手册, 指南	

Day 75				
打卡	序号	单词	释义	
	1	handful 【'hændfʊl】	n.一把；少数；一小撮	
	2	handicap 【'hændikæp】	v.妨碍；n.（身体或智力方面的）缺陷；不利条件	
	3	handkerchief 【'hæŋkətʃɪf; 'hæŋkətʃi:f】	n.手帕	
	4	handle 【'hændl】	n.柄，把手，拉手；v.处理，对待，操纵；触，抚养	
	5	handsome 【'hænsəm】	a.漂亮的，英俊的；慷慨的，数量可观的	
	6	handwriting 【'hændraɪtɪŋ】	n.笔迹，手迹，书法	
	7	handy 【'hændi】	a.手边的，近便的；方便的	
	8	hang 【hæŋ】	v.悬挂，垂吊；吊死，绞死	
	9	happen 【'hæpən】	v.（偶然）发生；碰巧，恰好	
	10	happy 【'hæpi】	a.快乐的，幸福的；乐意的；令人满意的	
	11	harassment 【'hærəsmənt】	n.骚扰，扰乱；烦恼，烦乱	
	12	harbor 【'hɑ:bə(r)】	n.(harbour)海港；避难所；v.隐匿，窝藏	
	13	hard 【hɑ:d】	a.坚硬的；结实的；困难的；难忍的；严厉的	
	14	harden 【'hɑ:dn】	v.（使）变硬	
	15	hardly 【'hɑ:dli】	ad.几乎不，简直不；仅仅	
	16	hardship 【'hɑ:dʃɪp】	n.艰难，困苦	
	17	hardware 【'hɑ:dweə(r)】	n.五金，金属制品；硬件	
	18	harm 【hɑ:m】	n./v.伤害，损害，危害	
	19	harmony 【'hɑ:məni】	n.协调，和谐；融洽	
	20	harness 【'hɑ:nɪs】	v.治理，利用；n.马具，挽具	
	21	harsh 【hɑ:ʃ】	a.粗糙的；（声音）刺耳的；苛刻的，严酷的	
	22	harvest 【'hɑ:vɪst】	n.收获，收成；成果，后果；v.收获，收割	
	23	haste 【heɪst】	n.匆忙，急速；草率；v.赶快；匆忙	
	24	hasty 【'heɪsti】	a.匆忙的，仓促的；草率的	
	25	hat 【hæt】	n.帽子（一般指有边的帽子）	
	26	hatch 【hætʃ】	v.孵，孵出；策划，图谋；n.舱口，小门	
	27	hate 【heɪt】	v.恨，憎恨；不愿，不喜欢；n.恨，憎恶	
	28	hatred 【'heɪtrɪd】	n.憎恨，憎恶，怨恨	
	29	haul 【hɔ:l】	v.拖曳，拖运，用力拖	
	30	have 【həv;əv;hæv】	v.有，具有；体会，经受；从事；使；吃，喝	

Day 76				
打卡	序号	单词	释义	
	1	hawk 【hɔ:k】	n.鹰，隼	
	2	hay 【heɪ】	n.干草	
	3	hazard 【'hæzəd】	n.危险，冒险，危害；v.冒险，拼命	
	4	he 【hi;i:;i:hi:】	pron.他；（不论性别的）一个人	
	5	head 【hed】	n.头；顶部；领导，首脑；v.主管；位于……顶部	
	6	headache 【'hederk】	n.头痛	
	7	heading 【'hedɪŋ】	n.标题	
	8	headline 【'hedlɪn】	n.大字标题，新闻标题	
	9	headmaster 【,hed'mɑ:stə(r)】	n.校长	
	10	headquarters 【,hed'kwɔ:təz】	n.司令部，指挥部；总部，总局	
	11	heal 【hi:l】	v.治愈，愈合	
	12	health 【helθ】	n.健康，健康状况；卫生	
	13	healthy 【'helθi】	a.健康的，健壮的；有益健康的，卫生的	
	14	heap 【hi:p】	n.（一）堆，大量，许多；v.(up)堆，堆起	
	15	hear 【hɪə(r)】	v.听见；审讯；(from)收到……的信/电话；听说	
	16	hearing 【'hɪərɪŋ】	n.听，倾听；听力；审讯	
	17	heart 【hɑ:t】	n.心（脏）；内心，感情；热忱；中心，要点	
	18	heat 【hi:t】	n.热，热度；热烈，激烈；v.（给）加热，（使）变热	
	19	heave 【hi:v】	v.（用力）举，提，拉；扔；拖；呕吐；n.举起	
	20	heaven 【'hevɪn】	n.天，天空，天堂；(Heaven)上帝，神	
	21	heavy 【'hevi】	a.重的，重型的；沉重的，大量的，猛烈的	
	22	hedge 【hedʒ】	n.篱笆，树篱，障碍物；v.用树篱围住	
	23	heel 【hi:l】	n.脚后跟，踵，鞋跟	
	24	height 【haɪt】	n.高，高度；（常 pl.）高地，高处	
	25	heighten 【'haɪtn】	v.提高，升高	
	26	heir 【eə(r)】	n.继承人	
	27	helicopter 【'helɪkɒptə(r)】	n.直升（飞）机	
	28	hell 【hel;'heləvə】	n.地狱，阴间；苦境，极大痛苦	
	29	hello 【hə'ləʊ】	int.英（美）喂，你好（用来打招呼或引起注意）	
	30	helmet 【'helmt】	n.头盔，钢盔	

Day 77				
打卡	序号	单词	释义	
	1	help 【help】	v.帮（援）助；有助于；[呼救]救命；n.帮助（手）	
	2	helpful 【'helpfl】	a.(to)有帮助的，有益的，有用的	
	3	hemisphere 【'hemɪsfɪə(r)】	n.半球	
	4	hen 【hen】	n.母鸡	
	5	hence 【hens】	ad.从此，今后；因此	
	6	henceforth 【,hens'fɔ:θ】	ad.今后	
	7	her 【hə(r)】	pron.[she 的宾格]她；[she 的所有格]她的	
	8	herb 【hɜ:b】	n.药草，（调味用的）香草，草本植物	
	9	herd 【hɜ:d】	n.群，兽群，牛群；v.放牧，群集	
	10	here 【hɪə(r)】	ad.在（到，向）这里；这时；在这一点上	
	11	heritage 【'herɪtɪdʒ】	n.遗产，继承物；传统	
	12	hero 【'hɪərəʊ】	n.英雄，勇士；男主角，男主人公	
	13	heroic 【hə'reɪvɪk】	a.英雄的，英勇的，崇高的	
	14	heroin 【'herəʊɪn】	n.海洛因	
	15	heroine 【'herəʊɪn】	n.女英雄；女主角	
	16	hers 【hɜ:z】	pron.[she 的物主代词]她的（所有物）	
	17	herself 【hɜ:z'self】	pron.[反身代词]她自己；她亲自，她本人	
	18	hesitate 【'hezɪteɪt】	v.犹豫，踌躇；含糊，支吾	
	19	hi 【haɪ】	int.(hey)嗨！喂！	
	20	hide 【haɪd】	v.隐藏，躲藏；隐瞒；n.皮革，兽皮	
	21	hierarchy 【'haɪərəʊ:ki】	n.等级制度；统治集团，领导层	
	22	high 【haɪ】	a.高的，高度的，高级的，高尚的；ad.高高地	
	23	highland 【'haɪlənd】	n.高地，高原	
	24	highlight 【'haɪlaɪt】	v.使显著，使突出；强调；n.最精彩的部分	
	25	highly 【'haɪli】	ad.高度地，很，非常；赞许地	
	26	highway 【'haɪweɪ】	n.公路，大路	
	27	hijack 【'haɪdʒæk】	v.劫持，劫机，拦路抢劫	
	28	hike 【haɪk】	n.徒步旅行；增加；vi.徒步旅行；vt.提高	
	29	hill 【hɪl】	n.小山，山岗，高地；[pl.]丘陵（地带）	
	30	him 【hɪm;ɪm】	pron.他（he 的宾格形式）	

Day 78				
打卡	序号	单词	释义	
	1	himself 【hɪm'self】	pron.[反身代词]他自己；他本人	
	2	hinder 【'hɪndə(r)】	v.(from)阻止，妨碍；a.后面的	
	3	hinge 【hɪndʒ】	n.合页，铰链；vi.依……而定	
	4	hint 【hɪnt】	n.暗示，提示，线索；v.暗示，示意	
	5	hip 【hɪp】	n.臀部，髋；屋脊	
	6	hire 【'haɪə(r)】	n./v.雇用，租借	
	7	his 【hɪz】	pron.[he 的所有格/物主代词]他的（所有物）	
	8	historian 【hɪ'stɔːriən】	n.历史学家	
	9	historic 【hɪ'stɔːrɪk】	a.有历史意义的；历史的	
	10	historical 【hɪ'stɔːrɪkl】	a.历史的；有关历史的	
	11	history 【'hɪst(ə)ri】	n.历史，历史学；来历，经历	
	12	hit 【hɪt】	v.打，击；碰撞；n.击中；成功而风行一时的事物	
	13	hitherto 【,hɪðə'tuː】	ad.到目前为止，迄今	
	14	hobby 【'hɒbi】	n.业余爱好，嗜好，兴趣	
	15	hoist 【hɔɪst】	v.举起，升起，吊起	
	16	hold 【həʊld】	v.拿着；保有；托住；举行；继续；n.握住；船舱	
	17	holder 【'həʊldə(r)】	n.持有者，占有者；（台，架等）支持物	
	18	hole 【həʊl】	n.洞，孔	
	19	holiday 【'hɒlədeɪ,'hɒlədi】	n.假日，节日，假期，休假	
	20	hollow 【'hɒləʊ】	a.空的，中空的；空洞的，空虚的；v.挖空，凿空	
	21	holy 【'həʊli】	a.神圣的，圣洁的	
	22	home 【həʊm】	ad.回家，在家；n.家；家乡；a.家庭的；家乡的	
	23	homework 【'həʊmwɜ:k】	n.（学生的）家庭作业、课外人员	
	24	homogeneous 【,hɒmə'dʒiːniəs】	a.同种类的，同性质的，有相同特征的	
	25	honest 【'ɒnɪst】	a.诚实的，正直的，老实的	
	26	honey 【'hʌni】	n.蜜，蜂蜜	
	27	honor 【'ɒnə(r)】	n.(honour)尊敬，敬意；荣誉，光荣；v.尊敬	
	28	honorable 【'ɒnərəb(ə)l】	a.(honourable)可敬的；荣誉的，光荣的	
	29	hook 【hʊk】	n.钩，吊钩，钩状物；v.钩住	
	30	hop 【hɒp】	v.人单足跳；跳上（车等）；n.蹦跳；短程飞行	

Day 79				
打卡	序号	单词	释义	
	1	hope 【həʊp】	n.希望，期望；希望的人或事；v.希望，期望	
	2	hopeful 【'həʊpfl】	a.给人希望的，抱有希望的	
	3	horizon 【hə'reɪzn】	n.地平线；眼界，见识	
	4	horizontal 【,hɒrɪ'zɒnt(ə)l】	a.地平线的；水平的	
	5	horn 【hɔ:n】	n.（牛羊等的）角；号，喇叭；角状物；角制品	
	6	horrible 【'hɒrəb(ə)l】	a.令人恐惧的，可怕的；极讨厌的，糟透的	
	7	horror 【'hɒrə(r)】	n.恐怖，战栗	
	8	horse 【hɔ:s】	n.马；跳马，鞍马；v.骑马	
	9	horsepower 【'hɔ:spauə(r)】	n.[机]马力	
	10	hose 【həʊz】	n.水龙带，软管；v.用软管（淋浇，冲洗）	
	11	hospital 【'hɒspɪtl】	n.医院	
	12	hospitality 【,hɒspɪ'tæləti】	n.好客，殷勤，款待	
	13	host 【həʊst】	n.主人；旅店老板；节目主持人；一大群，许多	
	14	hostage 【'hɒstɪdʒ】	n.人质	
	15	hostess 【'həʊstəs】	n.女主人，女主持人	
	16	hostile 【'hɒstail】	a.敌对的，敌方的，敌意的	
	17	hot 【hɒt】	a.（炎）热的；辣的；急躁的；激动的；热衷的	
	18	hotel 【həʊ'tel】	n.旅馆	
	19	hound 【haʊnd】	n.猎狗；卑鄙的人；vt.用猎狗追，追逐	
	20	hour 【'aʊə(r)】	n.小时，钟点；时刻；课时，工作时间	
	21	house 【haʊs】	n.房屋；商业机构；[H-]议院；v.给……房子住	
	22	household 【'haʊshəʊld】	n.家庭，家人；a.家庭（务）的，家常的	
	23	housewife 【'haʊswaɪf】	n.家庭主妇	
	24	housework 【'haʊswɜ:k】	n.家务，家事（不可数）	
	25	housing 【'haʊzɪŋ】	n.住房，住房供给；（外、阀）壳，防护罩	
	26	hover 【'hɒvə(r)】	vi.（鸟）盘旋，翱翔，（人）逗留在附近徘徊	
	27	how 【haʊ】	ad.（表示方法、手段、状态）怎样；如何	
	28	however 【haʊ'veə(r)】	ad.然而，可是，不过，无论如何；conj.无论	
	29	howl 【haʊl】	n.怒吼，嗥叫；vi.（风等）怒吼，咆哮	
	30	huddle 【'hʌd(ə)l】	n./v.拥挤；聚集；v.（因寒冷、害怕而）缩成一团	

Day 80				
打卡	序号	单词	释义	
	1	hug 【hʌg】	v./n.热烈拥抱，紧抱	
	2	huge 【hju:dʒ】	a.巨大的，庞大的	
	3	hum 【hʌm】	v.哼曲子；发嗡嗡声；忙碌；n.嗡嗡声，嘈杂声	
	4	human 【'hju:mən】	a.人的，人类的；n.人	
	5	humanity 【hju: 'mænəti】	n.人类，人性，人情；(pl.)人文科学	
	6	humble 【'hʌmbl】	a.谦卑的，恭顺的；地位低下的；v.降低，贬低	
	7	humid 【'hju:mɪd】	a.湿的，湿气重的	
	8	humidity 【hju: 'mɪdəti】	n.湿气，湿度	
	9	humiliate 【hju: 'mɪliət】	v.使羞辱，使丢脸[同]disgrace	
	10	humor 【'hju:mə(r)】	n.(humour)幽默，诙谐	
	11	humorous 【'hju:mərəs】	a.富于幽默感的，幽默的；滑稽的	
	12	hundred 【'hʌndrəd】	num.百，一百；[pl.]许多；a.一百的；许多	
	13	hunger 【'hʌŋgə(r)】	n./v.饥饿；渴望	
	14	hungry 【'hʌŋgri】	a.饥饿的，渴望的	
	15	hunt 【hʌnt】	v./n.打猎，猎取；(for)搜索；寻找	
	16	hurl 【hɜ:l】	vt.猛投，力掷；大声叫骂	
	17	hurricane 【'hʌrɪkən】	n.飓风	
	18	hurry 【'hʌri】	vi.匆忙；vt.催促；急运（派）；n.急（匆）忙	
	19	hurt 【hɜ:t】	n.伤痛，伤害；v.刺痛，伤害；伤……的感情	
	20	husband 【'hʌzbənd】	n.丈夫	
	21	hut 【hʌt】	n.小屋，棚屋	
	22	hydrogen 【'haɪdrədʒən】	n.氢	
	23	hypocrisy 【hɪ'pɒkrəsi】	n.伪善，虚伪	
	24	hypothesis 【haɪ'pɒθəsis】	n.假说，假设，前提	
	25	hysterical 【hɪ'sterɪk(ə)l】	a.情绪异常激动的，歇斯底里的	
	26	I 【aɪ】	pron.（主格）我	
	27	ice 【aɪs】	n.冰；冰冻甜食；vt.冰冻，使成冰	
	28	ice-cream 【'aɪskri:m】	n.冰淇淋	
	29	idea 【aɪ'diə】	n.想法，念头；概念，观念；意见，主意	
	30	ideal 【aɪ'di:əl】	a.理想的；空想的；理想主义的；唯心的；n.理想	

Day 81				
打卡	序号	单词	释义	
	1	identical 【aɪ'dentɪk(ə)l】	a.(to.with)同一的，同样的	
	2	identification 【aɪ,dentɪfɪ'keɪʃn】	n.识别，鉴别；证件；认同	
	3	identify 【aɪ'dentɪfaɪ】	v.识别，鉴别；(with)把……和……看成一样	
	4	identity 【aɪ'dentəti】	n.身份；本体；特征；同一（性）；一致；国籍；等式	
	5	ideology 【,aɪdɪ'ɒlədʒi】	n.意识形态，（政治或社会的）思想意识	
	6	idiom 【'ɪdiəm】	n.习语；成语方言；（艺术等的）风格，特色	
	7	idiot 【'ɪdiət】	n.白痴；极蠢的人；笨蛋	
	8	idle 【'aɪd(ə)l】	a.空闲的，闲置的；懒散的；v.空费，虚度	
	9	if 【ɪf】	conj.（用于连接宾语从句）是否；是不是	
	10	ignite 【ɪg'nart】	v.点火，引燃	
	11	ignorance 【'ɪgnərəns】	n.无知，愚昧；不知道	
	12	ignorant 【'ɪgnərənt】	a.无知的，愚昧的；不知道的	
	13	ignore 【ɪg'nɔ:(r)】	v.不理，不顾，忽视	
	14	ill 【ɪl】	a.有病的；坏的；恶意的；ad.坏地；不利地	
	15	illegal 【ɪ'li:gl】	a.不合法的，非法的	
	16	illiterate 【ɪ'lɪtərət】	a.文盲的，未受教育的	
	17	illness 【'ɪlnəs】	n.病，疾病	
	18	illuminate 【ɪ'lu:mɪneɪt】	vt.照亮，照明；用灯光装饰；说明，阐释	
	19	illusion 【ɪ'lu:ʒ(ə)n】	n.幻想，错误的观念；错觉，幻觉，假象	
	20	illustrate 【'ɪləstreɪt】	v.举例说明，阐明；图解，加插图	
	21	illustration 【,ɪlə'streɪʃ(ə)n】	n.说明；例证，插图；举例说明	
	22	image 【'ɪmɪdʒ】	n.形象，声誉；印象；像；形象的描述，比喻	
	23	imaginary 【ɪ'mædʒɪnəri】	a.想象的，虚构的	
	24	imagination 【ɪ,mædʒɪ'neɪʃn】	n.想象（力）；空想，幻觉；想象出来的事物	
	25	imaginative 【ɪ'mædʒɪnətɪv】	a.富有想象力的，爱想象的	
	26	imagine 【ɪ'mædʒɪn】	v.想象，设想，料想	
	27	imitate 【'ɪmɪteɪt】	v.模仿，仿效；仿造，伪造	
	28	imitation 【,ɪmɪ'teɪʃn】	n.模仿，仿效；仿制；仿造品	
	29	immediate 【ɪ'mi:diət】	a.立即的，即时的；直接的，最接近的	
	30	immense 【ɪ'mens】	a.广大的，巨大的；[口]极好的	

Day 82				
打卡	序号	单词	释义	
	1	immerse 【ɪ'mɜ:s】	v.使沉浸在；使浸没	
	2	immigrant 【'ɪmɪgrənt】	a.（从国外）移来的，移民的；n.移民，侨民	
	3	immune 【ɪ'mju:n】	a.免疫的，有免疫力的；有受影响的；豁免的	
	4	impact 【'ɪmpækt】	n.冲击，碰撞；影响；v.影响；挤入，压紧	
	5	impair 【ɪm'peə(r)】	v.损害，损伤；削弱，减少	
	6	impart 【ɪm'pɑ:t】	vt.传授，给予；告知，通知	
	7	impatient 【ɪm'peɪfnt】	a.不耐烦的，急躁的	
	8	imperative 【ɪm'perətɪv】	n.命令；需要；祈使语气；a.强制的；紧急的	
	9	imperial 【ɪm'piəriəl】	a.帝国的，帝王的；（度量衡）英制的	
	10	impetus 【'ɪmpɪtəs】	n.推动（力），促进	
	11	implement 【'ɪmplɪment】	n.(pl.)工具，器具；v.贯彻，实现	
	12	implication 【,ɪmplɪ'keɪʃn】	n.含义，暗示，暗指；牵连	
	13	implicit 【ɪm'plɪsɪt】	a.含蓄的；(in)固有的；无疑问的；绝对的	
	14	imply 【ɪm'plaɪ】	v.意指，含……意思，暗示	
	15	import 【'ɪmpɔ:t】	v./n.进口，输入，(pl.)进口商品；要旨，含意	
	16	importance 【ɪm'pɔ:t(ə)ns】	n.重要，重要性	
	17	important 【ɪm'pɔ:tnt】	a.重要的，重大的；有地位的，有权力的	
	18	impose 【ɪm'pəʊz】	v.征（税）；(on)把……强加给	
	19	impossible 【ɪm'pɒsəbl】	a.不可能的；难以忍受的，很难对付的	
	20	impress 【ɪm'pres】	v.(on)印，盖印；留下印象，引人注目	
	21	impression 【ɪm'preʃn】	n.印象，感想；盖印，压痕	
	22	impressive 【ɪm'presɪv】	a.给人深刻印象的，感人的	
	23	improve 【ɪm'pru:v】	v.改善，改进，增进；好转，进步	
	24	improvement 【ɪm'pru:vmənt】	n.改进，进步，增进；改进措施	
	25	impulse 【'ɪmpʌls】	v.推动；n.推动；冲动，刺激	
	26	in 【ɪn】	prep.在……里（内，上）；用……（表示）；ad.进，入	
	27	incentive 【ɪn'sentɪv】	n.刺激；动力；鼓励；诱因；动机	
	28	inch 【ɪntʃ】	n.英寸	
	29	incidence 【'ɪnsɪdəns】	n.影响程度，影响范围；发生率	
	30	incident 【'ɪnsɪdənt】	n.事件，事变	

Day 83				
打卡	序号	单词	释义	
	1	incidentally 【ˌɪnsɪ'dentli】	ad.附带地，顺便提及	
	2	incline 【ɪn'klaɪn】	v.（使）倾斜；（使）倾向于； n.斜坡，斜面	
	3	include 【ɪn'klu:d】	v.包括，包含，计入	
	4	inclusive 【ɪn'klu:sɪv】	a.(of)包括的，包含的；范围广的	
	5	income 【'ɪnkʌm】	n.收入，收益，所得	
	6	incorporate 【ɪn'kɔ:pəreɪt】	v.合并，纳入，结合； a.合并的	
	7	increase 【ɪn'kri:s; 'ɪŋkri:s; 'ɪnkri:s】	v./n.增加，增长，增进	
	8	increasingly 【ɪn'kri:sɪŋli】	ad.不断增加地，日益	
	9	incredible 【ɪn'kredəb(ə)l】	a.不可相信的，惊人的，不可思议的	
	10	incur 【ɪn'kɜ:(r)】	v.招致，惹起，遭受	
	11	indeed 【ɪn'di:d】	ad.确实，实在；真正地，多么	
	12	independence 【ˌɪndɪ'pendəns】	n.独立，自主	
	13	independent 【ˌɪndɪ'pendənt】	a.(of)独立的，自主的	
	14	index 【'ɪndeks】	n.(pl.indexes, indices)索引； v.附以索引	
	15	indicate 【'ɪndɪkeɪt】	v.指出，指示；表明，暗示	
	16	indication 【ˌɪndɪ'keɪʃn】	n.指出，指示；表明，暗示	
	17	indicative 【ɪn'dɪkətɪv】	a.(of)指示的，暗示的	
	18	indifferent 【ɪn'dɪfrənt】	a.冷漠的，不关心的，不积极的	
	19	indignant 【ɪn'dɪgnənt】	a.愤慨的，愤慨不平的	
	20	indignation 【ˌɪndɪg'neɪʃn】	n.愤怒，愤慨	
	21	indispensable 【ˌɪndɪ'spensəbl】	a.(to, for)必不可少的，必需的	
	22	individual 【ˌɪndɪ'vɪdʒuəl】	a.个人的，单独的；独特的； n.个人，个体	
	23	indoor 【'ɪndɔ:(r)】	a.室内的，户内的	
	24	induce 【ɪn'dju:s】	v.引诱，劝使；引起，导致；感应	
	25	indulge 【ɪn'dʌldʒ】	v.放任，纵容，沉溺；使（自己）纵情享受	
	26	industrial 【ɪn'dʌstriəl】	a.工业的，产业的	
	27	industrialize 【ɪn'dʌstriəlaɪz】	v.(industrialise)（使）工业化	
	28	industry 【'ɪndəstri】	n.工业，产业；勤劳，勤奋	
	29	inertia 【ɪ'nɜ:ʃə】	n.不活动，惰性；惯性	
	30	inevitable 【ɪn'evɪtəbl】	a.不可避免的，必然发生的	

Day 84				
打卡	序号	单词	释义	
	1	infant 【'ɪnfənt】	n.婴儿，幼儿	
	2	infect 【ɪn'fekt】	vt.传染，感染；影响（思想等）	
	3	infectious 【ɪn'fekʃəs】	a.传染的，传染性的，有感染力的	
	4	infer 【ɪn'fɜ:(r)】	v.推论，推断	
	5	inference 【'ɪnfərəns】	n.推论，推理，推断；结论	
	6	inferior 【ɪn'fɪəriə(r)】	a.下等的，下级的；劣等的，差的； n.下级，晚辈	
	7	infinite 【'ɪnfinət】	a.无限的，无穷的； n.无限	
	8	inflation 【ɪn'fleɪʃn】	n.通货膨胀	
	9	influence 【'ɪnfluəns】	n.(on)影响，感化；势力，权势； v.影响，感化	
	10	influential 【,ɪnflu'enʃl】	a.有影响的；有权势的	
	11	inform 【ɪn'fɔ:m】	v.(of, about)通知，告诉，报告；告发，告密	
	12	information 【,ɪnfə'meɪʃn】	n.通知，报告；情报，资料，消息；信息	
	13	infrared 【,ɪnfrə'red】	a./n.红外线（的）	
	14	infrastructure 【'ɪnfəstrʌktʃə(r)】	n.基础结构，基础设施	
	15	ingenious 【ɪn'dʒi:niəs】	a.机敏的；有独创性的；精致的；精巧制成的	
	16	ingredient 【ɪn'gri:diənt】	n.（混合物的）组成部分，配料；成份，要素	
	17	inhabit 【ɪn'hæbɪt】	vt.居住于，存在于；栖息于	
	18	inhabitant 【ɪn'hæbɪtənt】	n.居民，住户	
	19	inhale 【ɪn'heɪl】	v.吸入（气体等），吸（烟）	
	20	inherent 【ɪn'herənt】	a.固有的，内在的，天生的	
	21	inherit 【ɪn'herɪt】	vt.继承（金钱等），经遗传而得（性格、特征）	
	22	inhibit 【ɪn'hɪbɪt】	vt.抑制，约束	
	23	initial 【ɪ'nɪʃl】	a.最初的，开头的；词首的； n.词首大写字母	
	24	initiate 【ɪ'nɪʃiət】	vt.开始，创始，发动；启蒙，使入门；引入	
	25	initiative 【ɪ'nɪʃətɪv】	a.创始的，起始的； n.第一步，创始，主动精神	
	26	inject 【ɪn'dʒekt】	vt.注射（药液等）；注入	
	27	injure 【'ɪndʒə(r)】	v.损害，损伤，伤害	
	28	injury 【'ɪndʒəri】	n.伤害，损害	
	29	ink 【ɪŋk】	n.墨水，油墨	
	30	inland 【'ɪnlənd;ɪn'lænd】	a./ad.国内，内地，内陆	

Day 85				
打卡	序号	单词	释义	
	1	inlet 【'inlet】	n.水湾，小湾；进口，入口	
	2	inn 【ɪn】	n.小旅馆，客栈	
	3	inner 【'inə(r)】	a.内部的，里面的；内心的	
	4	innocent 【'ɪnəs(ə)nt】	a.(of)清白的，无罪的；无害的；单纯的，无知的	
	5	innovation 【,ɪnə'veɪʃn】	n.改革，革新；新观念，新方法，新发明	
	6	innumerable 【ɪ'nju:mərəb(ə)l】	a.无数的，数不清的	
	7	input 【'ɪnpʊt】	n./v.输入	
	8	inquiry 【ɪn'kwaɪəri】	n.(enquiry)询问，打听，调查	
	9	insect 【'ɪnsɛkt】	n.昆虫	
	10	insert 【ɪn'sɜ:t】	v.插入，嵌入；登载；n.插入物	
	11	inside 【,ɪn'saɪd】	a.里面的；ad.在里面；n.内部；prep.在……里	
	12	insight 【'ɪnsaɪt】	n.洞察力，见识	
	13	insist 【ɪn'sɪst】	vi.(on)坚持要求，坚决主张，坚持	
	14	inspect 【ɪn'spekt】	vt.检查，调查，视察	
	15	inspiration 【,ɪnspə'reɪʃn】	n.灵感；鼓舞，激励	
	16	inspire 【ɪn'spaɪə(r)】	vt.鼓舞，激起；使产生灵感	
	17	install 【ɪn'stɔ:l】	vt.(instal)安装，设置，安置；使就职，任命	
	18	installation 【,ɪnstə'leɪʃn】	n.安装，设置；装置，设备	
	19	installment 【ɪn'stɔ:lmənt】	n.(instalment)分期付款；（连载的）一期	
	20	instance 【'ɪnstəns】	n.例子，事例，例证	
	21	instant 【'ɪnstənt】	a.立即的；紧迫的；（食品）速溶的；n.瞬间，时刻	
	22	instantaneous 【,ɪnstən'teɪniəs】	a.瞬间的，即刻的	
	23	instead 【ɪn'sted】	ad.代替，顶替	
	24	instinct 【'ɪnstɪŋkt】	n.本能，直觉，天性	
	25	institute 【'ɪnstɪtju:t】	n.学会，研究所；学院；v.设立，设置，制定	
	26	institution 【,ɪnstɪ'tju:ʃn】	n.公共机构；协会；学校；研究所；制度；惯例	
	27	instruct 【ɪn'strʌkt】	v.教，教授；命令，指示	
	28	instruction 【ɪn'strʌkʃn】	n.教授；指导；(pl.)用法说明（书），操作指南	
	29	instrument 【'ɪnstɹəmənt】	n.工具，仪器，器械；乐器	
	30	instrumental 【,ɪnstɹə'mentl】	a.仪器的；器械的；乐器的；起作用的	

Day 86				
打卡	序号	单词	释义	
	1	insulate 【'ɪnsjuleɪt】	vt.隔离，孤立；使绝缘，使绝热	
	2	insult 【ɪn'sʌlt】	vt./n.侮辱，凌辱	
	3	insurance 【ɪn'ʃʊərəns】	n.保险，保险费，保险业	
	4	insure 【ɪn'ʃʊə(r)】	vt.保险，给……保险；保证	
	5	intact 【ɪn'tækt】	a.完整无缺的，未经触动的，未受损伤的	
	6	integral 【'ɪntɪgrəl】	a.构成整体所必需的；完整的	
	7	integrate 【'ɪntɪɡreɪt】	v.(into, with)（使）成为一体，（使）结合在一起	
	8	integrity 【ɪn'tegrəti】	n.正直，诚实；完整，完全	
	9	intellectual 【,ɪntə'lektʃuəl】	n.知识分子； a.智力的，有理解力的	
	10	intelligence 【ɪn'telɪdʒəns】	n.智力，聪明；理解力；情报，消息，报导	
	11	intelligent 【ɪn'telɪdʒənt】	a.聪明的，明智的，理智的	
	12	intelligible 【ɪn'telɪdʒəbl】	a.可理解的，明白易懂的，清楚的	
	13	intend 【ɪn'tend】	vt.想要，打算，企图	
	14	intense 【ɪn'tens】	a.强烈的，剧烈的；热烈的，热情的	
	15	intensity 【ɪn'tensəti】	n.强烈，剧烈；强度	
	16	intensive 【ɪn'tensɪv】	a.加强的，集中的，深入细致的，精耕细作的	
	17	intention 【ɪn'tenʃn】	n.意图，意向，目的	
	18	interact 【,ɪntər'ækt】	v.互相作用，互相影响	
	19	intercourse 【'ɪntəko:s】	n.交流，交往，交际，性交	
	20	interest 【'ɪntrəst】	n.(in)兴趣，重要性；利益； v.(in)使发生兴趣	
	21	interesting 【'ɪntrəstɪŋ; 'ɪntrestɪŋ】	a.有趣的，引人入胜的	
	22	interface 【'ɪntəfeɪs】	n.接合部位，分界面； v.（使）互相联系	
	23	interfere 【,ɪntə'fɪə(r)】	v.(in)干涉，干预； (with)妨碍，打扰	
	24	interference 【,ɪntə'fɪərəns】	n.(in)干涉，干预； (with)妨碍，打扰	
	25	interim 【'ɪntərɪm】	a.中间的，暂时的，临时的； n.过渡时期，暂定	
	26	interior 【ɪn'tɪəriə(r)】	a.内部的，里面的； n.内部，内地	
	27	intermediate 【,ɪntə'mi:diət】	a.中间的，居间的；中级的； n.中间体，媒介物	
	28	intermittent 【,ɪntə'mɪtənt】	a.间歇的，断断续续的	
	29	internal 【ɪn'tɜ:nl】	a.内部的，内的；国内的，内政的	
	30	international 【,ɪntə'næʃnəl】	a.国际的，世界（性）的，跨国的	

Day 87				
打卡	序号	单词	释义	
	1	internet 【'intənət】	n.[the Internet]国际互联网，因特网	
	2	interpret 【ɪn'tɜːprət】	vt.解释，说明；口译	
	3	interrupt 【,ɪntə'rʌpt】	v.中断，遮断，阻碍；打断（话），打扰	
	4	intersection 【,ɪntə'sekʃn】	n.相交，交叉；道路交叉口，十字路口	
	5	interval 【'ɪntəvl】	n.间隔，间歇；（幕间或工间）休息	
	6	intervene 【,ɪntə'vi:n】	v.(in)干涉，干预；插入，介入	
	7	interview 【'ɪntəvjʊː】	v./n.接见，会见；采访；面试	
	8	intimate 【'ɪtɪmət】	a.亲密的，密切的；n.熟友，熟人	
	9	intimidate 【ɪn'tɪmɪdeɪt】	vt.胁迫，威胁（某人做某事）	
	10	into 【'ɪntə;'ɪntu;'ɪntuː】	prep.到……里面，进入；成为（表示变化）	
	11	intricate 【'ɪntrɪkət】	a.复杂的，错综的，难以理解的	
	12	intrigue 【ɪn'tri:g】	n.阴谋；v.密谋，私通；激起……的兴趣；诡计取得	
	13	intrinsic 【ɪn'trɪnzɪk;ɪn'trɪnsɪk】	a.（指价值、性质）固有的，本质的，内在的	
	14	introduce 【,ɪntrə'dju:s】	vt.介绍；引进，传入；提出（议案等）	
	15	introduction 【,ɪntrə'dʌkʃn】	n.(to)介绍；传入，引进；导言，导论，绪论	
	16	intrude 【ɪn'tru:d】	vi.闯入，侵入；vt.把（思想等）强加于人；强挤入	
	17	intuition 【,ɪntju'ɪʃ(ə)n】	n.直觉，直观；凭直觉而知的事物	
	18	invade 【ɪn'veɪd】	vt.入侵，侵略，侵袭，侵扰	
	19	invalid 【ɪn'veəlɪd】	n.病人，伤残人；a.有病的，伤残的；无效的	
	20	invaluable 【ɪn'veljʊəbl】	a.非常宝贵的，无价的	
	21	invariably 【ɪn'veəriəbli】	ad.不变地，永恒地，总是	
	22	invasion 【ɪn'veɪʒn】	n.入侵，侵略，侵犯	
	23	invent 【ɪn'vent】	v.发明，创造；捏造，虚构	
	24	invention 【ɪn'venʃn】	n.发明，创造，发明物	
	25	inventory 【'ɪnvəntri】	n.详细目录，存货，财产清册，总量	
	26	inverse 【,ɪn'veɜːs】	a.相反的，倒转的，反转的；n.相反之物；v.倒转	
	27	invert 【ɪn'veɜːt】	v.倒置，倒转，颠倒	
	28	invest 【ɪn'vest】	vt.投资，投入（精力、时间等）	
	29	investigate 【ɪn'vestɪgeɪt】	v.调查，调查研究	
	30	investment 【ɪn'vestmənt】	n.投资，投资额	

Day 88				
打卡	序号	单词	释义	
	1	invisible 【in'vɪzəbl】	a.看不见的，无形的	
	2	invitation 【,ɪnvɪ'teɪʃn】	n.邀请，招待；请柬	
	3	invite 【ɪn'vaɪt】	vt.邀请，招待	
	4	involve 【ɪn'vɒlv】	v.卷入，陷入，连累；包含，含有，涉及	
	5	inward 【'ɪnwəd】	ad.向内，在内； a.向内的，在内的，里面的	
	6	iron 【'aɪən】	n.铁，铁制品，烙铁，熨斗； v.熨（衣），熨平	
	7	irony 【'aɪrəni】	n.反话，讽刺，讽刺之事	
	8	irrespective 【,ɪrɪ'spektɪv】	a.不顾的，不考虑的，无关的	
	9	irrigate 【'ɪrɪɡeɪt】	vt.灌溉，修水利； vi.进行灌溉	
	10	irritate 【'ɪrɪteɪt】	vt.激怒，恼火，使急躁	
	11	island 【'aɪlənd】	n.岛，岛屿；（道路上的）交通安全岛	
	12	isle 【aɪl】	n.小岛（用于诗歌中）	
	13	isolate 【'aɪsələɪt】	vt.隔离，孤立	
	14	issue 【'ɪʃuː】	n.问题，争端，发行（物），期号； vt.发行，流出	
	15	it 【ɪt】	pron.它； [作无人称动词的主语]	
	16	item 【'aɪtəm】	n.条（款），项目；一则（新闻），（戏剧的）节目	
	17	its 【ɪts】	pron.[it 的所有格]它的	
	18	itself 【ɪt'self】	pron.（it 的反身代词）它自己，它本身	
	19	jacket 【'dʒækɪt】	n.短上衣，夹克衫	
	20	jam 【dʒæm】	n.阻塞，轧住；果酱； v.（使）阻塞，（使）轧住不动	
	21	January 【'dʒænjuəri】	n.一月	
	22	jar 【dʒɑ:(r)】	n.罐坛，广口瓶	
	23	jargon 【'dʒɑ:gən】	n.行话	
	24	jaw 【dʒɔː】	n.颌，颚	
	25	jazz 【dʒæz】	n.爵士乐	
	26	jealous 【'dʒeləs】	a.(of)妒忌的；猜疑的，警惕的	
	27	jeans 【dʒi:nz】	n.牛仔裤（又称 bluejeans, dungarees 等）	
	28	jet 【dʒet】	n.喷气发动机，喷气式飞机；喷口； v.喷出，喷射	
	29	jewel 【'dʒu:əl】	n.宝石，宝石饰物	
	30	jewelry 【'dʒu:əlri】	n.(jewellery)（总称）珠宝	

Day 89				
打卡	序号	单词	释义	
	1	job 【dʒɒb】	n.工作，职位；零活，一件工作；任务，职责	
	2	jog 【dʒɒg】	v.慢跑	
	3	join 【dʒɔɪn】	v.参加，加入；联合，连接；和……在一起	
	4	joint 【dʒɔɪnt】	n.接合处，接头；关节；a.联合的，共同的，连接的	
	5	joke 【dʒəʊk】	n.笑话，玩笑；v.说笑话，开玩笑	
	6	jolly 【'dʒɒli】	a.欢乐的，高兴的	
	7	journal 【'dʒɜ:n(ə)l】	n.定期刊物，杂志，日报；日志，日记	
	8	journalist 【'dʒɜ:nəlist】	n.记者，新闻工作者	
	9	journey 【'dʒɜ:ni】	n.旅行，旅程；v.旅行	
	10	joy 【dʒɔɪ】	n.欢乐，喜悦；乐事，乐趣	
	11	judge 【dʒʌdʒ】	n.法官；裁判员；鉴定人；vt.审判；评论，裁判	
	12	judgement 【'dʒʌdʒmənt】	n.(judgment)审判，判决；判断（力）；看法，意见	
	13	judicial 【dʒu'diʃl】	a.司法的，法庭的，审判的；明断的，公正的	
	14	jug 【dʒʌg】	n.（有柄，小口，可盛水等的）大壶，罐，盂	
	15	juice 【dʒu:s】	n.（水果等）汁，液	
	16	July 【dʒu'laɪ】	n.七月	
	17	jump 【dʒʌmp】	v./n.跳跃，跳动，跳过；暴涨，猛增	
	18	junction 【'dʒʌŋkʃn】	n.连接，接合，交叉点，枢纽站，接头，中继线	
	19	June 【dʒu:n】	n.六月	
	20	jungle 【'dʒʌŋg(ə)l】	n.丛林，生死地带	
	21	junior 【'dʒu:niə(r)】	a./n.年少的/者，三年级的/学生，下级（的）	
	22	junk 【dʒʌŋk】	n.废物，旧货；舢板	
	23	jury 【'dʒʊəri】	n.陪审团；全体评审员	
	24	just 【dʒʌst】	ad.正好地；刚才；只不过；a.公正的，公平的	
	25	justice 【'dʒʌstɪs】	n.公正，公平；审判，司法	
	26	justify 【'dʒʌstɪfaɪ】	v.证明……正当（或有理、正确），为……辩护	
	27	juvenile 【'dʒu:vənəɪl】	n.青少年，少年读物；a.青少年的，幼稚的	
	28	keen 【ki:n】	a.锋利的；敏锐的；敏捷的；(on)热心的，渴望的	
	29	keep 【ki:p】	v.保持，保存，遵守，经营，看守，拘留，维持	
	30	kettle 【'ket(ə)l】	n.水壶	

Day 90				
打卡	序号	单词	释义	
	1	key 【ki:】	n.钥匙；答案；关键；键；a.主要的，关键的	
	2	keyboard 【'ki:bɔ:d】	n.键盘；vt.用键盘输入（信息）	
	3	kick 【kɪk】	n./v.踢	
	4	kid 【kɪd】	n.小孩，儿童；v.戏弄，取笑	
	5	kidnap 【'kɪdnæp】	vt.诱拐；绑架，劫持	
	6	kidney 【'kɪdni】	n.肾，肾脏	
	7	kill 【kɪl】	vt.杀死，消灭；破坏，毁灭；消磨（时间）	
	8	kilo 【'ki:ləʊ】	n.(kilogram/kilogramme)千克	
	9	kilometre 【kɪ'lɒmɪtə(r)】	n.(kilometer)公里，千米（略作 km）	
	10	kin 【kɪn】	n.家族，亲属，血缘关系；a.亲属关系的，同类的	
	11	kind 【kaɪnd】	a.仁慈的，友好的，亲切的，和蔼的；n.种类	
	12	kindergarten 【'kɪndəɡɑ:t(ə)n】	n.幼儿园	
	13	kindness 【'kaɪndnəs】	n.仁慈，亲切；好意；友好行为	
	14	king 【kɪŋ】	n.君主，国王	
	15	kingdom 【'kɪŋdəm】	n.王国，领域	
	16	kiss 【kɪs】	n./v.吻，接吻	
	17	kit 【kɪt】	n.成套工具，用具包，工具箱	
	18	kitchen 【'kɪtʃɪn】	n.厨房	
	19	kite 【kaɪt】	n.风筝	
	20	knee 【ni:】	n.膝，膝盖	
	21	kneel 【ni:l】	v.跪，下跪	
	22	knife 【naɪf】	n.刀，餐刀；v.用刀切，用匕首刺	
	23	knit 【nɪt】	v.编织，编结；接合，粘合	
	24	knob 【nɒb】	n.门把，（球形）把手，旋钮	
	25	knock 【nɒk】	v.敲，敲打，碰撞；n.敲，击	
	26	knot 【nɒt】	n.（绳）结；（树）节；节（=海里/小时）；v.打结	
	27	know 【nəʊ】	vt.知道，了解；认识；识别；vi.知道，了解	
	28	knowledge 【'nɒlɪdʒ】	n.知识，学识；知道，了解	
	29	lab 【ləb】	n.(laboratory)实验室	
	30	label 【'leɪb(ə)l】	n.标签；v.把……称为；用标签于；用标签标明	

Day 91				
打卡	序号	单词	释义	
	1	labor 【'leɪbə(r)】	n.(labour)工作，劳动；劳力；v.劳动，苦干	
	2	lace 【leɪs】	n.花边；带子，鞋带；v.系带，扎带	
	3	lack 【læk】	n./v.缺乏，不足	
	4	lad 【læd】	n.男孩，小伙子	
	5	ladder 【'lædə(r)】	n.梯子，阶梯	
	6	lady 【'leɪdi】	n.女士，夫人	
	7	lag 【læg】	v./n.落后，滞后；vt.用隔热材料覆盖（锅炉等）	
	8	lake 【leɪk】	n.湖泊，湖水	
	9	lamb 【læm】	n.羔羊，小羊；羔羊肉	
	10	lame 【leɪm】	a.跛的，（辩解、论据等）无说服力的	
	11	lamp 【læmp】	n.灯	
	12	land 【lænd】	n.陆地，土地，国家；v.（使）靠岸（登陆，降落）	
	13	landlady 【'lændleɪdi】	n.女房东，女地主	
	14	landlord 【'lændlɔ:d】	n.房东，地主	
	15	lane 【leɪn】	n.小路，小巷，行车道	
	16	language 【'læŋɡwɪdʒ】	n.语言，术语，（运用语言的）方式、风格	
	17	lantern 【'læntən】	n.灯，灯笼	
	18	lap 【læp】	n.大腿，（跑道的）一圈，一段路程，工作阶段	
	19	lapse 【læps】	n.失误，流逝，丧失，下降；v.失效，偏离，流逝	
	20	laptop 【'læptɒp】	n.膝上型电脑	
	21	large 【lɑ:dʒ】	a.大的，广大的，大规模的	
	22	largely 【'lɑ:dʒli】	ad.主要地，基本上；大量地，大规模地	
	23	laser 【'leɪzə(r)】	n.激光	
	24	lash 【læʃ】	v.鞭打，摆动，捆扎；n.鞭子，鞭打，睫毛，讽刺	
	25	last 【lɑ:st】	a.最后的，刚过去的；ad.最后；n.最后；v.持续	
	26	late 【leɪt】	a.迟的，晚的，晚期的；已故的；ad.迟，晚	
	27	lately 【'leɪtli】	ad.最近，不久前	
	28	latent 【'leɪt(ə)nt】	a.潜在的，潜伏的，不易察觉的	
	29	later 【'leɪtə(r)】	ad.后来，过后	
	30	lateral 【'lætərəl】	n.侧面的，旁边的	

Day 92				
打卡	序号	单词	释义	
	1	Latin 【'lætɪn】	a.拉丁的，拉丁文的； n.拉丁语	
	2	latitude 【'lætɪtju:d】	n.纬度，行动或言论的自由（范围），(pl.)地区	
	3	latter 【'lætə(r)】	a.后者的； 后一半的，接近终了的； n.后者	
	4	laugh 【lɑ:f】	v.笑； (on)讥笑； n.笑，笑声	
	5	laughter 【'lɑ:ftə(r)】	n.笑，笑声	
	6	launch 【lɔ:ntʃ】	v.发射； 使（船）下水，发动，开展； n.发射，下水	
	7	laundry 【'ləʊndri】	n.洗衣房（店）； 待洗衣物，所洗衣物	
	8	lavatory 【'lævətri】	n.厕所，盥洗室	
	9	law 【lɔ:】	n.法律，法规，法学，规律，定律	
	10	lawn 【lɔ:n】	n.草地，草坪	
	11	lawyer 【'lɔɪə(r)】	n.律师	
	12	lay 【leɪ】	v.放，搁； 下（蛋）； 铺设，敷设； 设置，布置	
	13	layer 【'leɪə(r)】	n.层，层次； 铺设者	
	14	layman 【'leɪmən】	n.外行	
	15	layoff 【'leɪɒf】	n.临时解雇，操作停止，活动停止期间，失业期	
	16	layout 【'leɪaʊt】	n.安排，布局，设计； 规划图，布局图	
	17	lazy 【'leɪzi】	a.懒惰的，懒散的	
	18	lead 【li:d】	v.领导； 领先； 通向，导致； n.带领，引导； 铅	
	19	leadership 【'li:dəʃɪp】	n.领导	
	20	leading 【'li:dɪŋ】	a.领导的，指导的； 第一位的； 最主要的	
	21	leaf 【li:f】	n.叶子； （书刊的）一页，一张； 金属薄片	
	22	leaflet 【'li:flət】	n.小叶，嫩叶； 传单，活页	
	23	league 【li:g】	n.同盟，联盟； 联合会，社团	
	24	leak 【li:k】	v.漏，泄漏； n.漏洞，漏隙； 泄漏，漏出	
	25	lean 【li:n】	v.倾斜，屈身； 倚，靠，依赖； a.瘦的，无脂肪的	
	26	leap 【li:p】	v.跳，跳跃； n.跳跃，飞跃	
	27	learn 【lɜ:n】	v.学习，学，学会； (of, about)听到，获悉	
	28	learned 【'lɜ:nɪd】	a.博学的，有学问的	
	29	learning 【'lɜ:nɪŋ】	n.知识，学问； 学习	
	30	lease 【li:s】	vt.出租，租用； n.租借，租期，租赁物	

Day 93				
打卡	序号	单词	释义	
	1	least 【li:st】	a.最小的；最少的；ad.最小；最少	
	2	leather 【'leðə(r)】	n.皮革，皮革制品	
	3	leave 【li:v】	v.离开；留下，忘带；让，听任；交付；n.许可；假期	
	4	lecture 【'lektʃə(r)】	n./v.演讲，讲课	
	5	left 【left】	n.左面，左方；a.左边的，左面的；在左方的	
	6	leg 【leg】	n.腿，腿部；支柱；（旅程的）一段，一站	
	7	legacy 【'legəsi】	n.遗产，遗赠；先人（或过去）留下的东西	
	8	legal 【'li:g(ə)l】	a.法律的，法定的；合法的，正当的	
	9	legend 【'ledʒənd】	n.传说，传奇	
	10	legislation 【,ledʒɪs'leɪʃn】	n.法律（规）；立法，法律的制定（或通过）	
	11	legitimate 【lɪ'dʒɪtɪmət】	a.合法的；合理的，合乎逻辑的；vt.使合法	
	12	leisure 【'leɪʒə(r)】	n.空闲，闲暇；悠闲，安逸	
	13	lemon 【'lemən】	n.柠檬	
	14	lend 【lend】	vt.借给，贷（款）	
	15	length 【lenkθ】	n.长，长度；一段，一节，程度，范围	
	16	lens 【lenz】	n.透镜，镜头	
	17	less 【les】	a./ad.更少的（地），更小的（地）	
	18	lesson 【'lesn】	n.（功）课；[pl.]课程；教训	
	19	lest 【lest】	conj.惟恐，免得	
	20	let 【let】	v.让，允许，听任；设，假设；出租，租给	
	21	letter 【'letə(r)】	n.信，函件；字母，文字	
	22	level 【'lev(ə)l】	n.水平，水准，等级；v.弄平，铺平；a.水平的	
	23	lever 【'li:və(r)】	n.杆，杠杆，手段，途径，工具	
	24	levy 【'levi】	n.征收，征税，征兵；v.征收，征集，征用	
	25	liability 【,laɪə'bɪləti】	n.责任，义务；(pl.)债务	
	26	liable 【'laɪəb(ə)l】	a.有……倾向的；可能遭受……的；有责任的	
	27	liberal 【'lɪbərəl】	a.慷慨的，大方的；富足的；自由的，思想开放的	
	28	liberate 【'lɪbəreɪt】	vt.解放，释放	
	29	liberty 【'lɪbəti】	n.自由，自由权；特权	
	30	librarian 【laɪ'breəriən】	n.图书管理员	

Day 94				
打卡	序号	单词	释义	
	1	library 【'laɪbrəri;'laɪbri】	n.图书馆；藏书室；藏书，丛书，文库	
	2	license 【'laɪsns】	n.(licence)许可证，执照；v.准许，认可	
	3	lick 【lɪk】	vt.舔；（火焰或浪）掠过；打败；n.舔；少量	
	4	lid 【lɪd】	n.盖	
	5	lie 【laɪ】	vi.躺，平放；处于；位于；v.说谎；n.谎话	
	6	life 【laɪf】	n.生命，生存；一生，寿命；生活；生物	
	7	lifetime 【'laɪftaɪm】	n.一生，终生	
	8	lift 【lɪft】	v.升起，举起，消散；n.电梯，上升，免费搭车	
	9	light 【laɪt】	n.光；灯；v.点燃；照亮；a.轻（快）；淡；明亮	
	10	lightning 【'laɪtnɪŋ】	n.闪电；a.闪电般的，快速的	
	11	like 【laɪk】	v.喜欢；prep.像；比如；a.相像的；n.像……一样	
	12	likelihood 【'laɪklihʊd】	n.可能性	
	13	likely 【'laɪkli】	a.很可能的，有希望的；ad.大概，多半	
	14	likewise 【'laɪkwaɪz】	ad.同样地，照样地；又，也，而且	
	15	limb 【lɪm】	n.肢，翼，大树枝	
	16	limit 【'lɪmɪt】	n.界限，限度，范围；v.(to)限制，限定	
	17	limitation 【,lɪmɪ'teɪʃn】	n.限制，局限性	
	18	limited 【'lɪmɪtɪd】	a.有限的，被限制的	
	19	limp 【lɪmp】	a.柔软的，易曲的；v./n.蹒跚，跛行	
	20	line 【laɪn】	n.线；路线，航线；排；线路；界线；v.排队；加衬	
	21	linear 【'lɪniə(r)】	a.线的，直线的，线状的；长度的；线性的	
	22	linen 【'lɪnɪn】	n.亚麻布，亚麻布制品	
	23	liner 【'laɪnə(r)】	n.班机，定期轮船，邮船	
	24	linger 【'lɪŋɡə(r)】	v.逗留，徘徊，拖延，留恋，浪费光阴，苟延残喘	
	25	linguistic 【lɪŋ'ɡwɪstɪk】	a.语言的，语言学的	
	26	link 【lɪŋk】	v.连接，联系；n.环节，链环	
	27	lion 【'laɪən】	n.狮子	
	28	lip 【lɪp】	n.嘴唇	
	29	liquid 【'lɪkwɪd】	n.液体；a.液体的，液态的	
	30	liquor 【'lɪkə(r)】	n.酒；溶液，液剂	

Day 95			
打 卡	序 号	单词	释义
	1	list 【lɪst】	n.表, 目录, 名单; v.把……编列成表, 列入表内
	2	listen 【'lɪs(ə)n】	vi.倾听 (与介词 to 并用, 方可置宾语)
	3	literacy 【'lɪtərəsi】	n.有文化, 有教养, 有读写能力
	4	literally 【'lɪtərəli】	ad.照字面意义, 逐字地; 确实
	5	literary 【'lɪtərəri】	a.文学上的, 文学的; 精通文学的, 从事写作的
	6	literature 【'lɪtrətʃə(r)】	n.文学, 文学作品, 文献, 图书资料, 印刷品
	7	litre 【'li:tə(r)】	n.(liter)升; 公升 (容量单位)
	8	litter 【'lɪtə(r)】	n.垃圾, (杂乱的) 废物; v.使杂乱, 乱丢
	9	little 【'lɪt(ə)l】	a.小, 幼小; 不多的; ad./n.不多, 几乎没有
	10	live 【lɪv;laiv】	v.活着, 生活, 居住; a.活的, 生动的, 直播的
	11	lively 【'laɪvli】	a.活泼的, 活跃的; 栩栩如生的, 真实的
	12	liver 【'lɪvə(r)】	n.肝, 肝脏
	13	living 【'lɪvɪŋ】	a.活的, 有生命的, 天然的, 逼真的; n.生活, 生计
	14	living-room 【'lɪvɪŋru:m;'lɪvɪŋrʊm】	n.起居室
	15	load 【ləʊd】	v.装 (货), 装载; n.装载 (量), 负荷 (量); (一) 担
	16	loaf 【ləʊf】	n.一个面包
	17	loan 【ləʊn】	n.贷款; 出借, 借出; v.借出
	18	lobby 【'lɒbi】	n.门廊, 门厅, (会议) 休息厅
	19	local 【'ləʊk(ə)l】	a.地方的, 当地的; 局部的
	20	locality 【ləʊ'kæləti】	n.位置, 地点
	21	locate 【ləʊ'keɪt】	v.查出, 探出, 查找……地点, 使……坐落于, 位于
	22	location 【ləʊ'keɪʃn】	n.位置, 场所, 定位, 测位
	23	lock 【lɒk】	n.锁; v.锁, 锁上
	24	locker 【'lɒkə(r)】	n.更衣箱
	25	locomotive 【ləʊkə'məʊtɪv】	n.机车, 火车头; a.运动的, 移动的, 运载的
	26	lodge 【lɒdʒ】	v.临时住宿, 寄宿, 寄存, 容纳; n.传达室, 小旅馆
	27	lofty 【'lɒfti】	a.崇高的, 高尚的; 高傲的; 极高的
	28	log 【lɒg】	n.原木, 圆木; 航海日志
	29	logic 【'lɒdʒɪk】	n.逻辑, 逻辑学
	30	logical 【'lɒdʒɪk(ə)l】	a.逻辑的, 符合逻辑的

Day 96				
打卡	序号	单词	释义	
	1	lonely 【'ləʊnli】	a.孤独的，寂寞的；荒凉的，人迹稀少的	
	2	long 【lɒŋ】	a.长的，长时间的，长期的；ad.长久，长期地	
	3	longitude 【'lɒŋɡɪtju:d】	n.经度	
	4	look 【lək】	vi./n.看，注视；v.好像，显得；n.外表，脸色	
	5	loom 【lu:m】	n.织布机，织机；v.隐现，（危险、忧虑等）迫近	
	6	loop 【lu:p】	n.圈，环	
	7	loose 【lu:s】	a.（宽）松的；不精确的；自由的，散漫的	
	8	loosen 【'lu:sn】	v.解开，放松	
	9	lord 【lɔ:d】	n.(Lord)上帝，主；主人，长官，君主，贵族	
	10	lorry 【'lɒri】	n.卡车，运货汽车	
	11	lose 【lu:z】	v.丢失，迷路，输掉，亏本，失败，走慢，使沉湎于	
	12	loss 【ləs】	n.丧失，遗失；损失，损耗，亏损；失败	
	13	lot 【lət】	n.许多，大量；签，抽签；命运；场地	
	14	lottery 【'lətəri】	n.抽彩；碰运气的事，难于算计的事	
	15	loud 【laʊd】	a.大声的，响亮的；吵闹的，喧嚣的	
	16	loudspeaker 【,laʊd'spi:kə(r)】	n.扬声器，扩音器	
	17	lounge 【laʊndʒ】	n.休息室，起居室，客厅	
	18	love 【lʌv】	n.爱，爱情，喜欢；vt.爱，热爱；爱好，喜欢	
	19	lovely 【'lʌvli】	a.可爱的，好看的；令人愉快的，美好的	
	20	lover 【'lʌvə(r)】	n.爱好者；(pl.)情侣	
	21	low 【ləʊ】	a.低，矮；低级的，下层的，卑贱的；低声的	
	22	lower 【'ləʊə(r)】	a.较低的，下级的，下游的；v.降下，放低	
	23	loyal 【'ləɪəl】	a.(to)忠诚的，忠贞的	
	24	loyalty 【'ləɪəlti】	n.忠诚，忠心	
	25	lubricate 【'lu:brikeit】	v.润滑，加润滑油，行贿，收买	
	26	luck 【lʌk】	n.运气；好运，侥幸	
	27	lucky 【'lʌki】	a.幸运的，侥幸的	
	28	luggage 【'lʌɡɪdʒ】	n.行李，皮箱	
	29	lumber 【'lʌmbə(r)】	n.木材，木料	
	30	lump 【lʌmp】	n.团，块；v.（使）成团，（使）成块	

Day 97				
打卡	序号	单词	释义	
	1	lunar 【'lu:nə(r)】	a.月亮的	
	2	lunch 【lʌntʃ】	n.午餐，（美）便餐	
	3	lung 【lʌŋ】	n.肺	
	4	lure 【lʊə(r)】	n.吸引力，魅力，诱惑物； vt.引诱，吸引	
	5	luxury 【'lʌkʃəri】	n.奢侈，华贵； 奢侈品； a.奢侈的，豪华的	
	6	machine 【mə'ʃi:n】	n.机器，机械； v.用机器加工	
	7	machinery 【mə'ʃi:nəri】	n.（总称）机器，机械	
	8	mad 【mæd】	a.发疯的； 狂热的，着迷的； 恼火的，生气的	
	9	madame 【,mædəm;'mædəm;mə'dɑ:m】	n.(madam)夫人，太太，女士	
	10	magazine 【,mægə'zi:n】	n.杂志，期刊	
	11	magic 【'mædʒɪk】	n.魔术，魔（魅）力，巫术； a.有魔力的，魔术的	
	12	magistrate 【'mædʒɪstreɪt】	n.地方行政官，地方法官，治安官	
	13	magnet 【'mæɡnət】	n.磁体，磁铁	
	14	magnetic 【mæg'netɪk】	a.磁的，有磁性的； 有吸引力的	
	15	magnificent 【mæg'nɪfɪs(ə)nt】	a.华丽的，高尚的，宏伟的	
	16	magnify 【'mæɡnɪfaɪ】	vt.放大，扩大，夸大，夸张	
	17	magnitude 【'mæɡnɪtju:d】	n.大小，数量； 巨大，广大	
	18	maid 【meɪd】	n.少女，处女，女仆	
	19	maiden 【'meɪdn】	n.少女，处女； a.未婚的，纯洁的，无经验的	
	20	mail 【meɪl】	n.邮件； v.邮寄	
	21	main 【meɪn】	a.主要的，总的； n.总管道； 干线	
	22	mainland 【'meɪnlənd;'meɪnlænd】	n.大陆，本土	
	23	maintain 【meɪn'teɪn】	v.维修，保养，维持，供养，坚持，主张，支持	
	24	maintenance 【'meɪntənəns】	n.维修，保养，维持，保持，生活费用	
	25	majesty 【'mædʒəsti】	n.雄伟，壮丽，庄严，威严； 最高权威，王权	
	26	major 【'meɪdʒə(r)】	a.主要的； n.成年人，专业学生，主修课程； v.主修	
	27	majority 【mə'dʒɔrəti】	n.多数，大多数，成年，法定年龄	
	28	make 【meɪk】	n.（产品）来源，制法； vt.制造，做成，准备	
	29	male 【meɪl】	n./a.男性（的），雄性（的）	
	30	malignant 【mə'ɪɡnənt】	a.恶性的，致命的； 恶意的，恶毒的	

Day 98				
打卡	序号	单词	释义	
	1	mammal 【'mæm(ə)l】	n.哺乳动物	
	2	man 【mæn】	n.(pl.men)人；人类（单数，不加冠词）；男人	
	3	manage 【'mænidʒ】	v.经营，管理，处理；设法，对付；操纵，运用	
	4	management 【'mænidʒmənt】	n.经营，管理；处理，操纵；管理部门	
	5	manager 【'mænidʒə(r)】	n.经理，管理人	
	6	maneuver 【mə'nuvə】	n.(manoeuvre)机动；运用，操作；v.机动	
	7	manifest 【'mænfest】	v.表明，证明，显示；a.明白的，明了的	
	8	manipulate 【mə'nɪpjuleɪt】	vt.（熟练地）使用，操作；（巧妙地）处理	
	9	mankind 【mæn'kaɪnd】	n.人类	
	10	manner 【'mænə(r)】	n.方式；举止；(pl.)风度，礼貌；规矩；风俗	
	11	manual 【'mænjuəl】	a.手的，手工做的，体力的；n.手册，指南	
	12	manufacture 【,mænju'fæktʃə(r)】	v.制造，加工；n.制造，制造业；产品	
	13	manuscript 【'mænjuskript】	n.手稿，原稿	
	14	many 【'meni】	a.许多的，多的；pron.许多人或物，许多	
	15	map 【mæp】	n.地图，图；vt.在地图上标示出，绘制地图	
	16	marble 【'mɑ:b(ə)l】	n.大理石，云石	
	17	march 【mɑ:tʃ】	v.（使）行军，（使）行进；n.行军，行程	
	18	March 【mɑ:tʃ】	n.三月（略作 Mar.）	
	19	margin 【'mɑ:dʒɪn】	n.页边空白；边缘；余地；幅度	
	20	marginal 【'mɑ:dʒɪn(ə)l】	a.记在页边的，旁注的；（意识）边缘的	
	21	marine 【mə'ri:n】	a.海的，海生的；船舶的，航海的	
	22	marital 【'mærɪtl】	a.婚姻的，夫妻之间的	
	23	mark 【mɑ:k】	n.痕迹；记号；分数；v.标记，打分，使有特色	
	24	market 【'mɑ:kɪt】	n.集市，市场；销路，需求（量）；v.销售	
	25	marriage 【'mærɪdʒ】	n.结婚，婚姻；结婚仪式	
	26	married 【'mærɪd】	a.已婚的，夫妇的；(to)与……结婚的	
	27	marry 【'mærɪ】	v.结婚，嫁，娶	
	28	marvelous 【'mɑ:vələs】	a.(marvellous)惊人的，奇迹般的，妙极的	
	29	Marxist 【'mɑ:ksɪst】	a.马克思主义的；n.马克思主义者	
	30	masculine 【'mæskjəlɪn】	a.男性的，似男性的；[语法]阳性的	

Day 99				
打卡	序号	单词	释义	
	1	mask 【mɑ:sk】	n.面具，面罩；假面具，伪装；v.掩饰，化装	
	2	mass 【mæs】	n.大量，众多；团，块；(pl.)群众，民众；质量	
	3	massacre 【'mæsəkə(r)】	vt.残杀，集体屠杀；n.残杀，大屠杀	
	4	massive 【'mæsɪv】	a.大而重的，厚实的，粗大的；大规模的，大量的	
	5	master 【'mɑ:stə(r)】	n.男主人；师傅；硕士；v.精通，控制；a.主要的	
	6	masterpiece 【'mɑ:stəpi:s】	n.杰作，名著	
	7	mat 【mæt】	n.席子，垫子	
	8	match 【mætʃ】	n.火柴；比赛，竞赛；对手，配偶；v.匹配，相称	
	9	mate 【meɪt】	n.伙伴，同事，同伴，配偶；v.结伴，配对，交配	
	10	material 【mə'tɪəriəl】	n.材料，原料，资料；a.物质的，肉体的，实质性的	
	11	mathematical 【,mæθə'mætɪkl】	a.数学的；数学上的	
	12	maths 【mæθs】	n.(mathematics/math)数学	
	13	matter 【'mætə(r)】	n.物质，物体；毛病，麻烦；事情；v.有关系，要紧	
	14	mature 【mə'tʃʊə(r);mə'tjʊə(r)】	a.成熟的，熟的；成年人的；v.（使）成熟	
	15	maximum 【'mæksɪmə】	n.最大值，极限；a.最大的，最高的	
	16	may 【meɪ】	aux.v.可能，也许；可以，被允许；祝，愿	
	17	May 【meɪ】	n.五月	
	18	maybe 【'meɪbi】	adv.可能；大概；也许	
	19	mayor 【meə(r)】	n.市长	
	20	me 【mi;mi:】	pron.[I 的宾格]我	
	21	meadow 【'medəʊ】	n.草地，牧场	
	22	meal 【mi:l】	n.膳食，一餐	
	23	mean 【mi:n】	v.表示……的意思；a.卑鄙的；平均的；n.平均值	
	24	meaning 【'mi:nɪŋ】	n.意思，意义，含义；重要性，价值	
	25	means 【mi:nz】	n.方法，手段	
	26	meantime 【'mi:ntaɪm】	n.(meanwhile)其间，其时；ad.同时，当时	
	27	meanwhile 【'mi:nwaɪl】	n.其时，其间；ad.当时，与此同时	
	28	measure 【'meʒə(r)】	v.测量，分派，权衡；n.尺寸，量度器，措施，办法	
	29	meat 【mi:t】	n.（食用）肉类	
	30	mechanic 【mə'kænik】	n.技工，机修工	

Day 100				
打卡	序号	单词	释义	
	1	mechanical 【mə'kæni:kəl】	a.机械的，由机构制成的；机械似的，呆板的	
	2	mechanism 【'mekənɪzəm】	n.机械装置，机构；机制	
	3	medal 【'medl】	n.奖章，勋章，纪念章	
	4	medical 【'medɪkl】	a.医学的，医疗的，医药的；内科的	
	5	medicine 【'medsn;'medɪsn】	n.内服药，医药；医术；医学，内科学	
	6	medieval 【,medi'i:vəl】	a.中世纪的，中古（时代）的，老式的，原始的	
	7	meditate 【'medɪteɪt】	v.想，考虑，（尤指宗教上的）沉思，冥想	
	8	meditation 【,medɪ'teɪʃn】	n.熟虑；（尤指宗教的）默想，沉思；(pl.)冥想录	
	9	medium 【'mi:diəm】	n.(pl.media)媒体，方法，媒介，介质；a.中等的	
	10	meet 【mi:t】	n.会，集会；v.遇见；会谈；迎接；满足；符合	
	11	meeting 【'mi:tɪŋ】	n.会议，集合，汇合，会见，接见，汇合点	
	12	melody 【'melədi】	n.旋律，曲调；悦耳的音乐	
	13	melon 【'melən】	n.甜瓜	
	14	melt 【melt】	v.（使）融化，（使）熔化	
	15	member 【'membə(r)】	n.成员，会员	
	16	membership 【'membəʃɪp】	n.会员资格，成员资格	
	17	memo 【'meməʊ】	n.(memorandum)备忘录	
	18	memorial 【mə'mɔ:riəl】	a.记忆的，纪念的；n.纪念物，纪念碑，纪念馆	
	19	memory 【'meməri】	n.记忆，记忆力；回忆；存储（器）	
	20	menace 【'menəs】	vt./n.有危险性的人（或物）；威胁，威吓	
	21	mend 【mend】	v.修理，缝补；改正，改进	
	22	mental 【'mentl】	a.精神的，思想的，心理的，智力的，脑力的	
	23	mention 【'menʃn】	v./n.提及，说起	
	24	menu 【'menju:】	n.菜单	
	25	merchandise 【'mɜ:tʃəndaɪs】	n.商品，货物	
	26	merchant 【'mɜ:tʃənt】	n.商人，零售商	
	27	mercury 【'mɜ:kjəri】	n.水银，汞	
	28	mercy 【'mɜ:si】	n.仁慈，怜悯，宽恕	
	29	mere 【miə(r)】	a.纯粹的；仅仅，只不过	
	30	merely 【'miəli】	adv.仅仅，只不过	

Day 101				
打卡	序号	单词	释义	
	1	merge 【mɜ:dʒ】	v. (使) 结合, (使) 合并, (使) 合为一体	
	2	merit 【'merɪt】	n. 优点, 价值, 功绩; v. 值得, 应得	
	3	merry 【'meri】	a. 欢乐的, 愉快的	
	4	mess 【mes】	n. 混乱, 混杂, 脏乱; v. 弄脏, 弄乱, 搞糟	
	5	message 【'mesɪdʒ】	n. 消息, 信息, 通讯, 启示, 教训, 广告词, 预言	
	6	messenger 【'mesɪndʒə(r)】	n. 送信者, 使者, 传令兵	
	7	metal 【'metl】	n. 金属, 金属制品	
	8	metaphor 【'metəfə(r); 'metəfɔ:(r)】	n. 隐喻, 暗喻	
	9	method 【'meθəd】	n. 方法, 办法	
	10	metre 【'mi:tə(r)】	n. (meter) 米, 公尺; 仪表, 计量器	
	11	metric 【'metrɪk】	a. 米制的, 公制的	
	12	metropolitan 【,metrə'pɒlɪtən】	a. 首都的, 主要都市的, 大城市	
	13	microphone 【'maɪkrəfəʊn】	n. 话筒, 扩音器	
	14	microscope 【'maɪkrəskəʊp】	n. 显微镜	
	15	middle 【'mɪd(ə)l】	n./a. 中间 (的), 当中 (的)	
	16	midst 【mɪdst】	n. 中间, 当中	
	17	might 【maɪt】	aux. v. 可能, 也许; n. 力量, 威力, 权力	
	18	migrate 【maɪ'greɪt】	v. 迁移, 移居 (国外)	
	19	mild 【maɪld】	a. 温和的, 轻微的, 味淡的, 不含有害物质的	
	20	mile 【maɪl】	n. 英里, 哩, 海里	
	21	militant 【'mɪlɪtənt】	a. 好战的, 富于战斗性的; n. 斗士	
	22	military 【'mɪlətri】	a. 军事的, 军用的, 军队的	
	23	milk 【mɪlk】	n. 牛奶; (植物流出的) 白色乳液; v. 挤奶	
	24	mill 【mɪl】	n. 磨粉机, 磨坊; 作坊, 工厂	
	25	millimeter 【'mɪlɪmi:tə(r)】	n. (millimetre) 毫米	
	26	million 【'mɪljən】	num./n. 百万, 百万个	
	27	millionaire 【,mɪljə'neə(r)】	n. 百万富翁	
	28	mind 【maɪnd】	n. 精神, 理智, 意见, 记忆力; v. 注意, 介意, 反对	
	29	mine 【maɪn】	pron. (I 的物主代词) 我的 (东西); n. 矿; v. 采矿	
	30	mineral 【'mɪnərəl】	n. 矿物, 矿石; a. 矿物的, 矿质的	

Day 102				
打卡	序号	单词	释义	
	1	mingle 【'mɪŋɡl】	v.（使）混合	
	2	miniature 【'mɪnɪətʃə(r)】	n.缩小的模型，缩图； a.微型的，缩小的	
	3	minimize 【'mɪnɪmaɪz】	v.(minimize)使减少到最少，使降到最低	
	4	minimum 【'mɪnɪməm】	n.最小值，最低限度； a.最小的，最低的	
	5	minister 【'mɪnɪstə(r)】	n.部长，大臣	
	6	ministry 【'mɪnɪstri】	n.（政府的）部； 牧师	
	7	minor 【'maɪnə(r)】	a.较小的，较小的； n.兼修学科； v.(in)兼修	
	8	minority 【maɪ'nɒrəti】	n.少数，少数派，少数民族	
	9	minus 【'maɪnəs】	a.负的，减的； prep.减去； n.负号，减号	
	10	minute 【'mɪnɪt】	n.分钟，片刻； (pl.)会议记录； a.微小的	
	11	miracle 【'mɪrəkl】	n.奇迹，令人惊奇的人（或事）	
	12	mirror 【'mɪrə(r)】	n.镜子； 反映，反射； v.反映，反射	
	13	mischief 【'mɪstʃɪf】	n.损害，伤害，危害； 恶作剧，胡闹； 灾祸	
	14	miserable 【'mɪzərəbl】	a.痛苦的，悲惨的	
	15	misery 【'mɪzəri】	n.痛苦，悲惨，不幸	
	16	misfortune 【,mɪs'fɔ:tʃu:n】	n.不幸，灾祸，灾难	
	17	mislead 【,mɪs'li:d】	v.把……带错路，使误入歧途	
	18	miss 【mɪs】	n.小姐； v.思念，未击中，错过，漏掉，逃脱	
	19	missile 【'mɪsaɪl】	n.导弹，发射物	
	20	missing 【'mɪsɪŋ】	a.漏掉的，失去的，失踪的	
	21	mission 【'mɪʃn】	n.使命，任务； 使团，代表团	
	22	missionary 【'mɪʃənri】	a.教会的，传教（士）的； n.传教士	
	23	mist 【mɪst】	n.薄雾，霭	
	24	mistake 【mɪ'steɪk】	n.错误，过失，误解； v.弄错； (for)把……误认为	
	25	mistress 【'mɪstrəs】	n.女主人； 主妇； 情妇，情人	
	26	misunderstand 【,mɪsʌndə'stænd】	v.误解，误会	
	27	mix 【mɪks】	v.使混合； 混淆	
	28	mixture 【'mɪkstʃə(r)】	n.混合； 混合物，混合剂	
	29	moan 【məʊn】	n.呻吟声，悲叹声； v.呻吟，抱怨，悲叹	
	30	mob 【mɒb】	n.乌合之众（尤指暴力者）； vi.围攻，聚众闹事	

Day 103				
打卡	序号	单词	释义	
	1	mobile 【'məʊbaɪl】	a.可动的，活动的，运动的	
	2	mobilize 【'məʊbəlaɪz】	v.(mobilise)动员，赋予可动性	
	3	mock 【mɒk】	v.嘲笑；a.假的，模拟的；n.（常 pl.）模拟考试	
	4	mode 【məʊd】	n.方式，式样	
	5	model 【'mɒd(ə)l】	n.样式，型；模范；模型，原型；模特；v.模仿	
	6	moderate 【'mɒdərət】	a.有节制的，中等的，适度的，温和的，稳健的	
	7	modern 【'mɒdn】	a.现代的，近代的，新式的	
	8	modernization 【,mɒdənaɪ'zeɪʃn】	n.(modernisation)现代化	
	9	modest 【'mɒdɪst】	a.谦虚的，有节制的	
	10	modify 【'mɒdɪfaɪ】	v.更改，修改，修饰	
	11	module 【'mɒdju:l】	n.组件，模块，模件；（航天器的）舱	
	12	moist 【məɪst】	a.潮湿的，湿润的，多雨的	
	13	moisture 【'məɪstʃə(r)】	n.潮湿，湿气，湿度	
	14	molecule 【'mɒlɪkju:l】	n.分子	
	15	moment 【'məʊmənt】	n.片刻，瞬间，时刻	
	16	momentum 【mə'mentəm】	n.动力，要素	
	17	monarch 【'mɒnək】	n.帝王，君主，最高统治者	
	18	Monday 【'mʌndeɪ】	n.星期一	
	19	monetary 【'mʌnɪtri】	a.金融的，货币的	
	20	money 【'mʌni】	n.货币，钱	
	21	monitor 【'mɒnɪtə(r)】	n.班长；监听器，监视器；v.监控，监测	
	22	monkey 【'mʌŋki】	n.猴子	
	23	monopoly 【mə'nɒpəli】	n.垄断，专卖，专利权，专利事业	
	24	monotonous 【mə'mɒtənəs】	a.单调的，无变化的	
	25	monster 【'mɒnstə(r)】	n.怪物，妖怪，畸形的动植物	
	26	month 【mʌnθ】	n.月，月份	
	27	monthly 【'mʌnθli】	a.每月的；ad.每月一次，按月；n.月刊	
	28	monument 【'mɒnjumənt】	n.纪念碑，纪念馆，遗迹，不朽的业绩	
	29	mood 【mu:d】	n.心情，情绪；语气	
	30	moon 【mu:n】	n.（加 the）月球，月亮；卫星	

Day 104				
打卡	序号	单词	释义	
	1	moral 【'mɒrəl】	a.道德（上）的，精神上的； n.寓意，教育意义	
	2	morality 【mə'reləti】	n.道德，美德	
	3	more 【mɔ:(r)】	a.更多的； n.更多的人（或东西）； ad.更，更多	
	4	moreover 【mɔ:r'əʊvə(r)】	conj./ad.再者，加之，而且	
	5	morning 【'mɔ:nɪŋ】	n.早晨，上午	
	6	mortal 【'mɔ:tl】	a.致命的； 终有一死的； 人世间的； n.凡人	
	7	mortgage 【'mɔ:gɪdʒ】	n./v.抵押（借款）	
	8	mosaic 【məʊ'zeɪk】	n.马赛克； 镶嵌体	
	9	mosquito 【mə'ski:təʊ;mp'ski:təʊ】	n.蚊子	
	10	moss 【mɒs】	n.苔，藓，地衣	
	11	most 【məʊst】	a.最多的； 大多数的； ad.最； 极其； n.大多数	
	12	mostly 【'məʊstli】	ad.几乎全部地； 主要地，大部分，基本上	
	13	motel 【məʊ'tel】	n.（附有停车场的）汽车旅馆	
	14	mother 【'mʌðə(r)】	n.母亲	
	15	motion 【'məʊʃn】	n.运动，动； 提议，动议； v.提议，动议	
	16	motivate 【'məʊtɪveɪt】	vt.促动； 激励，鼓励，作为……的动机	
	17	motive 【'məʊtɪv】	n.动机，目的； a.发动的，运动的	
	18	motor 【'məʊtə(r)】	n.发动机，电动机	
	19	mould 【məʊld】	n.(mold)模子，铸型； v.浇铸，造型，塑造	
	20	mount 【maʊnt】	v.登上； 安装； n.支架，底板； （用于山名前）山峰	
	21	mountain 【'maʊntən】	n.山	
	22	mourn 【mɔ:n】	v.哀悼，忧伤	
	23	mouse 【maʊs】	n.(pl.mice)鼠，耗子	
	24	mouth 【maʊθ】	n.口，嘴	
	25	move 【mu:v】	v.移动，迁移； 活动； 感动； n.移动，活动，行动	
	26	movement 【'mu:vmənt】	n.运动，活动； 移动，迁移	
	27	movie 【'mu:vi】	n.电影，电影院	
	28	much 【mʌtʃ】	a.多的，大量的； ad.十分，非常； 到极大程度	
	29	mud 【mʌd】	n.泥，泥浆； v.弄脏，使沾污泥	
	30	mug 【mʌg】	n.（有柄的）大茶杯	

Day 105				
打卡	序号	单词	释义	
	1	multiple 【'mʌltɪpl】	a.多样的, 多重的; n.倍数; v.成倍增加	
	2	multiply 【'mʌltɪplaɪ】	v.(by)乘, 使相乘; 倍增, 增加, 繁殖	
	3	multitude 【'mʌltɪtju:d】	n.众多, 大量	
	4	municipal 【mju:'nɪsɪpl】	a.市(立, 政)的; 地方性的, 地方自治的	
	5	murder 【'mɜ:də(r)】	v./n.谋杀, 凶杀	
	6	murmur 【'mɜ:mə(r)】	v./n.小声说(话); 小声抱怨, 咕哝	
	7	muscle 【'mʌsl】	n.肌肉, 体力	
	8	muscular 【'mʌskjələ(r)】	a.肌肉的; 肌肉发达的; 强健的	
	9	museum 【mju:'zi:əm】	n.博物馆, 展览馆	
	10	mushroom 【'mʌfrʊm;'mʌfru:m】	n.蘑菇; vt.迅速生长, 迅速增加, 采蘑菇	
	11	music 【'mju:zɪk】	n.音乐, 乐曲, 乐谱	
	12	musical 【'mju:zɪkl】	a.音乐的; 有音乐才能的; n.音乐片	
	13	musician 【mju:'zɪfn】	n.音乐家, 乐师	
	14	must 【məst】	aux.&v.必须; 很可能; 一定要; n.必须做的事	
	15	mute 【mju:t】	a.哑的, 缄默的; n.哑巴; 弱音器; v.减弱……的声音	
	16	mutter 【'mʌtə(r)】	n.喃喃而语, 小声低语; 抱怨; v.低声说, 抱怨	
	17	mutton 【'mʌtn】	n.羊肉	
	18	mutual 【'mju:tʃuəl】	a.相互的, 彼此的; 共同的, 共有的	
	19	my 【maɪ】	pron.(I 的所有格)我的	
	20	myself 【maɪ'self】	pron.[反身代词]我自己; 我亲自	
	21	mysterious 【mɪ'strəriəs】	a.神秘的, 可疑的, 难理解的	
	22	mystery 【'mɪstri】	n.神秘, 神秘的事物; 神秘小说, 侦探小说	
	23	myth 【mɪθ】	n.神话; 虚构的理论	
	24	nail 【neɪl】	n.指甲, 爪; 钉; v.将……钉牢, 钉住	
	25	naive 【naɪ'i:v】	a.天真的	
	26	naked 【'neɪkɪd】	a.裸体的, 无遮蔽的, 无掩饰的	
	27	name 【neɪm】	n.名字(称/声/义); vt.给……取名; 列举; 提名	
	28	namely 【'neɪmli】	ad.即, 也就是	
	29	nap 【næp】	n.小睡, 打盹	
	30	napkin 【'næpkɪn】	n.餐巾, 餐巾纸, 〈英〉尿布	

Day 106				
打卡	序号	单词	释义	
	1	narrative 【'nærətɪv】	a.叙述性的； n.叙述	
	2	narrow 【'nærəʊ】	a.狭窄的，狭的，狭隘的	
	3	nasty 【'nɑːsti】	a.肮脏的，卑劣的，下流的；令人厌恶的	
	4	nation 【'neɪʃn】	n.民族，国家	
	5	national 【'næʃnəl】	a.民族的，国家的，国立的	
	6	nationality 【,næʃə'næləti】	n.国籍，民族	
	7	native 【'neɪtɪv】	a.本地的，本国的；天生的； n.本地人，本国人	
	8	natural 【'nætʃrəl】	a.正常的；自然界的，天然的，天赋的，固有的	
	9	nature 【'neɪtʃə(r)】	n.自然界，大自然；性质，本性，天性	
	10	naughty 【'nɔːti】	a.顽皮的，淘气的	
	11	naval 【'neɪvl】	n.海军的，军舰的	
	12	navigation 【,nævɪ'geɪʃn】	n.航海，航空；导航，领航	
	13	navy 【'neɪvi】	n.海军	
	14	near 【nɪə(r)】	a.近的，接近的；亲近的； prep.靠近； ad.接近	
	15	nearby 【,nɪə'baɪ】	a.附近的； ad.在附近； prep.在……附近	
	16	nearly 【'nɪəli】	ad.差不多，几乎	
	17	neat 【ni:t】	a.整洁的，干净的，优美的，精致的	
	18	necessary 【'nesəsəri】	a.必需的，必要的；必然的； n.必需品	
	19	necessitate 【nə'sesɪteɪt】	v.使成为必要，需要	
	20	necessity 【nə'sesəti】	n.必要性，需要；必然性； (pl.)必需品	
	21	neck 【nek】	n.颈脖	
	22	necklace 【'nekləs】	n.项链，项圈	
	23	need 【ni:d】	aux.v./v.需要；必须； n.需要；贫困，困窘	
	24	needle 【'ni:dl】	n.针，指针，针状物	
	25	negative 【'negətɪv】	a.否定的，消极的，阴性的； n.负数；（摄影）底片	
	26	neglect 【nɪ'glekt】	v./n.忽视；疏忽，漏做，忽略	
	27	negligible 【'neglɪdʒəbl】	a.可忽略不计的，微不足道的	
	28	negotiate 【nɪ'gəʊʃieɪt】	v.商讨；谈判，洽谈，交涉	
	29	Negro 【'ni:grəʊ】	n.黑人； a.黑人的	
	30	neighbor 【'neɪbə】	n.(neighbour)邻居	

Day 107				
打卡	序号	单词	释义	
	1	neighborhood 【'neɪbəhʊd】	n.(neighbourhood)邻居；四邻，街道	
	2	neither 【'naɪðə(r);'ni:ðə(r)】	a.两者都不；pron.两者都不；ad.也不	
	3	nephew 【'nefju:; 'nevju:】	n.侄子，外甥	
	4	nerve 【nɜ:v】	n.神经；勇敢，胆量	
	5	nervous 【'nɜ:vəs】	a.神经的；神经过敏的，紧张不安的	
	6	nest 【nest】	n.窝，巢；v.筑巢	
	7	net 【net】	n.网，网状物；v.用网捕，使落网；a.纯净的	
	8	network 【'netwɜ:k】	n.网状物；广播网，电视网；网络	
	9	neutral 【'nju:trəl】	a.中立的；中性的，中和的	
	10	never 【'nevə(r)】	ad.永不，从不，决不；从来没有；不，没有	
	11	nevertheless 【,nevəðə'les】	conj.(nonetheless)然而，不过；ad.仍然，不过	
	12	new 【nju:】	a.新（近）的；新来的；不熟悉的；没经验的	
	13	news 【nju:z】	n.新闻，消息；新闻报道，新闻广播	
	14	newspaper 【'nju:zpeɪpə(r)】	n.报纸	
	15	next 【nekst】	a.紧接的，其次的；贴近的；ad.其次；居后	
	16	nice 【naɪs】	a.美好的，令人愉快的；友好的，亲切的	
	17	nickel 【'nɪk(ə)l】	n.镍；镍币；五美分	
	18	nickname 【'nɪkneɪm】	n.绰号，浑名；vt.给……起绰号	
	19	niece 【ni:s】	n.侄女，甥女	
	20	night 【naɪt】	n.夜间；夜；晚（上）	
	21	nightmare 【'naɪtmeə(r)】	n.噩梦；可怕的事物，无法摆脱的恐惧	
	22	nine 【naɪn】	num.九；pron./ad.九（个，只……）	
	23	nineteen 【,naɪn'ti:n】	num./a.十九；pron.十九（个，只……）	
	24	ninety 【'nɪntɪ】	num.九十，九十个	
	25	nitrogen 【'naɪtrədʒən】	n.[化]氮	
	26	no 【nəʊ】	ad.不是，不；a.没有的；不允许；n.不，拒绝	
	27	noble 【'nəʊbl】	a.高尚的；贵族的，高贵的；n.贵族	
	28	nobody 【'nəʊbədi】	pron.谁也不，无人；n.小人物	
	29	nod 【nɒd】	v.点（头），点头招呼；n.点头招呼；打盹，瞌睡	
	30	noise 【nɔɪz】	n.喧闹声，噪声，吵嚷声	

Day 108				
打卡	序号	单词	释义	
	1	noisy 【'nɔɪzi】	a.吵闹的，喧闹的	
	2	nominal 【'nɒmɪnl】	a.名义上的；（金额，租金）微不足道的	
	3	nominate 【'nɒmɪneɪt】	v.提名，任命	
	4	none 【nʌn】	pron.没有任何人（东西）；都不；ad.一点也不	
	5	nonetheless 【ˌnʌnðə'les】	ad.[nevertheless]虽然如此，但是	
	6	nonsense 【'nɒns(ə)ns】	n.胡说，废话	
	7	noodle 【'nu:d(ə)l】	n.（常用复数）面条	
	8	noon 【nu:n】	n.中午，正午	
	9	nor 【nɔ:(r)】	conj. / ad.也不，也没有	
	10	norm 【nɔ:m】	n.准则，规范，准则，平均数	
	11	normal 【'nɔ:ml】	a.正常的，普通的；正规的，标准的	
	12	normalization 【ˌnɔ:məlaɪ'zeɪʃn】	n.(normalisation)正常化，标准化	
	13	north 【nɔ:θ】	n.北，北方；a.北方的，北部；ad.向北方，在北方	
	14	northeast 【ˌnɔ:θ'i:st】	n.东北；a.东北方的；ad.向东北，在东北	
	15	northern 【'nɔ:ðən】	a.北方的，北部的	
	16	northwest 【ˌnɔ:θ'west】	n.西北方，西北部；a.西北的；ad.向西北，在西北	
	17	nose 【nəʊz】	n.鼻子；（飞机，船等的）前端，突出部分	
	18	not 【nɒt】	ad.不，不是，不会；没有	
	19	notable 【'nəʊtəbl】	n.值得注意的，显著的，著名的	
	20	note 【nəʊt】	n.笔记；按语，注释；钞票，纸币；v.记下，摘下	
	21	notebook 【'nəʊtbʊk】	n.笔记本	
	22	nothing 【'nʌθɪŋ】	n.没有东西；什么也没有；无关紧要的人或事	
	23	notice 【'nəʊtɪs】	n.通知，通告，布告；注意，认识；v.注意到，注意	
	24	noticeable 【'nəʊtɪsəbl】	a.显而易见的，值得注意的，重要的	
	25	notify 【'nəʊtɪfaɪ】	v.通知，告知，报告	
	26	notion 【'nəʊʃn】	n.概念，想法，意念，看法，观点	
	27	notorious 【nəʊ'tɔ:riəs】	a.臭名昭著的，声名狼藉的	
	28	notwithstanding 【ˌnɒtwɪθ'stændɪŋ】	prep./ad./conj.尽管	
	29	noun 【naʊn】	n.名词	
	30	nourish 【'naʊɪʃ】	v.提供养分，养育，怀有（希望，仇恨等）	

Day 109				
打卡	序号	单词	释义	
	1	novel 【'nɒvl】	n. (长篇) 小说; a. 新奇的, 新颖的	
	2	novelty 【'nɒvlti】	n. 新奇, 新颖, 新奇的事物	
	3	November 【nəʊ'vembə(r)】	n. 十一月	
	4	now 【naʊ】	ad. 现在, 如今, 目前; 当时, 于是, 然后	
	5	nowadays 【'naʊədeɪz】	ad. 现今, 现在	
	6	nowhere 【'nəʊweə(r)】	ad. 任何地方都不, 没有地方	
	7	nuclear 【'nju:kliə(r)】	a. 核心的, 中心的; 原子核的, 核能的	
	8	nucleus 【'nju:kliəs】	n. (pl. nuclei) 核, 核心, 原子核	
	9	nuisance 【'nju:sns】	n. 讨厌的人 (或东西); 麻烦事	
	10	numb 【nʌm】	a. 麻木的, 失去感觉的; v. 使麻木	
	11	number 【'nʌmbə(r)】	n. 数, 数字, 数量, 号码, 一群; v. 共计, 编号	
	12	numerical 【nju:'merɪk(ə)l】	a. 数字的, 用数字表示的, 数值的	
	13	numerous 【'nju:mərəs】	a. 众多的, 许多的, 大批的	
	14	nurse 【nɜ:s】	n. 护士, 保姆; v. 护理, 看护	
	15	nursery 【'nɜ:səri】	n. 托儿所	
	16	nurture 【'nɜ:tʃə(r)】	n./v. 养育, 教育, 教养; n. 营养品; v. 给与营养物	
	17	nut 【nʌt】	n. 坚果; 螺母, 螺帽	
	18	nutrition 【nju'trɪʃ(ə)n】	n. 营养, 营养学	
	19	nylon 【'naɪlɒn】	n. 尼龙	
	20	oak 【əʊk】	n. 橡树, 橡木; a. 橡木的	
	21	oar 【ɔ:(r)】	n. 桨, 橹; v. 划, 划动, 划行	
	22	oath 【əʊθ】	n. 誓言, 誓约, 诅咒	
	23	obedience 【ə'bi:diəns】	n. 服从, 顺从	
	24	obedient 【ə'bi:diənt】	a. 服从的, 顺从的	
	25	obey 【ə'bei】	v. 服从, 顺从	
	26	object 【'ɒbdʒɪkt】	n. 物体; 客体, 对象; 目标; 宾语; v. (to) 反对	
	27	objection 【əb'dʒekʃn】	n. (to) 反对, 异议, 不喜欢, 反对的理由	
	28	objective 【əb'dʒektɪv】	n. 目标, 目的; a. 客观的, 真实的	
	29	obligation 【'ɒblɪ'geɪʃ(ə)n】	n. 义务, 责任	
	30	oblige 【ə'blaɪdʒ】	v. 强迫, 迫使; 责成; (使) 感激, 施恩于	

Day 110				
打卡	序号	单词	释义	
	1	obscure 【əb'skjʊə(r)】	a.暗的，朦胧的；模糊的，晦涩的	
	2	observation 【,pɒzə'veɪʃ(ə)n】	n.观察，观测，监视；(pl.)观察资料；观察力	
	3	observe 【əb'zɜ:v】	v.观察，观测，注意到，监视，遵守，评述，说	
	4	obsession 【əb'seʃn】	n.迷住，困扰	
	5	obsolete 【'ɒbsəli:t】	a.已废弃的，过时的	
	6	obstacle 【'ɒbstəkl】	n.障碍（物），妨碍，阻碍，干扰	
	7	obstruct 【əb'strʌkt】	v.阻隔，阻塞（道路、通道等）；n.阻碍物，障碍物	
	8	obstruction 【əb'strʌkʃn】	n.妨碍，障碍物	
	9	obtain 【əb'teɪn】	v.获得，得到	
	10	obvious 【'ɒvɪəs】	a.明显的，显而易见的	
	11	occasion 【ə'keɪʒ(ə)n】	n.场合，时节，时刻；时机，机会	
	12	occasional 【ə'keɪʒən(ə)l】	a.偶然的，非经常的，特殊场合的；临时的	
	13	occupation 【,ɒkjʊ'peɪʃ(ə)n】	n.占领，占据；占用；职业，工作	
	14	occupy 【'ɒkjupaɪ】	v.占，占用；占据，占领；使忙碌，使从事	
	15	occur 【ə'kɜ:(r)】	v.发生，出现；存在；想起，想到	
	16	occurrence 【ə'kʌrəns】	n.发生，出现；事件，事故，发生的事情	
	17	ocean 【'əʊʃ(ə)n】	n.海洋	
	18	o'clock 【ə'klɒk】	ad.(……)点钟（与 1 至 12 数字连用）	
	19	October 【ɒk'təʊbə(r)】	n.十月	
	20	odd 【ɒd】	a.奇数的；奇怪的；单只的；临时的；带零头的	
	21	odds 【ɒdz】	n.不平等，差异；机会	
	22	odor 【'əʊdə(r)】	n.(odour)气味，香味，臭味，名声	
	23	of 【əv;ɒv】	prep.……的；在……之中；用……制的；关于……的	
	24	off 【ɒf】	ad.离开；在远处；脱开；prep.从，从……离开	
	25	offend 【ə'fend】	v.犯罪，冒犯，违反，得罪，使……不愉快	
	26	offensive 【ə'fensɪv】	a.冒犯的，攻击的；n.攻势，进攻	
	27	offer 【'ɒfə(r)】	v.提供，提议，出现；n.出价，提议，意图	
	28	office 【'ɒfɪs】	n.办公室，办事处；职务，公职；部，局，处	
	29	officer 【'ɒfɪsə(r)】	n.官员，办事员；工作人员；军官	
	30	official 【ə'fɪʃ(ə)l】	n.官员，行政官员；a.官方的，官方的，正式的	

Day 111				
打卡	序号	单词	释义	
	1	offset 【'ɒfset】	n.分支, 补偿; v.抵消, 补偿	
	2	offspring 【'ɒfsprɪŋ】	n.子孙, 后代; 结果, 产物	
	3	often 【'ɒfn; 'ɒftən】	ad.常常, 经常, 通常	
	4	oil 【ɔɪl】	n.油, 石油; v.给……加润滑油; 涂油, 上油	
	5	okay 【əʊ'keɪ】	a.(okey, OK, O.K.)好, 行, 不错; n.同意	
	6	old 【əʊld】	a.年老的; ……岁的; 长时间的, 老的; 过去的	
	7	omit 【ə'mɪt】	v.省略, 删去; 遗漏, 忽略	
	8	on 【ɒn】	a.连接上; prep.在……上; 靠近; ad.向前, 继续	
	9	once 【wʌns】	ad.一次, 曾经; conj.一(旦)……就……; n.一次	
	10	one 【wʌn】	num.一; pron.一个(只)(表示代替可数的东西)	
	11	oneself 【wʌn'self】	pron.[反身代词]自己; 亲自, 本人	
	12	onion 【'ʌnjən】	n.洋葱	
	13	only 【'əʊnli】	ad.仅仅, 只不过; a.唯一的; conj.可是, 不过	
	14	onto 【'ɒntə; 'ɒntu】	prep.在……上面; 到……上面	
	15	opaque 【əʊ'peɪk】	a.不透明(光)的; 难理解的, 晦涩的	
	16	open 【'əʊpən】	n.公开, 户外; a.开的, 开放的; v.开	
	17	opening 【'əʊpənɪŋ】	n.开, 开放, 开始, 空缺, 机会; a.开始的, 开幕的	
	18	opera 【'ɒprə】	n.歌剧	
	19	operate 【'ɒpəreɪt】	v.操作, 运转, 开动, 起作用, 动手术	
	20	operation 【,ɒpə'reɪʃ(ə)n】	n.运转, 开动, 操作, 手术, 运算, 经营	
	21	operational 【,ɒpə'reɪʃənəl】	a.操作的, 运转的, 起作用的, 经营的	
	22	operator 【'ɒpəreɪtə(r)】	n.操作人员, (电话)接线员	
	23	opinion 【ə'pɪnjən】	n.意见, 看法, 主张	
	24	opponent 【ə'pəʊnənt】	n.对手, 反对者, 敌手; a.对立的, 对抗的	
	25	opportunity 【,ɒpə'tju:nəti】	n.机会	
	26	oppose 【ə'pəʊz】	v.反对, 使对立, 使对抗, 使相对	
	27	opposite 【'ɒpəzɪt】	a.对面的, 相对的, 相反的; n.对立面	
	28	oppress 【ə'pres】	v.压迫, 压制	
	29	opt 【ɒpt】	vi.抉择, 选择	
	30	optical 【'ɒptɪk(ə)l】	a.眼的, 视力的; 光学的	

Day 112				
打卡	序号	单词	释义	
	1	optimistic 【ˌɒptɪ'mɪstɪk】	a.乐观主义的	
	2	optimum 【'ɒptɪmə】	a.最适宜的； n.最适宜（条件）	
	3	option 【'ɒpʃn】	n.选择（权），[商]选择买卖的特权	
	4	optional 【'ɒpʃən(ə)l】	a.可以任选的，随意的，非强制的	
	5	or 【ɔ:(r)】	conj.或，或者（表示选择）； 即，大约； 否则	
	6	oral 【'ɔ:rəl】	a.口头的	
	7	orange 【'ɒrɪndʒ】	n.柑，桔，橙	
	8	orbit 【'ɔ:bɪt】	n.轨道； v.（使）沿轨道行	
	9	orchard 【'ɔ:tʃəd】	n.果园，果园里的全部果树，〈美俚〉棒球场	
	10	orchestra 【'ɔ:kɪstrə】	n.管弦乐队	
	11	order 【'ɔ:də(r)】	n.命令； 次序； 整齐； 定货单； 等级； v.定制，订购	
	12	orderly 【'ɔ:dəli】	a.整齐的，有秩序的，有条理的； n.勤务兵	
	13	ordinary 【'ɔ:dnri】	a.普通的，平凡的，平常的； 平庸的	
	14	ore 【ɔ:(r)】	n.矿石，矿砂	
	15	organ 【'ɔ:gən】	n.器官； 机构，机关； 风琴	
	16	organic 【ɔ:'gænɪk】	a.器官的； 有机的； 有机体的	
	17	organism 【'ɔ:gənɪzəm】	n.生物，有机体	
	18	organization 【ˌɔ:gənəɪ'zeɪʃn】	n.组织，团体，机构	
	19	organize 【'ɔ:gənaɪz】	v.(organise)组织，编组	
	20	orient 【'ɔ:rient】	n.东方，亚洲； v.使朝东，为……定位，使适应	
	21	oriental 【ˌɔ:ri'entl】	a.东方的，东方诸国的； n.东方人	
	22	orientation 【ˌɔ:riən'teɪʃn】	n.方向，方位，定位，倾向性，向东方	
	23	origin 【'ɒrɪdʒɪn】	n.起源，由来； 出身，来历	
	24	original 【ə'rɪdʒən(ə)l】	a.最初的，原文的； 新颖的； n.原物，原作，原文	
	25	originate 【ə'rɪdʒɪneɪt】	v.(in, from)起源，发生； 首创，创造	
	26	ornament 【'ɔ:nəmənt】	v.装饰，美化； n.装饰，装饰物	
	27	orphan 【'ɔ:f(ə)n】	n.孤儿	
	28	orthodox 【'ɔ:θədɒks】	a.传统的，正统的，习惯的，保守的，东正教的	
	29	other 【'ʌðə(r)】	a.另外的，其他的； n./pron.另一个人（或事）	
	30	otherwise 【'ʌðəwaɪz】	ad.另样，用别的方法； 在其他方面； conj.要不然	

Day 113				
打卡	序号	单词	释义	
	1	ought 【ɔ:t】	aux.应该（使用时，之后应接 to，再接动词原形）	
	2	ounce 【aʊns】	n.盎司，英两	
	3	our 【ɑ:(r)】	pron.[we 的所有格]我们的	
	4	ours 【'aʊəz】	pron.[we 的物主代词]我们的（所有物）	
	5	ourselves 【ɑ:'selvz】	pron.[反身代词]我们自己；我们亲自	
	6	out 【aʊt】	ad.出去；离家；突出来；a.外面的，往外去的	
	7	outbreak 【'aʊtbreɪk】	n.（战争，愤怒，火灾等的）爆发，（疾病的）发作	
	8	outcome 【'aʊtkʌm】	n.结果，成果	
	9	outdoor 【'aʊtdɔ:(r)】	a.室外的，野外的	
	10	outer 【'aʊtə(r)】	a.外部的，外面的，外层的	
	11	outfit 【'aʊtfɪt】	n.用具，机构，全套装配；v.配备，（得到）装备	
	12	outing 【'aʊtɪŋ】	n.外出，旅行，散步	
	13	outlet 【'aʊtlet】	n.出路，出口；销路，市场；发泄方法；电源插座	
	14	outline 【'aʊtlɑ:n】	n.轮廓，略图；大纲，梗概；v.概述，略述	
	15	outlook 【'aʊtlʊk】	n.景色，风光；观点，见解；展望，前景	
	16	output 【'aʊtpʊt】	n.产量，输出（量）	
	17	outrage 【'aʊtreɪdʒ】	n.暴行，侮辱，愤怒；v.凌辱，引起……义愤，强奸	
	18	outset 【'aʊtset】	n.开始，开端	
	19	outside 【,aʊt'saɪd】	ad.向外面；n.外部；a.外部的；prep.在……外	
	20	outskirts 【'aʊtskɜ:ts】	n.郊区	
	21	outstanding 【aʊt'stændɪŋ】	a.突出的，显著的，杰出的	
	22	outward 【'aʊtwəd】	a.外面的，公开的，向外的；ad.向外，在外；n.外表	
	23	oval 【'əʊv(ə)l】	a.卵形的，椭圆形的；n.卵形，椭圆形	
	24	oven 【'ʌvn】	n.炉，灶，烤箱	
	25	over 【'əʊvə(r)】	ad.在上方；遍及地；prep.在的上方；a.结束的	
	26	overall 【,əʊvər'ɔ:l;'əʊvərɔ:l】	a.全面的，综合的；n.(pl.)（套头）工作服	
	27	overcoat 【'əʊvəkəʊt】	n.外衣，大衣	
	28	overcome 【,əʊvə'kʌm】	v.战胜，克服	
	29	overflow 【,əʊvə'fləʊ】	v.（使）外溢，（使）溢出；溢出，流出，漫出	
	30	overhead 【,əʊvə'hed;'əʊvə,hed】	a.在头顶上的；架空的；ad.在头顶上	

Day 114				
打卡	序号	单词	释义	
	1	overhear 【,əʊvə'hɪə(r)】	v.偶然听到，从旁听到	
	2	overlap 【,əʊvə'læp】	v.重叠，与……交叠；n.重叠	
	3	overlook 【,əʊvə'lʊk】	v.看漏，忽略；俯瞰，眺望；宽容，放任	
	4	overnight 【,əʊvə'naɪt】	a.通宵的，晚上的；ad.在昨夜，一夜工夫，突然	
	5	overpass 【'əʊvəpɑ:s】	n.过街天桥；vt.胜过，通过，忽视	
	6	overseas 【,əʊvə'si:z】	a.外国的，海外的；ad.在海外	
	7	overtake 【,əʊvə'teɪk】	v.追上，超过，突然降临，压倒	
	8	overthrow 【,əʊvə'θrəʊ】	v./n.推翻，颠覆	
	9	overtime 【'əʊvətaim】	a.超时的，加班的；ad.加班	
	10	overturn 【,əʊvə'tɜ:n】	n.倾覆，破灭，革命；v.打翻，推翻，颠倒，翻倒	
	11	overwhelm 【,əʊvə'welɪn】	v.淹没，覆没，压倒，制服，使不知所措	
	12	overwhelming 【,əʊvə'welɪmɪŋ】	a.势不可挡的，压倒的	
	13	owe 【əʊ】	v.欠（债等），应向……付出，归功于，得感谢	
	14	owing 【'əʊɪŋ】	a.欠的，未付的	
	15	owl 【aʊl】	n.猫头鹰	
	16	own 【əʊn】	a.（用在所有格后面，加强语气）自己的	
	17	owner 【'əʊnə(r)】	n.物主，所有者	
	18	ownership 【'əʊnəʃɪp】	n.所有（权），所有制	
	19	ox 【ɒks】	n.牛，公牛	
	20	oxide 【'ɒksaɪd】	n.[化]氧化物	
	21	oxygen 【'ɒksɪdʒən】	n.氧，氧气	
	22	ozone 【'əʊzəʊn】	n.臭氧；（海岸等的）新鲜空气	
	23	pace 【peɪs】	n.步，步伐，步调，速度；v.踱步，用步测	
	24	pack 【pæk】	v.捆扎，打包；塞满，挤满；n.包裹，背包，一群/副	
	25	package 【'pækɪdʒ】	n.包装，包裹，箱，包装费，标准部件，成套设备	
	26	packet 【'pækɪt】	n.小包裹，小捆；盒；一捆，一扎；邮船，班轮	
	27	pact 【pækt】	n.合同，条约，公约，协定	
	28	pad 【pæd】	n.垫，衬垫；便笺簿；v.加上衬垫	
	29	paddle 【'pæd(ə)l】	n.桨；v.用桨划	
	30	page 【peɪdʒ】	n.页，记录，事件，专栏；vt.给……标页码	

Day 115				
打卡	序号	单词	释义	
	1	pail 【peɪl】	n.桶，提桶；一桶的量	
	2	pain 【peɪn】	n.痛，痛苦；(pl.)努力，劳苦；vt.使痛苦	
	3	painful 【'peɪnf(ə)l】	a.疼痛的，使痛苦的，费力[心]的，棘手的	
	4	paint 【peɪnt】	n.油漆，颜料；v.油漆；涂，涂漆；画；描绘，描述	
	5	painter 【'peɪntə(r)】	n.漆工，画家	
	6	painting 【'peɪntɪŋ】	n.上油漆，着色；绘画；油画；画法	
	7	pair 【peə(r)】	n.一对，一双；一副；夫妇；v.配对，成对	
	8	palace 【'pæləs】	n.宫，宫殿	
	9	pale 【peɪl】	a.苍白的，灰白的；浅的，暗淡的	
	10	palm 【pɑ:m】	n.手掌，掌状物，棕榈；vt.与……握手，藏……于掌中	
	11	pamphlet 【'pæmflet】	n.小册子	
	12	pan 【pæn】	n.平底锅，盘子，面板	
	13	panda 【'pændə】	n.熊猫	
	14	panel 【'pæn(ə)l】	n.面，板；控制板，仪表盘；专门小组	
	15	panic 【'pænik】	n./a.恐慌（的），惊慌（的）；vt.使惊慌，使害怕	
	16	panorama 【,pænə'reɪmə】	n.全景，全景画，全景摄影，全景照片[装置]	
	17	pant 【pænt】	n.喘气；v.喘，气喘吁吁地说	
	18	pants 【pænts】	n.裤子，短裤	
	19	paper 【'peɪpə(r)】	n.纸；纸制品；报纸；(pl)文件；试卷；论文	
	20	paperback 【'peɪpəbæk】	n.平装本，简装本	
	21	parachute 【'pærəʃu:t】	n.降落伞；v.跳伞	
	22	parade 【pə'reɪd】	n./v.游行，夸耀；n.检阅，阅兵式；v.使列队行进	
	23	paradigm 【'pærədaim】	n.典范；范例；示例	
	24	paradox 【'pærədɒks】	n.似非而是的话，自相矛盾的话，反论	
	25	paragraph 【'pærəgrɑ:f】	n.段，节；小新闻，短评	
	26	parallel 【'pærəlel】	a.平行的，相同的，类似的；n.平行线，类似，对比	
	27	paralyze 【'pærəlaɪz】	v.(paralyse)使瘫痪（麻痹）；使丧失作用	
	28	parameter 【pə'reɪmɪtə(r)】	n.参数，参量	
	29	parasite 【'pærəsait】	n.寄生虫，食客	
	30	parcel 【'pɑ:s(ə)l】	n.包裹，邮包，部分；v.打包，捆扎，分配	

Day 116				
打卡	序号	单词	释义	
	1	pardon 【'pɑ:d(ə)n】	n.原谅，宽恕；请再说一遍；v.原谅，饶恕，赦免	
	2	parent 【'peərənt】	n.父母，母亲；(pl.)双亲；父母	
	3	park 【pɑ:k】	n.公园，停车场，运动场；v.停放（汽车等），寄放	
	4	parliament 【'pɑ:ləmənt】	n.国会，议会	
	5	part 【pɑ:t】	n.部分，角色，一方，零件，地区，部，篇；v.使分开	
	6	partial 【'pɑ:ʃ(ə)l】	a.部分的，不完全的；偏袒的，不公平的，偏爱的	
	7	participant 【pɑ:'tɪsɪpənt】	n.参加者，参与者；a.有份的，参与的	
	8	participate 【pɑ:'tɪsɪpeɪt】	v.(in)参与，参加；分享，分担；含有，带有	
	9	particle 【'pɑ:tɪk(ə)l】	n.粒子，微粒；极小量；小品词，虚词	
	10	particular 【pə'tɪkjələ(r)】	a.特殊的，苛求的，个别的；n.详情，细节，特色	
	11	partly 【'pɑ:tli】	ad.部分地，不完全地，在一定程度上	
	12	partner 【'pɑ:tnə(r)】	n.合作者，合伙人，合股人，伙伴，舞伴，配偶	
	13	party 【'pɑ:ti】	n.聚会，政党，当事人；v.举行（参加）社交聚会	
	14	pass 【pɑ:s】	v.经/通/穿/度过；传递；n.通行证；考试及格	
	15	passage 【'pæsɪdʒ】	n.通过，经过；通路，走廊；（一）段落，（一）节	
	16	passenger 【'pæsɪndʒə(r)】	n.乘客，旅客	
	17	passer-by 【,pɑ:sə'baɪ】	n.(pl.passers-by)过路人	
	18	passion 【'pæʃ(ə)n】	n.热情，激情，爱好；激怒；强烈感情	
	19	passive 【'pæsɪv】	a.被动的，消极的	
	20	passport 【'pɑ:spɔ:t】	n.护照，达到某种目的的手段	
	21	past 【pɑ:st】	a.过去的；ad.过；n.过去，昔日；prep.（经）过	
	22	paste 【peɪst】	n.糊，浆糊；v.粘，贴	
	23	pastime 【'pɑ:staim】	n.消遣，娱乐	
	24	pasture 【'pɑ:stʃə(r)】	n.牧草地，牧场	
	25	pat 【pæt】	v./n.轻拍，轻打，抚摸	
	26	patch 【pætʃ】	n.补丁，斑点，碎片小块；v.补，修补，掩饰	
	27	patent 【'pæt(ə)nt】	a.专利的，特许的；n.专利（权、品）v.批准专利	
	28	path 【pɑ:θ】	n.小路，小径；路线，轨道	
	29	pathetic 【pə'θetɪk】	a.可怜的，悲惨的	
	30	patience 【'peɪʃ(ə)ns】	n.耐心，忍耐	

Day 117				
打卡	序号	单词	释义	
	1	patient 【'peɪʃ(ə)nt】	a.有耐心的，能忍耐的； n.病人，患者	
	2	patriotic 【,pætri'ɒtɪk】	a.爱国的	
	3	patrol 【pə'trəʊl】	v.巡逻，巡查； n.巡逻，巡查； 巡逻队	
	4	patron 【'peɪtrən】	n.赞助人； 资助人； 老顾客，老主顾	
	5	pattern 【'pæt(ə)n】	n.模式，式样； 图案，图样； v.仿制，模仿	
	6	pause 【pɔːz】	v./n.中止，暂停	
	7	pave 【peɪv】	v.铺砌，铺（路）	
	8	pavement 【'peɪvmənt】	n.人行道	
	9	paw 【pɔː】	n.爪	
	10	pay 【peɪ】	v.付款，付出代价，给予注意； n.工资，薪金	
	11	payment 【'peɪmənt】	n.支付，付款额	
	12	pea 【piː】	n.豌豆	
	13	peace 【piːs】	n.和平； 平静，安宁	
	14	peaceful 【'piːsfl】	a.和平的，平静的，安宁的，爱好和平的	
	15	peach 【piːtʃ】	n.桃，桃树	
	16	peak 【piːk】	n.山顶，最高点； 峰，山峰； a.高峰的，最高的	
	17	peanut 【'piːnʌt】	n.花生	
	18	pear 【peə(r)】	n.梨子，梨树	
	19	pearl 【pɜːl】	n.珍珠	
	20	peasant 【'pez(ə)nt】	n.（不用于英国或美国）小农； 佃农； 农民	
	21	pebble 【'peb(ə)l】	n.卵石	
	22	peculiar 【prɪ'kjuːliə(r)】	a.古怪的，异常的； 特殊的，特有的	
	23	pedal 【'ped(ə)l】	n.踏板； v.踩踏板，骑自行车	
	24	pedestrian 【pə'destriən】	n.步行者； a.徒步的，呆板的，通俗的	
	25	peel 【piːl】	v.削皮，剥皮； n.果皮	
	26	peep 【piːp】	v.偷看，窥视	
	27	peer 【piə(r)】	n.同辈，同等地位的人； 贵族； v.凝视，隐约出现	
	28	pen 【pen】	n.钢笔，圆珠笔，作家，围栏； vt.写，关入栏中	
	29	penalty 【'penəlti】	n.处罚，刑罚，惩罚，罚金	
	30	pencil 【'pens(ə)l】	n.铅笔； vt.用铅笔写	

Day 118				
打卡	序号	单词	释义	
	1	pendulum 【'pendzələm】	n.摆，钟摆	
	2	penetrate 【'penətreit】	v.穿过，渗入，看穿	
	3	peninsula 【pə'nɪnsjələ】	n.半岛	
	4	penny 【'peni】	n.便士，美分	
	5	pension 【'pensj(ə)n】	n.养老金，年金	
	6	people 【'pi:p(ə)l】	n.人们，人；[the-]人民；一国人民，民族	
	7	pepper 【'pepə(r)】	n.胡椒粉，胡椒；辣椒	
	8	per 【pə(r)】	prep.每；经，由	
	9	perceive 【pə'si:v】	v.察觉，感知；理解，领悟	
	10	percent 【pə'sent】	n.(percent)百分之……的	
	11	percentage 【pə'sentɪdʒ】	n.百分数，百分率，百分比	
	12	perfect 【'pɜ:fɪkt】	a.完善的；完全的；（语法）完成的；v.使完美	
	13	perfection 【pə'fekʃ(ə)n】	n.尽善尽美，完美	
	14	perform 【pə'fɔ:m】	v.履行，执行；表演，演出；完成（事业）	
	15	performance 【pə'fɔ:məns】	n.履行，执行；表演，演出；性能，特性；成绩	
	16	perfume 【'pɜ:fju:m】	n.香味，芳香；香料；v.使发香，洒香水于	
	17	perhaps 【pə'hæps】	ad.也许，大概，恐怕	
	18	period 【'piəriəd】	n.时期，时代；学时；周期，一段时间；句点	
	19	periodical 【,piəri'ɒdɪk(ə)l】	n.期刊，杂志；a.周期的，定期的	
	20	perish 【'perɪʃ】	v.丧生；凋谢；毁灭，消亡	
	21	permanent 【'pɜ:mənənt】	a.永久的，持久的	
	22	permeate 【'pɜ:miət】	v.弥漫，遍布，散布；渗入，渗透	
	23	permission 【pə'mɪʃn】	n.允许，同意	
	24	permit 【pə'mɪt】	v.许可，允许；n.许可证，执照	
	25	perpetual 【pə'petʃuəl】	a.永久的，永恒的，长期的	
	26	perplex 【pə'pleks】	v.使困惑，使费解，使复杂化	
	27	persecute 【'pɜ:sɪkju:t】	v.迫害	
	28	persevere 【,pɜ:sə'viə(r)】	v.坚持，坚忍，不屈不挠	
	29	persist 【pə'sɪst】	v.(in)坚持，持续	
	30	person 【'pɜ:s(ə)n】	n.人，喜欢（或适应）……的人；人物；人称	

Day 119				
打卡	序号	单词	释义	
	1	personal 【'pɜ:sən(ə)l】	a.个人的，私人的；亲自的；身体的，人身的	
	2	personality 【,pɜ:sə'næləti】	n.人格，个性	
	3	personnel 【,pɜ:sə'nel】	n.全体人员，全体职员；人事（部门）	
	4	perspective 【pə'spektɪv】	n.透视画法，透视图；远景，前途；观点，看法	
	5	persuade 【pə'sweɪd】	v.说服，劝说；(of)使相信	
	6	persuasion 【pə'sweɪʒn】	n.说服，说服力	
	7	pessimistic 【,pesɪ'mɪstɪk】	a.悲观（主义）的	
	8	pest 【pest】	n.害虫	
	9	pet 【pet】	n.爱畜，宠儿；a.宠爱的，表示亲昵的	
	10	petition 【pə'tɪʃn】	n.请愿书，申请书；v.（向……）请愿，正式请求	
	11	petrol 【'petrəl】	n.汽油	
	12	petroleum 【pə'treʊliəm】	n.石油	
	13	petty 【'peti】	a.小（器、规模）的，不重要的，细微的，卑鄙的	
	14	pharmacy 【'fɑ:məsi】	n.药房，药剂学，制药业，配药业，一批备用药品	
	15	phase 【feɪz】	n.阶段，状态，时期；相，相位	
	16	phenomenon 【fə'nɒmɪnən】	n.现象，稀有现象，珍品，奇迹，杰出人才	
	17	philosopher 【fə'lɒsəfə(r)】	n.哲学家，哲人	
	18	philosophy 【fə'lɒsəfi】	n.哲学，哲理，人生观，价值观，世界观	
	19	phone 【fəʊn】	n.(telephone)电话，电话机，耳机；v.打电话	
	20	photo 【'fəʊtəʊ】	n.(photograph)照片	
	21	phrase 【freɪz】	n.短语，词语，习语	
	22	physical 【'fɪzɪk(ə)l】	a.物质的；肉体的，身体的；自然科学的，物理的	
	23	physician 【fɪ'zɪʃn】	n.内科医生	
	24	physicist 【'fɪzɪsɪst】	n.物理学家	
	25	physics 【'fɪzɪks】	n.物理（学）	
	26	physiological 【,fɪziə'lɒdʒɪk(ə)l】	a.生理学的，生理学上的	
	27	piano 【pi'ænəʊ】	n.钢琴	
	28	pick 【pɪk】	v.拾，采，摘；挑选，选择；n.镐，鹤嘴锄	
	29	pickup 【'pɪkʌp】	n.拾起，获得	
	30	picnic 【'pɪknɪk】	n.野餐；v.（去）野餐	

Day 120				
打卡	序号	单词	释义	
	1	picture 【'pɪktʃə(r)】	n.画，图片；影片；美景；v.画，描述，想象	
	2	pie 【paɪ】	n.馅饼	
	3	piece 【pi:s】	n.（一）件/片/篇；碎片；v.(together)拼合，拼凑	
	4	pierce 【pɪəs】	v.刺穿，刺破	
	5	pig 【pɪɡ】	n.猪，猪肉；猪一般的人（指肮脏，贪吃的人）	
	6	pigeon 【'pɪdʒɪn】	n.鸽	
	7	pile 【paɪl】	n.堆，大量，大数目；v.(up)堆，叠，堆积	
	8	pilgrim 【'pɪlɡrɪm】	n.（在国外）旅游者；朝圣者，最初的移民	
	9	pill 【pɪl】	n.药丸	
	10	pillar 【'pɪlə(r)】	n.柱，台柱，栋梁	
	11	pillow 【'pɪləʊ】	n.枕头	
	12	pilot 【'paɪlət】	n.飞行员；领港员；v.驾驶（飞机等）；领航，引水	
	13	pin 【pɪn】	n.钉；大头针，别针，徽章；v.(up)钉住，别住	
	14	pinch 【pɪntʃ】	v.捏，掐，拧；收缩；紧急关头；匮乏；压力	
	15	pine 【paɪn】	n.松树	
	16	pink 【pɪŋk】	n.粉红色；a.粉红色的	
	17	pint 【paɪnt】	n.品脱	
	18	pioneer 【,paɪə'niə(r)】	n.先驱，倡导者，开拓者	
	19	pipe 【paɪp】	n.管子，导管；烟斗；笛	
	20	pirate 【'paɪrət】	n./v.海盗，盗版（者）	
	21	pistol 【'pɪst(ə)l】	n.手枪	
	22	piston 【'pɪstən】	n.活塞	
	23	pit 【pɪt】	n.坑，陷阱；煤矿，矿井	
	24	pitch 【pɪtʃ】	n.沥青；掷；v.用沥青覆盖；投掷，扔	
	25	pity 【'pɪti】	v.（觉得）可怜，惋惜；n.憾事，怜悯	
	26	place 【pleɪs】	n.地方；名次；地位；寓所；v.安排；放置；投（资）	
	27	plague 【pleɪɡ】	n.瘟疫，灾害，麻烦，苦恼；vt.折磨，使苦恼	
	28	plain 【pleɪn】	a.明白的；朴素的；坦率；平凡；n.平原，旷野	
	29	plan 【plæn】	n.计划，规划；平面图，设计图；v.计划	
	30	plane 【pleɪn】	n.飞机；平面，水平面	

Day 121				
打卡	序号	单词	释义	
	1	planet 【'plænit】	n.行星	
	2	plant 【plɑ:nt】	n.植物，作物；工厂；装置；v.栽种，播种，栽培	
	3	plantation 【plɑ:n'teɪʃ(ə)n】	n.种植园	
	4	plaster 【'plɑ:stə(r)】	n.灰泥；熟石膏；膏药	
	5	plastic 【'plæstɪk】	n.（常pl.）塑料，塑料制品；a.可塑的，塑性的	
	6	plate 【pleɪt】	n.金属板，片；盘子，盆子；板，钢板；v.镀，电镀	
	7	plateau 【'plætəʊ】	n.高原，平稳状态[时期]	
	8	platform 【'plætfɔ:m】	n.平台，台；站台，月台；政纲，党纲	
	9	plausible 【'plɔ:zəb(ə)l】	a.似是而非的，似乎合理的，似乎可信的	
	10	play 【pleɪ】	v.玩，做游戏；参加比赛；n.游戏；玩耍；剧本	
	11	playground 【'pleɪgraʊnd】	n.运动场，游戏场	
	12	plea 【pli:]】	n.（法律）抗辩；请求，恳求，托词，口实	
	13	plead 【pli:d】	v.恳求，请求；为……辩护；提出……为理由	
	14	pleasant 【'plez(ə)nt】	a.令人愉快的；vt.使高兴；vi.满意；喜欢	
	15	please 【pli:z】	v.请；使愉快，使满意；喜欢，愿意	
	16	pleasure 【'pleʒə(r)】	n.愉快，快乐；乐事，乐趣	
	17	pledge 【pledʒ】	n.誓约；保证；v.发誓；保证	
	18	plentiful 【'plentɪfl】	a.富裕的，丰富的	
	19	plenty 【'plenti】	n.丰富，大量	
	20	plight 【plaɪt】	n.情况，状态，困境，盟誓（婚姻）；v.保证，约定	
	21	plot 【plɒt】	n.秘密计划；情节；v.标绘，绘制；密谋，策划	
	22	plough 【plau】	n.(plow)犁，耕地，犁过的地；v.犁，费力地前进	
	23	plug 【plʌg】	n.塞子，插头；v.堵，塞，插上，插栓	
	24	plumber 【'plʌmə(r)】	n.（装修水管的）管子工	
	25	plunge 【plʌndʒ】	v.(into)（使）投入，（使）插进，陷入；猛冲	
	26	plural 【'plʊərəl】	a.复数的；n.复数	
	27	plus 【plʌs】	prep.加上；a.正的，加的；n.加号，正号	
	28	pneumonia 【nju:'məʊniə】	n.肺炎	
	29	pocket 【'pɒkɪt】	n.衣袋；a.袖珍的，小型的；v.把……装入袋内	
	30	poem 【'pəʊɪm】	n.诗	

Day 122				
打卡	序号	单词	释义	
	1	poet 【'pəʊɪt】	n.诗人	
	2	poetry 【'pəʊətri】	n.诗歌，诗集	
	3	point 【pɔɪnt】	n.尖；点；条款；分数，得分；论点；v.(at, to)指	
	4	poison 【'pɔɪz(ə)n】	n.毒物，毒药；v.放毒，毒害，污染	
	5	poisonous 【'pɔɪzənəs】	a.有毒的，恶意的，恶毒的，道德败坏的	
	6	poke 【pəʊk】	n.刺，戳，懒汉，袋子；v.戳，刺，伸出，刺探，闲荡	
	7	polar 【'pəʊlə(r)】	a.两极的，极地的，南辕北辙的；n.极线，极面	
	8	pole 【pəʊl】	n.柱，杆；地极，磁极，电极	
	9	police 【pə'li:s】	n.警察，警察机关；a.警察的；v.管辖	
	10	policeman 【pə'li:smən】	n.警察	
	11	policy 【'pɒləsi】	n.政策，方针	
	12	polish 【'pəʊlɪʃ】	v.磨光，擦亮；使优美，润饰；n.擦光剂，上光蜡	
	13	polite 【pə'laɪt】	a.有礼貌的，客气的；有教养的，文雅的	
	14	political 【pə'ltɪk(ə)l】	a.政治的	
	15	politician 【,pɒlə'tɪʃn】	n.政治家，政客	
	16	politics 【'pɒlətɪks】	n.政治，政治学；政纲，政见	
	17	poll 【pəʊl】	n.民意测验；(pl.)政治选举；v.获得……选票	
	18	pollute 【pə'lu:t】	v.弄脏，污染	
	19	pollution 【pə'lu:ʃ(ə)n】	n.污染	
	20	pond 【pɒnd】	n.池塘	
	21	ponder 【'pɒndə(r)】	v.沉思，考虑	
	22	pool 【pu:l】	n.水池，游泳池；合资经营；v.合伙经营，联营	
	23	poor 【pɔ:(r)】	a.贫困的；可怜的；贫乏的；贫瘠的；低劣的	
	24	pop 【pɒp】	a.流行的；n.（发出）砰的一声；v.突然出现	
	25	pope 【pəʊp】	n.罗马教皇，主教，大腿上要害部位	
	26	popular 【'pɒpjələ(r)】	a.流行的，通俗的，大众的；广受欢迎的	
	27	population 【,pɒpjʊ'leɪʃ(ə)n】	n.人口，（全体）居民	
	28	porcelain 【'pɔ:səlɪn】	n.瓷器；a.精制的，瓷器的	
	29	porch 【pɔ:tʃ】	n.门廊，入口处	
	30	pork 【pɔ:k】	n.猪肉	

Day 123				
打卡	序号	单词	释义	
	1	port 【pɔ:t】	n.港口	
	2	portable 【'pɔ:təb(ə)l】	a.轻便的, 手提(式)的, 可移动的	
	3	porter 【'pɔ:tə(r)】	n.守门人, 门房, 行李搬运工, 服务员	
	4	portion 【'pɔ:ʃ(ə)n】	n.一部分, 一份	
	5	portrait 【'pɔ:treɪt】	n.肖像, 画像	
	6	portray 【pɔ:'treɪ】	v.描写, 描述; 画(人物、景象等)	
	7	pose 【pəʊz】	n.姿势, 姿态; v.造成, 提出, 摆姿势, 佯装	
	8	position 【pə'zɪʃn】	n.位置; 职位; 姿势, 姿态; 见解, 立场, 形势	
	9	positive 【'pɒzətɪv】	a.肯定的, 积极的, 绝对的, 无疑的, 正的	
	10	possess 【pə'zes】	v.占有, 拥有	
	11	possession 【pə'zefn】	n.持有, 拥有; 所有权; 所有物; (pl.)财产, 财富	
	12	possibility 【,pɒsə'bɪləti】	n.可能, 可能性; 可能的事, 希望	
	13	possible 【'pɒsəb(ə)l】	a.可能的, 做得到的; 合理的; 可允许的	
	14	possibly 【'pɒsəbli】	ad.可能地, 也许; 无论如何	
	15	post 【pəʊst】	v.贴出; 公告; 投寄; n.(支)柱; 邮政, 邮寄; 职位	
	16	postage 【'pəʊstɪdʒ】	n.邮费, 邮资	
	17	postcard 【'pəʊstkɑ:d】	n.明信片	
	18	poster 【'pəʊstə(r)】	n.海报, 张贴的大幅广告	
	19	postman 【'pəʊstmən】	n.邮递员	
	20	postpone 【pə'spəʊn】	v.推迟, 延期	
	21	posture 【'pɒstʃə(r)】	n.姿势, 姿态, 心态, 态度; v.作出某种姿势	
	22	pot 【pɒt】	n.罐, 壶	
	23	potato 【pə'tetəʊ】	n.马铃薯, 土豆	
	24	potential 【pə'tenʃl】	a.潜在的, 可能的; n.潜能, 潜力	
	25	poultry 【'pəʊltri】	n.家禽	
	26	pound 【paʊnd】	n.磅; 英镑; v.(连续)猛击, (猛烈)敲打, 捣碎	
	27	pour 【pɔ:(r)】	v.灌注, 倾泻, 涌入, 流, 倾盆大雨	
	28	poverty 【'pɒvəti】	n.贫穷, 贫困	
	29	powder 【'paʊdə(r)】	n.粉末, 药粉; 火药, 炸药	
	30	power 【'paʊə(r)】	n.力, 精力; 功率, 电力; (数学)幂; 权力, 势力	

Day 124				
打卡	序号	单词	释义	
	1	powerful 【'paʊəf(ə)l】	a.强大的，有力的，有权的	
	2	practical 【'præktɪkl】	a.实际的，实用的	
	3	practically 【'præktɪkli】	ad.几乎，实际上，简直	
	4	practice 【'præktɪs】	n.练习，实践，实际，业务，惯例，习惯	
	5	practise 【'præktɪs】	v.练习，实习，实践，实行，使……练习，训练	
	6	practitioner 【præk'tɪʃənə(r)】	n.实践者，从事者；（医生或律师等）开业者	
	7	praise 【preɪz】	v.赞扬，歌颂；表扬； n.称赞，赞美；赞美的话	
	8	pray 【preɪ】	v.请求，恳求；祈祷，祈求	
	9	prayer 【preə(r)】	n.祈祷，祷告，祷文	
	10	preach 【pri:tʃ】	v.宣讲（教义），布道；竭力鼓吹，宣传；说教	
	11	precaution 【pri'kəʃn】	n.预防，谨慎，警惕	
	12	precede 【pri'si:d】	v.领先（于），在（……之前）；优先，先于	
	13	precedent 【'presɪdənt】	n.先例	
	14	preceding 【pri'si:dɪŋ】	a.在前的，在先的	
	15	precious 【'preʃəs】	a.珍贵的，贵重的	
	16	precise 【pri'saɪs】	a.精确的，准确的	
	17	precision 【pri'sɪʒn】	n.精确，精确度	
	18	preclude 【pri'klu:d】	v.排除，阻止，妨碍	
	19	predecessor 【'pri:dəsəsə(r)】	n.前辈，前任	
	20	predict 【pri'dɪkt】	v.预言，预测，预告	
	21	predominant 【pri'dɒmɪnənt】	a.(over)占优势的；主要的，突出的	
	22	preface 【'prefəs】	n.序言，引言，前言； v.作序，写前言	
	23	prefer 【pri'fɜ:(r)】	v.(to)更喜欢，宁愿	
	24	preferable 【'prefrəb(ə)l】	a.(to)更可取的，更好的	
	25	preference 【'prefrəns】	n.(for, to)偏爱，喜爱；优惠；优先选择	
	26	pregnant 【'pregnənt】	a.怀孕的，孕育的，充满的，意味深长的	
	27	prejudice 【'predʒudɪs】	n.偏见，成见；损害，侵害； v.使抱偏见，损害	
	28	preliminary 【pri'lɪmɪnəri】	a.预备的，初步的	
	29	premier 【'premiə(r)】	n.首相，总理	
	30	premise 【'premɪs】	n.前提，房屋连地基； v.提论，预述，假定	

Day 125				
打卡	序号	单词	释义	
	1	premium 【'pri:miəm】	n.额外费用，奖金，奖赏，保险费	
	2	preparation 【,prepə'reɪʃn】	n.准备，预备；制剂，制备品	
	3	prepare 【prɪ'peə(r)】	v.准备，预备	
	4	preposition 【,prepə'zɪʃn】	n.介词	
	5	prescribe 【prɪ'skraɪb】	v.指示，规定；处（方），开（药）	
	6	prescription 【prɪ'skrɪpʃn】	n.药方，处方	
	7	presence 【'prezns】	n.出席，到场，存在，在	
	8	present 【'prez(ə)nt】	a.出席的，现在的； n.现在，礼物； v.赠送，提出	
	9	presently 【'prezntli】	ad.一会儿，不久；现在，目前	
	10	preserve 【prɪ'zɜ:v】	v.保护，维持；保存，保藏	
	11	preside 【prɪ'zaɪd】	v.(at, over)主持	
	12	president 【'prezɪdənt】	n.总统，校长，会长，主席	
	13	press 【pres】	v.压；压榨；紧迫，催促； n.报刊，通讯社；压榨机	
	14	pressure 【'prefə(r)】	n.压，压力，压迫，强制，紧迫，困苦，困难	
	15	prestige 【pre'sti:ʒ】	n.声望，威望，威信	
	16	presumably 【prɪ'zju:məbli】	ad.推测起来，大概	
	17	presume 【prɪ'zju:m】	v.假定，假设，认为，揣测，滥用，擅自行动	
	18	pretend 【prɪ'tend】	v.假装，假托，借口，（在演戏中）装扮	
	19	pretext 【'pri:tekst】	n.借口，托词	
	20	pretty 【'prɪti】	ad.相当，很； a.漂亮的，俊俏的，标致的	
	21	prevail 【prɪ'veɪl】	v.(over, against)取胜，占优势；流行，盛行	
	22	prevalent 【'prevələnt】	a.流行的，普遍的	
	23	prevent 【prɪ'vent】	v.(from)预防，防止，阻止，制止，妨碍	
	24	previous 【'pri:vɪəs】	a.先前的，以前的	
	25	prey 【preɪ】	n.被掠食者，牺牲者，掠食； v.捕食，掠夺，折磨	
	26	price 【praɪs】	n.价格，价钱；代价； v.标价	
	27	prick 【prɪk】	n./v.刺伤，刺痛，刺孔	
	28	pride 【praɪd】	n.自豪；自满；引以自豪的东西； v.使自豪	
	29	priest 【pri:st】	n.教士，神父	
	30	primary 【'praɪməri】	a.最初的，初级的；首要的，主要的，基本的	

Day 126				
打卡	序号	单词	释义	
	1	prime 【praɪm】	a.首要的；最好的，第一流的； n.青春，全盛期	
	2	primitive 【'prɪmətɪv】	a.原始的，远古的，早期的；粗糙的，简单的	
	3	prince 【prɪns】	n.王子，亲王	
	4	princess 【,prɪn'ses;'prɪnses】	n.公主，王妃	
	5	principal 【'prɪnsəpl】	a.最重要的，主要的； n.负责人，校长；资本，本金	
	6	principle 【'prɪnsəpl】	n.原理，原则；主义，信念	
	7	print 【prɪnt】	n.印刷，印刷品，字体； v.印刷，出版；洗印	
	8	prior 【'praɪə(r)】	a.优先的，在前的；(to)在……之前	
	9	priority 【praɪ'ɒrəti】	n.先，前；优先，重点，优先权	
	10	prison 【'prɪz(ə)n】	n.监狱	
	11	prisoner 【'prɪznə(r)】	n.囚犯	
	12	privacy 【'prɪvəsi】	n.（不受干扰的）独处，自由，隐私；私生活	
	13	private 【'praɪvət】	a.私人的，个人的，秘密的，私下的	
	14	privilege 【'prɪvəlɪdʒ】	n.特权，优惠，特许； v.给予优惠，给予特权	
	15	prize 【praɪz】	n.奖赏，奖金，奖品； v.珍视，珍惜	
	16	probability 【,prɒbə'bɪləti】	n.可能性，或然性，概率	
	17	probable 【'prɒbəbl】	a.很可能的，大概的；有希望的，可能的	
	18	probe 【prəʊb】	n.探针，探测器； v.（以探针等）探查，穿刺，查究	
	19	problem 【'prɒbləm】	n.问题，疑难问题；思考题，讨论题	
	20	procedure 【prə'si:dʒə(r)】	n.程序，手续，步骤	
	21	proceed 【prə'si:d】	v.进行，继续下去；发生	
	22	proceeding 【prə'si:dɪŋ】	n.行动，进行，(pl.)会议录，学报	
	23	process 【prə'ses;'prəʊses】	n.过程，进程；工序，制作法；工艺； v.加工，处理	
	24	procession 【prə'seʃn】	n.队伍，行列	
	25	proclaim 【prə'kleɪm】	v.宣告，声明	
	26	produce 【prə'dju:s】	v.生产，制造，显示，演出，导致； n.产品	
	27	product 【'prɒdʌkt】	n.产品，产物；乘积	
	28	production 【prə'dʌkʃn】	n.生产，产品，作品，（研究）成果，总产量	
	29	productive 【prə'dʌktɪv】	a.生产（性）的，能产的，多产的	
	30	productivity 【,prɒdʌk'tɪvəti】	n.生产率	

Day 127				
打卡	序号	单词	释义	
	1	profession 【prə'feʃn】	n.职业，专业，表白，宣布	
	2	professional 【prə'feʃnl】	a.职业的，专门的； n.自由职业者，专业人员	
	3	professor 【prə'fesə(r)】	n.教授	
	4	proficiency 【prə'fɪʃnsi】	n.(in)熟练，精通	
	5	profile 【'prəʊfaɪl】	n.侧面（像）； 轮廓，外形； 人物简介	
	6	profit 【'prɒfɪt】	n.利润，收益； v.(by, from)得利，获益； 有利于	
	7	profitable 【'prɒfɪtəbl】	a.有利可图的，有益的	
	8	profound 【prə'faʊnd】	a.深刻的，意义深远的； 渊博的，造诣深的	
	9	programme 【'prəʊgræm】	n.(program)节目，计划，规划，程序； v.编程序	
	10	progress 【'prəʊgres】	v./n.进步，进展； 前进	
	11	progressive 【prə'gresɪv】	a.进步的，先进的； 前进的	
	12	prohibit 【prə'hɪbɪt】	v.禁止，不准； 阻止	
	13	project 【'prɒdʒekt】	n.方案，工程，项目； v.投射，放映； 设计，规划	
	14	projector 【prə'dʒektə(r)】	n.放映机，幻灯机，投影仪	
	15	prolong 【prə'lɒŋ】	v.拉长，延长，拖延	
	16	prominent 【'prɒmɪnənt】	a.突起的，凸出的； 突出的，杰出的	
	17	promise 【'prɒmɪs】	v.允许，答应； 有……可能； n.承诺； 希望，出息	
	18	promising 【'prɒmɪsɪŋ】	a.有希望的，有前途的	
	19	promote 【prə'məʊt】	v.促进，发扬； 提升，提拔； 增进，助长	
	20	prompt 【prɒmpt】	a.敏捷的，迅速的，即刻的； v.激起，促进，推动	
	21	prone 【prəʊn】	a.倾向于，俯伏的，倾斜的，陡的	
	22	pronoun 【'prəʊnaʊn】	n.代词	
	23	pronounce 【prə'naʊns】	v.发……的音； 宣布，宣判	
	24	pronunciation 【prəˌnʌnsi'eɪʃ(ə)n】	n.发音，发音方法	
	25	proof 【pru:f】	n.证据，证明； 校样，样张	
	26	propaganda 【ˌprɒpə'gændə】	n.宣传（机构）； [天主教]传道总会	
	27	propel 【prə'pel】	vt.推进，推动； 激励，驱使	
	28	proper 【'prɒpə(r)】	a.适合的； 合乎体统的； 固有的； 有礼貌的	
	29	property 【'prɒpəti】	n.财产，资产，地产，房地产，所有物； 性质，特性	
	30	prophet 【'prɒfɪt】	n.预言家； 先知； 提倡者	

Day 128				
打卡	序号	单词	释义	
	1	proportion 【prə'pɔ:ʃn】	n.比例；部分；均衡，相称	
	2	proposal 【prə'pəʊzl】	n.提议，建议；求婚	
	3	propose 【prə'pəʊz】	v.提议，建议；提名，推荐；求婚	
	4	proposition 【,prɒpə'zɪʃ(ə)n】	n.主张，建议；陈述，命题	
	5	prose 【prəʊz】	n.散文；a.散文的	
	6	prosecute 【'prɒsɪkjʊ:t】	vt.实行，从事；v.起诉，告发；vi.作检察官	
	7	prospect 【'prɒspekt】	n.景色；前景，前途，展望	
	8	prospective 【prə'spektɪv】	a.预期的	
	9	prosper 【'prɒspə(r)】	v.成功，兴隆，昌盛，使成功，使昌隆，繁荣	
	10	prosperity 【prɒ'sperəti】	n.繁荣，兴旺	
	11	prosperous 【'prɒspərəs】	a.繁荣的，兴旺的，茂盛的，顺利的	
	12	protect 【prə'tekt】	v.(from)保护，保卫	
	13	protein 【'prəʊti:n】	n.蛋白质	
	14	protest 【'prəʊtest】	v./n.主张，断言，抗议，反对	
	15	prototype 【'prəʊtətaɪp】	n.原型；典型，范例	
	16	proud 【praʊd】	a.(of)自豪的；引以自豪的；妄自尊大的	
	17	prove 【pru:v】	v.证明，证实；检验；考验；鉴定；结果是，表明是	
	18	provide 【prə'vaɪd】	v.供应，供给，准备，预防，规定	
	19	provided 【prə'vaɪdɪd】	conj.倘若，只要，假如	
	20	province 【'prɒvɪns】	n.省；领域，范围，本分	
	21	provision 【prə'vɪʒn】	n.供应，（一批）供应品；预备；条款；(pl.)给养	
	22	provoke 【prə'vəʊk】	v.挑动；激发；招惹	
	23	prudent 【'pru:d(ə)nt】	a.谨慎的，智慧的，稳健的，节俭的	
	24	psychiatry 【saɪ'kaɪətri】	n.精神病学，精神病疗法	
	25	psychology 【saɪ'kɒlədʒɪ】	n.心理，心理学，心理状态	
	26	pub 【pʌb】	n.（英国）小酒店；小旅馆	
	27	public 【'pʌblɪk】	a.公共的，公用的；公开的，公然的；n.公众，民众	
	28	publication 【,pʌblɪ'keɪʃn】	n.出版物；出版，发行；公布，发表	
	29	publicity 【pʌb'lɪsəti】	n.公开，宣传，广告，推销	
	30	publish 【'pʌblɪʃ】	v.出版，刊印；公布，发布	

Day 129				
打卡	序号	单词	释义	
	1	puff 【pʌf】	n.一阵，一股（气味等）；喘息；吹嘘；v.喘息，鼓吹	
	2	pull 【pʊl】	v.拉，拖；n.拉，拖；拉力，牵引力	
	3	pulse 【pʌls】	n.脉搏，脉冲	
	4	pump 【pʌmp】	n.泵；v.用（泵）抽（水）；打气，泵送	
	5	punch 【pʌntʃ】	n.冲压机，冲床；穿孔机；v.冲压，穿孔	
	6	punctual 【'pʌŋktʃuəl】	a.严守时刻的，准时的，正点的	
	7	punish 【'pʌnɪʃ】	v.惩罚，处罚	
	8	pupil 【'pju:p(ə)l】	n.学生，小学生；瞳孔	
	9	puppet 【'pʌpɪt】	n.木偶，傀儡	
	10	purchase 【'pɜ:tʃəs】	v.买，购买；n.购买的物品	
	11	pure 【pjʊə(r)】	a.纯的，纯洁的；纯理论的，抽象的；完全的	
	12	purify 【'pjʊərɪfaɪ】	v.使纯净，提纯	
	13	purple 【'pɜ:p(ə)l】	a.紫的；n.紫色	
	14	purpose 【'pɜ:pəs】	n.目的，意图；用途，效果	
	15	purse 【pɜ:s】	n.钱包	
	16	pursue 【pə'sju:】	v.追赶，追踪；继续，从事	
	17	pursuit 【pə'sju:t】	n.追赶，追求；职业，工作	
	18	push 【pʊʃ】	v.推；催逼，逼迫；n.推，推力；促进，推进	
	19	put 【pʊt】	vt.放，搁，置；表达；使处于……状态，记下	
	20	puzzle 【'pʌzl】	n.难题，谜，迷惑；v.（使）迷惑，（使）为难	
	21	pyramid 【'pɪrəmid】	n.金字塔	
	22	qualification 【,kwɒlɪfɪ'keɪʃn】	n.资格，合格；限定，条件；合格证	
	23	qualify 【'kwɒlɪfaɪ】	v.（使）具有资格，证明合格；限制，限定；修饰	
	24	qualitative 【'kwɒlɪtətɪv】	a.性质上的，定性的	
	25	quality 【'kwɒləti】	n.质量，品质，特性	
	26	quantify 【'kwɒntɪfaɪ】	v.确定数量	
	27	quantitative 【'kwɒntɪtətɪv】	a.数量的，定量的	
	28	quantity 【'kwɒntəti】	n.量，数量；大量	
	29	quarrel 【'kwɒrəl】	v.争吵，争论；n.争吵，争吵的原因	
	30	quart 【kwɔ:t】	n.夸脱	

Day 130				
打卡	序号	单词	释义	
	1	quarter 【'kwɔ:tə(r)】	n.四分之一；季；一刻钟；(pl.)方向；(pl.)住处	
	2	quarterly 【'kwɔ:təli】	a.每季的；ad.每季一次；n.季刊	
	3	quartz 【kwɔ:ts】	n.石英	
	4	queen 【kwi:n】	n.女王，皇后，王后	
	5	queer 【kwɪə(r)】	a.奇怪的，古怪的	
	6	quench 【kwentʃ】	v.熄灭，扑灭，压制，抑制，止渴	
	7	quest 【kwest】	n.探寻，探求；寻求，追求	
	8	question 【'kwestʃən】	n.问题；询问；v.询问；怀疑，对……表示疑问	
	9	questionnaire 【,kwestʃə'neə(r)】	n.调查表，问卷	
	10	queue 【kju:】	n.行列，长队；v.(up)排队，排队等待	
	11	quick 【kwɪk】	a.快的；灵敏的，伶俐的；敏锐的；ad.快，迅速地	
	12	quiet 【'kwaɪət】	a.安静的，平静的；n.安静；v.使安静，平静	
	13	quilt 【kwɪlt】	n.被子	
	14	quit 【kwɪt】	v.离开，退出；停止，放弃，辞职	
	15	quite 【kwait】	ad.十分，完全；相当，颇；的确，真正	
	16	quiver 【'kwɪvə(r)】	v./n.颤抖，抖动	
	17	quiz 【kwɪz】	n.小型考试，测验，问答比赛	
	18	quota 【'kwɒtə】	n.(生产、进出口等的)配额，(移民的)限额	
	19	quote 【kwəʊt】	v.引用，援引	
	20	rabbit 【'ræbɪt】	n.兔子	
	21	race 【reis】	n.赛跑；人种，种族；属，种；v.赛跑	
	22	racial 【'reɪl】	a.种的，种族的	
	23	rack 【ræk】	n.挂物架，搁物架；v.使痛苦，折磨	
	24	racket 【'rækɪt】	n.球拍	
	25	radar 【'reɪdɑ:(r)】	n.雷达	
	26	radiant 【'reɪdiənt】	a.发光的，辐射的，容光焕发的	
	27	radiate 【'reɪdiət】	v.放射，辐射；散布，传播	
	28	radical 【'rædɪkl】	a.基本的，重要的；激进的，极端的；根本的	
	29	radio 【'reɪdiəʊ】	n.收音机；无线电报，无线电话；v.无线电通讯	
	30	radioactive 【,reɪdiəʊ'æktɪv】	a.放射性，放射引起的	

Day 131				
打卡	序号	单词	释义	
	1	radius 【'reɪdiəs】	n.半径，半径范围，有效航程，范围，界限	
	2	rag 【ræg】	n.抹布，破布，碎布	
	3	rage 【reɪdʒ】	n.愤怒	
	4	raid 【reɪd】	n/v.袭击，搜查	
	5	rail 【reɪl】	n.栏杆，围栏；(pl.)铁路；铁轨；横杆，栏杆	
	6	railroad 【'reɪlrəʊd】	n.(railway)铁路； v.由铁道运输	
	7	rain 【reɪn】	n.雨；雨天；下雨； vi.下雨； vt.使大量落下	
	8	rainbow 【'reɪnbəʊ】	n.彩虹	
	9	raise 【reɪz】	v.举起，提升；增加；饲养；引起；竖起；提出	
	10	rake 【reɪk】	n.耙子，耙机； v.耙；搜索，探索	
	11	rally 【'ræli】	v.重整，恢复，振作； n.聚集，集会，拉力赛	
	12	random 【'rændəm】	a.随机的，随意的； n.随机，随意	
	13	range 【reɪndʒ】	n.范围，领域；排列，连续；（山）脉； v.排列成行	
	14	rank 【ræŋk】	n.军衔，社会阶层；排； v.分等级，把……分类	
	15	rap 【ræp】	n.叩击，轻拍，斥责； v.敲，拍，打，斥责，使着迷	
	16	rape 【reɪp】	n./vt.掠夺，蹂躏，强奸	
	17	rapid 【'ræpɪd】	a.快，急速的； n.(pl.)急流，湍滩	
	18	rare 【reə(r)】	a.稀有的，难得的，珍奇的；稀薄的，稀疏的	
	19	rarely 【'reəli】	ad.很少，难得，非常地	
	20	rash 【ræʃ】	a.轻率的，鲁莽的； n.皮疹	
	21	rat 【ræt】	n.鼠	
	22	rate 【reɪt】	n.速率；等级；价格，费用； v.估价；评级，评价	
	23	rather 【'rɑːðə(r)】	ad.相当，有一点儿；宁愿，宁可	
	24	ratio 【'reɪʃiəʊ】	n.比，比率	
	25	rational 【'ræʃnəl】	a.理性的，合理的	
	26	raw 【rɔː】	a.未煮过的，生的；未加工过的，未经训练的	
	27	ray 【reɪ】	n.光线，射线	
	28	razor 【'reɪzə(r)】	n.剃刀	
	29	reach 【riːtʃ】	v.抵达；(out)伸手，够到； n.能达到的范围	
	30	react 【ri'ækt】	v.反应，起作用；(against)反对，起反作用	

Day 132				
打卡	序号	单词	释义	
	1	read 【ri:d】	v.朗读；阅读；vt.辨认，观察；vi.读到，获悉	
	2	reader 【'ri:də(r)】	n.读者；读本，读物；（英国的）大学讲师	
	3	readily 【'redɪli】	ad.容易地；乐意地，欣然地	
	4	reading 【'ri:dɪŋ】	n.读书，读物，（仪表等的）读数，阅读	
	5	ready 【'redi】	a.(for)准备好的，现成的；甘心的	
	6	real 【'ri:əl;riəl】	a.真的，真实的；实际的，现实的	
	7	realise 【'ri:əlaɪz;'riələɪz】	v.(realize)认识到，体会到；实现	
	8	realistic 【,ri:ə'lɪstɪk;riə'lɪstɪk】	a.现实（主义）的	
	9	reality 【ri'æləti】	n.现实，实际；真实	
	10	really 【'ri:əli】	ad.确实，实在，真正地，果然	
	11	realm 【relm】	n.王国，国土；领域	
	12	reap 【ri:p】	v.收割，收获	
	13	rear 【riə(r)】	n.后面，背后，后方；v.饲养，抚养，栽培，举起	
	14	reason 【'ri:zn】	n.原因，理性，理智；v.推理，说服，辩论，讨论	
	15	reasonable 【'ri:znəbl】	a.合理的，有道理的；通情达理的；适度的	
	16	reassure 【,ri:ə'ʃʊə(r)】	v.使安心，使放心；使消除疑虑	
	17	rebel 【'rebl】	v.反抗，反叛，起义；n.叛逆者，起义者	
	18	rebellion 【rɪ'beljən】	n.叛乱，反抗，起义	
	19	recall 【rɪ'kɔ:l】	v.回忆，回想；撤消，收回	
	20	recede 【rɪ'si:d】	v.退回，后退；收回，撤回；跌落，缩减，贬值	
	21	receipt 【rɪ'si:t】	n.收据，收条；收到，接到	
	22	receive 【rɪ'si:v】	v.收到，接到；遭受，受到；接待，接见	
	23	recent 【'ri:snt】	a.新近的，近来的	
	24	reception 【rɪ'sepʃn】	n.接待，招待会；接收，接受，接收效果	
	25	recipe 【'resəpi】	n.烹饪法，食谱；诀窍，方法	
	26	recipient 【rɪ'sɪpiənt】	a.接受的，感受性强的；n.接受者，感受者，容器	
	27	reciprocal 【rɪ'sɪprək(ə)l】	a.相互的，往复的，互利的	
	28	recite 【rɪ'saɪt】	v.背诵，朗诵	
	29	reckless 【'rekləs】	a.不注意的，大意的，鲁莽的，不顾后果的	
	30	reckon 【'rekən】	v.计算，总计，估计，猜想，依赖	

Day 133				
打卡	序号	单词	释义	
	1	reclaim 【rɪ'kleɪm】	v.要求归还, 收回; 开垦	
	2	recognition 【ˌrekəg'nɪʃn】	n.认出, 辨认; 承认	
	3	recognize 【'rekəgnaɪz】	v.(recognise)认出, 承认, 公认, 赏识, 表扬	
	4	recollect 【ˌrekə'lekt】	v.回忆, 想起, 记起, 忆起, 记得	
	5	recommend 【ˌrekə'mend】	v.推荐, 介绍; 劝告, 建议	
	6	reconcile 【'rekənsaɪl】	v.使和好, 调解, 使调和; (to, with)使一致	
	7	record 【'rekɔ:d; rɪ'kɔ:d】	n.记录; 最高记录; 履历; 唱片; v.记录; 录音	
	8	recorder 【rɪ'kɔ:də(r)】	n.记录员; 录音机	
	9	recover 【rɪ'kʌvə(r)】	v.收回; (from)恢复, 痊愈; 重新获得	
	10	recovery 【rɪ'kʌvəri】	n.痊愈, 复原; 重获, 恢复	
	11	recreation 【ˌri:kri'eɪʃn】	n.娱乐, 消遣	
	12	recruit 【rɪ'kru:t】	v.征募(新兵), 吸收; 补充; n.新成员, 新兵	
	13	rectangle 【'rektæŋgl】	n.[数]矩形, 长方形	
	14	rectify 【'rektɪfaɪ】	v.纠正, 整顿, [化]精馏	
	15	recur 【rɪ'kɜ:(r)】	v.(尤指不好的事)一再发生; 重现	
	16	recycle 【ˌri:'saɪkl】	v./n.再循环, 重复利用	
	17	red 【red】	a.红的, 红色的; n.红色; 红色颜料	
	18	reduce 【rɪ'dju:s】	v.减少, 缩小; 简化, 还原	
	19	reduction 【rɪ'dʌndənt】	n.减小, 减少, 缩小	
	20	redundant 【rɪ'dʌndənt】	a.多余的, 过剩的; (食物)丰富的; 被解雇的	
	21	reed 【ri:d】	n.芦苇, 苇丛; 芦笛, 牧笛	
	22	reel 【ri:l】	n.卷筒, 线轴; v.卷, 绕	
	23	refer 【rɪ'fɜ:(r)】	v.参考, 查询; 提到, 引用, 涉及; 提交, 上呈	
	24	reference 【'refrəns】	n.提及, 涉及; 参考, 参考书目; 证明书(人)	
	25	refine 【rɪ'faɪn】	v.精炼, 精制, 提纯; 使文雅, 使高尚	
	26	reflect 【rɪ'flekt】	v.反射, 反映, 表现, 反省, 沉思	
	27	reflection 【rɪ'flekʃn】	n.(reflexion)映像, 倒影; 反省, 沉思	
	28	reform 【rɪ'fɔ:m】	v./n.改革, 改造, 改良	
	29	refrain 【rɪ'freɪn】	v.节制, 避免, 制止; n.(诗的)叠句	
	30	refresh 【rɪ'freʃ】	v.(使)精神振作, (使)精力恢复	

Day 134				
打卡	序号	单词	释义	
	1	refreshment 【rɪ'freʃmənt】	n.(pl.)点心，饮料；精力恢复，爽快	
	2	refuge 【'refju:dʒ】	n.避难处，藏身处	
	3	refugee 【,refju'dziː】	n.（政治上的）避难者，难民	
	4	refund 【'ri:fʌnd】	n.归还，偿还额，退款；v.退还，偿还，偿付	
	5	refusal 【rɪ'fju:zl】	n.拒绝，回绝	
	6	refuse 【rɪ'fju:z; 'refju:s】	v.拒绝，谢绝；n.废物，垃圾	
	7	refute 【rɪ'fju:t】	v.反驳，驳斥	
	8	regard 【rɪ'gɑ:d】	v.(as)把……看作为；考虑；n.(pl.)敬重，问候	
	9	regarding 【rɪ'gɑ:dɪŋ】	prep.关于，有关	
	10	regardless 【rɪ'gɑ:dləs】	a./ad.不管……的，不顾……的，不注意的	
	11	regime 【rei'ʒi:m】	n.政体，制度	
	12	region 【'ri:dʒən】	n.地区，地带，行政区，（科学等）领域	
	13	register 【'redʒɪstə(r)】	n./v.登记，注册；v.（仪表等）指示，（邮件）挂号	
	14	regret 【rɪ'gret】	v./n.遗憾，懊悔，抱歉	
	15	regular 【'regjələ(r)】	a.有规律的；整齐的，匀称的，正规的，正式的	
	16	regulate 【'regjuleɪt】	v.管制，控制；调节，校准；调整	
	17	regulation 【,regju'leɪʃn】	n.规则，规章；调节，校准；调整	
	18	rehearsal 【rɪ'hɜ:səl】	n.排练，排演，演习，预演，试演	
	19	reign 【rem】	n./v.统治，支配，盛行；n.统治时期；v.占优势	
	20	rein 【rem】	n.缰绳，统治，支配；v.驾驭，控制，统治	
	21	reinforce 【,ri:m'fɔ:s】	v.增援，加强	
	22	reject 【rɪ'dʒekt】	v.拒绝，抵制，丢弃，排斥，退掉；n.落选者	
	23	rejoice 【rɪ'dʒɔɪs】	v.（使）欣喜，（使）高兴	
	24	relate 【rɪ'leɪt】	v.叙述，讲述；使互相关联	
	25	relation 【rɪ'leɪʃn】	n.关系，联系；亲属，亲戚	
	26	relationship 【rɪ'leɪʃnʃɪp】	n.关系，联系	
	27	relative 【'relətv】	a.相对的，比较的，有关系的；n.亲戚，关系词	
	28	relativity 【,relə'tɪvəti】	n.相关（性）；相对论	
	29	relax 【rɪ'læks】	v.（使）松弛，放松	
	30	relay 【'ri:leɪ】	v.中继，转播，接力；n.接替人员，替班	

Day 135				
打卡	序号	单词	释义	
	1	release 【rɪ'li:s】	v.释放, 解放; 发表, 发行; n.释放, 豁免, 放松	
	2	relevant 【'reləvənt】	a.有关的, 中肯的, 相应的, 实质性的	
	3	reliable 【rɪ'laɪəbl】	a.可靠的, 可信赖的, 确实的	
	4	reliance 【rɪ'laɪəns】	n.信任, 信心, 依靠, 依靠的人或物	
	5	relief 【rɪ'li:f】	n.(痛苦等)减轻, 解除; 援救, 救济	
	6	relieve 【rɪ'li:v】	v.减轻, 解除, 援救, 救济, 换班	
	7	religion 【rɪ'lɪdʒən】	n.宗教, 信仰	
	8	religious 【rɪ'lɪdʒəs】	a.宗教的, 信教的, 虔诚的	
	9	relish 【'relɪʃ】	n.美味, 味道, 调味品, 食欲, 乐趣; v.喜欢, 品味	
	10	reluctant 【rɪ'lʌktənt】	a.不愿的, 勉强的	
	11	rely 【rɪ'laɪ】	v.(on)依赖, 依靠; 信赖, 信任	
	12	remain 【rɪ'meɪn】	v.剩下, 余留; 留待, 尚须; 仍然是, 依旧是	
	13	remainder 【rɪ'meɪndə(r)】	n.剩余物, 剩下的; 余数, 余项	
	14	remains 【rɪ'meɪnz】	n.(pl.)剩余, 残余, 遗迹	
	15	remark 【rɪ'mɑ:k】	n.(about, on)评语, 意见; v.(on)评论; 注意到	
	16	remarkable 【rɪ'mɑ:kəbl】	a.值得注意的; 显著的, 异常的, 非凡的	
	17	remedy 【'remədi】	n.药品; 治疗措施; v.治疗, 医治; 纠正, 补救	
	18	remember 【rɪ'membə(r)】	v.记住; (to)转达问候, 代……致意, 代……问好	
	19	remind 【rɪ'maɪnd】	v.(of)提醒, 使想起	
	20	remnant 【'remnənt】	n.剩余(物), 零料, 遗迹[风]; a.剩余的, 残留的	
	21	remote 【rɪ'məʊt】	a.远的, 遥远的, 疏远的, 偏僻的, 细微的	
	22	removal 【rɪ'mu:v(ə)l】	n.移动, 迁居; 除去	
	23	remove 【rɪ'mu:v】	v.移动, 脱掉, 调动, 免职	
	24	renaissance 【rɪ'neɪs(ə)ns】	n.[the R-]文艺复兴(时期); 新生, 复兴	
	25	render 【'rendə(r)】	v.使得, 致使; 提出, 提供, 呈报	
	26	renew 【rɪ'nju:】	v.(使)更新, 恢复, 重新开始, 继续	
	27	renovate 【'renəveɪt】	v.更新, 修复	
	28	rent 【rent】	v.租, 租赁; n.租金	
	29	repair 【rɪ'peə(r)】	n.修理, 修补; v.补救, 纠正; 修理	
	30	repay 【rɪ'peɪ】	v.偿还, 报答	

Day 136				
打卡	序号	单词	释义	
	1	repeat 【rɪ'pi:t】	v.重复, 重说, 重做; n.重复	
	2	repeatedly 【rɪ'pi:tɪdli】	ad.重复地, 再三地	
	3	repel 【rɪ'pel】	v.击退, 抵制, 使厌恶, 使不愉快	
	4	repertoire 【'repətwa:(r)】	n.节目, 全部剧目, 保留剧目, 全部技能	
	5	repetition 【,repə'tɪʃn】	n.重复, 反复	
	6	replace 【rɪ'pleɪs】	vt.取代, 替换, 代替, 把……放回原处	
	7	replacement 【rɪ'pleɪsmənt】	n.取代, 替换, 替换物, 代替物	
	8	reply 【rɪ'plaɪ】	v./n.(to)回答, 答复, 以……作答	
	9	report 【rɪ'pɔ:t】	n./v.报告, 汇报; 传说, 传阅	
	10	reporter 【rɪ'pɔ:tə(r)】	n.报告人, 通讯员; 记者, 报导者	
	11	represent 【,reprɪ'zent】	v.描述, 表示; 代表, 代理; 阐明, 说明	
	12	representative 【,reprɪ'zentətɪv】	n.代表, 代理人; a.(of)典型的, 有代表性的	
	13	repression 【rɪ'preʃn】	n.压抑, 压制, 镇压	
	14	reproach 【rɪ'prəʊtʃ】	v./n.责备, 指责	
	15	reproduce 【,ri:prə'dju:s】	v.生殖; 翻版; 繁殖; 复制, 仿造	
	16	reptile 【'reptail】	n.爬行动物	
	17	republic 【rɪ'pʌblɪk】	n.共和国, 共和政体	
	18	republican 【rɪ'pʌblɪkən】	a.共和的	
	19	reputation 【,repju'teɪʃn】	n.名誉, 名声, 声望	
	20	request 【rɪ'kwest】	v./n.请求, 要求	
	21	require 【rɪ'kwaɪə(r)】	v.需要; (of)要求, 命令	
	22	requirement 【rɪ'kwaɪəmənt】	n.(for)需要, 需要的东西, 要求	
	23	rescue 【'reskju:】	v./n.营救, 援救	
	24	research 【rɪ'sɜ:tʃ; ri:sɜ:tʃ】	v./n.(into, on)研究, 调查	
	25	resemblance 【rɪ'zembləns】	n.相似, 相似性[点, 物]	
	26	resemble 【rɪ'zemb(ə)l】	v.像, 类似	
	27	resent 【rɪ'zent】	v.对……表示忿恨, 怨恨	
	28	reservation 【,rezə'veɪʃn】	n.保留, 保留意见; 预定, 预订	
	29	reserve 【rɪ'zɜ:v】	n.储备(物), 储备金; 缄默; v.保留, 储备; 预定	
	30	reservoir 【'rezəvwa:(r)】	n.水库, 蓄水池	

Day 137				
打卡	序号	单词	释义	
	1	residence 【'rezɪdəns】	n.住处，住宅	
	2	resident 【'rezɪdənt】	n.居民，常住者； a.居住的	
	3	resign 【rɪ'zam】	v.辞去，辞职，使听从（于），使顺从	
	4	resist 【rɪ'zɪst】	v.抵抗，反抗；抗，忍得住，抵制	
	5	resistance 【rɪ'zɪstəns】	n.(to)抵抗，反抗；抵抗力，阻力；电阻	
	6	resistant 【rɪ'zɪstənt】	a.(to)抵抗的，有抵抗力的	
	7	resolute 【'rezəlu:t】	a.坚决的，果断的	
	8	resolution 【,rezə'lu:ʃn】	n.坚决，决心；决定，决议	
	9	resolve 【rɪ'zɒlv】	v.决心；（使）分解，溶解；决议； n.解决；决心	
	10	resort 【rɪ'zɔ:t】	v.凭借，求助，诉诸； n.度假胜地，常去之处，手段	
	11	resource 【rɪ'sɔ:s】	n.(pl.)资源，财力；办法，智谋；应变之才	
	12	respect 【rɪ'spekt】	n./v.尊敬，尊重； n.敬意，问候，关系，方面	
	13	respective 【rɪ'spektɪv】	a.各自的，各个的	
	14	respond 【rɪ'spɒnd】	v.回答，响应，作出反应	
	15	response 【rɪ'spɒns】	n.回答，响应，反应	
	16	responsibility 【rɪ,spɒnsə'bɪləti】	n.责任，责任心；职责，任务	
	17	responsible 【rɪ'spɒnsəb(ə)l】	a.(for, to)应负责的；可靠的；责任重大的	
	18	rest 【rest】	n.休息；剩余部分； v.休息；睡；放，靠，搁	
	19	restaurant 【'restrɒnt】	n.餐馆，饭店	
	20	restless 【'restləs】	a.得不到休息的；不平静的；坐立不安的	
	21	restore 【rɪ'stɔ:(r)】	v.恢复，使回复；归还，交还；修复，重建	
	22	restrain 【rɪ'streɪn】	v.(from)抑制，制止	
	23	restraint 【rɪ'streɪnt】	n.抑制，制止	
	24	restrict 【rɪ'strɪkt】	v.限制，约束	
	25	result 【rɪ'zʌlt】	n.结果，成绩； v.结果，致使，导致，由……而造成	
	26	resultant 【rɪ'zʌltənt】	a.作为结果而发生的；合成的	
	27	resume 【rɪ'zju:m】	n.个人简历； v.再继续，重新开始；再用；恢复	
	28	retail 【'ri:teɪl;rɪ'teɪl】	n.零售	
	29	retain 【rɪ'teɪn】	v.保持，保留	
	30	retention 【rɪ'tenʃ(ə)n】	n.保留，保持，保持力，记忆力	

Day 138				
打卡	序号	单词	释义	
	1	retire 【rɪ'taɪə(r)】	v.退休，引退；退却，撤退；就寝	
	2	retort 【rɪ'tɔ:t】	n./v.报复，反击，反驳	
	3	retreat 【rɪ'tri:t】	v.撤退，退却	
	4	retrieve 【rɪ'tri:v】	vt.重新得到，取回；挽回，补救；检索	
	5	retrospect 【'retrəspekt】	v./n.回顾，回想，追溯[反]foresee	
	6	return 【rɪ'tʃ:n】	v./n.返回，回来；归还，送还；回答	
	7	reveal 【rɪ'vi:l】	v.展现，显示，揭示，揭露，告诉，泄露	
	8	revelation 【,revə'leiʃn】	n.揭示，揭露，显示，启示，新发现，被揭露的事	
	9	revenge 【rɪ'vendʒ】	n.报复，复仇；v.替……报仇	
	10	revenue 【'revənju:】	n.财政收入，税收	
	11	reverse 【rɪ'vɜ:s】	n.相反；背面；a.相反的；v.颠倒，倒转	
	12	review 【rɪ'vju:】	v.回顾，复习；n.回顾，复习；评论	
	13	revise 【rɪ'vaɪz】	v.修订，校订；修正，修改	
	14	revive 【rɪ'vaɪv】	v.恢复；（使）复苏	
	15	revolt 【rɪ'vəʊlt】	v./n.反抗，起义	
	16	revolution 【,revə'lu:ʃn】	n.革命；旋转，转数	
	17	revolutionary 【,revə'lu:ʃənəri】	a.革命的，革新的；n.革命者	
	18	revolve 【rɪ'vɒlv】	v.（使）旋转；考虑；[天]公转，循环	
	19	reward 【rɪ'wɔ:d】	n.(for)报酬，赏金；v.(for)酬劳；酬谢	
	20	rhythm 【'rɪðəm】	n.节奏，韵律	
	21	rib 【rɪb】	n.肋骨，肋状物	
	22	ribbon 【'rɪbən】	n.缎带，丝带，带，带状物	
	23	rice 【raɪs】	n.稻，米	
	24	rich 【rɪtʃ】	a.富的，有钱的；富饶的；(in)充足的，丰富的	
	25	rid 【rɪd】	v.(of)使摆脱，使去掉	
	26	riddle 【'rɪd(ə)l】	n.谜，谜语	
	27	ride 【raɪd】	v./n.骑，乘	
	28	ridge 【rɪdʒ】	n.岭，山脉；屋脊；鼻梁	
	29	ridiculous 【rɪ'dɪkjələs】	a.荒谬的，可笑的	
	30	rifle 【'raɪfl】	n.步枪	

Day 139				
打卡	序号	单词	释义	
	1	right 【raɪt】	a.右的，正确的； n.右，权利； ad.在右边，正确地	
	2	rigid 【'rɪdʒɪd】	a.刚性的； 刻板的； 严厉的	
	3	rigorous 【'rɪɡərəs】	a.严格的，严厉的，严酷的，严密的，严谨的	
	4	rim 【rɪm】	n.（圆物的）边，边缘； （眼镜）框	
	5	ring 【rɪŋ】	n.戒指； 环； 铃声； （打）电话； v.按（铃），敲（钟）	
	6	riot 【'raɪət】	n.暴（骚）乱，蔓延，彩色缤纷； v.骚乱，暴动	
	7	rip 【rɪp】	v.撕，剥，劈，锯，裂开，撕裂； n.裂口，裂缝	
	8	ripe 【raɪp】	a.熟的，成熟的； (for)时机成熟的	
	9	rise 【raɪz】	v.升起； 起立； 上涨； 起义； n.上涨，增高； 起源	
	10	risk 【rɪsk】	v.冒……的危险； n.冒险； 风险	
	11	ritual 【'rɪtʃuəl】	a.宗教仪式的，典礼的； n.（宗教）仪式，典礼	
	12	rival 【'raɪv(ə)l】	n.竞争者，对手； v.竞争，对抗； a.竞争的	
	13	river 【'rɪvə(r)】	n.河流	
	14	road 【rəʊd】	n.路，道路，途径	
	15	roar 【rɔː(r)】	n./v.吼叫，怒号； 轰鸣，咆哮	
	16	roast 【rəʊst】	v.烤，炙，烘	
	17	rob 【rɒb】	v.(of)抢劫，盗取； 非法剥夺	
	18	robe 【rəʊb】	n.长袍，上衣	
	19	robot 【'rəʊbɒt】	n.机器人，自动机械	
	20	robust 【rəʊ'bʌst】	a.强健的，雄壮的，精力充沛的，坚固的，浓的	
	21	rock 【rɒk】	n.岩石，石块； v.摇，摇动	
	22	rocket 【'rɒkɪt】	n.火箭	
	23	rod 【rɒd】	n.杆，棒	
	24	role 【rəʊl】	n.角色，作用，任务，职责	
	25	roll 【rəʊl】	v.滚动； 使摇摆； 卷，卷起； n.卷，卷形物； 名单	
	26	romance 【rəʊ'mæns;'rəʊmæns】	n.传奇，爱情故事	
	27	romantic 【rəʊ'mæntɪk】	a.浪漫的，传奇式的； 不切实际的，好幻想的	
	28	roof 【ru:f】	n.屋顶，顶	
	29	room 【ru:m】	n.房间，室，空间，地方； 余地	
	30	root 【ru:t】	n.根，根部； 根本，根源； v.（使）生根，（使）扎根	

Day 140				
打卡	序号	单词	释义	
	1	rope 【rəʊp】	n.绳，索	
	2	rose 【rəʊz】	n.玫瑰，蔷薇	
	3	rot 【rɒt】	v.（使）腐烂，（使）腐败，腐朽	
	4	rotary 【'rəʊtəri】	a.旋转的	
	5	rotate 【rəʊ'teɪt】	v.（使）旋转	
	6	rotten 【'rɒtn】	a.腐烂的，腐朽的	
	7	rough 【rʌf】	a.粗糙的；粗略的，大致的；粗野的，粗暴的	
	8	round 【raʊnd】	a.圆的；prep.围绕；ad.在周围；v.绕行；n.（一）回合	
	9	roundabout 【'raʊndəbaʊt】	a.迂回的，转弯抹角的；n.环状交叉路口	
	10	rouse 【raʊz】	vt./vi.唤醒，唤起；激励；激起	
	11	route 【ru:t】	n.路线，路程	
	12	routine 【ru:'ti:n】	n.例行公事，常规；a.常规的，例行的	
	13	row 【rəʊ;raʊ】	n.（一）排，（一）行；吵嚷；v.划（船等），荡桨	
	14	royal 【'rɔɪəl】	a.王室的，皇家的；第一流的，高贵的	
	15	royalty 【'rɔɪəlti】	n.皇家，皇族	
	16	rub 【rʌb】	v.擦，摩擦	
	17	rubber 【'rʌbə(r)】	n.橡皮，橡胶；橡胶制品，胶鞋	
	18	rubbish 【'rʌbɪʃ】	n.垃圾，废物；废话	
	19	ruby 【'ru:bi】	n.红宝石	
	20	rude 【ru:d】	a.粗鲁的；猛烈的，残暴的；粗糙的，粗陋的	
	21	rug 【rʌg】	n.（小）地毯；围毯	
	22	ruin 【'ru:ɪn】	v.毁灭；（使）破产；n.毁灭，崩溃；(pl.)废墟	
	23	rule 【ru:l】	v.统治；支配；裁定；n.规章，条例；习惯；统治	
	24	ruler 【'ru:lə(r)】	n.统治者，支配者；尺，直尺	
	25	rumor 【'ru:mə(r)】	n.(rumour)传闻，谣言	
	26	run 【rʌn】	v.奔，跑；流，淌；蔓延，伸展；经营；运转	
	27	rural 【'ruərəl】	a.乡下的，田园的，乡村风味的	
	28	rush 【rʌʃ】	v.（使）冲；奔；n.冲，急速行进；a.（交通）繁忙的	
	29	rust 【rʌst】	n.铁锈；v.（使）生锈	
	30	ruthless 【'ru:θləs】	a.残酷的，无情的	

Day 141				
打卡	序号	单词	释义	
	1	sack 【sæk】	n.袋，包，麻袋； v.解雇	
	2	sacred 【'seɪkrɪd】	a.神圣的； 宗教的； 庄严的	
	3	sacrifice 【'sækrɪfaɪs】	n.牺牲，牺牲品； 祭品； v.(for, to)牺牲，献出	
	4	sad 【sæd】	a.悲哀的，忧愁的	
	5	saddle 【'sædl】	n.鞍，马鞍，鞍状物	
	6	safe 【seɪf】	a.安全的，牢靠的； 谨慎的，可靠的； n.保险箱	
	7	safeguard 【'seɪfɡɑ:d】	v.维护，保护，捍卫； n.安全装置，安全措施	
	8	safety 【'seɪftɪ】	n.安全，保险； 安全设备，保险装置	
	9	sail 【seɪl】	n.帆，航行； v.航行	
	10	sailor 【'seɪlə(r)】	n.水手，海员	
	11	saint 【seɪnt;snt】	n.圣人，基督教徒； （S-或 St.用于人，地名前）圣	
	12	sake 【seɪk】	n.缘故，理由	
	13	salad 【'sæləd】	n.色拉，凉拌菜	
	14	salary 【'sæləri】	n.薪金，薪水	
	15	sale 【seɪl】	n.出售，上市； 贱卖，廉价出售； 销售额	
	16	salesman 【'seɪlzmən】	n.售货员，推销员	
	17	salt 【sɔ:lt】	n.盐，盐，类； v.腌，盐渍	
	18	salute 【sə'lu:t】	v./n.敬礼，鸣礼炮； 迎接，欢迎	
	19	salvation 【sæl'veɪʃn】	n.拯救，救助； 救济（者，品），救助工具； 救世主	
	20	same 【seɪm】	a.相同的； pron.相同的人（或物）； ad.同样地	
	21	sample 【'sɑ:mpl】	n.样品，实例，标本，抽样检查； v.取样，采样	
	22	sanction 【'sæŋkʃn】	n./v.批准，同意，支持，认可； n.处罚，制裁	
	23	sand 【sænd】	n.沙； (pl.)沙滩，沙地	
	24	sandwich 【'sænwɪtʃ;'sænwɪdʒ】	n.三明治，夹肉面包； v.夹入，挤进	
	25	sane 【seɪn】	a.心智健全的，神志清醒的，明智的，稳健的	
	26	sarcastic 【sɑ:'kæstɪk】	a.讽刺的	
	27	satellite 【'sætələɪt】	n.卫星，人造卫星； 附属物	
	28	satire 【'sætɪə(r)】	n.讽刺，讽刺文学，讽刺作品	
	29	satisfaction 【,sætɪs'fækʃn】	n.满足，满意； 乐事，愉快	
	30	satisfactory 【,sætɪs'fæktəri】	a.令人满意的，圆满的，良好的，符合要求的	

Day 142				
打卡	序号	单词	释义	
	1	satisfy 【'sætɪsfaɪ】	v.满意，使满意，使相信，说服	
	2	saturate 【'sætʃəreɪt】	vt.使湿透，浸透；使充满，使饱和	
	3	Saturday 【'sætədɪ】	n.星期六	
	4	sauce 【sɔ:s】	n.酱汁，调味汁	
	5	saucer 【'sɔ:sə(r)】	n.茶托，碟子	
	6	sausage 【'spɜ:sɪdʒ】	n.香肠，腊肠	
	7	savage 【'sævɪdʒ】	a.野蛮的；凶恶的，残暴的； n.野人，未开化的人	
	8	save 【seɪv】	v.救，拯救；储蓄，贮存；节省	
	9	saving 【'seɪvɪŋ】	n.挽救，救助，节约，储蓄； (pl.)储蓄金，存款	
	10	saw 【sɔ:】	n.锯子，锯床； v.锯，锯开	
	11	say 【seɪ】	vt.说，讲；说明；比如说； vi.说，发表意见	
	12	scale 【skeɪl】	n.刻度；天平，磅秤；比例尺；规模；音阶；鱼鳞	
	13	scan 【skæn】	v.细看，审视；浏览；扫描； n.扫描	
	14	scandal 【'skænd(ə)l】	n.丑闻，诽谤，耻辱，流言蜚语，反感，公愤	
	15	scar 【ska:(r)】	n.疤，疤痕；创伤； v.使留下伤痕，创伤	
	16	scarce 【skeəs】	a.缺乏的，不足的；稀少的，罕见的	
	17	scarcely 【'skeəsli】	ad.几乎不，简直没有，勉强	
	18	scare 【skeə(r)】	n.惊恐，恐慌； v.惊吓，受惊	
	19	scarf 【ska:f】	n.围巾，头巾，领巾，领带	
	20	scatter 【'skætə(r)】	v.散开，驱散；散布，散播	
	21	scene 【si:n】	n.景色，景象，舞台；（戏）一场	
	22	scenery 【'si:nəri】	n.风景，舞台布景	
	23	scent 【sent】	n.气味，香味，香水，线索，嗅觉； v.嗅，发觉	
	24	schedule 【'ʃedju:l】	n.时间表，进度表； v.安排，预定	
	25	scheme 【ski:m】	n.计划，方案；阴谋；配置； v.计划，策划；阴谋	
	26	scholar 【'skɒlə(r)】	n.学者	
	27	scholarship 【'skɒləʃɪp】	n.奖学金；学问，学识	
	28	school 【sku:l】	n.学校，（大学里的）学院；上学，学业；学派	
	29	science 【'saɪəns】	n.科学；学科	
	30	scientific 【,saɪən'tɪfɪk】	a.科学上的	

Day 143				
打卡	序号	单词	释义	
	1	scientist 【'saɪəntɪst】	n.科学家	
	2	scissors 【'sɪzəz】	n.剪子	
	3	scold 【skəʊld】	v.责骂，训斥	
	4	scope 【skəʊp】	n.（活动）范围；机会，余地	
	5	score 【skɔ:(r)】	n.得分，分数；二十；v.得（分），记（……的）分数	
	6	scorn 【skɔ:n】	v./n.轻蔑，藐视	
	7	scout 【skaʊt】	n.侦察员，侦察机（舰）；v.搜索，侦察	
	8	scramble 【'skræmb(ə)l】	vi.（快速地）爬，攀登；互相争夺，争先	
	9	scrap 【skræp】	n.碎片；废料；v.废弃，报废	
	10	scrape 【skreɪp】	v.刮（掉），擦过，勉强通过；n.刮，擦痕，刮擦声	
	11	scratch 【skrætʃ】	v.抓，搔，扒；n.抓，搔，抓痕；起跑线	
	12	scream 【skri:m】	v./n.尖声叫，喊叫着说出，（风）呼啸	
	13	screen 【skri:n】	n.屏幕，屏风；帘；v.掩蔽，包庇；筛选	
	14	screw 【skru:】	n.螺旋，螺丝（钉）；v.拧，拧紧	
	15	script 【skript】	n.剧本（原稿）；手稿，原稿；笔迹，手迹	
	16	scrutiny 【'skru:təni】	n.周密的调查；仔细看；监视；选票复查	
	17	sculpture 【'skʌlptʃə(r)】	n.雕刻（术），雕塑（术）；雕刻作品	
	18	sea 【si:】	n.海，海洋，大量	
	19	seal 【si:l】	n.封铅，封条；印，图章；海豹；v.封，密封	
	20	seam 【si:m】	n.缝，接缝	
	21	search 【sɜ:tʃ】	v./n.(for)搜索，寻找，探查	
	22	seaside 【'si:saɪd】	n.海滨，海边	
	23	season 【'si:zn】	n.季，季节，时节	
	24	seat 【si:t】	n.座位，底座；所在地，场所；v.使坐下	
	25	second 【'sekənd】	a.第二；次等的，二等的；n.秒；v.赞成，附和	
	26	secondary 【'sekəndri】	a.次要的，二级的；中级的，第二的	
	27	secret 【'si:krət】	a.秘密的，机密的；n.秘密	
	28	secretary 【'sekrət(ə)ri】	n.秘书，书记；部长，大臣	
	29	section 【'sekʃn】	n.章节，部分；地区，部门，科；截面，剖面	
	30	sector 【'sektə(r)】	n.部门，部分；防御地段，防区；扇形	

Day 144				
打卡	序号	单词	释义	
	1	secure 【sɪ'kjʊə(r)】	a.(from, against)安全的, 放心的; v.得到; 防护	
	2	security 【sɪ'kjʊərəti】	n.安全(感), 防御(物), 保证(人), (pl.)证券	
	3	see 【siː】	vt.看见; 会面; 探望; 知道, 获悉; 送行	
	4	seed 【si:d】	n.种子; v.播种; 结实, 结籽	
	5	seek 【si:k】	v.(after, for)寻找, 探索; 试图, 企图	
	6	seem 【si:m】	v.好像, 似乎	
	7	seemingly 【'si:mɪŋli】	ad.外观上, 表面上	
	8	segment 【'seɡmənt】	n.段, 片, 节, 部分	
	9	segregate 【'seɡrɪɡeɪt】	vt.使……分开, 隔离(病患等)	
	10	seize 【si:z】	v.抓住, 逮住; 夺取, 占领; 没收, 查封	
	11	seldom 【'seldəm】	ad.很少, 不常	
	12	select 【sɪ'lekt】	v.选择, 挑选; a.精选的, 选择的	
	13	selection 【sɪ'lekʃ(ə)n】	n.选择, 挑选; 选集, 精选物	
	14	self 【self】	n.自我, 自己(pl.selves)	
	15	selfish 【'selfɪʃ】	adj.自私的, 利己的	
	16	sell 【sel】	v.卖, 出售	
	17	semester 【sɪ'mestə(r)】	n.学期	
	18	semiconductor 【,semɪkən'dʌktə(r)】	n.半导体	
	19	seminar 【'semɪnɑ:(r)】	n.(大学的)研究班, 研讨会	
	20	senate 【'senət】	n.参议院, 上院	
	21	senator 【'senətə(r)】	n.参议员	
	22	send 【send】	v.(sent, sent)1.打发; 派遣; 2.送; 寄出	
	23	senior 【'si:nɪə(r)】	a.年长的; 地位较高的; n.(大学)四年级学生	
	24	sensation 【sen'seɪʃn】	n.感觉, 知觉; 激动, 轰动, 轰动一时的事情	
	25	sense 【sens】	n.感官; 感觉; 判断力; 意义; v.觉得, 意识到	
	26	sensible 【'sensəbl】	a.明智的, 达理的; 可觉察的, 明显的	
	27	sensitive 【'sensətɪv】	a.(to)敏感的, 易受伤害的; 灵敏的	
	28	sentence 【'sentəns】	n.句子; 判决, 宣判; v.宣判, 判决	
	29	sentiment 【'sentɪmənt】	n.感情, 柔情; 看法; 感觉	
	30	separate 【'seprət】	a.(from)分离的, 分开的	

Day 145				
打卡	序号	单词	释义	
	1	September 【sep'tembə(r)】	n.九月	
	2	sequence 【'si:kwəns】	n.先后，次序；连续，数列	
	3	serial 【'siəriəl】	n.连载小说，连续剧；连载刊物；a.连续的	
	4	series 【'siəri:z】	n.一系列，连续；丛书	
	5	serious 【'siəriəs】	a.严肃的；主要的；严重的，危急的；认真的	
	6	servant 【'sɜ:vənt】	n.仆人	
	7	serve 【sɜ:v】	v.服务，尽责；招待，侍候；符合，适用	
	8	service 【'sɜ:vɪs】	n.服务；公共设施；维修保养；行政部门；v.维修	
	9	session 【'seʃ(ə)n】	n.（一届）会议，一段时间	
	10	set 【set】	n.一套，一副，装置，接受机；v.提出，调整，日落	
	11	setback 【'setbæk】	n.挫折；失效；复发；倒退	
	12	setting 【'setɪŋ】	n.安置；落山；（固定东西的）柜架底座；环境	
	13	settle 【'set(ə)l】	v.安定，安顿；停息；定居；解决，调停	
	14	settlement 【'set(ə)lmənt】	n.解决，决定，调停；居留区，住宅区	
	15	seven 【'sev(ə)n】	num.七，七个（人或物）	
	16	several 【'sevrəl】	a.几个，若干，数个；各个的，各自的	
	17	severe 【si'viə(r)】	a.严厉的；剧烈的，严重的，严峻的，艰难的	
	18	sew 【səʊ】	v.缝，缝纫	
	19	sex 【seks】	n.性别，性	
	20	shabby 【'ʃæbi】	a.简陋的，破旧的，卑鄙的，不公平的	
	21	shade 【ʃeɪd】	n.荫，阴影；遮光物，罩；v.遮蔽，遮光	
	22	shadow 【'ʃædəʊ】	n.阴影，影子，荫；暗处，阴暗	
	23	shady 【'ʃeɪdi】	a.成荫的，多荫的；可疑的，靠不住的	
	24	shaft 【ʃɑ:ft】	n.轴；杆状物	
	25	shake 【ʃeɪk】	n./v.摇动，摇；颤抖，震动	
	26	shall 【ʃəl:ʃæl】	aux.v.（我，我们）将要，会；必须，应该	
	27	shallow 【'ʃæləʊ】	a.浅的，浅薄的；n.浅滩，浅处	
	28	sham 【ʃæm】	n./a.假冒（的），虚伪（的）	
	29	shame 【ʃeɪm】	n.羞耻，耻辱；可耻的人（或事物）；v.使羞愧	
	30	shampoo 【ʃæm'pu:】	n.洗发膏，香波；洗发，洗头；v.洗发，洗头	

Day 146				
打卡	序号	单词	释义	
	1	shape 【ʃeɪp】	n.形状，外形；情况，状态；种类；v.成型，塑造	
	2	share 【ʃeə(r)】	v.(with)分配，共用；分担；n.一份，份额；股份	
	3	shark 【ʃɑ:k】	n.鲨鱼	
	4	sharp 【ʃɑ:p】	a.锋利的；轮廓分明的；急转的；ad.（指时刻）正	
	5	shatter 【'ʃætə(r)】	n.碎片；粉碎；v.粉碎；使疲惫；使震惊	
	6	shave 【ʃeɪv】	v.剃，刮，刨，削；n.刮脸	
	7	she 【ʃi】	pron.（主格）她	
	8	shear 【ʃiə(r)】	v.剪，修剪	
	9	shed 【ʃed】	v.流出；发散，散发，脱落，脱去；n.棚，小屋	
	10	sheep 【ʃi:p】	n.（绵）羊；易受人摆布的人	
	11	sheer 【ʃiə(r)】	a.纯粹的，十足的，全然的；陡峭的，险峻的	
	12	sheet 【ʃi:t】	n.被单；（一）张，（一）片，薄片；大片	
	13	shelf 【ʃelf】	n.架子，搁板	
	14	shell 【ʃel】	n.壳，贝壳；炮弹	
	15	shelter 【'ʃeltə(r)】	n.掩蔽处；掩蔽，保护；v.掩蔽，躲避，庇护	
	16	shepherd 【'ʃepəd】	n.牧民，牧羊人	
	17	shield 【ʃi:ld】	n.防护物，护罩；盾，盾状物；v.保护，防护	
	18	shift 【ʃɪft】	v.替换，转移；n.转换，转变；（轮）班，（换）班	
	19	shilling 【'ʃɪlɪŋ】	n.先令	
	20	shine 【ʃaɪn】	v.照耀，发光；擦亮；n.光泽，光	
	21	ship 【ʃɪp】	n.船舶，舰艇；v.装运，航运，运送；发货	
	22	shipment 【'ʃɪpmənt】	n.装船，装运；装载的货物，装货量	
	23	shirt 【ʃɜ:t】	n.衬衫	
	24	shiver 【'ʃɪvə(r)】	v./n.战栗，发抖	
	25	shock 【ʃɒk】	n.震动；电击，触电；休克；v.（使）震动/震惊	
	26	shoe 【ʃu:】	n.鞋	
	27	shoot 【ʃu:t】	v.发射；掠过，疾驰而过；n.嫩枝，苗，射击	
	28	shop 【ʃɒp】	n.商店，店铺；工厂，车间；v.买东西	
	29	shopkeeper 【'ʃɒpki:pə(r)】	n.店主	
	30	shore 【ʃɔ:(r)】	n.海滨，湖滨	

Day 147				
打卡	序号	单词	释义	
	1	short 【ʃɔ:t】	a.短的, 矮的; (of)缺乏, 不足; n.(pl.)短裤	
	2	shortage 【'ʃɔ:tɪdʒ】	n.不足, 缺少	
	3	shortcoming 【'ʃɔ:tkʌmɪŋ】	n.短处, 缺点	
	4	shorthand 【'ʃɔ:thænd】	n.速记	
	5	shortly 【'ʃɔ:tli】	ad.立刻, 不久; 不耐烦地, 简慢地	
	6	shot 【ʃɒt】	n.开枪, 射击; 投篮; 弹丸, 炮弹, 子弹	
	7	should 【ʃəd:ʃʊd】	aux.v.应该; 万一; 可能, 该; 就; 竟然会	
	8	shoulder 【'ʃəʊldə(r)】	n.肩, 肩部; v.肩负, 承担	
	9	shout 【ʃaʊt】	v.大声叫, 喊, 呼出; n.呼喊, 叫	
	10	shove 【ʃʌv】	vt.乱推; 乱塞; vi.用力推, 挤; n.猛推	
	11	show 【ʃəʊ】	n.节目, 表演; v.上演(戏剧等), 放映(电影)	
	12	shower 【'ʃaʊə(r)】	n.阵雨; 沐浴; (一)阵/大批; v.下阵雨, 倾注	
	13	shrewd 【ʃru:d】	a.机灵的, 敏锐的; 精明的	
	14	shrink 【ʃrɪŋk】	v.起皱, 收缩; 退缩, 畏缩	
	15	shrug 【ʃrʌg】	vt./n.耸肩(表示冷淡、怀疑、无奈、不满等)	
	16	shut 【ʃʌt】	v.关, 关闭	
	17	shutter 【'ʃʌtə(r)】	n.百叶窗; (照相机)快门; 关闭装置	
	18	shuttle 【'ʃʌt(ə)l】	n.往返汽车/列车/飞机; 穿梭; v.往返穿梭	
	19	shy 【ʃaɪ】	a.怕羞的, 腼腆的; 胆怯的; vi.惊退, 畏缩	
	20	sick 【sɪk】	a.有病的, 患病的; 恶心的, 想吐的	
	21	side 【saɪd】	n.旁边, 侧面; 坡, 岸; 一边/侧/方; vi.支持	
	22	sideways 【'saɪdweɪz】	ad./a.向旁边(的), 侧身, 横着(的), 斜着(的)	
	23	siege 【si:dʒ】	n.包围, 围攻, 围困	
	24	sigh 【saɪ】	n.叹息, 叹息声; v.叹息, 叹气	
	25	sight 【saɪt】	n.视力; 望见, 瞥见; 视域; 眼界; 情景, 奇观	
	26	sightseeing 【'saɪtsi:ɪŋ】	n.观光, 游览	
	27	sign 【saɪn】	n.标记, 招牌; 征兆, 迹象; v.签名(于), 署名(于)	
	28	signal 【'sɪgnəl】	n.信号, 暗号; v.发信号, 用信号通知	
	29	signature 【'sɪgnətʃə(r)】	n.签名, 署名, 签字	
	30	significance 【sɪg'nɪfɪkəns】	n.意义, 含义; 重要性, 重要的	

Day 148				
打卡	序号	单词	释义	
	1	significant 【sɪg'nɪfɪkənt】	a.有意义的；重大的，重要的	
	2	signify 【'sɪgnɪfaɪ】	v.表示，意味；要紧，有重要性	
	3	silence 【'saɪləns】	n.寂静，沉默；v.使沉默，使安静	
	4	silent 【'saɪlənt】	a.寂静，沉默的	
	5	silicon 【'sɪlɪkən】	n.硅	
	6	silk 【sɪlk】	n.丝，绸	
	7	silly 【'sɪli】	a.傻的，糊涂的，愚蠢的	
	8	silver 【'sɪlvə(r)】	n.银；银器；银币；v.镀银	
	9	similar 【'sɪmələ(r)】	a.(to)相似的，类似的	
	10	simple 【'sɪmp(ə)l】	a.简单的；单纯的，直率的；迟钝的，头脑简单的	
	11	simplicity 【sɪm'plɪsəti】	n.简单，简易；朴素；直率，单纯	
	12	simplify 【'sɪmplɪfaɪ】	v.简化，使单纯	
	13	simply 【'sɪmpli】	ad.简单地；完全，简直；仅仅，只不过；朴素地	
	14	simulate 【'sɪmjuleɪt】	v.模仿，模拟；假装，冒充	
	15	simultaneous 【,sɪm(ə)l'teɪniəs】	a.同时的，同时存在的	
	16	sin 【sɪn】	n.罪，罪恶；v.犯罪	
	17	since 【sɪns】	prep.自从；conj.自从；因为，既然；ad.后来	
	18	sincere 【sɪn'sɪə(r)】	a.诚挚的，真实的，诚恳的	
	19	sing 【sɪŋ】	v.唱，演唱；鸡叫	
	20	single 【'sɪŋɡ(ə)l】	a.单人的；单一的，单个的；未婚的，独身的	
	21	singular 【'sɪŋɡjələ(r)】	a.非凡的，卓越的；单数的	
	22	sink 【sɪŋk】	v.（使）下沉，下落；n.水槽，水池	
	23	sip 【sɪp】	v.小口地喝，抿，呷；n.一小口的量	
	24	sir 【sɜ:(r)】	n.先生，长官；[S-用于姓名前]……爵士	
	25	siren 【'saɪrən】	n.警报声，警报器	
	26	sister 【'sɪstə(r)】	n.姐，妹；护士长；修女，女教士	
	27	sit 【sɪt】	vi.坐，坐下；位于；栖息；孵卵；vt.使就坐	
	28	site 【saɪt】	n.位置，场所，地点	
	29	situated 【'sɪtʃueɪtɪd】	a.坐落在……的	
	30	situation 【,sɪtʃu'eɪʃ(ə)n】	n.形势，处境，状况；位置，场所；职位，职务	

Day 149				
打卡	序号	单词	释义	
	1	six 【sɪks】	num.六; pron./a.六(个, 只……)	
	2	size 【saɪz】	n.大小, 尺寸, 规模; 尺码	
	3	skate 【sket】	v.溜冰, 滑冰; n.冰鞋	
	4	skeleton 【'skelɪtn】	n.骨骼; 骨架, 框架; 梗概, 提要	
	5	skeptical 【'skeptɪk(ə)l】	a.怀疑的[英]sceptical	
	6	sketch 【sketʃ】	n.素描; 略图, 草图; 梗概; v.绘略图, 速写, 写生	
	7	ski 【skiː】	n.雪橇; v.滑雪	
	8	skill 【skɪl】	n.技能, 技巧, 手艺; 熟练	
	9	skilled 【skɪld】	a.(in)熟练的, 有技能的; 需要技能的	
	10	skillful 【'skɪlf(ə)l】	a.(skilful)(in, at)灵巧的, 娴熟的	
	11	skim 【skɪm】	vt.撇去(液体表面)之漂浮物; vi.轻轻掠过	
	12	skin 【skɪn】	n.皮, 皮肤; 兽皮, 皮毛; 外皮, 外壳; v.剥皮	
	13	skip 【skɪp】	vi.略过, 跳过; n.跳跃; vt.故意忽略; 略过	
	14	skirt 【skɜːt】	n.裙子; 边缘, 郊区	
	15	skull 【skʌl】	n.头盖骨, 颅骨	
	16	sky 【skaɪ】	n.天空; [pl.]天色; 气候	
	17	skyscraper 【'skaɪskreɪpə(r)】	n.摩天大楼	
	18	slack 【slæk】	a.懈怠的, 松弛的; 萧条的; n.淡季; (pl.)便裤	
	19	slam 【slæm】	v.(门、窗等)砰地关上; n.猛然关闭的声音	
	20	slap 【slæp】	n./v.拍, 掌击	
	21	slaughter 【'slɔːtə(r)】	n.屠杀, 屠宰; vt.屠杀, 宰杀	
	22	slave 【slerv】	n.奴隶, 苦工; v.做苦工, 拼命地干	
	23	sleep 【sliːp】	v.(slept, slept)睡; n.睡眠	
	24	sleeve 【sliːv】	n.袖子	
	25	slender 【'slendə(r)】	a.修长的, 细长的, 苗条的; 微小的, 微薄的	
	26	slice 【slaɪs】	n.薄片, 切片; 一份; 部分切(片)	
	27	slide 【slaɪd】	v.(使)滑动; n.滑坡, 滑道; 滑, 滑动; 幻灯片	
	28	slight 【slaɪt】	a.轻微的, 微小的; 纤细的, 瘦弱的	
	29	slim 【slɪm】	a.苗条的; (机会)少的; v.减轻体重, 变苗条	
	30	slip 【slɪp】	v.滑, 滑倒; 滑掉; 溜走; n.疏忽, 小错, 口误, 笔误	

Day 150				
打卡	序号	单词	释义	
	1	slipper 【'slɪpə(r)】	n.便鞋，拖鞋	
	2	slippery 【'slɪpəri】	a.滑的，滑溜的	
	3	slit 【slɪt】	v.切开，截开，纵割； n.细长裂缝，狭长切口	
	4	slogan 【'sləʊgən】	n.标语，口号	
	5	slope 【sləʊp】	n.斜坡，斜面； 倾斜，斜度； v.（使）倾斜	
	6	slot 【slɒt】	n.狭缝； 空位； vt.放入狭缝中； 把……纳入	
	7	slow 【sləʊ】	a.慢的，不活跃的； v.(down)（使）放慢，减速	
	8	slum 【slʌm】	n.贫民窟，贫民区，陋巷	
	9	sly 【slɑɪ】	a.狡猾的，偷偷摸摸的	
	10	small 【smɔ:l】	a.小的； 年幼的； 不重要的； 小规模（经营）的	
	11	smart 【smɑ:t】	a.漂亮的； 聪明的； 巧妙的； v.剧痛，刺疼	
	12	smash 【smæʃ】	v./n.打碎，粉碎	
	13	smell 【smel】	n.气味； 嗅觉； v.嗅，闻到； 散发（……的）气味	
	14	smile 【smaɪl】	n.微笑，笑容； vi.微笑，露出笑容	
	15	smog 【smɒg】	n.烟雾	
	16	smoke 【sməʊk】	n.烟，烟尘； 吸烟，抽烟； v.抽（烟）； 冒烟，冒气	
	17	smooth 【smu:ð】	a.光滑的； 顺利的； 柔和的； v.(over)掩饰	
	18	smuggle 【'smʌg(ə)l】	v.走私； 偷运	
	19	snack 【snæk】	n.快餐，小吃，点心	
	20	snake 【sneɪk】	n.蛇	
	21	snap 【snæp】	v.啪地移动； （使）突然断开，断开（成两截）	
	22	snatch 【snætʃ】	n./v.攫取，抢夺	
	23	sneak 【sni:k】	vi.偷偷地走，溜； vt.偷偷地做（或拿、吃）	
	24	sneeze 【sni:z】	vi.打喷嚏，发喷嚏声； n.喷嚏	
	25	sniff 【snɪf】	vi.嗅……味道； 抽鼻涕； 对嗤之以鼻，蔑视	
	26	snow 【snəʊ】	n.雪，下雪； vi.下雪； 如雪一般地落下	
	27	snowstorm 【'snəʊstɔ:m】	n.暴风雪	
	28	so 【səʊ】	ad.那么； 非常； 也； 不错； conj.因此； 以便	
	29	soak 【səʊk】	v.浸泡，浸湿，浸透	
	30	soap 【səʊp】	n.肥皂	

Day 151				
打卡	序号	单词	释义	
	1	soar 【sɔ:(r)】	vi. (指鸟等) 高飞, 翱翔; 飞涨; 高耸	
	2	sob 【sɒb】	v./n. 哭泣, 呜咽	
	3	sober 【'səʊbə(r)】	a. 清醒的; 认真的, 冷静的, 适度的	
	4	so-called 【,səʊ'kɔ:ld】	a. (贬) 所谓的, 号称的	
	5	soccer 【'sɒkə(r)】	n. 足球	
	6	sociable 【'səʊjəb(ə)l】	a. 好交际的, 友好的, 合群的	
	7	social 【'səʊʃ(ə)l】	a. 社会的; 交际的	
	8	socialism 【'səʊʃəlɪz(ə)m】	n. 社会主义	
	9	society 【sə'saɪəti】	n. 社会; 社团, 协会, 社; 社交界, 上流社会	
	10	sociology 【,səʊsi'ɒlədʒi】	n. 社会学	
	11	sock 【sɒk】	n.(pl.) 短袜	
	12	soda 【'səʊdə】	n. 苏打, 汽水	
	13	sofa 【'səʊfə】	n. 长沙发, 沙发	
	14	soft 【sɒft】	a. 软的; 温柔的; 细嫩的, 光滑的; 不含酒精的	
	15	software 【'sɒftweə(r)】	n. 软件	
	16	soil 【sɔɪl】	n. 泥土, 土地, 土壤; v. 弄脏, (使) 变脏	
	17	solar 【'səʊlə(r)】	a. 太阳的, 日光的	
	18	soldier 【'səʊldʒə(r)】	n. 士兵, 军人	
	19	sole 【səʊl】	a. 单独的, 唯一的; n. 脚垫, 鞋底	
	20	solemn 【'sɒləm】	a. 庄严的, 隆重的; 严肃的	
	21	solid 【'sɒlɪd】	a. 固体的; 结实的, 稳固的, 可靠的; n. 固体	
	22	solidarity 【,sɒlɪ'dærəti】	n. 团结; 休戚相关	
	23	solitary 【'sɒlətri】	a. (好) 孤独的; 偏僻的; 单一的, 唯一的	
	24	solo 【'səʊləʊ】	n. 独奏; a.&ad. 单独的(地); 独唱的(地)	
	25	soluble 【'sɒljəbl】	a. 可溶的	
	26	solution 【sə'lu:ʃn】	n. 解答, 解决办法; 溶解, 溶液	
	27	solve 【sɒlv】	v. 解决, 解答	
	28	some 【sʌm】	a. 几个; 一些; 有些; 某(人或物); pron. 一些	
	29	somebody 【'sʌmbədi】	pron. 某人, 有人; n. 重要人物	
	30	somehow 【'sʌmhaʊ】	ad. 以某种方式, 用某种方法; 不知怎么地	

Day 152				
打卡	序号	单词	释义	
	1	someone 【'sʌmwʌn】	pron.某人(=somebody)	
	2	something 【'sʌmθɪŋ】	pron.某事，某物；被视为有意义的事物	
	3	sometime 【'sʌmtaɪm】	ad.将来（或过去）某个时候；a.以前的	
	4	sometimes 【'sʌmtaɪmz】	ad.不时，有时，间或	
	5	somewhat 【'sʌmwɒt】	pron.&ad.一点儿，几分	
	6	somewhere 【'sʌmweə(r)】	ad.某地，在某处；在附近，前后，大约	
	7	son 【sʌn】	n.儿子；孩子（长者对年轻或年幼男子的称呼）	
	8	song 【sɒŋ】	n.歌唱，（虫、鸟等）鸣声；歌曲，歌词	
	9	soon 【su:n】	ad.不久，即刻；快，早	
	10	sophisticated 【sə'fɪstɪkətɪd】	a.尖端的，复杂的，先进的；老练的，老于世故	
	11	sophomore 【'sɒfəməʊ(r)】	n.（中学、大学）二年级学生	
	12	sore 【sɔ:(r)】	a.疼痛的；痛心的；n.痛处，疮口	
	13	sorrow 【'sɒrəʊ】	n.悲哀，悲痛	
	14	sorry 【'sɒri】	a.对不起，抱歉的；难过，悔恨的；使人伤心	
	15	sort 【sɔ:t】	n.种类，类别；v.分类，整理	
	16	soul 【səʊl】	n.灵魂，心灵；精神，精力；人	
	17	sound 【saʊnd】	n.声音；v.发声，响；a.健全的，完好的；正当的	
	18	soup 【su:p】	n.汤	
	19	sour 【'saʊə(r)】	a.酸的；发酸的；酸痛的；脾气坏的；刻薄的	
	20	source 【sɔ:s】	n.源，源泉；来源，出处	
	21	south 【saʊθ】	n.南，南方，南部；a.南方的，南部的	
	22	southeast 【,saʊθ'i:st】	n./a.东南（的），东南部（的）	
	23	southern 【'sʌðən】	a.南方的，南部的	
	24	southwest 【,saʊθ'west】	n.a.西南（的），西南部（的）	
	25	sovereign 【'sɒvrɪn】	a.独立的，有主权的；n.君主，国王，统治者	
	26	sow 【səʊ】	v.播种	
	27	space 【speɪs】	n.间隔；空地，余地；空间；v.留间隔，隔开	
	28	spacecraft 【'speɪskrɑ:ft】	n.宇宙飞船	
	29	spaceship 【'speɪsfɪp】	n.宇宙飞船	
	30	spacious 【'speɪʃəs】	adj.广阔的，宽敞的	

Day 153				
打卡	序号	单词	释义	
	1	spade 【speɪd】	n.铁锹，铲子	
	2	span 【spæn】	n.跨度，跨距	
	3	spare 【speə(r)】	a.多余的，备用的；v.节约，节省；抽出（时间）	
	4	spark 【spa:k】	n.火花，火星；v.发火花，发电花	
	5	sparkle 【'spa:k(ə)l】	v.发火花，闪耀	
	6	speak 【spi:k】	v.说话，讲话；演说，发言；(in)说某种语言	
	7	speaker 【'spi:kə(r)】	n.说话者，发言者；说某种语言者；扬声器	
	8	spear 【spiə(r)】	n.矛，枪	
	9	special 【'speʃ(ə)l】	a.特殊的，专门的；附加的，额外的	
	10	specialist 【'speʃəlist】	n.专家	
	11	speciality 【,speʃi'æləti】	n.(specialty)特性，性质；专业/长；特产	
	12	specialize 【'speʃəlaɪz】	v.(specialise)(in)专攻，专门研究，专业化	
	13	species 【'spi:ʃi:z】	n.（物）种，种类	
	14	specific 【spə'sɪfɪk】	a.明确的，具体的；特定的，特有的	
	15	specification 【,spesɪfɪ'keɪʃ(ə)n】	n.详述；（常pl.）规格，说明书，规范	
	16	specify 【'spesɪfaɪ】	v.指定，详细说明	
	17	specimen 【'spesɪmən】	n.标本，样本	
	18	spectacle 【'spektəkl】	n.(pl.)眼镜；场面，景象；奇观，壮观	
	19	spectacular 【spek'tækjələ(r)】	a.壮观的，引人注目的；n.壮观的演出	
	20	spectator 【spek'teɪtə(r)】	n.观众，旁观者	
	21	spectrum 【'spektrəm】	n.谱，光谱，频谱；范围，幅度，系列	
	22	speculate 【'spekjuleɪt】	vi.思索；推测；vt.投机；思索，推测	
	23	speech 【spi:tʃ】	n.演说，讲话；言语，语言	
	24	speed 【spi:d】	n.速度，快；v.迅速，前进，急行；加速，使加速	
	25	spell 【spel】	v.拼写	
	26	spelling 【'spelɪŋ】	n.拼法，拼写法	
	27	spend 【spend】	v.花费；消耗，用尽；度过，消磨	
	28	sphere 【sfɪə(r)】	n.球，球体；范围，领域	
	29	spicy 【'spaɪsi】	a.加很多香料的；（口味）浓郁的	
	30	spider 【'spaɪdə(r)】	n.蜘蛛	

Day 154				
打卡	序号	单词	释义	
	1	spill 【spɪl】	v.溢出，溅出； n.摔下，跌下	
	2	spin 【spɪn】	v.旋转； 纺纱； 织网，吐丝； n.旋转； 自转	
	3	spine 【spain】	n.脊柱，脊椎； （动植物的）刺； 书脊	
	4	spiral 【'spairəl】	a.螺旋形的； n.螺旋，螺线； v.螺旋上升； 盘旋	
	5	spirit 【'spirit】	n.精神； 志气； (pl.)情绪，心情； (pl.)酒精	
	6	spiritual 【'spiritʃuəl】	a.精神（上）的，心灵的	
	7	spit 【spɪt】	v.吐（唾沫），吐痰； n.唾液	
	8	spite 【spait】	n.恶意； 怨恨	
	9	splash 【splæʃ】	v.溅，泼； n.溅，飞溅声	
	10	splendid 【'splendɪd】	a.壮丽的，辉煌的； 极好的	
	11	split 【split】	v.裂开，劈开； 分裂，分离； n.分化，分裂，裂口	
	12	spoil 【spɔɪl】	v.损坏，搞错； 宠坏，溺爱	
	13	spokesman 【'spəʊksmən】	n.发言人	
	14	sponge 【spʌndʒ】	n.海绵	
	15	sponsor 【'spɒnsə(r)】	n.发起人，主办者，保证人； v.发起，主办	
	16	spontaneous 【spɒn'teɪniəs】	a.自发的，自然产生的	
	17	spoon 【spu:n】	n.匙，调羹	
	18	sport 【spɔ:t】	n.（体育）运动； (pl.)运动会； vi.开玩笑； 玩耍	
	19	sportsman 【'spɔ:tsmən】	n.爱好运动的人； 运动员	
	20	spot 【spɒt】	n.斑点； 地点； v.认出，认清，发现； 玷污，弄脏	
	21	spouse 【spaʊs】	n.配偶（指夫或妻）	
	22	spray 【spreɪ】	n.喷雾，飞沫，浪花，水花； v.喷，喷射	
	23	spread 【spred】	v./n.伸开，伸展； 散布，传播	
	24	spring 【sprɪŋ】	n.春； 跳； 泉，源泉； 弹簧，发条； v.跳，跳跃	
	25	sprinkle 【'sprɪŋk(ə)l】	n.洒，喷，淋	
	26	sprout 【spraʊt】	vi.发芽，抽条； vt.使发芽； n.新芽，嫩苗	
	27	spur 【spɜ:(r)】	n.靴刺，马刺； 刺激，刺激物； v.刺激，激励	
	28	spy 【spai】	n.间谍； v.当间谍，刺探； 察觉，发现	
	29	square 【skweə(r)】	n.正方形； 广场； a.正方形的； v.使成方形	
	30	squeeze 【skwi:z】	v.压榨，挤； n.榨取，勒索	

Day 155				
打卡	序号	单词	释义	
	1	squirrel 【'skwɪrəl】	n.松鼠	
	2	stab 【stæb】	v./n.刺，戳	
	3	stability 【stə'biləti】	n.稳定，安定	
	4	stable 【'steɪb(ə)l】	a.稳定的，安定的； n.马厩，马棚	
	5	stack 【stæk】	n.堆，一堆； v.堆积，堆起	
	6	stadium 【'steɪdiəm】	n.体育场	
	7	staff 【stɑ:f】	n.全体职工； 杠，棒； 参谋部； v.配备工作人员	
	8	stage 【steɪdʒ】	n.舞台，戏剧； 阶段，时期	
	9	stagger 【'stæɡə(r)】	vi.摇晃着移动； 蹒跚； n.摇晃不稳的动作； 蹒跚	
	10	stain 【steɪn】	n.污点，瑕疵； v.玷污； 染色	
	11	stair 【steə(r)】	n.(pl.)楼梯	
	12	staircase 【'steəkeɪs】	n.(stairway)楼梯	
	13	stake 【steɪk】	n.桩，标桩； 赌注，利害关系	
	14	stale 【steɪl】	n.变质的，不新鲜的； 陈旧的，陈腐的	
	15	stalk 【stɔ:k】	n.茎，梗； vt.悄悄地跟踪； vi.高视阔步地走	
	16	stall 【stɔ:l】	n.货摊； 畜栏，厩； v.（使）停转，（使）停止	
	17	stamp 【stæmp】	n.邮票； 印； 跺脚； 标志； v.跺脚，顿足； 盖章	
	18	stand 【stænd】	vi.站立； 位于； 经受； n.台，座； 货摊； 立场	
	19	standard 【'stændəd】	n.标准，规则； a.标准的	
	20	standpoint 【'stændpɔɪnt】	n.立场，观点	
	21	staple 【'steɪpl】	n.主要产品； 名产； 纤维； 主要成分，主食	
	22	star 【stɑ:(r)】	n.星； 恒星； 明星； v.用星号标出； 扮演主角	
	23	stare 【steə(r)】	v.(at)盯，凝视	
	24	start 【stɑ:t】	v.开始； 动身； 吃惊； 开办，开动； n.开端； 惊起	
	25	startle 【'stɑ:t(ə)l】	v.惊吓，使吃惊	
	26	starve 【stɑ:v】	v.（使）饿死，饿得慌，挨饿	
	27	state 【steɪt】	n.状态，情况； 国，州； v.陈述，说明	
	28	statement 【'steɪtmənt】	n.声明，陈述	
	29	statesman 【'steɪtsmən】	n.政治家，国务活动家	
	30	static 【'stætk】	a.(statical)静态的，静力的	

Day 156				
打卡	序号	单词	释义	
	1	station 【'steɪʃ(ə)n】	n.车站；所，站，局；身份，地位；v.安置，驻扎	
	2	stationary 【'steɪʃənri】	a.静止的，固定的	
	3	stationery 【'steɪʃənri】	n.文具	
	4	statistical 【stə'tɪstɪk(ə)l】	a.统计的，统计学的	
	5	statue 【'stætʃuː】	n.塑像，雕像	
	6	status 【'steɪtəs】	n.地位，身份；情形，状况	
	7	statute 【'stætʃuːt】	n.成文法，法令，法规；章程，规则，条例	
	8	stay 【steɪ】	vi.逗留；保持；vt.停止，延缓；n.逗留，停留	
	9	steady 【'stedi】	a.稳定的，不变的；坚定的；v.（使）稳固/稳定	
	10	steak 【steɪk】	n.牛排；大块肉（或鱼）片	
	11	steal 【sti:l】	v.偷，窃取；偷偷地做，巧取	
	12	steam 【sti:m】	n.水汽，蒸汽，水蒸气；v.蒸发；蒸；用蒸汽开动	
	13	steamer 【'sti:mə(r)】	n.汽船，轮船	
	14	steel 【sti:l】	n.钢	
	15	steep 【sti:p】	a.陡峭的；险峻的；急剧升降的；vt.浸泡，沉浸	
	16	steer 【stiə(r)】	vt.驾驶，为……操舵；引导；vi.驾驶	
	17	stem 【stem】	n.茎，干；vt.堵（挡）住；vi.起源于，由……造成	
	18	step 【step】	n.步；台阶，梯级；步骤，措施；v.踏，走，举步	
	19	stereo 【'steriəʊ】	n.立体声音响；立体声装置；n./a.立体声（的）	
	20	stereotype 【'steriətaɪp】	n.陈规，老套，模式化；vt.使定型，使模式化	
	21	stern 【stɜ:n】	a.严厉的；坚决的，坚定的；n.船尾，舟尾	
	22	steward 【'stju:əd】	n.乘务员，服务员；看管人；膳食管理员	
	23	stick 【stɪk】	n.棍，棒，手杖；v.刺，戳，扎；粘贴	
	24	sticky 【'stɪki】	a.粘的，粘性的；棘手的；（道路）泥泞的	
	25	stiff 【stɪf】	a.硬的，僵直的；拘谨的；呆板的；艰难的	
	26	still 【stɪl】	a.静止的，寂静的；ad.还，仍然；更；安静地	
	27	stimulate 【'stɪmjuleɪt】	v.刺激，使兴奋；激励，鼓舞	
	28	sting 【stɪŋ】	v./n.刺，刺痛，剧痛；刺，叮	
	29	stir 【stɜ:(r)】	v.搅拌，搅动；动，摇动；激动；轰动；煽动，鼓动	
	30	stitch 【stɪtʃ】	n.一针；（因跑步引起的）肋部剧痛；v.缝（合）	

Day 157				
打卡	序号	单词	释义	
	1	stock 【stɒk】	n.备料, 库存, 现货; 股票, 公债; v.储存	
	2	stocking 【'stɒkɪŋ】	n.长(统)袜	
	3	stomach 【'stʌmək】	n.胃, 胃口; 肚子, 腹部; vt.承受, 忍受	
	4	stone 【stəʊn】	n.石, 石头; 岩石, 矿石; (水果的)核、子	
	5	stool 【stu:l】	n.凳子; (pl.)大便	
	6	stoop 【stu:p】	v.弯腰, 俯身; n.弯腰, 曲背	
	7	stop 【stɒp】	v.停止; 塞住; 阻止, 阻挠; 逗留; n.停车站; 停止	
	8	storage 【'stɔ:ɪdʒ】	n.贮藏(量), 保管; 库房	
	9	store 【stɔ:(r)】	n.商店, 店铺; 贮藏, 贮备品; v.贮藏, 贮备	
	10	storey 【'stɔ:ri】	n.(story)楼, 层	
	11	storm 【stɔ:m】	n.暴风雨, 暴风雪; 激动, 爆发; v.猛攻, 直捣	
	12	story 【'stɔ:ri】	n.故事, 传说, 小说; (=storey)楼层	
	13	stove 【stəʊv】	n.炉子, 火炉	
	14	straight 【streɪt】	a.直的; 整齐的, 端正的; ad.直接; 正直, 直率	
	15	straightforward 【,streɪt'fɔ:wəd】	a.正直的; 简单的, 易懂的; ad.坦率地	
	16	strain 【streɪn】	v.拉紧; 紧张; 扭伤; 竭尽全力; n.拉紧; 负担	
	17	strange 【streɪndʒ】	a.奇怪的, 奇异的; 陌生的, 生疏的; 外地的	
	18	stranger 【'streɪndʒə(r)】	n.陌生人, 生客; 外地人, 外国人	
	19	strap 【stræp】	n.皮带, 带子; v.用带扣住, 束牢; 用绷带包扎	
	20	strategy 【'strætədʒi】	n.战略, 策略; 对策, 政策	
	21	straw 【strɔ:]	n.稻草, 麦秆; 吸管	
	22	strawberry 【'strɔ:bəri】	n.草莓	
	23	stream 【stri:m】	n.小河, 溪流; 流, 一股, 一串; v.流出, 涌	
	24	streamline 【'stri:mlaɪn】	a.流线型的; vt.使成流线型; 使合理化	
	25	street 【stri:t】	n.街, 街道; 行车道	
	26	strength 【streŋkθ】	n.力, 力量; 实力; 长处, 优点; 人力; 兵力	
	27	strengthen 【'streŋθn】	v.加强, 巩固	
	28	strenuous 【'strenjuəs】	a.费力的, 艰辛的; 奋发的, 努力的	
	29	stress 【stres】	n.压力; 重要性; 应力; 重音; vt.强调, 重读	
	30	stretch 【stretʃ】	v.伸展, 延伸; n.拉长; 伸展; 一段时间/路程	

Day 158				
打卡	序号	单词	释义	
	1	strict 【strikt】	a.(with)严格的，严厉的；严谨的，精确的	
	2	stride 【straɪd】	vi.大踏步走；跨越； n.一大步（pl.）长足进步	
	3	strife 【straɪf】	n.争吵；冲突，斗争；竞争	
	4	strike 【straɪk】	n./vi.罢工； vt.打，击；攻击；给……深刻印象	
	5	striking 【'straɪkɪŋ】	a.显著的；惹人注目的，容貌出众的	
	6	string 【strɪŋ】	n.弦，线，细绳；（一串），（一行）； v.缚，捆	
	7	strip 【stri:p】	v.剥，剥去； n.窄条，条纹	
	8	stripe 【straɪp】	n.长条，条纹；军服上表示军阶的臂章条纹	
	9	strive 【straɪv】	v.奋斗，努力	
	10	stroke 【strəʊk】	n.击；报时的钟声；一击/划/笔；中风； v.抚摸	
	11	stroll 【strɔ:l】	n.&v.漫步；散步；游荡	
	12	strong 【strɒŋ】	a.强壮的，强大的；强烈的，浓的	
	13	structure 【'strʌktʃə(r)】	n.结构，构造；建筑物； v.构造，建造	
	14	struggle 【'strʌg(ə)l】	n./v.斗争，奋斗，努力	
	15	stubborn 【'stʌbən】	a.顽固的，倔强的；难对付的，难以克服的	
	16	student 【'stju:dnt】	n.（大中学校的）学生；研究者，学者	
	17	studio 【'stju:diəʊ】	n.画室；播音室；（电影）制片厂	
	18	study 【'stʌdi】	vt.学习；研究；细看； vi.读书； n.学习；研究	
	19	stuff 【stʌf】	n.原料，材料，东西； v.填满，塞满	
	20	stumble 【'stʌmbəl】	n.跌倒，绊倒； vi.绊（摔）倒；结结巴巴说	
	21	stun 【stʌn】	vt.使……失去知觉；使目瞪口呆，使吃惊	
	22	stupid 【'stju:pɪd】	a.愚蠢的，迟钝的	
	23	sturdy 【'stɜ:di】	a.坚定的，不屈不挠的；强健的，结实的	
	24	style 【staɪl】	n.风格，文体；式样，时式，类型	
	25	subject 【'sʌbdʒɪkt; 'sʌbdʒekt】	n.主题；学科； a.隶属的；易遭……的； v.使隶属	
	26	subjective 【səb'dʒektɪv】	a.主观（上）的，个人的	
	27	submarine 【,sʌbmə'ri:n; 'sʌbməri:n】	n.潜水艇； a.水底的，海底的	
	28	submerge 【səb'mɜ:dʒ】	v.沉没，淹没；潜入	
	29	submit 【səb'mɪt】	v.(to)使服从，屈服；(to)呈送，提交	
	30	subordinate 【sə'bɔ:dɪnət】	a.(to)次要的，从属的；下级的	

Day 159				
打卡	序号	单词	释义	
	1	subscribe 【səb'skraɪb】	vi.(to)订阅, 订购; 同意; vt.捐助, 赞助	
	2	subsequent 【'sʌbsɪkwənt】	a.随后的, 后来的	
	3	subsidy 【'sʌbsədi】	n.补助金; 津贴费	
	4	substance 【'sʌbstəns】	n.物质; 实质, 本质; 主旨; 财产, 资产	
	5	substantial 【səb'stænf(ə)l】	a.实质的; 相当的; 显著的; 坚固的; 富裕的	
	6	substitute 【'sʌbstɪtju:t】	n.代替者; 替身; 代用品; v.(for)代替, 替换	
	7	subtle 【'sʌt(ə)l】	a.精巧的, 巧妙的; 细微的, 微妙的	
	8	subtract 【səb'trækt】	v.(from)减(去)	
	9	suburb 【'sʌbɜ:b】	n.市郊, 郊区	
	10	subway 【'sʌbweɪ】	n.地铁; 地下行人隧道	
	11	succeed 【sək'si:d】	vi.成功; 继承, 接替; vt.接替; 继……之后	
	12	success 【sək'ses】	n.成就, 成功; 成功的事物, 有成就的人	
	13	successful 【sək'sesfl】	a.圆满的; 顺利的; 成功的	
	14	succession 【sək'seʃn】	n.连续, 系列; 继任, 继承	
	15	successive 【sək'sesɪv】	a.接连的, 连续的	
	16	successor 【sək'sesə(r)】	n.接替的人或事物, 继任者	
	17	such 【sʌtʃ】	a.这样的; 上述的; ad.那么; pron.这样的人/事物	
	18	suck 【sʌk】	v.&n.吸, 舐; 吸收(取)	
	19	sudden 【'sʌd(ə)n】	a.出乎意料的, 突然的	
	20	sue 【su:】	v.控告, 对……提出诉讼, 起诉	
	21	suffer 【'sʌfə(r)】	v.(from)受痛苦, 患病; 受损失; 遭受; 忍受	
	22	suffice 【sə'faɪs】	v.充足, 足够; vt.(食物等)使(某人)满足	
	23	sufficient 【sə'fɪʃ(ə)nt】	a.(for)足够的, 充分的(比 enough 拘谨、正式)	
	24	sugar 【'ʃʊɡə(r)】	n.糖, 食糖; vt.加糖于	
	25	suggest 【sə'dʒest】	v.建议, 提出; 使联想, 使想起……; 暗示	
	26	suggestion 【sə'dʒestʃən】	n.建议, 意见; 细微的迹象; 暗示, 联想	
	27	suicide 【'su:ɪsaɪd】	n.自杀; 给自己带来恶劣后果的行为	
	28	suit 【su:t】	v.合适, 适合; 相配, 适应; n.一套西服; 诉讼	
	29	suitable 【'su:təb(ə)l】	a.(for)合适的, 适宜的	
	30	suite 【swi:t】	n.套间; 一套家具; 套, 组, 系列	

Day 160				
打卡	序号	单词	释义	
	1	sulfur 【'sʌlfə(r)】	n.(sulphur)硫	
	2	sum 【sʌm】	n.总数，和；金额；算术题；要旨；v.合计，总计	
	3	summarize 【'sʌməraɪz】	v.(summarise)概括，总结	
	4	summary 【'sʌməri】	n.摘要，概要；a.概括的，简略的	
	5	summer 【'sʌmə(r)】	n.夏天，夏季；a.夏季的	
	6	summit 【'sʌmɪt】	n.顶，最高点；巅峰，高峰；最高级会议	
	7	summon 【'sʌmən】	v.召唤；传讯，传唤；鼓起（勇气），振作（精神）	
	8	sun 【sʌn】	n.太阳；恒星；美国	
	9	Sunday 【'sʌndeɪ】	n.星期日	
	10	sunrise 【'sʌnraɪz】	n.日出，拂晓；朝霞	
	11	sunset 【'sʌnset】	n.日落，傍晚；晚霞	
	12	sunshine 【'sʌnʃaɪn】	n.日光，日照；晴天	
	13	super 【'su:pə(r)】	a.极好的，超级的	
	14	superb 【su:'pɜ:b;sju:'pɜ:b】	a.极好的，杰出的；华丽的	
	15	superficial 【,su:pə'fɪʃ(ə)l】	a.表面的；肤浅的，浅薄的	
	16	superfluous 【su:'pɜ:fluəs;sju:'pɜ:fluəs】	a.多余的，过剩的，	
	17	superior 【su:'piəriə(r)】	a.优良的，卓越的；上级的；n.上级；长者；高手	
	18	superiority 【su:,piəri'ɒrəti】	n.优越（性），优势，优等；高傲，傲慢	
	19	supermarket 【'su:pəma:kɪt】	n.超级市场	
	20	supersonic 【,su:pə'sɒnɪk】	a.超音速的，超声波的；n.超声波，超声频	
	21	superstition 【,su:pə'stɪʃn; ,sju:pə'stɪʃn】	n.迷信，迷信的观念习俗	
	22	supervise 【'su:pəvaɪz】	v.管理，监督	
	23	supper 【'sʌpə(r)】	n.晚餐	
	24	supplement 【'sʌplɪmənt】	n.补遗；增刊；附录；v.增刊，补充	
	25	supply 【sə'plaɪ】	v.(with, to)供给，供应，补足；n.供应，供应量	
	26	support 【sə'pɔ:t】	n./vt.支撑；支持；赡养；维持；n.支持者；支柱	
	27	suppose 【sə'pəʊz】	v.料想，猜想；假定；conj.假使……结果会怎样	
	28	suppress 【sə'pres】	v.镇压，压制；抑制，忍住；查禁	
	29	supreme 【su:'pri:m;sju:'pri:m】	a.极度的，最重要的；至高的，最高的	
	30	sure 【ʃʊə(r)】	a.肯定的；一定会……的；有信心的，有把握的	

Day 161				
打卡	序号	单词	释义	
	1	surface 【'sɜ:fɪs】	n.表面；外表；a.表面的，肤浅的	
	2	surge 【sɜ:dʒ】	vi.汹涌；澎湃；蜂拥而至；n.巨浪；汹涌；澎湃	
	3	surgeon 【'sɜ:dʒən】	n.外科医生	
	4	surgery 【'sɜ:dʒəri】	n.外科，外科学；手术室，诊疗室	
	5	surname 【'sɜ:neɪm】	n.姓	
	6	surpass 【sə'pɑ:s】	vt.超过，胜过	
	7	surplus 【'sɜ:pləs】	n.过剩，剩余；余款，余额；a.过剩的，剩余的	
	8	surprise 【sə'praɪz】	v.使诧异，使惊异；奇袭；n.诧异，惊异；奇袭	
	9	surrender 【sə'rendə(r)】	vi.投降，屈服；vt.放弃，交出；n.投降，认输	
	10	surround 【sə'raʊnd】	vt.包围，环绕；n.环绕物	
	11	surroundings 【sə'raʊndɪŋz】	n.周围的事物，环境	
	12	survey 【'sɜ:veɪ】	v./n.俯瞰，眺望；全面审视，调查；测量图，勘定	
	13	survival 【sə'vaɪv(ə)l】	n.幸存，生存；幸存者，残存物	
	14	survive 【sə'vaɪv】	v.幸免于，幸存；比……长命	
	15	susceptible 【sə'septəb(ə)l】	a.易受影响的；易受感动的；易受感染的	
	16	suspect 【sə'spekt】	v.猜想；怀疑；察觉；a.可疑的；n.嫌疑犯	
	17	suspend 【sə'spend】	v.悬（浮），挂；暂停，取消；推迟	
	18	suspicion 【sə'spɪʃ(ə)n】	n.怀疑，猜疑；一点儿，少量	
	19	suspicious 【sə'spɪʃəs】	a.(of)可疑的，多疑的，疑心的	
	20	sustain 【sə'steɪn】	vt.支撑，撑住；维持，持续，经受，忍耐	
	21	swallow 【'swɒləʊ】	n.燕子；吞咽；vt.吞，咽；轻信；忍受；vi.咽口水	
	22	swamp 【swɒmp】	n.沼泽；湿地；vt.浸没；使……应接不暇	
	23	swan 【swɒn】	n.天鹅；vi.闲荡，游荡	
	24	swarm 【swɔ:m】	n.蜂群；一大群；vi.涌往；挤满；云集；成群移动	
	25	sway 【sweɪ】	vi.摇动；倾斜；vt.使摇动；n.摇动；影响力	
	26	swear 【sweə(r)】	v.(at)诅咒，骂人；宣誓，发誓	
	27	sweat 【'swet】	n.汗；v.（使）出汗	
	28	sweater 【'swetə(r)】	n.毛衣，绒衣，厚运动衫	
	29	sweep 【swi:p】	v.扫，打扫；席卷，冲光；扫过，掠过	
	30	sweet 【swi:t】	a.甜的；可爱的，美好的；n.（常pl.）糖果；甜食	

Day 162				
打卡	序号	单词	释义	
	1	swell 【swel】	n./v.肿胀；膨胀；增大；增加；	
	2	swift 【swɪft】	a./ad.快的（地）；敏捷的（地） a.立刻的； n.雨燕	
	3	swim 【swim】	vi.游泳；游；漂浮；眩晕；充溢； vt.游过； n.游泳	
	4	swing 【swɪŋ】	v.摇摆，摇荡，回转，旋转； n.秋千；摇摆，摆动	
	5	switch 【swɪtʃ】	n.开关；转换；鞭子； v.转变，转换；抽打	
	6	sword 【sɔ:d】	n.剑，刀；武力	
	7	symbol 【'sɪmb(ə)l】	n.符号，标志；象征	
	8	symmetry 【'sɪmətri】	n.对称（性）；匀称，整齐	
	9	sympathetic 【,sɪmpə'tetɪk】	a.有同情心的；赞同的； n.交感神经	
	10	sympathize 【'sɪmpəθaɪz】	v.(sympathise)(with)同情；共鸣，同感；赞成	
	11	sympathy 【'sɪmpəθi】	n.同情，同情心；赞同，同感；慰问	
	12	symphony 【'sɪmfəni】	n.交响乐，交响曲	
	13	symposium 【sɪm'pəʊziəm】	n.讨论会，专题报告会；专题论文集	
	14	symptom 【'sɪmptəm】	n.（疾病的）症状；（不好事情的）征兆，表征	
	15	syndrome 【'sɪndrəʊm】	n.综合病征；并存特性	
	16	synthesis 【'sɪnθəsis】	n.(pl.syntheses)综合，合成	
	17	synthetic 【sɪn'tetɪk】	a.合成的，人造的；综合的	
	18	system 【'sɪstəm】	n.系统，体系；制度；方法，方式，步骤	
	19	systematic 【,sɪstə'mætɪk】	a.(systematical)系统的，有组织的	
	20	table 【'teɪb(ə)l】	n.桌子；餐桌；工作台；表格； vt.搁置；提交讨论	
	21	tablet 【'tæblət】	n.药片；碑，匾	
	22	tackle 【'tæk(ə)l】	n.滑车；用具，器械； v.处理，解决；抱住，抓住	
	23	tactic 【'tæktɪk】	n.(tactics)策略，战术	
	24	tag 【tæg】	n.标签；鞋带；垂饰； vt.加标签于；附加； vi.紧随	
	25	tail 【teɪl】	n.尾巴；尾部；跟踪者； vt.尾随，跟踪	
	26	tailor 【'teɪlə(r)】	n.裁缝； v.缝制，剪裁	
	27	take 【teɪk】	v.拿取；吃；记录；取得；花费；捕获；认为	
	28	tale 【teɪl】	n.故事，传说	
	29	talent 【'tælənt】	n.才能，天资；人才	
	30	talk 【tɔ:k】	n.谈话；聊天；讲话；演讲； v.说话；交谈	

Day 163				
打卡	序号	单词	释义	
	1	tall 【tɔ:l】	a. (身材) 高的, 高大的; 夸大的, 离谱的	
	2	tame 【teɪm】	a. 驯服的, 温顺的; 沉闷的, 乏味的; vt. 驯服	
	3	tan 【tæn】	n./a. (皮肤因日晒而成) 棕褐色 (的); vt. 晒黑	
	4	tangle 【'tæŋg(ə)l】	n. 纠缠; 缠结; 混乱; v. (使) 缠绕; 变乱	
	5	tank 【tæŋk】	n. 罐, 槽, 箱; 坦克; vt. 储于槽中	
	6	tanker 【'tæŋkə(r)】	n. 油船	
	7	tap 【tæp】	n. 塞子; 水龙头; n./v. 轻打, 轻敲; vt. 开发	
	8	tape 【teɪp】	n. 带 (子); 录音带, 磁带; v. 录音; 系, 捆	
	9	tar 【tɑ:(r)】	n. 柏油, 焦油; vt. 涂或浇柏油/焦油于	
	10	target 【'tɑ:ɡɪt】	n. 目标, 对象, 靶子	
	11	tariff 【'tærɪf】	n. 关税, 税率; (旅馆, 饭店等) 价目表, 收费表	
	12	task 【tɑ:sk】	n. 任务, 作业, 工作	
	13	taste 【teɪst】	v. 品尝; (of) 有……味道; 体验; n. 滋味; 味觉	
	14	tax 【tæks】	n. 税 (款), 负担; v. 对……征税, 使负重担	
	15	taxi 【'tæksi】	n. 出租汽车; v. [指飞机] (使) 滑行	
	16	tea 【ti:】	n. 茶 (叶); 午后茶点	
	17	teach 【ti:tʃ】	vt. 教, 讲授; 教导 (训) vi. 讲课, 当教师	
	18	teacher 【'ti:tʃə(r)】	n. 教师 (员), 老 (导) 师	
	19	team 【ti:m】	n. 小队, 小组; v. 协同工作	
	20	tear 【teə(r)】	n. (pl.) 眼泪; vt. 撕裂; 使……分裂; vi. 破裂	
	21	tease 【ti:z】	v. 戏弄, 取笑; 挑逗; n. (爱) 戏弄他人者; 戏弄	
	22	technical 【'tekɪnɪk(ə)l】	a. 技术 (性) 的, 工艺的; 专门性的, 专业性的	
	23	technician 【tek'niʃ(ə)n】	n. 技术员, 技师, 技工	
	24	technique 【tek'ni:k】	n. 技巧, 手艺, 技能; 技术, 工艺	
	25	technology 【tek'nɒlədʒi】	n. 科学技术; 工业技术; 应用科学	
	26	tedious 【'ti:diəs】	a. 乏味的, 单调的, 冗长的	
	27	teenager 【'ti:neɪdʒə(r)】	n. 十几岁的青少年	
	28	telegram 【'telɪgræm】	n. 电报	
	29	telegraph 【'telɪgrɑ:f】	n. 电报机, 电报; v. 打电报, 发电报	
	30	telephone 【'telɪfəʊn】	n. 电话, 电话机; v. 打电话	

Day 164				
打卡	序号	单词	释义	
	1	telescope 【'telɪskəʊp】	n.望远镜； v.缩短，压缩	
	2	tell 【tel】	vt.告诉，讲述； 告诫； 吩咐，命令； 辨/区别	
	3	temper 【'tempə(r)】	n.脾气； 韧度； vt.调和，使缓和； 使回火	
	4	temperament 【'temprəmənt】	n.气质，性格，性情； 资质	
	5	temperature 【'temprətʃə(r)】	n.温度，体温； 热度，发烧	
	6	temple 【'temp(ə)l】	n.庙宇，神殿，寺； 太阳穴	
	7	tempo 【'tempəʊ】	n.节奏，行进速度； （音乐的）速度	
	8	temporary 【'temprəri】	a.暂时的，临时的	
	9	tempt 【tempt】	v.诱惑，引诱； 吸引，使感兴趣	
	10	temptation 【temp'teɪʃ(ə)n】	n.引诱，诱惑； 诱惑物	
	11	ten 【ten】	num.十； pron./a.十（个，只……）	
	12	tenant 【'tenənt】	n.承租人； 房客； 佃户； vt.租借，承租	
	13	tend 【tend】	v.趋向，往往是； 照料，看护	
	14	tendency 【'tendənsi】	n.趋势，趋向； 倾向	
	15	tender 【'tendə(r)】	a.嫩的； 敏感的； 温柔的； v.提出，提供； 投标	
	16	tennis 【'tenɪs】	n.网球	
	17	tense 【tens】	n.时态； v.拉紧，（使）紧张； a.绷紧的，紧张的	
	18	tension 【'tenʃ(ə)n】	n.（紧张）状态； 拉（绷）紧； 张力，拉力	
	19	tent 【tent】	n.帐篷	
	20	tentative 【'tentətɪv】	a.试探性的，暂时的； 犹豫不决的	
	21	term 【tɜ:m】	n.学期； 期限，期间； (pl.)条件，条款； 术语	
	22	terminal 【'tɜ:mɪn(ə)l】	a.晚期的； 终点的； 期末的； n.终点（站）； 终端	
	23	terminate 【'tɜ:mɪneɪt】	vi.（使）结束，（使）停止	
	24	terrible 【'terəb(ə)l】	a.很糟的； 可怕的，骇人的； 极度的，厉害的	
	25	terrific 【tə'ɹɪfɪk】	a.极好的，非常的，极度的	
	26	terrify 【'terɪfaɪ】	v.使害怕，使惊恐	
	27	territory 【'terətri】	n.领土； 版图； 领域，范围	
	28	terror 【'terə(r)】	n.恐怖； 可怕的人（事）	
	29	test 【test】	n./vt.试验； 检验； 测验	
	30	testify 【'testɪfaɪ】	v.作证，证明； (to)表明，说明	

Day 165				
打卡	序号	单词	释义	
	1	testimony 【'testiməni】	n.证据，证词；表明，说明	
	2	text 【tekst】	n.正文，文本；原文；教科书	
	3	textbook 【'tekstbʊk】	n.课本，教科书	
	4	textile 【'tekstaɪl】	n.纺织品；a.纺织的	
	5	texture 【'tekstʃə(r)】	n.（织物）质地；（材料）构造；结构；肌理	
	6	than 【ðən;ðæn】	conj.（用于形容词，副词的比较级之后）比	
	7	thank 【θæŋk】	vt.感谢；int.[-s]谢谢；n.[pl.]感谢（意）	
	8	Thanksgiving 【,θæŋks'gɪvɪŋ】	n.感恩节	
	9	that 【ðæt】	a./pron.那，那个；ad.那么；conj.[引导从句]	
	10	the 【ðə】	art.这（那）个；这（那）些（指特定的人或物）	
	11	theater 【'θiətə(r)】	n.(theatre)戏院；戏剧；阶梯教室	
	12	theft 【θeft】	n.偷窃（行为），偷窃罪	
	13	their 【ðeə(r)】	pron.[they 的所有格]他（她、它）们的	
	14	theirs 【ðeəz】	pron.[they 的物主代词]他（她、它）们的	
	15	them 【ðəm;ðem】	pron.他们/她们/它们（they 的宾格形式）	
	16	theme 【θi:m】	n.题目，主题；主旋律，基调	
	17	themselves 【ðəm'selvz】	pron.他（她、它）们自己；他（她、它）们亲自	
	18	then 【ðen】	ad.当时，在那时；然后，于是；那么，因而	
	19	theoretical 【,θiə'retɪkl】	a.理论（上）的	
	20	theory 【'θiəri】	n.理论，原理；学说，见解，看法	
	21	therapy 【'θerəpi】	n.治疗，（不需要药物或手术的）物理疗法	
	22	there 【ðeə(r)】	ad.在那儿；往那儿；[作引导词表示“存在”]	
	23	thereafter 【,ðeər'ɑ:ftə(r)】	ad.此后，以后	
	24	thereby 【,ðeə'baɪ】	ad.因此，从而	
	25	therefore 【'ðeəfɔ:(r)】	ad.因此，所以；conj.因此	
	26	thermal 【'θɜ:m(ə)l】	a.热的，热力的；（小规模）的上升气流	
	27	thermometer 【θə'mɒmɪtə(r)】	n.温度计	
	28	these 【ði:z】	pron.&a.[this 的复数]这些；这些人（东西）	
	29	thesis 【'θi:sɪs】	n.(pl.theses)论文；论题；论点	
	30	they 【ðei】	pron.他/她/它们；人们，大家；政府，当局；她们	

Day 166				
打卡	序号	单词	释义	
	1	thick 【θɪk】	a.厚的, 粗的, 稠的, 浓的; ad.厚, 浓, 密	
	2	thief 【θi:f】	n.(thieves)贼; 小偷	
	3	thigh 【θaɪ】	n.大腿; 股骨	
	4	thin 【θɪn】	a.薄的, 细的; 稀薄的, 淡的; 瘦的; v.变薄; 变稀	
	5	thing 【θɪŋ】	n.物, 东西; 事, 事情; 所有物; 局面, 情况	
	6	think 【θɪŋk】	v.想, 思索; 认为, 以为; 想要; 料想, 预料	
	7	third 【θɜ:ɪd】	num.第三(个), 三分之一(的)	
	8	thirst 【θɜ:st】	n.渴, 口渴; (for)渴望, 热望	
	9	thirsty 【'θɜ:sti】	a.口渴的; (for)渴望的, 热望的	
	10	thirteen 【,θɜ:ˈti:n】	num./a.十三; pron.十三(个, 只……)	
	11	thirty 【'θɜ:ti】	num.三十, 三十个(人或物)	
	12	this 【ðɪs】	pron.这(个); a.这(个); 今; ad.这(样)	
	13	thorn 【θɔ:n】	n.刺, 荆棘	
	14	thorough 【'θʌrə】	a.彻底的, 完全的; 精心的	
	15	those 【ðəʊz】	pron./a.[that 的复数]那些; 那些人(东西)	
	16	though 【ðəʊ】	ad.可是, 然而, 不过; conj.尽管, 虽然	
	17	thought 【θɔ:t】	n.思想, 思考, 思维; 意图, 打算; 想法	
	18	thoughtful 【'θɔ:tf(ə)l】	a.认真思考的, 沉思的; 体贴的, 关心的	
	19	thousand 【'θaʊznd】	num./n./a.一千; [pl.]许许多多, 成千上万	
	20	thread 【θred】	n.线, 细丝; 线索, 思路; 螺纹; v.穿线, 穿过	
	21	threat 【θret】	n.恐吓, 威胁; 坏兆头, 危险迹象	
	22	threaten 【'θretn】	v.恐吓, 威胁; 有……危险, 快要来临	
	23	three 【θri:】	num.三; pron./a.三(个, 只……)	
	24	threshold 【'θreʃhəʊld】	n.门槛; 入门, 开端	
	25	thrift 【θrɪft】	a.节约, 节俭	
	26	thrill 【θrɪl】	n.一阵激动(恐惧); v.激动; (使)毛骨悚然	
	27	thrive 【θraɪv】	v.兴旺, 繁荣	
	28	throat 【θrəʊt】	n.咽喉, 嗓子	
	29	throne 【θrəʊn】	n.御座, 宝座; 王位, 王权	
	30	through 【θru:】	prep./ad.穿过; 自始至终; 由, 以; a.直达的	

Day 167				
打卡	序号	单词	释义	
	1	throughout 【θru:ˈaʊt】	prep.遍及，贯穿；ad.到处，自始至终，彻底	
	2	throw 【θrəʊ】	vt.扔；使突然陷入；使困惑；n.投掷（距离）	
	3	thrust 【θrʌst】	vt.插入；猛推；n.插，推力；vi.刺，戳，冲	
	4	thumb 【θʌm】	n.拇指；v.示意要求搭车；迅速翻阅	
	5	thunder 【ˈθʌndə(r)】	n.雷（声）；轰隆声；v.打雷；大声说，吼叫	
	6	Thursday 【ˈθɜ:zdeɪ】	n.星期四	
	7	thus 【ðʌs】	ad.如此；像这样；于是；因此	
	8	tick 【tɪk】	n.滴答声；勾号；v.滴答响；打勾号于	
	9	ticket 【ˈtɪkɪt】	n.票，入场券；票签；（交通违章）罚款传票	
	10	tide 【taɪd】	n.潮，潮汐；潮流，趋势	
	11	tidy 【ˈtaɪdi】	a.整洁的，整齐的；v.整理，收拾	
	12	tie 【taɪ】	n.领带；联系，关系，纽带；束缚；v.扎，系，捆	
	13	tiger 【ˈtaɪgə(r)】	n. 虎；老虎	
	14	tight 【taɪt】	a.紧的；紧身的，装紧的；密封的；ad.紧紧地	
	15	tile 【taɪl】	n.瓦片，瓷砖；vt.铺瓦于，贴砖于	
	16	till 【tɪl】	prep.直到，直到……为止，与 until 意思相同	
	17	tilt 【tɪlt】	v.（使）倾侧；（使）倾斜；n.倾侧；倾斜	
	18	timber 【ˈtɪmbə(r)】	n.木材，木料	
	19	time 【taɪm】	n.时间，时刻；次，回；时代，时期；倍，乘	
	20	timely 【ˈtaɪmli】	a.及时的，适时的	
	21	timid 【ˈtɪmɪd】	a.胆怯的，怯懦的	
	22	tin 【tɪn】	n.罐头；锡；a.锡制的；vt.镀锡于	
	23	tiny 【ˈtaɪni】	a.极小的，微小的	
	24	tip 【tɪp】	n.尖端；末端；小费；n./v.轻击；倾斜；给小费	
	25	tire 【ˈtaɪə(r)】	v.（使）疲倦，（使）厌倦；n.(=tyre)轮胎，车胎	
	26	tired 【ˈtaɪəd】	a.疲劳的；厌倦的	
	27	tiresome 【ˈtaɪəsəm】	a.使人厌倦的，讨厌的	
	28	tissue 【ˈtɪʃu:】	n.织物，薄绢，纸巾；（动，植物的）组织	
	29	title 【ˈtaɪt(ə)l】	n.书名，标题；头衔，称号	
	30	to 【tə】	prep.（表示方向）到；向；（表示间接关系）给	

Day 168				
打卡	序号	单词	释义	
	1	toast 【təʊst】	n.烤面包，吐司；祝酒（词） v.烘，烤；（向……）祝酒	
	2	tobacco 【tə'bækəʊ】	n.烟草，烟叶	
	3	today 【tə'deɪ】	ad.在今天；现今，在当代； n.今天；现在	
	4	toe 【təʊ】	n.脚趾，足尖	
	5	together 【tə'geðə(r)】	ad.共同，一起；合起来，集拢地	
	6	toilet 【'tɔɪlət】	n.厕所，盥洗室	
	7	token 【'təʊkən】	n.表示；标志；记号；代用硬币； a.象征性的	
	8	tolerance 【'tɒlərəns】	n.宽容；容忍，忍受；耐药力；公差	
	9	tolerant 【'tɒlərənt】	a.容忍的，宽容的；有耐药力的	
	10	tolerate 【'tɒləreɪt】	vt.容忍，默许；对（药物、毒品等）有耐力	
	11	toll 【təʊl】	n.（道路、桥等的）通行费；牺牲；死伤人数	
	12	tomato 【tə'mɑ:təʊ】	n.西红柿	
	13	tomb 【tu:m】	n.坟，冢	
	14	tomorrow 【tə'mɒrəʊ】	n.明天；来日，未来； ad.在明天，在明日	
	15	ton 【tʌn】	n.吨； (pl.)大量，许多	
	16	tone 【təʊn】	n.音调，音色；风气，气氛；腔调，语气；色调	
	17	tongue 【tʌŋ】	n.舌；语言	
	18	tonight 【tə'naɪt】	ad.在今晚；在今夜； n.今晚，今夜	
	19	too 【tu:】	ad.也，还；太，过于；很，非常	
	20	tool 【tu:l】	n.工具，用具；方法，手段	
	21	tooth 【tu:θ】	n.(pl.teeth)牙齿；齿状物；	
	22	top 【tɒp】	n.顶，顶端；首位；顶点； a.最高的；顶上的	
	23	topic 【'tɒpɪk】	n.话题，主题，题目	
	24	torch 【tɔ:tʃ】	n.手电筒；火炬，火把	
	25	torment 【'tɔ:ment】	n.折磨；令人痛苦的东西（人）； vt.折磨；纠缠	
	26	torrent 【'tɒrənt】	n.激流，洪流；爆发，（话语等的）连发	
	27	torture 【'tɔ:tʃə(r)】	v.拷问，拷打；折磨，磨难； n.拷问；折磨，痛苦	
	28	toss 【tɒs】	vt.向上掷/扔；摇摆，颠簸； n.投，扔；摇动	
	29	total 【'təʊt(ə)l】	n.总数，合计； a.总的，全部的； v.合计，总数达	
	30	touch 【tʌtʃ】	v.触，碰，摸；感动；涉及； n.触动，碰到；少许	

Day 169				
打卡	序号	单词	释义	
	1	tough 【tʌf】	a.坚韧的，棘手的；强健的，吃苦耐劳的；粗暴的	
	2	tour 【tuə(r)】	n.旅游，旅行；巡回演出/比赛；v.旅游	
	3	tourist 【'tuərist】	n.旅游者，观光客；巡回比赛的运动员	
	4	tow 【təʊ】	vt.（用绳、链等）拖（车、船等）；n.拖，牵引	
	5	toward 【tə'wɔ:d】	prep.(towards)朝，向；将近；对于；为了	
	6	towel 【'taʊəl】	n.毛巾；vt.用毛巾擦或擦干	
	7	tower 【'taʊə(r)】	n.塔；v.高耸	
	8	town 【taʊn】	n.市镇；市民；城市商业区，闹市区	
	9	toxic 【'tɒksɪk】	a.有毒的；中毒的	
	10	toy 【tɔɪ】	n.玩具；vi.(with)漫不经心地考虑；摆弄	
	11	trace 【treɪs】	n.痕迹，踪迹；极少量；v.描绘；跟踪，追踪	
	12	track 【træk】	n.跑道，小路；轨迹，轮迹；v.跟踪，追踪	
	13	tractor 【'træktə(r)】	n.拖拉机，牵引车	
	14	trade 【treɪd】	n.贸易，商业；职业，行业；v.经商，交易	
	15	trademark 【'treɪdmɑ:k】	n.商标；特征；vt.注册的……商标	
	16	tradition 【trə'dɪʃ(ə)n】	n.传统；惯例；传说	
	17	traffic 【'træfɪk】	n.交通，交通量	
	18	tragedy 【'trædʒədi】	n.悲剧；惨事，灾难	
	19	tragic 【'trædʒɪk】	a.悲剧的，悲惨的	
	20	trail 【treɪl】	n.踪迹，痕迹；小路；v.追踪，跟踪；拖，拖曳；	
	21	train 【treɪn】	n.列车；行列，系列，一串；v.训练，培养	
	22	training 【'treɪnɪŋ】	n.训练，培养	
	23	trait 【treɪt】	n.特征，特点，特性	
	24	traitor 【'treɪtə(r)】	n.叛徒，卖国贼	
	25	tram 【træm】	n.有轨电车	
	26	tramp 【træmp】	n./v 步行；沉重的脚步声（走）v.践踏；n.流浪者	
	27	transaction 【træn'zækʃ(ə)n】	n.办理，处理；交易，事务；(pl.)公报，学报	
	28	transcend 【træn'send】	vt.超出，超越（经验、知识、能力的范围等）	
	29	transfer 【træns'fɜ:(r)】	vt./n.转移；转换；转让；过户；迁移；改乘	
	30	transform 【træns'fɔ:m】	vt.改变，变换；变压；转化；改造，改造	

Day 170				
打卡	序号	单词	释义	
	1	transient 【'trænzɪənt】	a.短暂的，转瞬即逝的；临时的，暂住的	
	2	transistor 【træn'zɪstə(r)】	n.晶体管；晶体管收音机	
	3	transition 【træn'zɪʃ(ə)n】	n.转变，变迁，过渡（时期）	
	4	translate 【trænz'leɪt】	v.翻译，解释；转化	
	5	translation 【trænz'leɪʃn;træns'leɪʃn】	n.翻译；译文，译本	
	6	transmission 【trænz'mɪʃ(ə)n】	n.播送，发射；传动，传送	
	7	transmit 【trænz'mɪt】	vt.传输/导；转送；发射；vi.发射信号；发报	
	8	transparent 【træns'pærənt】	a.透明的，透光的；易理解的；明显的	
	9	transplant 【træns'plɑːnt】	n./v.移植（植物；组织，器官等）；迁移；	
	10	transport 【'trænspɔːt】	v.运输，运送，搬运；n.运输；运输系统，运载工具	
	11	trap 【træp】	n.陷阱，圈套；vt.诱捕；使中圈套；vi.设圈套	
	12	trash 【træʃ】	n.垃圾；拙劣的作品；渣滓，败类	
	13	travel 【'træv(ə)l】	n.旅行；v.旅行；行进，传播	
	14	tray 【treɪ】	n.盘，碟，托盘	
	15	treason 【'triːz(ə)n】	n.谋反，通敌，叛国	
	16	treasure 【'treʒə(r)】	n.财宝，财富；珍品；v.珍爱，珍惜	
	17	treat 【tri:t】	v.对待；治疗；论述；款待，请客；n.款待，请客	
	18	treaty 【'tri:ti】	n.条约，协议，协商	
	19	tree 【triː】	n.树，树状物；vi.爬上树	
	20	tremble 【'tremb(ə)l】	n.战栗，颤抖；v.发抖，颤抖；摇动；焦虑	
	21	tremendous 【trə'mendəs】	a.巨大的，极大的	
	22	trench 【trentʃ】	n.&v.（挖）沟，（挖）战壕	
	23	trend 【trend】	n.倾向，趋势；vi.伸向，倾向	
	24	trial 【'traɪəl】	n.讯问，审讯；试验；试用；尝试	
	25	triangle 【'traɪəŋɡl】	n.三角（形）	
	26	tribe 【traɪb】	n.种族，部落；（植物，动物）族，类	
	27	tribute 【'trɪbjʊ:t】	n.贡品；颂词，称赞，（表示敬意的）礼物	
	28	trick 【trɪk】	n.诡计，骗局；恶作剧；窍门；vt.欺骗，哄骗	
	29	trifle 【'traɪf(ə)l】	n.少量；小事，琐事；v.玩弄；嬉耍；忽视	
	30	trigger 【'trɪɡə(r)】	n.扳机；vt.触发，引起	

Day 171				
打卡	序号	单词	释义	
	1	trim 【trim】	a.整齐的，整洁的； v./n.整理，修整，装饰	
	2	trip 【trip】	n.旅行，远足； v.绊倒； 失足； 犯错	
	3	triple 【'trip(ə)l】	n.三倍数； a.三倍的； 三部分构成的； v.使成三倍	
	4	triumph 【'traɪʌmf】	n.胜利，成功； v.得胜，战胜	
	5	trivial 【'trɪviəl】	a.琐碎的； 无足轻重的	
	6	trolley 【'trɒli】	n.手推车； （英）无轨电车，（美）有轨电车	
	7	troop 【tru:p】	n.(pl.)部队，军队； （一）群/队； v.群集，集合	
	8	tropic 【'trɒpɪk】	n.回归线； [the; T-s]热带地区	
	9	tropical 【'trɒpɪk(ə)l】	a.热带的	
	10	trouble 【'trʌb(ə)l】	n.烦恼； 动乱； 疾病； 故障； 辛苦； v.（使）烦恼	
	11	troublesome 【'trʌb(ə)lsəm】	a.令人烦恼的，讨厌的	
	12	trousers 【'traʊzəz】	n.裤子	
	13	truck 【trʌk】	n.卡车，载重汽车	
	14	true 【tru:】	a.真实，不假的； 忠实，可靠的； 正确无误的	
	15	trumpet 【'trʌmpɪt】	n.喇叭，小号	
	16	trunk 【trʌŋk】	n.大衣箱，皮箱； （汽车后部）行李箱； 树干，躯干	
	17	trust 【trʌst】	vt.信任； 盼望； 委托； n.(in)信任，依赖； 委托	
	18	truth 【tru:θ】	n.真实，真相； 真实性； 真理	
	19	try 【traɪ】	v.尝试，试图； 试验，试用； 审讯； n.尝试	
	20	tub 【tʌb】	n.木盆，澡盆	
	21	tube 【tju:b】	n.管，软管； 电子管，显像管； 地铁	
	22	tuck 【tʌk】	v.卷起； 塞进	
	23	Tuesday 【'tju:zdeɪ】	n.星期二	
	24	tug 【tʌg】	v.用力拖（或拉）； 苦干； n.拖； 苦干； 拖船	
	25	tuition 【tju:'ɪʃ(ə)n】	n.学费； （某一学科的）教学，讲授，指导	
	26	tumble 【'tʌmb(ə)l】	v.（使）摔倒； 打滚，翻腾； n.摔跤，跌倒	
	27	tumour 【'tju:mə(r)】	n.(tumor)（肿）瘤，肿块	
	28	tune 【tju:n】	n.调子，曲调； 和谐，协调； vt.调音，调节，调整	
	29	tunnel 【'tʌn(ə)l】	n.隧道，山洞	
	30	turbine 【'tɜ:bain】	n.汽轮机，涡轮机	

Day 172				
打卡	序号	单词	释义	
	1	turbulent 【'tɜːbjələnt】	a.狂暴的，无秩序的	
	2	turkey 【'tɜːki】	n.火鸡（肉）	
	3	turn 【tɜːn】	v./n.（使）转动；（使）旋转；（使）转变；n.机会	
	4	turnover 【'tɜːnəʊvə(r)】	n.翻倒（物）；人员调整；（资金等）周转；营业额	
	5	tutor 【'tjuːtə(r)】	n.导师；家庭教师；v.辅导；当导师；当家庭教师	
	6	TV 【,ti:'viː】	n.(television)电视；电视机	
	7	twelve 【twelv】	num.十二；pron./a.十二（个，只……）	
	8	twenty 【'twenti】	num.二十；pron./a.二十（个，只……）	
	9	twice 【twais】	ad.两次，两倍	
	10	twin 【twɪn】	a.双的，成对的，孪生的；n.孪生子，双生子	
	11	twinkle 【'twɪŋk(ə)l】	vi.（星等）闪烁，（眼睛）发亮；n.闪烁，闪光	
	12	twist 【twɪst】	v.捻；拧；扭曲；蜿蜒曲折而行；n.拧；歪曲；曲折	
	13	two 【tuː】	num.二，两个；n.两个（人或物）	
	14	type 【taɪp】	n.型式，类型；印刷字体；活/铅字；v.打字	
	15	typewriter 【'taɪpraɪtə(r)】	n.打字机	
	16	typhoon 【'tɪfɪk(ə)l】	n.台风	
	17	typical 【'tɪpɪk(ə)l】	a.(of)典型的，有代表性的	
	18	typist 【'taɪpɪst】	n.打字员	
	19	ugly 【'ʌɡli】	a.丑陋的，难看的；丑恶的，讨厌的	
	20	ultimate 【'ʌltɪmət】	a.最后的，最终的；根本的	
	21	ultraviolet 【,ʌltrə'vaɪələt】	a./n.紫外线（的）	
	22	umbrella 【ʌm'brelə】	n.伞	
	23	unanimous 【ju'nænɪməs】	a.全体一致的，一致同意的	
	24	uncle 【'ʌŋkl】	n.伯父，叔父，舅父，姑父，姨父	
	25	uncover 【ʌn'kʌvə(r)】	v.揭开，揭露	
	26	under 【'ʌndə(r)】	prep.在……下面；在……以下；ad.在下面；少于	
	27	underestimate 【,ʌndər'estɪmeɪt】	vt.低估，看轻	
	28	undergo 【,ʌndə'gəʊ】	vt.遭受，经历，承受	
	29	undergraduate 【,ʌndə'grædʒuət】	n.大学生，大学肄业生	
	30	underground 【,ʌndə'graʊnd】	a.地下的；秘密的；n.地铁；ad.在地下	

Day 173				
打卡	序号	单词	释义	
	1	underlie 【ˌʌndəˈlaɪ】	vt.位于……之下，成为……的基础	
	2	underline 【ˌʌndəˈlaɪn】	vt.在……下划线；强调	
	3	underlying 【ˌʌndəˈlaɪɪŋ】	a.含蓄的，潜在的；在下面的	
	4	undermine 【ˌʌndəˈmaɪn】	v.暗中破坏，逐渐削弱；侵蚀……的基础	
	5	underneath 【ˌʌndəˈniːθ】	prep.在……下面；ad.在下面，在底下	
	6	understand 【ˌʌndəˈstænd】	v.懂，理解；获悉，听说；揣测，认为	
	7	understanding 【ˌʌndəˈstændɪŋ】	n.理解，理解力；谅解；a.了解的，通情达理的	
	8	undertake 【ˌʌndəˈteɪk】	v.承担，担任；许诺，保证；着手，从事	
	9	undo 【ʌnˈduː】	v.松开，解开	
	10	undoubtedly 【ʌnˈiːzi】	ad.无疑，必定	
	11	uneasy 【ʌnˈiːzi】	a.不安的，焦虑的	
	12	unemployment 【ˌʌnɪmˈplɔɪmənt】	n.失业，失业人数	
	13	unexpected 【ˌʌnɪkˈspektɪd】	a.想不到的，意外的，未预料到	
	14	unfold 【ʌnˈfəʊld】	vt.打开；显露；展示；vi.呈现；显示；展示	
	15	unfortunately 【ʌnˈfɔːtʃənətli】	ad.不幸地	
	16	uniform 【ˈjuːnɪfɔːm】	n.制服，军服；a.相同的，一律的	
	17	unify 【ˈjuːnɪfaɪ】	v.使联合，统一；使相同，使一致	
	18	union 【ˈjuːniən】	n.联合，团结；联盟，联邦；协会，社团；和谐	
	19	unique 【juˈniːk】	a.唯一的，独一无二的	
	20	unit 【ˈjuːnɪt】	n.单位，单元；部件，元件；机组，装置	
	21	unite 【juˈnaɪt】	vi.联合，团结；统一，合并；vt.使联合	
	22	unity 【ˈjuːnəti】	n.团结；统一，一致，整体	
	23	universal 【ˌjuːnɪˈvɜːsl】	a.普遍的，全体的，通用的；宇宙的，世界的	
	24	universe 【ˈjuːnɪvɜːs】	n.宇宙，万物	
	25	university 【ˌjuːnɪˈvɜːsəti】	n.（综合）大学	
	26	unless 【ənˈles】	conj.除非；prep.除……外	
	27	unlike 【ˌʌnˈlaɪk】	a.不同的，不相似的；prep.不象，和……不同	
	28	unlikely 【ʌnˈlaɪkli】	a.未必的，靠不住的	
	29	unload 【ˌʌnˈləʊd】	vi.卸货；退子弹；vt.摆脱……之负担；倾销	
	30	until 【ənˈtɪl】	conj.&prep.直到……为止，在……以前；直到……	

Day 174				
打卡	序号	单词	释义	
	1	unusual 【ʌn'ju:ʒuəl;ʌn'ju:ʒəl】	a.不平常的，与众不同的	
	2	up 【ʌp】	ad.向上，……起来；……完；起床； prep.向上	
	3	update 【,ʌp'deɪt】	v.更新，使现代化	
	4	upgrade 【'ʌpgreɪd】	v.提升，使升级	
	5	uphold 【ʌp'həʊld】	vt.支持，赞成；举起；坚持	
	6	upon 【ə'pɒn】	prep.在……上；在……旁[=on]	
	7	upper 【'ʌpə(r)】	a.上面的；上部的，较高的	
	8	upright 【'ʌpraɪt】	a.垂直的，直立的；正直的，诚实的； ad.竖立着	
	9	uproar 【'ʌprɔ:(r)】	n.骚动，喧嚣，鼎沸	
	10	upset 【,ʌp'set】	v.使……心烦意乱；打翻，推翻； a.难过的；不安的	
	11	upstairs 【,ʌp'steəz】	ad.向楼上；在楼上；上楼； ad.楼上的	
	12	up-to-date 【,ʌptə'deɪt】	a.现代化的，最新的；跟上时代的	
	13	upward 【'ʌpwəd】	a.向上的，上升的； ad.向上	
	14	urban 【'ɜ:bən】	a.城市的，市内的	
	15	urge 【ɜ:dʒ】	vt.催促；怂恿；强调； n.强烈欲望，迫切要求	
	16	urgent 【'ɜ:dʒənt】	a.急迫的，紧要的，紧急的	
	17	us 【əs;ʌs】	pron.我们（we 的宾格形式）	
	18	usage 【'ju:sɪdʒ】	n.使用，用法；习惯，习俗；惯用法	
	19	use 【ju:z】	n.使/应用；用法/途；益/用处； vt.用；消耗	
	20	used 【ju:st】	a.用旧了的，旧的；习惯于……；过去惯/经常	
	21	useful 【'ju:sfl】	a.有用的，实用的；有益的，有帮助的	
	22	usual 【'ju:ʒuəl;'ju:ʒəl】	a.通常的，平常的	
	23	usually 【'ju:ʒuəli;'ju:ʒəli】	ad.通常，平常	
	24	utilize 【'ju:təlaɪz】	vt.利用	
	25	utmost 【'ʌtməʊst】	a.最远的；极度的； n.极限，极度，最大可能	
	26	utter 【'ʌtə(r)】	v.说，发出（声音）； a.彻底的，完全的	
	27	vacant 【'veɪkənt】	a.空的，未占用的；空缺的；神情茫然的	
	28	vacation 【veɪ'keɪʃn;və'keɪʃn】	n.休假，假期	
	29	vacuum 【'vækju:m】	n.真空，真空吸尘器	
	30	vague 【veɪg】	a.不明确的，含糊的，暧昧的	

Day 175				
打卡	序号	单词	释义	
	1	vain 【veɪn】	a.徒劳的，徒然的；自负的，爱虚荣的	
	2	valid 【'vælɪd】	a.有效的；有根据的；正当的	
	3	valley 【'væli】	n.（山）谷；流域	
	4	valuable 【'væljuəbl】	a.贵重的，有价值的；n.(pl.)贵重物品，财宝	
	5	value 【'væljuː】	n.价格；价值；实用性；v.评价，估价；尊重	
	6	valve 【vælv】	n.阀；（英）电子管，真空管；（心脏的）瓣膜	
	7	van 【væn】	n.有篷汽车；有篷货运车厢	
	8	vanish 【'væniʃ】	vi.突然不见；消失	
	9	vanity 【'væniəti】	n.虚荣心，浮华	
	10	vapour 【'veɪpə(r)】	n.(vapor)汽，（水）蒸气	
	11	variable 【'veəriəbl】	a.易变的；可变的；变量的；n.变量	
	12	variation 【,veəri'eɪʃn】	n.变化，变动；变种，变异	
	13	variety 【və'reɪəti】	n.种种，多种多样；种类，品种	
	14	various 【'veəriəs】	a.各种各样的；不同的	
	15	vary 【'veəri】	vt.改变，变化；使多样化	
	16	vase 【vɑːz】	n.花瓶，瓶	
	17	vast 【vɑːst】	a.巨大的，辽阔的，大量的；巨额的	
	18	vegetable 【'vedʒtəbl】	n.蔬菜，植物；a.植物的，蔬菜的	
	19	vegetarian 【,vedʒə'teəriən】	n.素食主义者	
	20	vegetation 【,vedʒə'teɪʃn】	n.植物，草木	
	21	vehicle 【'viːəkl】	n.车辆，交通工具；媒介，载体	
	22	veil 【veil】	n.面纱，遮蔽物；v.用面纱掩盖，掩饰	
	23	vein 【veɪn】	n.血管；静脉；叶脉；纹理；情绪；vt.使成脉络	
	24	velocity 【və'ləsəti】	n.速度，速率	
	25	velvet 【'velvɪt】	n.丝绒，天鹅绒；a.丝绒制的，柔软的	
	26	ventilate 【'ventɪleɪt】	vt.使通风；给……装通风设备	
	27	venture 【'ventʃə(r)】	v.冒险，拼；大胆表示；n.冒险事业，拼，闯	
	28	verb 【vɜːb】	n.动词	
	29	verbal 【'vɜːb(ə)l】	a.用言辞的，用文字的；口头的；动词的	
	30	verdict 【'vɜːdɪkt】	n.（陪审团的）裁决，判决；判断；定论	

Day 176				
打卡	序号	单词	释义	
	1	verge 【vɜ:dʒ】	n.边，边缘；v.濒临	
	2	verify 【'verɪfaɪ】	vt.证实，查证；证明	
	3	versatile 【'vɜ:sətəɪl】	a.通用的；多才多艺的，多方面的	
	4	verse 【vɜ:s】	n.韵文，诗；诗节，诗句	
	5	version 【'vɜ:ʃn】	n.版本；译本，译文；说法	
	6	versus 【'vɜ:səs】	prep.(vs.)……对……（在诉讼，比赛等）；与……相对	
	7	vertical 【'vɜ:tɪk(ə)l】	a.垂直的，竖的；n.垂线	
	8	very 【'veri】	ad.很，非常；完全；a.正是的；真正，真实的	
	9	vessel 【'vesl】	n.容器，器皿；船，舰；管，血管	
	10	vest 【vest】	n.背心，马甲；汗衫，内衣	
	11	veteran 【'vetərən】	n.老手，老兵	
	12	veto 【'vi:təʊ】	n./v.否决	
	13	via 【'vaɪə】	prep.经；通过；凭借	
	14	vibrate 【vaɪ'breɪt】	v.（使）振动，（使）摇摆；受……而感动	
	15	vice 【vaɪs】	n.邪恶；恶习；(pl.)台钳，老虎钳	
	16	vicinity 【və'sɪnəti】	n.邻近，附近	
	17	vicious 【'viʃəs】	a.恶毒的，凶残的，邪恶的	
	18	victim 【'vɪktɪm】	n.牺牲品，受害者	
	19	victory 【'vɪktəri】	n.胜利	
	20	video 【'vɪdiəʊ】	n.电视，视频；录像；a.电视的，视频的；录像的	
	21	view 【vju:】	n.视野；风景；观察；见解；照片；vt.观察；认为	
	22	viewpoint 【'vju:pɔɪnt】	n.观点	
	23	vigorous 【'vɪɡərəs】	a.朝气蓬勃的，精力旺盛的	
	24	village 【'vɪlɪdʒ】	n.村，村庄	
	25	vinegar 【'vɪnɪɡə(r)】	n.醋	
	26	violate 【'vaɪələt】	vt.违背；冒犯；妨碍；侵犯；亵渎（圣物）	
	27	violence 【'vaɪələns】	n.猛烈，强烈；暴力，暴行；强暴	
	28	violent 【'vaɪələnt】	a.猛烈的，激烈的；暴力引起的，强暴的	
	29	violet 【'vaɪələt】	n.紫罗兰，紫色；a.紫色的	
	30	violin 【,vaɪə'lin】	n.小提琴	

Day 177				
打卡	序号	单词	释义	
	1	virgin 【'vɜ:dʒɪn】	n.处女; a.处女的; 纯洁的; 原始的; 未使用的	
	2	virtual 【'vɜ:tʃuəl】	a.实际上的, 事实上的	
	3	virtue 【'vɜ:tʃu:]】	n.德行, 美德; 贞操; 优点; 功效, 效力	
	4	virus 【'vaɪrəs】	n.病毒; (精神, 道德方面的) 有害影响	
	5	visa 【'vi:zə】	n.(护照等的) 签证; 维萨信用卡; vt.签证	
	6	visible 【'vɪzəb(ə)l】	a.看得见的, 明显的, 显著的	
	7	vision 【'vɪʒn】	n.视力, 视觉; 远见; 洞察力; 幻想, 幻影; 想象力	
	8	visit 【'vɪzɪt】	n.访问, 参观; v.访问, 参观; 视察; 降临; 闲谈	
	9	visitor 【'vɪzɪtə(r)】	n.访问者, 客人, 来宾, 参观者	
	10	visual 【'vɪʒuəl】	a.看的, 看得见的; 视觉的	
	11	vital 【'vaɪt(ə)l】	a.生死攸关的, 重大的; 生命的, 生机的	
	12	vitamin 【'vɪtəmn】	n.维生素	
	13	vivid 【'vɪvɪd】	a.鲜艳的; 生动的, 栩栩如生的	
	14	vocabulary 【və'kæbjələri】	n.词汇, 词汇量; 词汇表	
	15	vocal 【'vəʊkl】	a.声音的; 有声的; 歌唱的; n.元音; 声乐作品	
	16	vocation 【vəʊ'keɪʃn】	n.职业; 召唤; 天命; 天职; 才能	
	17	voice 【vɔɪs】	n.声音; 嗓音; 发音能力; 意见, 发言权; 语态	
	18	void 【vɔɪd】	a.空虚的; 没有的; 无效的	
	19	volcano 【vɒl'keɪnəʊ】	n.火山	
	20	volleyball 【'vɒlibɔ:l】	n.排球	
	21	volt 【vəʊlt】	n.伏特	
	22	voltage 【'vəʊltɪdʒ】	n.电压	
	23	volume 【'vɒlju:m】	n.容积, 体积; 卷, 册; 音量	
	24	voluntary 【'vɒləntɪri】	a.自愿的, 志愿的	
	25	volunteer 【,vɒlən'tɪə(r)】	n./v.自愿(者, 兵); 自愿(提供)	
	26	vote 【vəʊt】	n.投票, 表决; 选票, 选票数; v.投票, 表决	
	27	vowel 【'vaʊəl】	n.元音, 元音字母	
	28	voyage 【'vɔɪdʒ】	n.航海; 航行; 旅行	
	29	vulgar 【'vʌlgə(r)】	a.粗俗的, 庸俗的, 本土的, 通俗的, 普通的	
	30	vulnerable 【'vʌlnərəbl】	a.易受攻击的	

Day 178				
打卡	序号	单词	释义	
	1	wage 【weɪdʒ】	n. (常 pl.) 工资, 报酬; vt. 进行, 开展	
	2	wagon 【'wæɡən】	n. 运货马车, 运货车; 敞篷车厢	
	3	waist 【weɪst】	n. 腰, 腰部	
	4	wait 【weɪt】	v. (for) 等待; (on) 侍候; n. 等候, 等待时间	
	5	waiter 【'weɪtə(r)】	n. 侍者, 服务员	
	6	waitress 【'weɪtrəs】	n. 女侍者, 女服务员	
	7	wake 【weɪk】	v. 醒来, 唤醒; 使觉醒, 激发, 引起	
	8	waken 【'weɪkən】	v. 醒, 弄醒, 唤醒	
	9	walk 【wɔ:k】	v. 走, 步行, 散步; 走遍; n. 走, 步行, 散步	
	10	wall 【wɔ:l】	n. 墙, 壁, 围墙; vt. 筑墙围住, 用墙隔开	
	11	wallet 【'wɒlɪt】	n. 皮夹, 钱包	
	12	wander 【'wɒndə(r)】	v. 漫步, 徘徊; 迷路, 迷失方向; 离题	
	13	want 【wɒnt】	vt. 想要; 希望; 需要; 缺, 缺少; n. 需要; 短缺	
	14	war 【wɔ:(r)】	n. 战争 (状态); 冲突; vi. 作战	
	15	ward 【wɔ:d】	n. 病房; 行政区; 监护; 被监护人; vt. 挡住	
	16	wardrobe 【'wɔ:drəʊb】	n. 衣柜, 衣橱; 衣服; 行头; 剧装	
	17	warehouse 【'weəhaʊs】	n. 仓库, 货栈	
	18	warfare 【'wɔ:feə(r)】	n. 战争 (状态); 斗争; 冲突	
	19	warm 【wɔ:m】	a. 温暖的, 热心的, 热情的; v. (使) 变暖	
	20	warmth 【wɔ:mθ】	n. 暖和, 温暖; 热心, 热情	
	21	warn 【wɔ:n】	vt. 警告; vi. 发出警告	
	22	warrant 【'wɒrənt】	n. 正当理由; 许可证, 委任状; v. 保证, 担保	
	23	wash 【wɒʃ】	n. 洗; 洗的衣物; vt. 冲刷, 洗; 冲出; vi. 洗澡	
	24	waste 【weɪst】	v. 浪费; a. 无用的; 荒芜的; n. 浪费; 废物	
	25	watch 【wɒtʃ】	v. 观看; 看守; (for) 窥伺, 等待; n. 看管; 表	
	26	watch 【wɒtʃ】	v. 观看; 注视; 看守; 警戒; n. 注视; 手表; 守护	
	27	water 【'wɔ:tə(r)】	n. 水; vt. 浇灌; 给……饮水; vi. 流泪, 加水	
	28	waterfall 【'wɔ:təfɔ:l】	n. 瀑布	
	29	waterproof 【'wɔ:təpru:f】	a. 防水的, 耐水的	
	30	watt 【wɒt】	n. 瓦, 瓦特	

Day 179				
打卡	序号	单词	释义	
	1	wave 【weɪv】	n.波浪；（挥手）示意；飘扬；v.（挥手）示意，致意	
	2	wax 【wæks】	n.蜡，蜂蜡；v.打蜡	
	3	way 【weɪ】	n.道路，路程；方法/式，手段；习惯；状态	
	4	we 【wi;wiː】	pron. 我们〈主格〉	
	5	weak 【wi:k】	a.虚弱的，软弱的；不够标准的；淡薄的，稀的	
	6	wealth 【welθ】	n.财富，财产；大量	
	7	wealthy 【'welθi】	a.富有的，丰裕的，充分的；n.富人，有钱人	
	8	weapon 【'wepən】	n.武器，兵器	
	9	wear 【weə(r)】	v.穿着，戴着；磨损，用旧；n.穿，戴；磨损	
	10	weary 【'wiəri】	a.疲倦的；令人厌烦的；v.使疲倦，使厌倦	
	11	weather 【'weðə(r)】	n.天气，气象	
	12	weave 【wi:v】	v.编（织）；n.编织法，编织式样	
	13	web 【web】	n.网，蜘蛛网	
	14	wedding 【'wedɪŋ】	n.婚礼	
	15	wedge 【wedʒ】	n.楔，楔形；vt.楔牢，楔入，挤进	
	16	Wednesday 【'wenzdeɪ】	n.星期三	
	17	weed 【wi:d】	n.杂草，野草；v.除草，锄草	
	18	week 【wi:k】	n.星期，周	
	19	weekday 【'wi:kdeɪ】	n.平常日，工作日	
	20	weekend 【,wi:k'end】	n.周末	
	21	weekly 【'wi:kli】	a.每星期的，一周的；ad.每周一次；n.周刊，周报	
	22	weep 【wi:p】	v.哭泣，流泪；滴下；n.哭泣	
	23	weigh 【wei】	v.称……重量，称；重达；考虑，权衡	
	24	weight 【weit】	n.重量；负荷，重担；重要性，分量；砝码，秤砣	
	25	weird 【wiəd】	a.古怪的，离奇的；怪诞的，神秘而可怕的	
	26	welcome 【'welkəm】	int.欢迎；a.受欢迎的；vt./n.欢迎；迎接	
	27	weld 【weld】	v.焊接；n.焊接，焊缝	
	28	welfare 【'welfeə(r)】	n.福利；幸福；福利事业	
	29	well 【wel】	ad.好，令人满意地；很；int.哎呀，好啦，嗯	
	30	well-known 【,wel'nəʊn】	a.有名的，著名的	

Day 180				
打卡	序号	单词	释义	
	1	west 【west】	n./a.西，西方（的），西部（的）； ad.向西	
	2	western 【'westən】	a.西方的，西部的	
	3	wet 【wet】	a.湿的，潮湿的； 有雨的，多雨的； v.弄湿，沾湿	
	4	whale 【weɪl】	n.鲸； 庞然大物	
	5	what 【wɒt】	pron.什么； a.多么，何等； 什么； 尽可能多的	
	6	whatever 【wɒt'evə(r)】	pron.无论什么； a.无论什么样的	
	7	whatsoever 【,wɒtsəʊ'evə(r)】	ad.（用于否定句中加强语气）任何	
	8	wheat 【wi:t】	n.小麦	
	9	wheel 【wi:l】	n.轮，车轮	
	10	when 【wen】	ad./pron.何时； 当时； conj.那时； 然后； 而	
	11	whenever 【wen'evə(r)】	conj.无论何时，随时； 每当	
	12	where 【weə(r)】	ad.在哪/那里； conj./pron.哪里； conj.然而	
	13	whereas 【,weər'æz】	conj.而，却，反之	
	14	wherever 【weər'evə(r)】	conj.无论在哪里； ad.无论在哪里，究竟在哪里	
	15	whether 【'weðə(r)】	conj.是否，会不会，不管，无论	
	16	which 【wɪtʃ】	a./pron.哪个，哪些； 什么样的； 那个，那些	
	17	whichever 【wɪtʃ'evə(r)】	pron./a.无论哪个，无论哪些	
	18	while 【waɪl】	conj.当……的时候； 而； 虽然； 尽管； n.一会儿	
	19	whip 【wɪp】	n.鞭子； 车夫； v.鞭打，抽打； 突然移动	
	20	whirl 【wɜ:l】	v.（使）旋转，打转； n.旋转； 一连串快速的活动	
	21	whisky 【'wɪski】	n.威士忌酒	
	22	whisper 【'wɪspə(r)】	v.耳语； 私下说，偷偷告诉； n.耳语； 传闻	
	23	whistle 【'wɪs(ə)l】	n.口哨，汽笛； 口哨声，汽笛声； v.吹口哨； 鸣笛	
	24	white 【waɪt】	a.白色的； 苍白的； 白种的； n.白色； 白种人	
	25	who 【huː】	pron.谁，什么人； ……的人； 他，她，他们	
	26	whoever 【huː'evə(r)】	pron.[引导名词从句]谁； 无论谁； 究竟是谁	
	27	whole 【həʊl】	n.全部； a.全体的； 全部的； 完整的； 无缺的	
	28	wholesome 【'həʊlsəm】	a.卫生的； 有益的； 健康的，有益健康的	
	29	wholly 【'həʊlli】	ad.完全地，全部，一概	
	30	whom 【hu:m】	pron.谁； 哪个人（who 的宾格）	

Day 181				
打卡	序号	单词	释义	
	1	whose 【hu:z】	pron.谁的；哪（个）人的，那些（人）的	
	2	why 【wai】	ad./conj.为什么；……的理由；int.咳，哎呀	
	3	wicked 【'wɪkɪd】	a.坏的；邪恶的；不道德的；恶劣的；淘气的	
	4	wide 【waɪd】	a.宽阔的；睁大的；远离的；ad.广阔地；偏差地	
	5	widespread 【'waɪdspred】	a.分布广泛的，普遍的	
	6	widow 【'wɪdəʊ】	n.寡妇	
	7	width 【wɪðθ】	n.宽度；宽阔，广阔	
	8	wife 【waɪf】	n.妻子，夫人，太太	
	9	wild 【waɪld】	a.野性的，野生的；野蛮的；狂热的；荒芜的	
	10	will 【wɪl】	aux./v.将；会；愿意；n.意志；决心；愿望	
	11	willing 【'wɪlɪŋ】	a.愿意的，乐意的，心甘情愿的	
	12	win 【wɪn】	vi.获胜，赢；vt.赢得；在……中获胜；n.胜利	
	13	wind 【wɪnd】	n.风；气息；v.转动；缠绕；上发条；蜿蜒而行	
	14	window 【'wɪndəʊ】	n.窗，窗口	
	15	wine 【waɪn】	n.葡萄酒，果酒	
	16	wing 【wɪŋ】	n.翅，翅膀；翼，机翼；派别；vt.装以翼	
	17	wink 【wɪŋk】	v.（使）眨眼；眨眼示意；n.眨眼；小睡，打盹	
	18	winter 【'wɪntə(r)】	n.冬季，冬天	
	19	wipe 【waɪp】	v./n.擦，揩，抹	
	20	wire 【'waɪə(r)】	n.金属线，电线；电报，电信；v.发电报（给）	
	21	wisdom 【'wɪzdəm】	n.智慧，明智；名言，格言	
	22	wise 【waɪz】	a.有智慧的，聪明的	
	23	wish 【wɪʃ】	v.希望；但愿；祝；n.愿望，希望；[pl.]祝愿	
	24	wit 【wɪt】	n.智力，才智，智慧	
	25	witch 【wɪtʃ】	n.女巫，巫婆，巫师	
	26	with 【wɪð】	prep.跟……一起；用；具有；关于；因；随着	
	27	withdraw 【wɪð'drɔ:;wɪθ'drɔ:】	v.收回，撤消；缩回，退出；提取（钱）	
	28	withhold 【wɪð'həʊld】	vt.使停止；拒绝；保留；抑制；vi.忍住	
	29	within 【wɪ'dɪn】	prep.在……里面，在……以内；ad.在内	
	30	without 【wɪ'ðaʊt】	prep.无，没有；n.外面，外部	

Day 182				
打卡	序号	单词	释义	
	1	withstand 【wɪð'stænd;wɪθ'stænd】	vt.抵抗，经受住	
	2	witness 【'wɪtnəs】	n.目击者，证人；证据，证明；v.目击，目睹；作证	
	3	wolf 【wʊlf】	n.狼	
	4	woman 【'wʊmən】	n.(pl.)women 妇女，成年女子	
	5	wonder 【'wʌndə(r)】	n.惊奇，惊异；奇迹，奇事；v.(at)诧异；想知道	
	6	wonderful 【'wʌndəf(ə)l】	a.惊人的，奇妙的；极好的	
	7	wood 【wʊd】	n.木材，木头，木料；(pl.)森林，林地	
	8	wooden 【'wʊdn】	a.木制的；呆笨的	
	9	wool 【wʊl】	n.羊毛，毛线，毛织品	
	10	word 【wɜ:d】	n.词，词语；言语，话；谈话；消息，信息	
	11	work 【wɜ:k】	n.工作（量）；作品；[pl.]工厂；v.工作；运转	
	12	worker 【'wɜ:kə(r)】	n.工人，工作者，工作人员	
	13	workshop 【'wɜ:kʃɒp】	n.车间，工场，修理厂；研讨会，讲习班	
	14	world 【wɜ:ld】	n.世界，地球；……界，领域；世间；全世界	
	15	worldwide 【,wɜ:ld'waɪd】	a.全世界的，世界范围的；ad.遍及全世界	
	16	worm 【wɜ:m】	n.虫，蠕虫	
	17	worry 【'wʌri】	v.烦恼；(about)对……感到烦恼；n.烦恼，焦虑	
	18	worse 【wɜ:s】	a./ad.更坏，更差（的/地）	
	19	worship 【'wɜ:ʃɪp】	n.礼拜，礼拜仪式；崇拜；v.崇拜，敬仰；做礼拜	
	20	worst 【wɜ:st】	a./ad.最坏（的），最差（的）	
	21	worth 【wɜ:θ】	n.价值；a.值……的，价值……的，值得……的	
	22	worthwhile 【,wɜ:θ'waɪl】	a.值得（做）的	
	23	worthy 【'wɜ:ði】	a.(of)值得……的，配得上……的；有价值的	
	24	would 【wʊd】	aux./v.将；可能；将会；总是，总会；宁愿	
	25	wound 【wu:nd】	n.创伤，伤口；v.伤，伤害	
	26	wrap 【ræp】	v.裹，缠，卷，包；n.披肩，围巾	
	27	wreath 【ri:θ】	n.花环，花圈	
	28	wreck 【rek】	n.失事船（或飞机）v.（船等）失事，遇难；破坏	
	29	wrench 【rentʃ】	v.猛拧；挣脱；使扭伤；n.扳手；痛苦，难受	
	30	wretched 【'retʃɪd】	a.可怜的；悲惨的；肮脏的；恶劣的	

Day 183				
打卡	序号	单词	释义	
	1	wrinkle 【'rɪŋk(ə)l】	n.皱纹； v.起皱，皱眉	
	2	wrist 【rɪst】	n.腕，腕关节	
	3	write 【raɪt】	v.写，书写，写字；写作；写信（给），函告	
	4	writing 【'raɪtɪŋ】	n.写，写作；著作，作品	
	5	wrong 【rɒŋ】	a.错的； ad.错误地，不正确地； n.错误； v.委屈	
	6	X-ray 【'eksreɪ】	n.X 射线，X 光	
	7	yard 【jɑ:d】	n.院子，场地； 码	
	8	yawn 【jɔ:n】	v.打呵欠； n.呵欠	
	9	year 【jɪə(r);jɜ:(r)】	n.年，年度，学年； a./ad.每年，一年一次	
	10	yearly 【'jɪəli;'jɜ:li】	a.每年的，一年一度的； ad.每年，一年一次地	
	11	yell 【jel】	vi.大叫；呼喊； vt.叫着说； n.叫声；喊声	
	12	yellow 【'jeləʊ】	a.黄的，黄色的； n.黄色	
	13	yes 【jes】	ad.是[用于肯定句前]，是的	
	14	yesterday 【'jestədeɪ;'jestədi】	n.&ad.昨天； 前不久	
	15	yet 【jet】	ad.还，尚，仍然； 已经； conj.然而； ad.甚至	
	16	yield 【ji:ld】	v.出产，生长； (to)屈服，服从； n.产量，收获	
	17	you 【ju】	pron.你；你们；一个人，任何人	
	18	young 【jʌŋ】	a.年轻的，幼小的；没经验的； n.青年人	
	19	youngster 【'jʌŋstə(r)】	n.小伙子，年轻人；少年，儿童	
	20	your 【jɔ:(r);jə(r)】	pron.[you 的所有格]你的，你们的	
	21	yours 【jɔ:z】	pron.[you 的物主代词]你（们）的（所有物）	
	22	yourself 【jɔ:'self】	pron.[反身代词]你自己；你亲自	
	23	youth 【ju:θ】	n.青年；年轻人	
	24	zeal 【zi:l】	n.热心，热忱，热情	
	25	zebra 【'zebrə】	n.斑马	
	26	zero 【'ziərəʊ】	n.零，零度； num.零	
	27	zigzag 【'zɪgzæg】	n./a.之字形（的）； v.使曲折，曲折盘旋	
	28	zinc 【zɪŋk】	n.锌	
	29	zip 【zɪp】	v.（用拉链或像拉链那样）合上或打开	
	30	zone 【zəʊn】	n.地区，区域； v.分区，划分地带	
	31	zoo 【zu:】	n.动物园	
	32	zoom 【zu:m】	vi.（飞机）陡升； n.陡升；嗡嗡声	