

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	act	[ækt]	v. 表演; 举动; 起作用 n. 行为, 法令; 一幕							
2	add	[æd]	vt. 加; 增加(进); 进一步说/写 vi. (to) 增添							
3	age	[eɪdʒ]	n. 年龄; 时代; 老年; 长时间 v. (使) 变老							
4	ago	[əˈɡəʊ]	ad. (常和一般过去时的动词连用) 以前, ...前							
5	aid	[eɪd]	n. 援助, 救护; 助手, 辅助物 vi. 援助, 救援							
6	aim	[eɪm]	n. 目的; 瞄准 vi. (at) 目的在于 vt. 把...瞄准							
7	air	[eə(r)]	n. 空气; (复数) 神气 vt. (使) 通风; 晾干							
8	and	[ənd; ən; n;ænd]	conj. 和, 与, 而且; 那么; 接连, 又							
9	all	[ɔ:l]	a. 全部的; 非常的 ad. 完全地, 很 pron. 全部							
10	ant	[]	n. 蚁; 蚂蚁							
11	any	[ˈeni]	a. (用于否定句、疑问句等) 什么, 一些; 任何的							
12	apt	[æpt]	a. 恰当的, 适当的; 易于...的, 有...倾向的							
13	arm	[ɑ:m]	n. 手臂, 扶手, 臂状物 v. 武装; 配备 n. 武器							
14	art	[ɑ:t]	n. 艺术, 美术; 技术, 技艺; 文科, 人文科学							
15	ash	[əʃ]	n. 灰, 灰末; (pl.) 骨灰; (pl.) 废墟							
16	ask	[ɑ:sk]	vt. 问, 询问; 请求, 要求; 邀请, 约请							
17	awe	[ɔ:]	n. 敬畏, 惊惧 vt. 使敬畏, 使惊惧							
18	axe	[æks]	n. (ax) 斧子; 削减 vt. 用斧砍							
19	bad	[bæd]	a. 坏的; 低劣的; 不舒服的; 腐败的; 严重的							
20	bag	[bæɡ]	n. 袋, 提包 v. 把...装入袋中; 猎杀; 占有							
21	ban	[bæn]	v. 取缔, 查禁; (from) 禁止 n. 禁止, 禁令							
22	bar	[bɑ:(r)]	n. 条, 杆, 闩; 酒吧; 栅, 障碍(物) v. 闩上, 阻拦							
23	bat	[bæ]	n. 球拍, 球棒, 短棒; 蝙蝠							
24	bay	[beɪ]	n. 海湾, (港) 湾							
25	bed	[bed]	n. 床, 床位; (苗) 床, 坛; 河床, (湖、海的) 底							
26	bee	[bi:]	n. 蜂, 蜜蜂; 忙碌的人							
27	beg	[beg]	vt. 请求, 乞求 vi. 恳请, 行乞							
28	bet	[bet]	v. 赌, 打赌 n. 打赌, 赌注							
29	bid	[bɪd]	v. 祝愿; 命令, 吩咐; 报价, 投标 n. 出众, 投标							
30	big	[bɪɡ]	a. 大的; 重要的; 宽宏大量的; 大受欢迎的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	bin	[bɪn]	n. (贮藏食物等用的)箱子							
2	bow	[baʊ]	v. /n. 鞠躬, 点头 n. 弓(形); 蝴蝶结							
3	box	[bɒks]	n. 盒, 箱; 包厢 v. 把...装箱; 拳击, 打耳光							
4	boy	[bɔɪ]	n. 男孩子, 儿子; 男性服务员							
5	bud	[bʌd]	n. 芽, 花苞 v. 发芽, 含苞欲放							
6	bug	[bʌg]	n. 臭虫; 小毛病; 窃听器 v. 窃听							
7	bus	[bʌs]	n. 公共汽车, 总线, 信息通路							
8	but	[bʊt; bʌt]	conj. 但是 prep. 除...以外 ad. 只, 才, 仅仅							
9	buy	[baɪ]	vt. 买, 买得; 向...行贿, 收买 vi. 购买东西							
10	cab	[kæb]	n. 出租车, 出租马车; 驾驶室 vi. 乘出租车							
11	can	[kæn]	aux. v. 能; 可以 n. 罐头; 容器 vt. 把...装罐							
12	cap	[kæp]	n. 便帽, 军帽; 盖, 罩, 套 v. 覆盖于...顶端							
13	car	[kɑ:(r)]	n. 汽车, 车辆, 车; (火车)车厢							
14	cat	[kæt]	n. 猫; 猫科;							
15	cop	[kɑ:p]	n. 警察(slang 俚语)							
16	cow	[kaʊ]	n. 母牛, 奶牛							
17	cry	[krai]	n. & v. 叫, 喊, 哭; (鸟兽)叫, 啼, 鸣, 噪							
18	cue	[kju:]	暗示, 提示, 球杆							
19	cup	[kʌp]	n. 杯子; 奖杯, 优胜杯; (一)杯, 一杯的容量							
20	cut	[kʌt]	n. /v. 切, 割, 削; 削减, 删节 n. 切口, 伤口							
21	dam	[dæm]	n. 水坝, 水闸							
22	day	[dei]	n. 天, 一昼夜; 白昼, 白天; 时期, 时代							
23	dew	[dju:]	n. 露水							
24	die	[daɪ]	vi. 死, 死亡; (草木)枯萎, 凋谢; 渴望							
25	dig	[dɪg]	v. 挖, 掘							
26	dim	[dɪm]	a. 暗淡的, 模糊的							
27	dip	[dɪp]	v. /n. 浸, 蘸							
28	dog	[dɒg]	n. 狗, 野兽 vt. 尾随, 跟踪							
29	dot	[dɒt]	n. 点, 圆点 v. 在...上打点							
30	dry	[draɪ]	a. 干(旱)的; 干渴的; 枯燥 vt. 使干燥, 晒干							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	due	[dju:]	a. (to)应支付的;(车,船等)预定应到达的							
2	dye	[daɪ]	n. 染料 v. 染, 染色							
3	ear	[ɪə(r)]	n. 耳, 耳朵; 听力, 听觉; 穗							
4	eat	[i:t]	vt. 吃, 喝 vi. 吃饭, 吃东西							
5	ebb	[eb]	vi. 衰退, 减退 n. 处于低潮, 处于衰退状态							
6	egg	[eg]	n. 蛋; 卵; 卵形物							
7	ego	['i:gəʊ; 'egəʊ]	n. 自我, 自负, 利己主义; (心理学)自我意识							
8	end	[end]	n. 末端, 端, 梢; 目标, 目的 v. 终止, 结束							
9	era	['ɪrə, 'erə]	n. 时代, 年代, 阶段, 纪元							
10	eve	[i:v]	n. (节日等的)前夜, 前夕							
11	eye	[aɪ]	n. 眼(睛); 视力; 眼力; 监督 vt. 看, 审视							
12	fan	[fæn]	n. 扇子, 风扇;(影,球等)迷 v. 扇, 扇动, 激起							
13	far	[fɑ:(r)]	a. /ad. 远, 久远, 遥远 ad. 到...程度, ...得多							
14	fat	[fæt]	a. 多脂肪的, 肥胖的; 丰厚的 n. 脂肪, 肥肉							
15	fax	[fæks]	n. /v. 传真(机)							
16	fee	[fi:]	n. 费(会费,学费等);酬金							
17	few	[fju:]	a. [表肯定]有些, 几个; [表否定]几乎没有的							
18	fit	[fɪt]	a. (病的)发作, 痉挛 v. /a. n. 合适, 试穿, 安装							
19	fix	[fiks]	v. (使)固定;修理;安装;决定;注视 n. 困境							
20	flu	[flu:]	n. (influenza)流行性感冒							
21	fly	[flai]	n. 飞行;苍蝇 v 飞行;飘扬 a. 机敏的							
22	fog	[fɒg]	n. 雾气, 雾 v. 以雾笼罩, 被雾笼罩							
23	for	[fə(r); fɔ:(r)]	prep. 为了; 给; 代替; 向; 支持 conj. 因为?							
24	fox	[fɒks]	n. 狐狸							
25	fry	[fraɪ]	v. 油煎, 油炸							
26	fun	[fʌn]	n. 玩笑, 娱乐;有趣的人(或事物)							
27	fur	[fɜ:(r)]	n. 毛, 毛皮							
28	gap	[gæp]	n. 缺口;差距;空白;缺乏							
29	gas	[gæs]	n. 气体; 煤气; 汽油; 毒气 vt. 毒(死); 加油							
30	gay	[geɪ]	a. 快乐的, 愉快的, 色彩鲜艳的 n. 同性恋							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	get	[get]	v. 获得, 得到; 使, 使得; 变得, 成为; 到达							
2	god	[gɒd]	n. 上帝(小写 god 泛指所有的“神, 神像”)							
3	gum	[gʌm]	n. 树胶; 口香糖							
4	gun	[gʌn]	n. 枪, 炮, 手枪							
5	gut	[gʌt]	n. [pl.]胆量; 内脏 a. 本能的 vt. 取出内脏							
6	guy	[gaɪ]	n. 家伙, 人							
7	ham	[hæm]	n. 火腿							
8	hat	[hæt]	n. 帽子(一般指有边的帽子)							
9	hay	[hei]	n. 干草							
10	hen	[hen]	n. 母鸡							
11	her	[hɜ(r); ɜ:(r); ə(r);	pron. [she 的宾格]她; [she 的所有格]她的							
12	him	[hɪm; ɪm]	pron. 他(he 的宾格形式)							
13	hip	[hɪp]	n. 臀部, 髋; 屋脊							
14	his	[hɪz; ɪz]	pron. [he 的所有格/物主代词]他的(所有物)							
15	hit	[hɪt]	v. 打, 击; 碰撞 n. 击中; 成功而风行一时的事物							
16	hop	[hɒp]	v. 人单足跳; 跳上(车等) n. 蹦跳; 短程飞行							
17	hot	[hɒt]	a. (炎)热的; 辣的; 急躁的; 激动的; 热衷的							
18	how	[haʊ]	ad. 1. (表示方法、手段、状态)怎样; 如何							
19	hug	[hʌg]	v. /n. 热烈拥抱, 紧抱							
20	hum	[hʌm]	v. 哼曲子; 发嗡嗡声; 忙碌 n. 嗡嗡声, 嘈杂声							
21	hut	[hʌt]	n. 小屋, 棚屋							
22	ice	[aɪs]	n. 冰; 冰冻甜食 vt. 冰冻, 使成冰							
23	ill	[ɪl]	a. 有病的; 坏的; 恶意的 ad. 坏地; 不利地							
24	ink	[ɪŋk]	n. 墨水, 油墨							
25	inn	[ɪn]	n. 小旅馆, 客栈							
26	its	[ɪts]	pron. [it 的所有格]它的							
27	jam	[dʒæm]	n. 阻塞, 轧住; 果酱 v. (使)阻塞, (使)轧住不动							
28	jar	[dʒɑ:(r)]	n. 罐坛, 广口瓶							
29	jaw	[dʒɔ:]	n. 颌, 颚							
30	jet	[dʒet]	n. 喷气发动机, 喷气式飞机; 喷口 v. 喷出, 喷射							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	job	[dʒɒb]	n. 工作, 职位; 零活, 一件工作; 任务, 职责							
2	jog	[dʒɑ:g]	v. 慢跑							
3	joy	[dʒɔɪ]	n. 欢乐, 喜悦; 乐事, 乐趣							
4	jug	[dʒʌg]	n. (有柄, 小口, 可盛水等的) 大壶, 罐, 孟							
5	key	[ki:]	n. 钥匙; 答案; 关键; 键 a. 主要的, 关键的							
6	kid	[kɪd]	n. 小孩, 儿童 v. 戏弄, 取笑							
7	kin	[kɪn]	n. 家族, 亲属, 血缘关系 a. 亲属关系的, 同类的							
8	kit	[kɪt]	n. 成套工具, 用具包, 工具箱							
9	lab	[læb]	n. (laboratory) 实验室							
10	lad	[læd]	n. 男孩, 小伙子							
11	lag	[læg]	v. /n. 落后, 滞后 vt. 用隔热材料覆盖 (锅炉等)							
12	lap	[læp]	n. 大腿, (跑道的) 一圈, 一段路程, 工作阶段							
13	law	[lɔ:]	n. 法律, 法规, 法学, 规律, 定律							
14	lay	[lei]	v. 放, 搁; 下(蛋); 铺设, 敷设; 设置, 布置							
15	leg	[leg]	n. 腿, 腿部; 支柱; (旅程的) 一段, 一站							
16	let	[let]	v. 让, 允许, 听任; 设, 假设; 出租, 租给							
17	lid	[lɪd]	n. 盖							
18	lie	[lai]	vi. 躺, 平放; 处于; 位于 v. 说谎 n. 谎话							
19	lip	[lɪp]	n. 嘴唇							
20	log	[lɒg]	n. 原木, 圆木; 航海日志							
21	lot	[lɒt]	n. 许多, 大量; 签, 抽签; 命运; 场地							
22	low	[ləʊ]	a. 低, 矮; 低级的, 下层的, 卑贱的; 低声的							
23	mad	[mæd]	a. 发疯的; 狂热的, 着迷的; 恼火的, 生气的							
24	man	[mæn]	n. (pl. men) 人; 人类(单数, 不加冠词); 男人							
25	map	[mæp]	n. 地图, 图 vt. 在地图上标示出, 绘制地图							
26	mat	[mæt]	n. 席子, 垫子							
27	may	[mei]	aux. v. 可能, 也许; 可以, 被允许; 祝, 愿							
28	May	[mei]	n. 五月							
29	mix	[mɪks]	v. 使混合; 混淆							
30	mob	[mɒb]	n. 乌合之众(尤指暴力者) vi. 围攻, 聚众闹事							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	mud	[mʌd]	n. 泥, 泥浆 v. 弄脏, 使沾污泥							
2	mug	[mʌg]	n. (有柄的)大茶杯							
3	nap	[næp]	n. 小睡, 打盹							
4	net	[net]	n. 网, 网状物 v. 用网捕, 使落网 a. 纯净的							
5	new	[nju:]	a. 新(近)的; 新来的; 不熟悉的; 没经验的							
6	nod	[nɒd]	v. 点(头), 点头招呼 n. 点头招呼; 打盹, 瞌睡							
7	nor	[nɔ:(r)]	conj. / ad. 也不, 也没有							
8	not	[nɒt]	ad. 不, 不是, 不会; 没有							
9	now	[naʊ]	ad. 现在, 如今, 目前; 当时, 于是, 然后							
10	nut	[nʌt]	n. 坚果; 螺母, 螺帽							
11	oak	[əʊk]	n. 橡树, 橡木 a. 橡木的							
12	oar	[ɔ:(r)]	n. 桨, 橹 v. 划, 划动, 划行							
13	odd	[ɒd]	a. 奇数的; 奇怪的; 单只的; 临时的; 带零头的							
14	off	[ɒf]	ad. 离开; 在远处; 脱开 prep. 从, 从... 离开							
15	oil	[ɔɪl]	n. 油, 石油 v. 给...加润滑油; 涂油, 上油							
16	old	[əʊld]	a. 年老的; ...岁的; 长时间的, 老的; 过去的							
17	one	[wʌn]	num. 一 pron. 一个(只) (表示代替可数的东西)							
18	opt	[ɒpt]	vi. 抉择, 选择							
19	ore	[ɔ:r]	n. 矿石, 矿砂							
20	our	[ɔ:(r); 'aʊə(r)]	pron. [we 的所有格]我们的							
21	out	[aʊt]	ad. 出去; 离家; 突出来 a. 外面的, 往外去的							
22	owe	[əʊ]	v. 欠(债等), 应向...付出, 归功于, 得感谢							
23	owl	[aʊl]	n. 猫头鹰							
24	own	[əʊn]	a. (用在所有格后面, 加强语气) 自己的							
25	pad	[pæd]	n. 垫, 衬垫; 便笺簿 v. 加上衬垫							
26	pan	[pæn]	n. 平底锅, 盘子, 面板							
27	pat	[pæt]	v. /n. 轻拍, 轻打, 抚摸							
28	paw	[pɔ:]	n. 爪							
29	pay	[peɪ]	v. 付款, 付出代价, 给予注意 n. 工资, 薪金							
30	pea	[pi:]	n. 豌豆							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	pen	[pen]	n. 钢笔, 圆珠笔, 作家, 围栏 vt. 写, 关入栏中							
2	per	[pəʳ, pɜ:r]	prep. 每; 经, 由							
3	pet	[pet]	n. 爱畜, 宠儿 a. 宠爱的, 表示亲昵的							
4	pie	[paɪ]	n. 馅饼							
5	pig	[piɡ]	n. 猪, 猪肉; 猪一般的人(指肮脏, 贪吃的人)							
6	pin	[pi:n]	n. 钉; 大头针, 别针, 徽章 v. (up) 钉住, 别住							
7	pit	[pi:t]	n. 坑, 陷阱; 煤矿, 矿井							
8	pop	[pɒp]	a. 流行的 n. (发出) 砰的一声 v. 突然出现							
9	pot	[pɑ:t]	n. 罐, 壶							
10	pub	[pʌb]	n. (英国) 小酒店; 小旅馆							
11	put	[pʊt]	vt. 放, 搁, 置; 表达; 使处于... 状态, 记下							
12	rag	[ræg]	n. 抹布, 破布, 碎布							
13	rap	[ræp]	n. 叩击, 轻拍, 斥责 v. 敲, 拍, 打, 斥责, 使着迷							
14	rat	[ræt]	n. 鼠							
15	raw	[rɔ:]	a. 未煮过的, 生的; 未加工过的, 未经训练的							
16	ray	[rei]	n. 光线, 射线							
17	red	[red]	a. 红的, 红色的 n. 红色; 红色颜料							
18	rib	[ri:b]	n. 肋骨, 肋状物							
19	rid	[ri:d]	v. (of) 使摆脱, 使去掉							
20	rim	[ri:m]	n. (圆物的) 边, 边缘; (眼镜) 框							
21	rip	[ri:p]	v. 撕, 剥, 劈, 锯, 裂开, 撕裂 n. 裂口, 裂缝							
22	rob	[rɒb]	v. (of) 抢劫, 盗取; 非法剥夺							
23	rod	[rɒd]	n. 杆, 棒							
24	rot	[rɑ:t]	v. (使) 腐烂, (使) 腐败, 腐朽							
25	row	[rəʊ]	n. (一) 排, (一) 行; 吵嚷 v. 划 (船等), 荡桨							
26	rub	[rʌb]	v. 擦, 摩擦							
27	rug	[rʌɡ]	n. (小) 地毯; 围毯							
28	run	[rʌn]	v. 奔, 跑; 流, 淌; 蔓延, 伸展; 经营; 运转							
29	sad	[sæd]	a. 悲哀的, 忧愁的							
30	saw	[sɔ:]	n. 锯子, 锯床 v. 锯, 锯开							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	say	[seɪ]	vt. 说, 讲; 说明; 比如说 vi. 说, 发表意见							
2	sea	[si:]	n. 海, 海洋, 大量							
3	see	[si:]	vt. 看见; 会面; 探望; 知道, 获悉; 送行							
4	set	[set]	n. 一套, 一副, 装置, 接受机 v. 提出, 调整, 日落							
5	sew	[səʊ]	v. 缝, 缝纫							
6	sex	[seks]	n. 性别, 性							
7	she	[fi: fi:]	pron. (主格)她							
8	shy	[faɪ]	a. 怕羞的, 腼腆的; 胆怯的 vi. 惊退, 畏缩							
9	sin	[sɪn]	n. 罪, 罪恶 v. 犯罪							
10	sip	[sɪp]	v. 小口地喝, 抿, 呷 n. 一小口的量							
11	sir	[sɜ:(r); sə(r)]	n. 先生, 长官; [S -用于姓名前]…爵士							
12	sit	[sɪt]	vi. 坐, 坐下; 位于; 栖息; 孵卵 vt. 使就坐							
13	six	[sɪks]	num. 六 pron. /a. 六(个, 只...)							
14	ski	[ski:]	n. 雪橇 v. 滑雪							
15	sky	[skaɪ]	n. 天空; [pl.]天色; 气候							
16	sly	[slaɪ]	a. 狡猾的, 偷偷摸摸的							
17	sob	[səʊ]	v. /n. 哭泣, 呜咽							
18	son	[sʌn]	n. 儿子; 孩子 (长者对年青或年幼男子的称呼)							
19	sow	[səʊ]	v. 播种							
20	spy	[spaɪ]	n. 间谍 v. 当间谍, 刺探; 察觉, 发现							
21	sue	[su:]	v. 控告, 对…提出诉讼, 起诉							
22	sum	[sʌm]	n. 总数, 和; 金额; 算术题; 要旨 v. 合计, 总计							
23	sun	[sʌn]	n. 太阳; 恒星; 美国 Sun 公司							
24	tag	[tæg]	n. 标签; 鞋带; 垂饰; vt. 加标签于; 附加 vi. 紧随							
25	tan	[tæn]	n. /a. (皮肤因日晒而成) 棕褐色(的) vt. 晒黑							
26	tap	[tæp]	n. 塞子; 水龙头; n. /v. 轻打, 轻敲; vt. 开发							
27	tar	[tɑ:r]	n. 柏油, 焦油 vt. 涂或浇柏油/焦油于							
28	tax	[tæks]	n. 税(款), 负担 v. 对…征税, 使负重担							
29	tea	[ti:]	n. 茶(叶); 午后茶点							
30	ten	[ten]	num. 十 pron. /a. 十(个, 只...)							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	the	[ðə; ði; ði:]	art. 这(那)个; 这(那)些(指特定的人或物)							
2	tie	[taɪ]	n. 领带; 联系, 关系, 纽带; 束缚 v. 扎, 系, 捆							
3	tin	[tɪn]	n. 罐头; 锡 a. 锡制的 vt. 镀锡于							
4	tip	[tɪp]	n. 尖端; 末端; 小费 n. /v. 轻击; 倾斜; 给小费							
5	toe	[toʊ]	n. 脚趾, 足尖							
6	ton	[tʌn]	n. 吨; (pl.) 大量, 许多							
7	too	[tu:]	ad. 也, 还; 太, 过于; 很, 非常							
8	top	[tɒp]	n. 顶, 顶端; 首位; 顶点 a. 最高的; 顶上的							
9	tow	[təʊ]	vt. (用绳、链等)拖(车、船等) n. 拖, 牵引							
10	toy	[tɔɪ]	n. 玩具 vi. (with) 漫不经心地考虑; 摆弄							
11	try	[traɪ]	v. 尝试, 试图; 试验, 试用; 审讯 n. 尝试							
12	tub	[tʌb]	n. 木盆, 澡盆							
13	tug	[tʌg]	v. 用力拖(或拉); 苦干 n. 拖; 苦干; 拖船							
14	two	[tu:]	num. 二, 两个 n. 两个(人或物)							
15	use	[ju:z]	n. 使/应用; 用法/途; 益/用处 vt. 用; 消耗							
16	van	[væn]	n. 有篷汽车; 有篷货运车厢							
17	via	['vaɪə; 'vi:ə]	prep. 经; 通过; 凭借							
18	war	[wɔ:(r)]	n. 战争(状态); 冲突 vi. 作战							
19	wax	[wæks]	n. 蜡, 蜂蜡 v. 打蜡							
20	way	[wei]	n. 道路, 路程; 方法/式, 手段; 习惯; 状态							
21	web	[web]	n. 网, 蜘蛛网							
22	wet	[wet]	a. 湿的, 潮湿的; 有雨的, 多雨的 v. 弄湿, 沾湿							
23	who	[hu:]	pron. 谁, 什么人; ...的人; 他, 她, 他们							
24	why	[waɪ]	ad. /conj. 为什么; ...的理由 int. 咳, 哎呀							
25	win	[wɪn]	vi. 获胜, 赢 vt. 赢得; 在...中获胜 n. 胜利							
26	wit	[wɪt]	n. 智力, 才智, 智慧							
27	yes	[jes]	ad. 是[用于肯定句前], 是的							
28	yet	[jet]	ad. 还, 尚, 仍然; 已经 conj. 然而 ad. 甚至							
29	you	[ju; ju:]	pron. 你; 你们; 一个人, 任何人							
30	zip	[zɪp]	v. (用拉链或像拉链那样)合上或打开							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	zoo	[zu:]	n. 动物园							
2	able	['eɪbl]	a. 有(能力、时间、知识等)做某事, 有本事的							
3	ache	[eɪk]	vi. 痛; 哀怜 n. (指连续)疼痛、酸痛							
4	acid	['æsɪd]	n. 酸, 酸性物质 a. 酸的, 酸味的; 尖刻的							
5	acre	['eɪkə(r)]	n. 英亩; 田地; 地产							
6	ally	['ælaɪ]	n. 同盟者, 同盟国, vt. 使结盟; 与…有关联							
7	also	['ɔ:lsoʊ]	ad. 而且(也), 此外(还); 同样地							
8	amid	[ə'mɪd]	prep. 在…中间, 在…之中, 被…围绕							
9	arch	[ɑ:tʃ]	n. 拱门, 桥拱洞 v. 拱起, (使)变成弓形							
10	area	['eəriə]	n. 面积; 地区, 地域; 领域, 范围							
11	army	['ɑ:mi]	n. 军队, 陆军, 军; 大群, 大批							
12	atom	['ætəm]	n. 原子; 微粒, 微量							
13	aunt	[ɑ:nt]	n. 姨母, 姑母, 伯母, 婶母, 舅母, 阿姨							
14	auto	['ɔ:təʊ]	n. (automobile) (口语)汽车							
15	away	[ə'wei]	ad. 在远处; 离开; 渐渐远去; 一直; 去掉							
16	axis	['æksɪs]	n. 轴, 轴线, 中心线; 坐标轴, 基准线							
17	baby	['beɪbi]	n. 婴儿; 年龄最小的人; 小动物 a. 婴儿似的							
18	back	[bæk]	a. 后面的 ad. 向后 v. 倒退; 支持 n. 背; 后面							
19	bait	[beɪt]	n. 饵, 引诱物 vt. 用饵引诱; 折磨, 奚落							
20	bake	[beɪk]	v. 烤, 烘, 焙; 烧硬, 焙干							
21	bald	[bɔ:ld]	a. 秃的, 秃头的							
22	ball	[bɔ:l]	n. 球(状物); (正式的)舞会 vt. 把…捏成球状							
23	band	[bænd]	n. 条, 带; 乐队; 波段; 一群, 一伙 v. 缚, 绑扎							
24	bang	[bæŋ]	n. 砰砰的声音; 猛击 v. 砰地关上, 猛撞, 猛击							
25	bank	[bæŋk]	n. 银行; 岸, 堤; vi. 存入(经营)银行; 信赖							
26	bare	[ber]	a. 赤裸的, 空的; 稀少的, 仅有的 v. 露出, 暴露							
27	bark	[bɑ:k]	vi. (狗等)吠, 叫 n. 吠声, 叫声; 树皮							
28	barn	[bɑ:rn]	n. 谷仓, 仓库							
29	base	[beɪs]	n. 基础, 底部; 根据地 v. (on)把…基于							
30	bath	[bɑ:θ]	n. 沐浴, 洗澡; 浴室(池, 盆) v. (给…)洗澡							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	beam	[bi:m]	n. (横)梁, 桁条; (光线的)束, 柱 v. 微笑							
2	bean	[bi:n]	n. 豆; 菜豆, 蚕豆							
3	bear	[beə(r)]	n. 熊 v. 忍受, 容忍; 负担; 结果实, 生子女							
4	beat	[bi:t]	n. 敲打; (心脏等)跳动 v. 打败; (心脏等)跳动							
5	beef	[bi:f]	n. 牛肉							
6	beer	[biə(r)]	n. 啤酒							
7	bell	[bel]	n. 钟, 铃							
8	belt	[belt]	n. (皮)带, 腰带; 地带							
9	bend	[bend]	v. (使)弯曲; 屈从, 屈服 n. 弯曲(处), 曲折处							
10	best	[best]	a. 最好的 (good 和 well 最高级) ad. 最好地; 最							
11	bias	['biəs]	n. /v. (使有)偏见, 偏心, 偏袒							
12	bill	[bil]	n. 账单; 招贴, 广告; (人员, 职称等的)表; 钞票							
13	bind	[baɪnd]	v. 捆, 绑, 包括, 束缚							
14	bird	[bɜ:d]	n. 鸟, 雀; 女人; 嘘声							
15	bite	[baɪt]	v. /n. 咬, 叮 n. 一口							
16	blow	[bləʊ]	vi. 吹, 吹气, 打气; 吹奏; 爆炸; n. 打, 打击							
17	blue	[blu:]	a. 蓝色的; 青灰色的; 沮丧的, 阴郁的 n. 蓝色							
18	blur	[blɜ:(r)]	n. 模糊不清的事物; 污点 vt. 使模糊; 玷污							
19	boat	[bəʊt]	n. 小船, 艇							
20	body	['bɒdi]	n. 身体, 本体; 主体; 尸体; 物体; (一)群, 批, 堆							
21	boil	[bɔɪl]	v. (使)沸腾, 煮(沸)							
22	bold	[bəʊld]	a. 大胆的, 勇敢的; 冒失的; 黑体的, 粗体的							
23	bolt	[bəʊlt]	n. 螺栓, (门, 窗的)插销 v. 闩(门), 关窗, 拴住							
24	bomb	[bɒm]	n. 炸弹 v. 投弹于, 轰炸							
25	bond	[bɒnd]	n. 结合(物), 粘结(剂), 联结; 公债, 债券, 契约							
26	bone	[bəʊn]	n. 骨(骼)							
27	book	[bʊk]	n. 书, 书籍 vt. 订(票, 座位, 房间等), 预定							
28	boom	[bu:m]	v. 迅速发展, 兴旺; 发出隆隆声							
29	boot	[bu:t]	n. 靴; (汽车后部的)行李箱; [the-]解雇							
30	bore	[bɔ:(r)]	v. 钻(孔), 挖(洞); 烦扰 n. 讨厌的人, 麻烦事							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	born	[bɔ:n]	a. 出生的, 产生的; 天生的, 十足的							
2	boss	[bɒs]	n. 老板, 上司 vt. 指挥, 控制, 发号施令							
3	both	[bəʊ θ]	prep. 两者(都), 双方(都) adj. 两个..(都)							
4	bowl	[bəʊl]	n. 碗(状物), 钵							
5	brim	[brɪm]	n. 边缘, 帽沿							
6	brow	[braʊ]	n. 眉(毛); 额							
7	bulb	[bʌlb]	n. 灯泡, 球状物							
8	bulk	[bʌlk]	n. 体积, 容积; 主体, 大批, 大量, 大块							
9	bull	[bʊl]	n. 公牛							
10	bump	[bʌmp]	v. (against, into) 碰; 颠簸着前进 n. 碰撞							
11	burn	[bɜ:n]	v. 燃烧, 烧着; 烧毁; 灼伤 n. 烧伤, 灼伤							
12	bury	['beri]	v. 埋(葬), 安葬; 埋藏, 遮盖							
13	bush	[bʊʃ]	n. 灌木(丛)							
14	busy	['bɪzi]	a. 忙, 忙碌的; 热闹的, 繁忙的; (电话)占线							
15	cafe	['kæfeɪ]	n. 咖啡馆, (小)餐馆							
16	cage	[keɪdʒ]	n. 鸟笼							
17	cake	[keɪk]	n. 饼, 糕, 蛋糕; 扁平的块状物							
18	call	[kɔ:l]	vt. 叫, 喊; 打电话 vi. 叫; 访问 n. 叫; 号召							
19	calm	[kɑ:m]	a. (天气, 海洋等)静的 n. 平静 v. (使)平静							
20	camp	[kæmp]	n. 野营, 营地; 帐篷, 阵营 v. 设营, 宿营							
21	cape	[keɪp]	n. 海角, 岬; 披肩, 短披风							
22	card	[kɑ:d]	n. 卡片, 名片; 纸牌; 纸片							
23	care	[ker]	n. 小心; 关怀, 照料 v. (about) 关心, 介意, 计较							
24	cart	[kɑ:t]	n. (二轮货运)马车, 手推车							
25	case	[keɪs]	n. 箱, 盒, 容器; 情况, 事实; 病例; 案件							
26	cash	[kæʃ]	n. 现金, 现款 v. 兑现, 付(或收)现款							
27	cast	[kɑ:st]	v. 投, 扔, 掷, 抛; 铸造; 投票; n. 演员表							
28	cave	[keɪv]	n. 洞, 穴							
29	cell	[sel]	n. 细胞; 小房间; 蜂房; 电池							
30	cent	[sent]	n. 分(币); 百 per cent 百分之							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	chap	[tʃæp]	n. /v. (皮肤)变粗糙; 发痛; n. 小伙子							
2	chat	[tʃæt]	v. /n. 闲谈, 聊天							
3	chef	[ʃef]	n. (餐馆等的)厨师长, 厨师							
4	chew	[tʃu:]	v. 咀嚼; 思量							
5	chin	[tʃɪn]	n. 下巴, 颏							
6	chip	[tʃɪp]	n. 切屑, 碎片; (土豆等的)薄片; 集成电路块							
7	chop	[tʃɒp]	v. 砍, 劈, 斩 n. 排骨, 肉块							
8	cite	[saɪt]	v. 引用, 引证, 举(例)							
9	city	['sɪti]	n. 城市; 都市; 市							
10	clap	[klæp]	v. 拍手, 拍, 轻拍 n. 拍(手), 掌声, 霹雳声							
11	claw	[klɔ:]	n. 爪, 脚爪							
12	clay	[kleɪ]	n. 粘土, 泥土							
13	clip	[klɪp]	v. 剪, 修剪; 钳, 夹住 n. 夹, 钳; 回形针							
14	club	[klʌb]	n. 俱乐部, 夜总会; 社团; 棍棒, 球棒							
15	clue	[klu:]	n. 线索, 暗示							
16	coal	[kəʊl]	n. 煤, 煤块							
17	coat	[kəʊt]	n. 上衣, 外套; 表皮; 层, 覆盖物 v. 涂(盖)上							
18	cock	[kɒk]	n. 公鸡, 雄鸡; 龙头, 开关							
19	code	[kəʊd]	n. 代码, 代号, 密码; 法典, 法规, 规划							
20	coil	[kɔɪl]	v. 卷, 盘绕 n. (一)卷, (一)圈; 线圈, 绕组							
21	coin	[kɔɪn]	n. 硬币, 货币 v. 铸造(硬币), 创造(新词)							
22	coke	[kəʊk]	n. 焦炭; 可口可乐(COCA-COLA)的缩写							
23	cold	[kəʊld]	a. 冷的, 寒冷的; 冷淡的 n. 冷, 寒冷; 伤风							
24	comb	[kəʊm]	n. 梳子 v. 梳(理)							
25	come	[kʌm]	v. 来; 出现于, 产生; 是, 成为; 开始, 终于							
26	cook	[kʊk]	n. 厨师 v. 烹调, 烧煮; 篡改(账目), 捏造							
27	cool	[ku:l]	a. 凉的; 冷静的 n. 凉快 ad. 冷静地 v. 使变凉							
28	cope	[kəʊp]	v. (with) 竞争, 对抗; (with) 对付, 妥善处理							
29	copy	['kɒpi]	n. 抄本, 摹本; (一)本 vt. 抄写; 考试中抄袭							
30	cord	[kɔ:d]	n. 绳, 索							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	core	[kɔ:(r)]	n. 果核;中心, 核心							
2	corn	[kɔ:n]	n. 谷物, 庄稼, 玉米							
3	cost	[kɒst]	n. 成本, 费用, 代价 v. 价值为, 花费							
4	cosy	['kəʊzi]	a. 暖和舒服的; 舒适的 [反]uncomfortable							
5	crab	[kræb]	n. 螃蟹, 蟹肉							
6	crew	[kru:]	n. 全体船员, 全体乘务员							
7	crop	[krɒp]	n. 作物, 庄稼; (谷类等的) 一熟收成; 一批, 大量							
8	crow	[krəʊ]	n. 乌鸦 v. /n. 鸡啼, 鸣叫							
9	cube	[kju:b]	n. 立方形, 立方体; 立方, 三次幂							
10	curb	[kɜ:b]	n. 路边, 场外证券市场, vt. 制止, 抑制							
11	cure	[kjʊə(r)]	v. (of) 治愈, 医治; 矫正 n. 治愈, 痊愈; 良药							
12	curl	[kɜ:l]	v. (使) 卷曲, 蜷缩 n. 卷发; 卷曲状; 卷曲物							
13	damn	[dæm]	int. 该死 vt. 谴责; 使失败 a. 十足的 ad. 极							
14	damp	[dæmp]	n. 潮湿 a. 潮湿的 vt. 使潮湿; 使衰减							
15	dare	[der]	v. 敢, 胆敢							
16	dark	[dɑ:k]	a. 黑暗的, 深(色)的; 隐秘的; n. 无光, 黑暗							
17	dash	[dæʃ]	v. /n. 冲, 猛冲, 突进 n. 破折号							
18	data	['deɪtə; 'dɑ:tə]	n. (datum 的复数) 资料, 数据							
19	date	[deɪt]	n. 日期, 年代 v. 注明...的日期 n. /v. 约会							
20	dawn	[dɔ:n]	n. 黎明, 拂晓 v. 破晓; 开始现出							
21	dead	[ded]	a. 死的; 无生命的; 死气沉沉的 ad. 完全地							
22	deaf	[def]	a. 聋的; 不愿听的							
23	deal	[di:l]	v. 处理; 做买卖, 经营; 分配; 对待 n. 交易							
24	dean	[di:n]	n. (大学)院长; 主持牧师; (基督教)教长							
25	dear	[diə(r)]	a. 昂贵的; 亲爱的; 珍贵的 int. 呵! 哎呀!							
26	debt	[det]	n. 债, 债务							
27	deck	[dek]	n. 甲板							
28	deed	[di:d]	n. 行为, 行动; 功绩, 事迹; 证书; 契据							
29	deem	[di:m]	v. 认为, 相信							
30	deep	[di:p]	a. 深的, 深长的; 深奥的; 强烈的 ad. 深入的, 迟							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	deer	[diə(r)]	n. 鹿							
2	defy	[di'fai]	v. (公然)违抗, 反抗;蔑视							
3	deny	[di'naɪ]	v. 否认, 否定;拒绝							
4	desk	[desk]	n. 书桌, 办公桌, 服务台							
5	dial	['daɪəl]	n. 钟(表)面, 刻度盘, 拨号盘 v. 拨号, 打电话							
6	diet	['daɪət]	n. 饮食, 食物							
7	dine	[daɪn]	v. 吃饭, 进餐							
8	dirt	[dɜ:t]	n. 污物, 污垢							
9	disc	[disk]	n. (disk)圆盘, 圆面, 盘状物							
10	dish	[dɪʃ]	n. 碟子, 盘子, 菜肴							
11	dive	[daɪv]	v. /n. 潜水, 跳水, 俯冲							
12	dock	[dɔ:k]	n. 船坞, 码头							
13	doll	[dɒl]	n. 玩偶, 玩具娃娃							
14	dome	[dəʊm]	n. 圆屋顶							
15	doom	[du:m]	n. 厄运, 劫数 v. 注定, 命定							
16	door	[dɔ:r]	n. 门; 门口, 出入口; 门状物; 家; 通道							
17	dorm	[dɔ:m]	n. (dormitory) [美] [口] 宿舍							
18	dose	[dəʊs]	n. 剂量, 一服, 一剂 v. (给…)服药							
19	dove	[dʌv; doʊv]	n. 鸽子							
20	down	[daʊn]	ad. 下; 由大到小 prep. 沿着…而下 a. 向下的							
21	doze	[doʊz]	v. /n. 瞌睡; 假寐							
22	drag	[dræg]	v. 拖, 拖曳							
23	draw	[drɔ:]	v. 拉; 画; 汲取; 引出; (to) 挨近 n. 平局; 拖曳							
24	drip	[drɪp]	v. 滴下, 漏水 n. 滴, 水滴, 点滴							
25	drop	[drɒp]	n. 滴; 落下; 微量 v. 落下; 下降; 失落							
26	drug	[drʌg]	n. 药物; 麻醉品; 毒品; 滞销货 v. 下麻药; 吸毒							
27	drum	[drʌm]	n. 鼓; 圆桶							
28	duck	[dʌk]	n. 鸭, 鸭肉 v. 迅速俯身; 快速低头; 躲避							
29	dull	[dʌl]	a. 单调的; 迟钝的, 愚笨的; 不锋利的							
30	dumb	[dʌm]	a. 哑的, 无言的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	dump	[dʌmp]	v. 倾倒, 倾卸 n. 垃圾场							
2	dusk	[dʌsk]	n. 薄暮, 黄昏							
3	dust	[dʌst]	n. 灰尘, 尘土 v. 拂, 掸							
4	duty	['dju:ti]	n. 义务, 责任; 职务; 税							
5	each	[i:tʃ]	a. /pron. 各, 各自的, 每							
6	earn	[ɜ:n]	v. 赚得, 挣得, 获得							
7	ease	[i:z]	v. 减轻; 使舒适, 使安心 n. 容易; 舒适, 悠闲							
8	east	[i:st]	n. 东, 东方, 东部 a. 东方的, 东部的							
9	easy	['i:zi]	a. 容易的, 不费力的, 安逸的, 宽裕的							
10	echo	['ekəʊ]	v. /n. 回声, 反响, 共鸣							
11	edge	[edʒ]	n. 边, 棱; 刀口, 刃 v. 侧身移动, 挤进							
12	edit	['edit]	v. 编辑, 校订							
13	else	[els]	ad. 其它, 另外, 别的; [与 or 连用] 否则							
14	emit	[i'mit]	vt. 发出; 放射; 吐露; 散发; 发表; 发行							
15	envy	['envi]	v. /n. 羡慕, 忌妒							
16	even	['i:vn]	ad. 甚至(更) a. 均匀的; 平的; 相等的; 偶数的							
17	ever	['evə(r)]	ad. 曾经; 永远; 在任何时候; 究竟							
18	evil	['i:vl; 'i:vɪl]	a. 邪恶的, 罪恶的 n. 邪恶, 罪恶							
19	exam	[ɪg'zæm]	n. (examination) 考试, 测验							
20	exit	['eksɪt; 'egzɪt]	n. 出口, 通道							
21	face	[feɪs]	n. 脸, 面貌; 表情; 正面 v. 面对着; 朝, 面向							
22	fact	[fækt]	n. 事实, 实际							
23	fade	[feɪd]	v. 褪色; 衰减, 消失 n. 淡入(出)n. 乏味(平淡)的							
24	fail	[feɪl]	v. 失败, 不及格; 衰退, 减弱							
25	fair	[feə(r)]	a. 公平的, 合理的; 相当的 n. 集市, 交易会							
26	fake	[feɪk]	n. 假货, 赝品 a. 假的, 冒充的 v. 伪造; 伪装							
27	fall	[fɔ:l]	v. 跌倒; 下降; 减弱; 坠落; 变成, 陷于 n. 秋季							
28	fame	[feɪm]	n. 名声; 名望; 传说 vt 使出名; 传扬...的名							
29	fare	[fer]	n. 车费, 船费; 伙食; 乘客 v. 过活; 进展; 经营							
30	farm	[fɑ:m]	n. 农场, 饲养场 v. 种田, 经营农牧业							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	fast	[fɑ:st]	a. 快的, 迅速的; 坚固的 ad. 紧紧地; 迅速地							
2	fate	[fert]	n. 命运							
3	fear	[fiə(r)]	n. 害怕, 恐惧; 危险 vt. 畏惧, 害怕, 担心							
4	feat	[fi:t]	n. 功绩, 伟业, 技艺							
5	feed	[fi:d]	v. (on, with) 喂养, 饲养; (with) 向...供给							
6	feel	[fi:l]	v. 触; 认为 vi. 摸上去有...感觉; 摸索; 觉得							
7	fell	[fel]	v. 击倒; 打倒(疾病等); 砍伐 a. 凶猛的; 可怕的							
8	file	[faɪl]	n. 锉刀; 文件, 档案 v. 锉							
9	fill	[fɪl]	v. (with) 填满, 充满							
10	film	[fɪlm]	n. 电影; 胶片; 薄膜, 薄层 vt. 把...拍成电影							
11	find	[faɪnd]	v. (found, found) 找到; 发现; 发觉; 感到							
12	fine	[faɪn]	a. 晴朗的, 美好的, 细致的 v. /n. 罚金, 罚款							
13	fire	['faɪə(r)]	n. 火; 火灾, 失火; 炉火 vi. 开火 vt. 放(枪)							
14	firm	[fɜ:m]	a. 坚固的; 坚决的, 坚定的 n. 公司, 商号							
15	fish	[fɪʃ]	n. (pl. fish(es)) 鱼; 鱼肉 v. 捕鱼; 钓鱼							
16	fist	[fɪst]	n. 拳头 vt. 用拳头打; 紧握							
17	five	[faɪv]	num. 五 pron. /a. 五(个, 只...)							
18	flag	[flæg]	n. 旗							
19	flap	[flæp]	n. 垂下物, 帽沿, 袋盖 n. /v. 拍打, 拍动							
20	flat	[flæt]	a. 平坦的, 扁平的, 平淡的 n. 一套房间; 平面							
21	flaw	[flɔ:]	n. 裂缝; 缺陷 v. 使破裂; 使有缺陷							
22	flee	[fli:]	v. 逃走; 逃避							
23	flow	[fləʊ]	v. 流, 流动 n. 流量, 流速							
24	foam	[fəʊm]	v. /n. 泡沫, 起泡沫							
25	fold	[fəʊld]	v. 折叠; 合拢; 抱住 n. 褶, 褶皱; 羊栏; 信徒							
26	folk	[fəʊk]	n. 人们; 民族; 亲属 a. 民间的							
27	fond	[fɔ:nd]	a. (of) 喜爱的, 爱好的							
28	food	[fu:d]	n. 食物, 粮食, 养料							
29	fool	[fu:l]	n. 傻子, 笨蛋 vt. 欺骗, 愚弄 vi. 干蠢事							
30	foot	[fʊt]	n. (pl. feet) 脚, 足; 英尺; 底部							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	fore	[fɔ:(r)]	ad. 在前面 a. 先前的; 在前部的 n. 前部							
2	fork	[fɔ:k]	n. 叉, 耙; 叉形物; 餐叉							
3	form	[fɔ:m]	n. 形状, 形式; 表格 v. 组成, 构成; 形成							
4	foul	[faʊl]	a. 污秽的; 邪恶的 v. 弄脏; 妨害; 犯规 n. 犯规							
5	four	[fɔ:(r)]	num. 四 pron. /a. 四(个, 只...)							
6	free	[fri:]	a. 自由的; 免费的; 免税的; 空闲的 vt. 释放							
7	frog	[frɒg]	n. 蛙							
8	from	[frəm; frɒm]	prep. 从, 自从; 由于; 离; 根据, 按; 去除							
9	fuel	['fju:əl]	n. 燃料 vt. 给...加燃料							
10	full	[fʊl]	a. (of)满的, 充满的 a. /ad. 完全, 充分							
11	fume	[fju:m]	n. (浓烈或难闻的) 烟, 气, 汽							
12	fund	[fʌnd]	n. 资金, 基金; 存款, 现款; (知识等的) 累积							
13	fuse	[fju:z]	n. 保险丝, 导火线, 引信 v. 熔化, 熔合							
14	fuss	[fʌs]	n. /v. 忙乱, 大惊小怪							
15	gain	[geɪn]	v. 获得; 增加; 表等走快 n. 增进, 增加; 收益							
16	game	[geɪm]	n. 游戏, 娱乐; 比赛; (pl.)运动会 vi. 赌博							
17	gang	[gæŋ]	n. 一帮, 一群, 一伙							
18	gaol	[dʒeɪl]	n. (jail)监狱; (不加冠词)监禁 vt. 使...坐牢							
19	gasp	[gɑ:sp]	n. 喘息, 气喘 v. 喘息; 气吁吁地说							
20	gate	[geɪt]	n. 大门; 入口; 观众人数, 门票收入							
21	gaze	[geɪz]	v. /n. 凝视, 注视							
22	gear	[geə(r)]	n. 齿轮, 传动装置 v. (to) 调整, 使适合							
23	gene	[dʒi:n]	n. 基因							
24	germ	[dʒɜ:m]	n. 微生物, 细菌							
25	gift	[gɪft]	n. 礼品, 赠品; 天赋, 才能							
26	girl	[gɜ:l]	n. 少女, 姑娘, 女孩; 女职员							
27	give	[gɪv]	v. 给, 授予; 供给; 献出, 让步; 捐赠; 发表							
28	glad	[glæd]	a. 高兴的, 快活的; 乐意的, 情愿的							
29	glow	[gləʊ]	v. 发热, 发光, 发红 n. 白热							
30	glue	[glu:]	n. 胶, 胶水 v. 胶合, 粘贴							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	goal	[gəʊl]	n. 目的, 目标; 守门员, 球门; 进球							
2	goat	[gəʊt]	n. 山羊							
3	gold	[gəʊld]	n. 金, 黄金; 金币; 金黄色 a. 金的, 金制的							
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	gown	[gaʊn]	n. 长袍, 特殊场合穿的长服							
7	grab	[græb]	v. /n. (at) 抓(住); 夺(得)							
8	grey	[greɪ]	n. /a. (gray) 灰色(的)							
9	grim	[grɪm]	a. 严酷的, 令人害怕的; 不愉快的, 讨厌的							
10	grin	[grɪn]	n. /vi. 露齿而笑, 咧嘴一笑							
11	grip	[grɪp]	v. /n. 紧握, 抓紧; 掌握							
12	grow	[grəʊ]	v. 生长, 成长; 渐渐变成; 栽培, 种植; 发展							
13	gulf	[gʌlf]	n. 海湾							
14	hail	[heɪl]	v. 下雹; 欢呼, 欢迎 n. 雹							
15	hair	[heə(r)]	n. 毛发, 头发; 绒毛, 毛状物							
16	half	[hɑ:f]	n. 半, 一半 a. 一半的, 不完全的 ad. 一半地							
17	hall	[hɔ:l]	n. 礼堂, 会堂, 办公大楼, 门厅							
18	halt	[hɔ:lt]	n. 止步, 停步, 停止前进 v. 止步, (使)停止							
19	hand	[hænd]	n. 手, 人手, 雇员; 专门业人员; 指针 v. 交							
20	hang	[hæŋ]	v. 悬挂, 垂吊; 吊死, 绞死							
21	hard	[hɑ:d]	a. 坚硬的; 结实的; 困难的; 难忍的; 严厉的							
22	harm	[hɑ:m]	n. /v. 伤害, 损害, 危害							
23	hate	[heɪt]	v. 恨, 憎恨; 不愿, 不喜欢 n. 恨, 憎恶							
24	haul	[hɔ:l]	v. 拖曳, 拖运, 用力拖							
25	have	[hæv; əv; hæv]	v. 有, 具有; 体会, 经受; 从事; 使; 吃, 喝							
26	hawk	[hɔ:k]	n. 鹰, 隼							
27	head	[hed]	n. 头; 顶部; 领导, 首脑 v. 主管; 位于.. 顶部							
28	heal	[hi:l]	v. 治愈, 愈合							
29	heap	[hi:p]	n. (一)堆, 大量, 许多 v. (up)堆, 堆起							
30	hear	[hiə(r)]	v. 听见; 审讯; (from)收到.. 的信/电话; 听说							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	heat	[hi:t]	n. 热, 热度; 热烈, 激烈 v. (给) 加热, (使) 变热							
2	heel	[hi:l]	n. 脚后跟, 踵, 鞋跟							
3	heir	[eə(r)]	n. 继承人							
4	hell	[hel; 'heləvə]	n. 地狱, 阴间; 苦境, 极大痛苦							
5	help	[help]	v. 帮 (援) 助; 有助于; [呼救] 救命 n. 帮助 (手)							
6	herb	[hɜ:b]	n. 药草, (调味用的) 香草, 草本植物							
7	herd	[hɜ:d]	n. 群, 兽群, 牛群 v. 放牧, 群集							
8	here	[hiə(r)]	ad. 在 (到, 向) 这里; 这时; 在这一点上							
9	hero	['hiərəʊ]	n. 英雄, 勇士; 男主角, 男主人公							
10	hers	[hɜ:z; ɜ:z]	pron. [she 的物主代词] 她的 (所有物)							
11	hide	[haɪd]	v. 隐藏, 躲藏; 隐瞒 n. 皮革, 兽皮							
12	high	[haɪ]	a. 高的, 高度的, 高级的, 高尚的 ad. 高高地							
13	hike	[haɪk]	n. 徒步旅行; 增加 vi. 徒步旅行 vt. 提高							
14	hill	[hɪl]	n. 小山, 山岗, 高地; [pl.] 丘陵 (地带)							
15	hint	[hɪnt]	n. 暗示, 提示, 线索 v. 暗示, 示意							
16	hire	['haɪə(r)]	n. /v. 雇用, 租借							
17	hold	[həʊld]	v. 拿着; 保有; 托住; 举行; 继续 n. 握住; 船舱							
18	hole	[həʊl]	n. 洞, 孔							
19	holy	['həʊli]	a. 神圣的, 圣洁的							
20	home	[həʊm]	ad. 回家, 在家 n. 家; 家乡 a. 家庭的; 家乡的							
21	hook	[hʊk]	n. 钩, 吊钩, 钩状物 v. 钩住							
22	hope	[həʊp]	n. 希望, 期望; 希望的人或事 v. 希望, 期望							
23	horn	[hɔ:n]	n. (牛羊等的) 角; 号, 喇叭; 角状物; 角制品							
24	hose	[həʊz]	n. 水龙带, 软管 v. 用软管 (淋浇, 冲洗)							
25	host	[həʊst]	n. 主人; 旅店老板; 节目主持人; 一大群, 许多							
26	hour	['aʊə(r)]	n. 小时, 钟点; 时刻; 课时, 工作时间							
27	howl	[haʊl]	n. 怒吼, 嗥叫 vi. (风等) 怒吼, 咆哮							
28	huge	[hju:dʒ]	a. 巨大的, 庞大的							
29	hunt	[hʌnt]	v. /n. 打猎, 猎取; (for) 搜索; 寻找							
30	hurl	[hɜ:l]	vt. 猛投, 力掷; 大声叫骂							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	hurt	[hɜ:t]	n. 伤痛, 伤害 v. 刺痛, 伤害; 伤…的感情							
2	idea	[aɪ'diə]	n. 想法, 念头; 概念, 观念; 意见, 主意							
3	idle	['aɪdl]	a. 空闲的, 闲置的; 懒散的 v. 空费, 虚度							
4	inch	[ɪntʃ]	n. 英寸							
5	into	['ɪntə; 'ɪntu; 'ɪntu:]	prep. 到…里面, 进入; 成为(表示变化)							
6	iron	['aɪən]	n. 铁, 铁制品, 烙铁, 熨斗 v. 熨(衣), 熨平							
7	isle	[aɪl]	n. 小岛(用于诗歌中)							
8	item	['aɪtəm]	n. 条(款), 项目; 一则(新闻), (戏剧的) 节目							
9	jazz	[dʒæz]	n. 爵士乐							
10	join	[dʒɔɪn]	v. 参加, 加入; 联合, 连接; 和…在一起							
11	joke	[dʒəʊk]	n. 笑话, 玩笑 v. 说笑话, 开玩笑							
12	July	[dʒu'laɪ]	n. 七月							
13	jump	[dʒʌmp]	v. /n. 跳跃, 跳动, 跳过; 暴涨, 猛增							
14	June	[dʒu:n]	n. 六月							
15	junk	[dʒʌŋk]	n. 废物, 旧货; 舢板							
16	jury	['dʒʊəri]	n. 陪审团; 全体评审员							
17	just	[dʒʌst]	ad. 正好地; 刚才; 只不过 a. 公正的, 公平的							
18	keen	[ki:n]	a. 锋利的; 敏锐的; 敏捷的; (on) 热心的, 渴望的							
19	keep	[ki:p]	v. 保持, 保存, 遵守, 经营, 看守, 拘留, 维持							
20	kick	[kɪk]	n. /v. 踢							
21	kill	[kɪl]	vt. 杀死, 消灭; 破坏, 毁灭; 消磨(时间)							
22	kilo	['kɪlo]	n. (kilogram/kilogramme) 千克							
23	kind	[kaɪnd]	a. 仁慈的, 友好的, 亲切的, 和蔼的 n. 种类							
24	king	[kɪŋ]	n. 君主, 国王							
25	kiss	[kɪs]	n. /v. 吻, 接吻							
26	kite	[kaɪt]	n. 风筝							
27	knee	[ni:]	n. 膝, 膝盖							
28	knit	[nɪt]	v. 编织, 编结; 接合, 粘合							
29	knob	[nɒb]	n. 门把, (球形) 把手, 旋钮							
30	knot	[nɒt]	n. (绳) 结; (树) 节; 节(=海里/小时) v. 打结							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	know	[nəʊ]	vt. 知道, 了解; 认识; 识别 vi. 知道, 了解							
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	lady	['leɪdi]	n. 女士, 夫人							
5	lake	[leɪk]	n. 湖泊, 湖水							
6	lamb	[læm]	n. 羔羊, 小羊; 羔羊肉							
7	lame	[leɪm]	a. 跛的, (辩解、论据等) 无说服力的							
8	lamp	[læmp]	n. 灯							
9	land	[lænd]	n. 陆地, 土地, 国家 v. (使) 靠岸 (登陆, 降落)							
10	lane	[leɪn]	n. 小路, 小巷, 行车道							
11	lash	[læʃ]	v. 鞭打, 摆动, 捆扎 n. 鞭子, 鞭打, 睫毛, 讽刺							
12	last	[lɑːst]	a. 最后的, 刚过去的 ad. 最后 n. 最后 v. 持续							
13	late	[leɪt]	a. 迟的, 晚的, 晚期的; 已故的 ad. 迟, 晚							
14	lawn	[lɔːn]	n. 草地, 草坪							
15	lazy	['leɪzi]	a. 懒惰的, 懒散的							
16	lead	[liːd; led]	v. 领导; 领先; 通向, 导致 n. 带领, 引导; 铅							
17	leaf	[liːf]	n. 叶子; (书刊的) 一页, 一张; 金属薄片							
18	leak	[liːk]	v. 漏, 泄漏 n. 漏洞, 漏隙; 泄漏, 漏出							
19	lean	[liːn]	v. 倾斜, 屈身; 倚, 靠, 依赖 a. 瘦的, 无脂肪的							
20	leap	[li:p]	v. 跳, 跳跃 n. 跳跃, 飞跃							
21	left	[left]	n. 左面, 左方 a. 左边的, 左面的; 在左方的							
22	lend	[lend]	vt. 借给, 贷(款)							
23	lens	[lenz]	n. 透镜, 镜头							
24	less	[les]	a. /ad. 更少的(地), 更小的(地)							
25	lest	[lest]	conj. 惟恐, 免得							
26	levy	['levi]	n. 征收, 征税, 征兵 v. 征收, 征集, 征用							
27	lick	[lɪk]	vt. 舔; (火焰或浪) 掠过; 打败 n. 舔; 少量							
28	life	[laɪf]	n. 生命, 生存; 一生, 寿命; 生活; 生物							
29	lift	[lɪft]	v. 升起, 举起, 消散 n. 电梯, 上升, 免费搭车							
30	like	[laɪk]	v. 喜欢 prep. 象; 比如 a. 相象的 n. 象…一样							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	limb	[lɪm]	n. 肢,翼,大树枝							
2	limp	[lɪmp]	a. 柔软的,易曲的 v./n. 蹒跚,跛行							
3	line	[laɪn]	n. 线;路线,航线;排;线路;界线 v. 排队;加衬							
4	link	[lɪŋk]	v. 连接,联系 n. 环节,链环							
5	lion	['laɪən]	n. 狮子							
6	list	[lɪst]	n. 表,目录,名单 v. 把…编列成表,列入表内							
7	live	[lɪv; laɪv]	v. 活着,生活,居住 a. 活的,生动的,直播的							
8	load	[ləʊd]	v. 装(货),装载 n. 装载(量),负荷(量);(一)担							
9	loaf	[ləʊf]	n. 一个面包							
10	loan	[ləʊn]	n. 贷款;出借,借出 v. 借出							
11	lock	[lɒk]	n. 锁 v. 锁,锁上							
12	long	[lɒŋ]	a. 长的,长时间的,长期的 ad. 长久,长期地							
13	look	[lʊk]	vi./n. 看,注视 v. 好像,显得 n. 外表,脸色							
14	loom	[lu:m]	n. 织布机,织机 v. 隐现,(危险、忧虑等)迫近							
15	loop	[lu:p]	n. 圈,环							
16	lord	[ɔ:d]	n. (Lord)上帝,主;主人,长官,君主,贵族							
17	lose	[lu:z]	v. 丢失,迷路,输掉,亏本,失败,走慢,使沉湎于							
18	loss	[lɒs]	n. 丧失,遗失;损失,损耗,亏损;失败							
19	loud	[laʊd]	a. 大声的,响亮的;吵闹的,喧嚣的							
20	love	[lʌv]	n. 爱,爱情,喜欢 vt. 爱,热爱;爱好,喜欢							
21	luck	[lʌk]	n. 运气;好运,侥幸							
22	lump	[lʌmp]	n. 团,块 v. (使)成团,(使)成块							
23	lung	[lʌŋ]	n. 肺							
24	lure	[lʊə(r); ljuə(r)]	n. 吸引力,魅力,诱惑物 vt. 引诱,吸引							
25	maid	[meɪd]	n. 少女,处女,女仆							
26	mail	[meɪl]	n. 邮件 v. 邮寄							
27	main	[meɪn]	a. 主要的,总的 n. 总管道;干线							
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	many	['meni]	a. 许多的,多的 pron. 许多人或物,许多							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	mark	[mɑ:k]	n. 痕迹;记号;分数 v. 标记, 打分, 使有特色							
2	mask	[mɑ:sk]	n. 面具, 面罩;假面具, 伪装 v. 掩饰, 化装							
3	mass	[mæs]	n. 大量, 众多;团, 块; (pl.) 群众, 民众;质量							
4	mate	[meɪt]	n. 伙伴, 同事, 同伴, 配偶 v. 结伴, 配对, 交配							
5	meal	[mi:l]	n. 膳食, 一餐							
6	mean	[mi:n]	v. 表示...的意思 a. 卑鄙的;平均的 n. 平均值							
7	meat	[mi:t]	n. (食用)肉类							
8	meet	[mi:t]	n. 会, 集会 v. 遇见;会谈;迎接;满足;符合							
9	melt	[melt]	v. (使)融化, (使)熔化							
10	memo	['meməʊ]	n. (memorandum) 备忘录							
11	mend	[mend]	v. 修理, 缝补;改正, 改进							
12	menu	['menju:]	n. 菜单							
13	mere	[mɪr]	a. 纯粹的;仅仅, 只不过							
14	mess	[mes]	n. 混乱, 混杂, 脏乱 v. 弄脏, 弄乱, 搞糟							
15	mild	[maɪld]	a. 温和的, 轻微的, 味淡的, 不含有害物质的							
16	mile	[maɪl]	n. 英里, 哩, 海里							
17	milk	[mlk]	n. 牛奶; (植物流出的)白色乳液 v. 挤奶							
18	mill	[ml]	n. 磨粉机, 磨坊;作坊, 工厂							
19	mind	[maɪnd]	n. 精神, 理智, 意见, 记忆力 v. 注意, 介意, 反对							
20	mine	[maɪn]	pron. (I 的物主代词)我的(东西)n. 矿 v. 采矿							
21	miss	[mɪs]	n. 小姐 v. 思念, 未击中, 错过, 漏掉, 逃脱							
22	mist	[mɪst]	n. 薄雾, 霭							
23	moan	[məʊn]	n. 呻吟声, 悲叹声 v. 呻吟, 抱怨, 悲叹							
24	mock	[mɒk]	v. 嘲笑 a. 假的, 模拟的 n. (常 pl.) 模拟考试							
25	mode	[məʊd]	n. 方式, 式样							
26	mood	[mu:d]	n. 心情, 情绪;语气							
27	moon	[mu:n]	n. (加 the)月球, 月亮; 卫星							
28	more	[mɔ:(r)]	a. 更多的 n. 更多的人(或东西) ad. 更, 更多							
29	moor	[mɔ:s]	n. 苔, 藓, 地衣							
30	most	[məʊst]	a. 最多的; 大多数的 ad. 最; 极其 n. 大多数							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	move	[mu:v]	v. 移动, 迁移; 活动; 感动 n. 移动, 活动, 行动							
2	much	[mʌtʃ]	a. 多的, 大量的 ad. 十分, 非常; 到极大程度							
3	must	[mʌst; mʌst]	aux.&v. 必须; 很可能; 一定要 n. 必须做的事							
4	mute	[mju:t]	a. 哑的, 缄默的 n. 哑巴; 弱音器 v. 减弱…的声音							
5	myth	[mi θ]	n. 神话; 虚构的理论							
6	nail	[neɪl]	n. 指甲, 爪; 钉 v. 将…钉牢, 钉住							
7	name	[neɪm]	n. 名字(称/声/义) vt. 给…取名; 列举; 提名							
8	navy	['neɪvi]	n. 海军							
9	near	[niə(r)]	a. 近的, 接近的; 亲近的 prep. 靠近 ad. 接近							
10	neat	[ni:t]	a. 整洁的, 干净的, 优美的, 精致的							
11	neck	[nek]	n. 颈脖							
12	need	[ni:d]	aux.v./v. 需要; 必须 n. 需要; 贫困, 困窘							
13	nest	[nest]	n. 窝, 巢 v. 筑巢							
14	news	[nju:z]	n. 新闻, 消息; 新闻报道, 新闻广播							
15	next	[nekst]	a. 紧接的, 其次的; 贴近的 ad. 其次; 居后							
16	nice	[nais]	a. 美好的, 令人愉快的; 友好的, 亲切的							
17	nine	[naɪn]	num. 九 pron./ad. 九(个, 只…)							
18	none	[nʌn]	pron. 没有任何人(东西); 都不 ad. 一点也不							
19	noon	[nu:n]	n. 中午, 正午							
20	norm	[nɔ:m]	n. 准则, 规范, 准则, 平均数							
21	nose	[nəʊz]	n. 鼻子; (飞机, 船等的)前端, 突出部分							
22	note	[nəʊt]	n. 笔记; 按语, 注释; 钞票, 纸币 v. 记下, 摘下							
23	noun	[naʊn]	n. 名词							
24	numb	[nʌm]	a. 麻木的, 失去感觉的 v. 使麻木							
25	oath	[əʊ θ]	n. 誓言, 誓约, 诅咒							
26	obey	[ə'bei]	v. 服从, 顺从							
27	odds	[ɒdz]	n. 不平等, 差异; 机会							
28	odor	['əʊdə]	n. (odour) 气味, 香味, 臭味, 名声							
29	okay	['əʊ'keɪ]	a. (okey, OK, O.K.) 好, 行, 不错 n. 同意							
30	omit	[ə'mɪt]	v. 省略, 删去; 遗漏, 忽略							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	once	[wʌns]	ad. 一次, 曾经 conj. 一(旦)…就… n. 一次							
2	only	['əʊnli]	ad. 仅仅, 只不过 a. 唯一的 conj. 可是, 不过							
3	onto	['ɒntə; 'ɒntu]	prep. 在...上面; 到...上面							
4	open	['əʊpən]	n. 公开, 户外 a. 开的, 开放的 v. 开							
5	oral	['ɔːrəl]	a. 口头的							
6	ours	[ɔːz; 'aʊəz]	pron. [we 的物主代词]我们的(所有物)							
7	oval	['əʊvl]	a. 卵形的, 椭圆形的 n. 卵形, 椭圆形							
8	oven	['ʌvn]	n. 炉, 灶, 灶箱							
9	over	['əʊvə(r)]	ad. 在上方; 遍及地 prep. 在的上方 a. 结束的							
10	pace	[peɪs]	n. 步, 步伐, 步调, 速度 v. 踱步, 用步测							
11	pack	[pæk]	v. 捆扎, 打包; 塞满, 挤满 n. 包裹, 背包, 一群/副							
12	pact	[pækt]	n. 合同, 条约, 公约, 协定							
13	page	[peɪdʒ]	n. 页, 记录, 事件, 专栏 vt. 给...标页码							
14	pail	[peɪl]	n. 桶, 提桶; 一桶的量							
15	pain	[peɪn]	n. 痛, 痛苦; (pl.) 努力, 劳苦 vt. 使痛苦							
16	pair	[peə(r)]	n. 一对, 一双; 一副; 夫妇 v. 配对, 成对							
17	pale	[peɪl]	a. 苍白的, 灰白的; 浅的, 暗淡的							
18	palm	[pɑːm]	n. 手掌, 掌状物, 棕榈 vt. 与...握手, 藏...于掌中							
19	pant	[pænt]	n. 喘气 v. 喘, 气喘吁吁地说							
20	park	[pɑːk]	n. 公园, 停车场, 运动场 v. 停放(汽车等), 寄放							
21	part	[pɑːt]	n. 部分, 角色, 一方, 零件, 地区, 部, 篇 v. 使分开							
22	pass	[pɑːs]	v. 经/通/穿/度过; 传递 n. 通行证; 考试及格							
23	past	[pɑːst]	a. 过去的 ad. 过 n. 过去, 昔日 prep. (经)过							
24	path	[pɑːθ]	n. 小路, 小径; 路线, 轨道							
25	pave	[peɪv]	v. 铺砌, 铺(路)							
26	peak	[piːk]	n. 山顶, 最高点; 峰, 山峰 a. 高峰的, 最高的							
27	pear	[peə(r)]	n. 梨子, 梨树							
28	peel	[piːl]	v. 削皮, 剥皮 n. 果皮							
29	peep	[piːp]	v. 偷看, 窥视							
30	peer	[piə(r)]	n. 同辈, 同等地位的人; 贵族 v. 凝视, 隐约出现							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	pest	[pest]	n. 害虫							
2	pick	[pik]	v. 拾, 采, 摘; 挑选, 选择 n. 镐, 鹤嘴锄							
3	pile	[paɪl]	n. 堆, 大量, 大数目 v. (up)堆, 叠, 堆积							
4	pill	[pil]	n. 药丸							
5	pine	[paɪn]	n. 松树							
6	pink	[pɪŋk]	n. 粉红色 a. 粉红色的							
7	pint	[paɪnt]	n. 品脱							
8	pipe	[paɪp]	n. 管子, 导管; 烟斗; 笛							
9	pity	['ptɪ]	v. (觉得)可怜, 惋惜 n. 憾事, 怜悯							
10	plan	[plæn]	n. 计划, 规划; 平面图, 设计图 v. 计划							
11	play	[pleɪ]	v. 玩, 做游戏; 参加比赛 n. 游戏; 玩耍; 剧本							
12	plea	[pli:]	n. (法律)抗辩; 请求, 恳求, 托词, 口实							
13	plot	[plɒt]	n. 秘密计划; 情节 v. 标绘, 绘制; 密谋, 策划							
14	plug	[plʌg]	n. 塞子, 插头 v. 堵, 塞, 插上, 插栓							
15	plus	[plʌs]	prep. 加上 a. 正的, 加的 n. 加号, 正号							
16	poem	['pəʊɪm]	n. 诗							
17	poet	['pəʊɪt]	n. 诗人							
18	poke	[pəʊk]	n. 刺, 戳, 懒汉, 袋子 v. 戳, 刺, 伸出, 刺探, 闲荡							
19	pole	[pəʊl]	n. 柱, 杆; 地极, 磁极, 电极							
20	poll	[pəʊl]	n. 民意测验; (pl.) 政治选举 v. 获得...选票							
21	pond	[pɒnd]	n. 池塘							
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); pʊə(r)]	a. 贫困的; 可怜的; 贫乏的; 贫瘠的; 低劣的							
24	pope	[pəʊp]	n. 罗马教皇, 主教, 大腿上要害部位							
25	pork	[pɔ:k]	n. 猪肉							
26	port	[pɔ:t]	n. 港口							
27	pose	[pəʊz]	n. 姿势, 姿态 v. 造成, 提出, 摆姿势, 佯装							
28	post	[pəʊst]	v. 贴出; 公告; 投寄 n. (支)柱; 邮政, 邮寄; 职位							
29	pour	[pɔ:r]	v. 灌注, 倾泻, 涌入, 流, 倾盆大雨							
30	pray	[preɪ]	v. 请求, 恳求; 祈祷, 祈求							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	prey	[prei]	n. 被掠食者, 牺牲者, 掠食 v. 捕食, 掠夺, 折磨							
2	puff	[pʌf]	n. 一阵, 一股(气味等); 喘息; 吹嘘 v. 喘息, 鼓吹							
3	pull	[pʊl]	v. 拉, 拖 n. 拉, 拖; 拉力, 牵引力							
4	pump	[pʌmp]	n. 泵 v. 用(泵)抽(水); 打气, 泵送							
5	pure	[pjʊə(r)]	a. 纯的, 纯洁的; 纯理论的, 抽象的; 完全的							
6	push	[pʊʃ]	v. 推; 催逼, 逼迫 n. 推, 推力; 促进, 推进							
7	quit	[kwɪt]	v. 离开, 退出; 停止, 放弃, 辞职							
8	quiz	[kwɪz]	n. 小型考试, 测验, 问答比赛							
9	race	[reɪs]	n. 赛跑; 人种, 种族; 属, 种 v. 赛跑							
10	rack	[ræk]	n. 挂物架, 搁物架 v. 使痛苦, 折磨							
11	rage	[reɪdʒ]	n. 愤怒							
12	raid	[reɪd]	n/v. 袭击, 搜查							
13	rail	[reɪl]	n. 栏杆, 围栏; (pl.) 铁路; 铁轨; 横杆, 栏杆							
14	rain	[reɪn]	n. 雨; 雨天; 下雨 vi. 下雨 vt. 使大量落下							
15	rake	[reɪk]	n. 耙子, 耙机 v. 耙; 搜索, 探索							
16	rank	[ræŋk]	n. 军衔, 社会阶层; 排 v. 分等级, 把...分类							
17	rape	[reɪp]	n. /vt. 掠夺, 蹂躏, 强奸							
18	rare	[reə(r)]	a. 稀有的, 难得的, 珍奇的; 稀薄的, 稀疏的							
19	rash	[ræʃ]	a. 轻率的, 鲁莽的 n. 皮疹							
20	rate	[reɪt]	n. 速率; 等级; 价格, 费用 v. 估价; 评级, 评价							
21	read	[ri:d]	v. 朗读; 阅读 vt. 辨认, 观察 vi. 读到, 获悉							
22	real	['ri:əl; riəl]	a. 真的, 真实的; 实际的, 现实的							
23	reap	[ri:p]	v. 收割, 收获							
24	rear	[riə(r)]	n. 后面, 背后, 后方 v. 饲养, 抚养, 栽培, 举起							
25	reed	[ri:d]	n. 芦苇, 苇丛; 芦笛, 牧笛							
26	reel	[ri:l]	n. 卷筒, 线轴 v. 卷, 绕							
27	rein	[reɪn]	n. 缰绳, 统治, 支配 v. 驾驭, 控制, 统治							
28	rely	[ri'laɪ]	v. (on) 依赖, 依靠; 信赖, 信任							
29	rent	[rent]	v. 租, 租赁 n. 租金							
30	rest	[rest]	n. 休息; 剩余部分 v. 休息; 睡; 放, 靠, 搁							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	rice	[raɪs]	n. 稻, 米							
2	rich	[rɪtʃ]	a. 富的, 有钱的; 富饶的; (in) 充足的, 丰富的							
3	ride	[raɪd]	v. /n. 骑, 乘							
4	ring	[rɪŋ]	n. 戒指; 环; 铃声; (打) 电话 v. 按(铃), 敲(钟)							
5	riot	['raɪət]	n. 暴(骚)乱, 蔓延, 彩色缤纷 v. 骚乱, 暴动							
6	ripe	[raɪp]	a. 熟的, 成熟的; (for) 时机成熟的							
7	rise	[raɪz]	v. 升起; 起立; 上涨; 起义 n. 上涨, 增高; 起源							
8	risk	[rɪsk]	v. 冒...的危险 n. 冒险; 风险							
9	road	[rəʊd]	n. 路, 道路, 途径							
10	roar	[rɔ:(r)]	n. /v. 吼叫, 怒号; 轰鸣, 咆哮							
11	robe	[rəʊb]	n. 长袍, 上衣							
12	rock	[rɒk]	n. 岩石, 石块 v. 摇, 摇动							
13	role	[rəʊl]	n. 角色, 作用, 任务, 职责							
14	roll	[rəʊl]	v. 滚动; 使摇摆; 卷, 卷起 n. 卷, 卷形物; 名单							
15	roof	[ru:f]	n. 屋顶, 顶							
16	room	[ru:m; rʊm]	n. 房间, 室, 空间, 地方; 余地							
17	root	[ru:t]	n. 根, 根部; 根本, 根源 v. (使)生根, (使)扎根							
18	rope	[rəʊp]	n. 绳, 索							
19	rose	[rəʊz]	n. 玫瑰, 蔷薇							
20	ruby	['ru:bi]	n. 红宝石							
21	rude	[ru:d]	a. 粗鲁的; 猛烈的, 残暴的; 粗糙的, 粗陋的							
22	ruin	['ru:m]	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	rush	[rʌʃ]	v. (使)冲; 奔 n. 冲, 急速行进 a. (交通)繁忙的							
25	rust	[rʌst]	n. 铁锈 v. (使)生锈							
26	sack	[sæk]	n. 袋, 包, 麻袋 v. 解雇							
27	safe	[seɪf]	a. 安全的, 牢靠的; 谨慎的, 可靠的 n. 保险箱							
28	sail	[seɪl]	n. 帆, 航行 v. 航行							
29	sake	[seɪk; 'sɑ:ki]	n. 缘故, 理由							
30	sale	[seɪl]	n. 出售, 上市; 贱卖, 廉价出售; 销售额							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	salt	[sɔ:lt; sɒlt]	n. 盐, 盐, 类 v. 腌, 盐渍							
2	same	[sem]	a. 相同的 pron. 相同的人(或物) ad. 同样地							
3	sand	[sænd]	n. 沙; (pl.) 沙滩, 沙地							
4	sane	[sem]	a. 心智健全的, 神志清醒的, 明智的, 稳健的							
5	save	[seiv]	v. 救, 拯救; 储蓄, 贮存; 节省							
6	scan	[skæn]	v. 细看, 审视; 浏览; 扫描 n. 扫描							
7	scar	[skɑ:(r)]	n. 疤, 疤痕; 创伤 v. 使留下伤痕, 创伤							
8	seal	[si:l]	n. 封铅, 封条; 印, 图章; 海豹 v. 封, 密封							
9	seam	[si:m]	n. 缝, 接缝							
10	seat	[si:t]	n. 座位, 底座; 所在地, 场所 v. 使坐下							
11	seed	[si:d]	n. 种子 v. 播种; 结实, 结籽							
12	seek	[si:k]	v. (after, for) 寻找, 探索; 试图, 企图							
13	seem	[si:m]	v. 好像, 似乎							
14	self	[self]	n. 自我, 自己(pl. selves)							
15	sell	[sel]	v. 卖, 出售							
16	send	[send]	v. (sent, sent) 1. 打发; 派遣 2. 送; 寄出							
17	sham	[ʃæm]	n. /a. 假冒(的), 虚伪(的)							
18	shed	[ʃed]	v. 流出; 发散, 散发, 脱落, 脱去 n. 棚, 小屋							
19	ship	[ʃɪp]	n. 船舶, 舰艇 v. 装运, 航运, 运送; 发货							
20	shoe	[ʃu:]	n. 鞋							
21	shop	[ʃɒp]	n. 商店, 店铺; 工厂, 车间 v. 买东西							
22	shot	[ʃɒt]	n. 开枪, 射击; 投篮; 弹丸, 炮弹, 子弹							
23	show	[ʃəʊ]	n. 节目, 表演 v. 上演(戏剧等), 放映(电影)							
24	shut	[ʃʌt]	v. 关, 关闭							
25	sick	[sɪk]	a. 有病的, 患病的; 恶心的, 想吐的							
26	side	[saɪd]	n. 旁边, 侧面; 坡, 岸; 一边/侧/方 vi. 支持							
27	sigh	[saɪ]	n. 叹息, 叹息声 v. 叹息, 叹气							
28	sign	[saɪn]	n. 标记, 招牌; 征兆, 迹象 v. 签名(于), 署名(于)							
29	silk	[sɪlk]	n. 丝, 绸							
30	sing	[sɪŋ]	v. 唱, 演唱; 鸡叫							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	sink	[sɪŋk]	v. (使)下沉, 下落 n. 水槽, 水池							
2	site	[saɪt]	n. 位置, 场所, 地点							
3	size	[saɪz]	n. 大小, 尺寸, 规模; 尺码							
4	skim	[skɪm]	vt. 撇去(液体表面)之漂浮物 vi. 轻轻掠过							
5	skin	[skɪn]	n. 皮, 皮肤; 兽皮, 皮毛; 外皮, 外壳 v. 剥皮							
6	skip	[skɪp]	vi. 略过, 跳过 n. 跳跃 vt. 故意忽略; 略过							
7	slam	[slæm]	v. (门、窗等)砰地关上 n. 猛然关闭的声音							
8	slap	[slæp]	n. /v. 拍, 掌击							
9	slim	[slɪm]	a. 苗条的; (机会)少的 v. 减轻体重, 变苗条							
10	slip	[slɪp]	v. 滑, 滑倒; 滑掉; 溜走 n. 疏忽, 小错, 口误, 笔误							
11	slit	[slɪt]	v. 切开, 截开, 纵割 n. 细长裂缝, 狭长切口							
12	slot	[slɒt]	n. 狭缝; 空位 vt. 放入狭缝中; 把…纳入							
13	slow	[sləʊ]	a. 慢的, 不活跃的 v. (down)(使)放慢, 减速							
14	slum	[slʌm]	n. 贫民窟, 贫民区, 陋巷							
15	smog	[smɒɡ]	n. 烟雾							
16	snap	[snæp]	v. 啪地移动; (使)突然断开, 断开 (成两截)							
17	snow	[snəʊ]	n. 雪, 下雪 vi. 下雪; 如雪一般地落下							
18	soak	[səʊk]	v. 浸泡, 浸湿, 浸透							
19	soap	[səʊp]	n. 肥皂							
20	soar	[sɔ:(r)]	vi. (指鸟等)高飞, 翱翔; 飞涨; 高耸							
21	sock	[sɒk]	n. (pl.)短袜							
22	soda	['səʊdə]	n. 苏打, 汽水							
23	sofa	['səʊfə]	n. 长沙发, 沙发							
24	soft	[sɒft]	a. 软的; 温柔的; 细嫩的, 光滑的; 不含酒精的							
25	soil	[sɔɪl]	n. 泥土, 土地, 土壤 v. 弄脏, (使)变脏							
26	sole	[səʊl]	a. 单独的, 唯一的 n. 脚垫, 鞋底							
27	solo	['səʊləʊ]	n. 独奏 a. & ad. 单独的(地); 独唱的(地)							
28	some	[səm; sʌm]	a. 几个; 一些; 有些; 某(人或物) pron. 一些							
29	song	[sɒŋ]	n. 歌唱, (虫、鸟等)鸣声; 歌曲, 歌词							
30	soon	[su:n]	ad. 不久, 即刻; 快, 早							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	sore	[sɔ:(r)]	a. 疼痛的;痛心的 n. 痛处, 疮口							
2	sort	[sɔ:t]	n. 种类, 类别 v. 分类, 整理							
3	soul	[səʊl]	n. 灵魂, 心灵;精神, 精力;人							
4	soup	[su:p]	n. 汤							
5	sour	['saʊə(r)]	a. 酸的;发酸的;酸痛的;脾气坏的;刻薄的							
6	span	[spæn]	n. 跨度, 跨距							
7	spin	[spɪn]	v. 旋转;纺纱;织网, 吐丝 n. 旋转;自转							
8	spit	[spɪt]	v. 吐(唾沫), 吐痰 n. 唾液							
9	spot	[spɒt]	n. 斑点;地点 v. 认出, 认清, 发现;玷污, 弄脏							
10	spur	[spɜ:(r)]	n. 靴刺, 马刺;刺激, 刺激物 v. 刺激, 激励							
11	stab	[stæb]	v. /n. 刺, 戳							
12	star	[stɑ:(r)]	n. 星; 恒星; 明星 v. 用星号标出; 扮演主角							
13	stay	[steɪ]	vi. 逗留; 保持 vt. 停止, 延缓 n. 逗留, 停留							
14	stem	[stem]	n. 茎, 干 vt. 堵(挡)住 vi. 起源于, 由…造成							
15	step	[step]	n. 步;台阶, 梯级;步骤, 措施 v. 踏, 走, 举步							
16	stir	[stɜ:(r)]	v. 搅拌, 搅动;动, 摇动;激动;轰动;煽动, 鼓动							
17	stop	[stɒp]	v. 停止;塞住;阻止, 阻挠;逗留 n. 停车站;停止							
18	stun	[stʌn]	vt. 使…失去知觉;使目瞪口呆, 使吃惊							
19	such	[sʌtʃ]	a. 这样的;上述的 ad. 那么 pron. 这样的人/事物							
20	suck	[sʌk]	v. & n. 吸, 吮; 吸收(取)							
21	suit	[su:t; sju:t]	v. 合适, 适合;相配, 适应 n. 一套西服;诉讼							
22	sure	[ʃʊə(r); ʃɜ:(r)]	a. 肯定的; 一定会…的; 有信心的, 有把握的							
23	swan	[swɒn]	n. 天鹅 vi. 闲荡, 游荡							
24	sway	[sweɪ]	vi. 摇动; 倾斜 vt. 使摇动 n. 摇动; 影响力							
25	swim	[swim]	vi. 游泳;游;漂浮;眩晕;充溢 vt. 游过 n. 游泳							
26	tail	[teɪl]	n. 尾巴; 尾部; 跟踪者 vt. 尾随, 跟踪							
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	talk	[tɔ:k]	n. 谈话; 聊天; 讲话; 演讲 v. 说话; 交谈							
30	tall	[tɔ:l]	a. (身材)高的, 高大的; 夸大的, 离谱的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	tame	[teɪm]	a. 驯服的, 温顺的; 沉闷的, 乏味的 vt. 驯服							
2	tank	[tæŋk]	n. 罐, 槽, 箱; 坦克 vt. 储于槽中							
3	tape	[teɪp]	n. 带(子); 录音带, 磁带 v. 录音; 系, 捆							
4	task	[tɑ:sk]	n. 任务, 作业, 工作							
5	taxi	['tæksi]	n. 出租汽车 v. [指飞机](使)滑行							
6	team	[ti:m]	n. 小队, 小组 v. 协同工作							
7	tear	[(for v.) 'tɛː; (for n. (pl.)	n. (pl.) 眼泪 vt. 撕裂; 使...分裂 vi. 破裂							
8	tell	[tel]	vt. 告诉, 讲述; 告诫; 吩咐, 命令; 辨/区别							
9	tend	[tend]	v. 趋向, 往往是; 照料, 看护							
10	tent	[tent]	n. 帐篷							
11	term	[tɜ:m]	n. 学期; 期限, 期间; (pl.) 条件, 条款; 术语							
12	test	[test]	n. /vt. 试验; 检验; 测验							
13	text	[tekst]	n. 正文, 文本; 原文; 教科书							
14	than	[ðən; ðæn]	conj. (用于形容词, 副词的比较级之后) 比							
15	that	[ðæt]	a. /pron. 那, 那个 ad. 那么 conj. [引导从句]							
16	them	[ðəm; ðem]	pron. 他们/她们/它们(they 的宾格形式)							
17	then	[ðen]	ad. 当时, 在那时; 然后, 于是; 那么, 因而							
18	they	[ðeɪ]	商店。(一般人经常用复数 they 来指一家商店)							
19	thin	[θɪn]	a. 薄的, 细的; 稀薄的, 淡的; 瘦的 v. 变薄; 变稀							
20	this	[ðɪs]	pron. 这(个) a. 这(个); 今 ad. 这(样)							
21	thus	[ðʌs]	ad. 如此; 像这样; 于是; 因此							
22	tick	[tɪk]	n. 滴答声; 勾号 v. 滴答响; 打勾号于							
23	tide	[taɪd]	n. 潮, 潮汐; 潮流, 趋势							
24	tidy	['taɪdi]	a. 整洁的, 整齐的 v. 整理, 收拾							
25	tile	[taɪl]	n. 瓦片, 瓷砖 vt. 铺瓦于, 贴砖于							
26	till	[tɪl]	prep. 直到, 直到...为止, 与 until 意思相同							
27	tilt	[tɪlt]	v. (使)倾侧; (使)倾斜 n. 倾侧; 倾斜							
28	time	[taɪm]	n. 时间, 时刻; 次, 回; 时代, 时期; 倍, 乘							
29	tiny	['tɪni]	a. 极小的, 微小的							
30	tire	['taɪə(r)]	v. (使)疲倦, (使)厌倦 n. (=tyre) 轮胎, 车胎							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	toll	[təʊl]	n. (道路、桥等的)通行费; 牺牲; 死伤人数							
2	tomb	[tu:m]	n. 坟, 冢							
3	tone	[təʊn]	n. 音调, 音色; 风气, 气氛; 腔调, 语气; 色调							
4	tool	[tu:l]	n. 工具, 用具; 方法, 手段							
5	toss	[tɒs]	vt. 向上掷/扔; 摇摆, 颠簸 n. 投, 扔; 摇动							
6	tour	[tuə(r); tɔ:(r)]	n. 旅游, 旅行; 巡回演出/比赛 v. 旅游							
7	town	[taʊn]	n. 市镇; 市民; 城市商业区, 闹市区							
8	tram	[træm]	n. 有轨电车							
9	trap	[træp]	n. 陷阱, 圈套 vt. 诱捕; 使中圈套 vi. 设圈套							
10	tray	[treɪ]	n. 盘, 碟, 托盘							
11	tree	[tri:]	n. 树, 树状物 vi. 爬上树							
12	trim	[trɪm]	a. 整齐的, 整洁的 v. /n. 整理, 修整, 装饰							
13	trip	[trɪp]	n. 旅行, 远足 v. 绊倒; 失足; 犯错							
14	TRUE	[tru:]	a. 真实, 不假的; 忠实, 可靠的; 正确无误的							
15	tube	[tjʊ:b]	n. 管, 软管; 电子管, 显像管; 地铁							
16	tuck	[tʌk]	v. 卷起; 塞进							
17	tune	[tjʊ:n]	n. 调子, 曲调; 和谐, 协调 vt. 调音, 调节, 调整							
18	turn	[tɜ:n]	v. /n. (使)转动; (使)旋转; (使)转变 n. 机会							
19	twin	[twɪn]	a. 双的, 成对的, 孪生的 n. 孪生子, 双生子							
20	type	[taɪp]	n. 型式, 类型; 印刷字体; 活/铅字 v. 打字							
21	ugly	['ʌgli]	a. 丑陋的, 难看的; 丑恶的, 讨厌的							
22	undo	[An'du:]	v. 松开, 解开							
23	unit	['ju:nɪt]	n. 单位, 单元; 部件, 元件; 机组, 装置							
24	upon	[ə'pɒn]	prep. 在...上; 在...旁 [=on]							
25	urge	[ɜ:dʒ]	vt. 催促; 怂恿; 强调 n. 强烈欲望, 迫切要求							
26	used	[ju:st]	a. 用旧了的, 旧的; 习惯于...; 过去惯/经常							
27	vain	[veɪn]	a. 徒劳的, 徒然的; 自负的, 爱虚荣的							
28	vary	['veəri]	vt. 改变, 变化; 使多样化							
29	vase	[va:z]	n. 花瓶, 瓶							
30	vast	[va:st]	a. 巨大的, 辽阔的, 大量的; 巨额的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	veil	[veɪl]	n. 面纱, 遮蔽物 v. 用面纱掩盖, 掩饰							
2	vein	[veɪn]	n. 血管; 静脉; 叶脉; 纹理; 情绪 vt. 使成脉络							
3	verb	[vɜ:b]	n. 动词							
4	very	['veri]	ad. 很, 非常; 完全 a. 正是的; 真正, 真实的							
5	vest	[vest]	n. 背心, 马甲; 汗衫, 内衣							
6	veto	['vi:təʊ]	n. /v. 否决							
7	vice	[vaɪs]	n. 邪恶; 恶习; (pl.) 台钳, 老虎钳							
8	view	[vju:]	n. 视野; 风景; 观察; 见解; 照片 vt. 观察; 认为							
9	visa	['vi:zə]	n. (护照等的) 签证; 维萨信用卡 vt. 签证							
10	void	[vɔɪd]	a. 空虚的; 没有的; 无效的							
11	volt	[vɒlt]	n. 伏特							
12	vote	[vəʊt]	n. 投票, 表决; 选票, 选票数 v. 投票, 表决							
13	wage	[weɪdʒ]	n. (常 pl.) 工资, 报酬 vt. 进行, 开展							
14	wait	[weɪt]	v. (for) 等待; (on) 侍候 n. 等候, 等待时间							
15	wake	[weɪk]	v. 醒来, 唤醒; 使觉醒, 激发, 引起							
16	walk	[wɔ:k]	v. 走, 步行, 散步; 走遍 n. 走, 步行, 散步							
17	wall	[wɔ:l]	n. 墙, 壁, 围墙 vt. 筑墙围住, 用墙隔开							
18	want	[wɒnt]	vt. 想要; 希望; 需要; 缺, 缺少 n. 需要; 短缺							
19	ward	[wɔ:d]	n. 病房; 行政区; 监护; 被监护人 vt. 挡住							
20	warm	[wɔ:m]	a. 温暖的, 热心的, 热情的 v. (使) 变暖							
21	warn	[wɔ:n]	vt. 警告 vi. 发出警告							
22	wash	[wɒʃ]	n. 洗; 洗的衣物 vt. 冲刷, 洗; 冲出 vi. 洗澡							
23	watt	[wɒt]	n. 瓦, 瓦特							
24	wave	[weɪv]	n. 波浪; (挥手) 示意; 飘扬 v. (挥手) 示意, 致意							
25	weak	[wi:k]	a. 虚弱的, 软弱的; 不够标准的; 淡薄的, 稀的							
26	wear	[weə(r)]	v. 穿着, 戴着; 磨损, 用旧 n. 穿, 戴; 磨损							
27	weed	[wi:d]	n. 杂草, 野草 v. 除草, 锄草							
28	week	[wi:k]	n. 星期, 周							
29	weep	[wi:p]	v. 哭泣, 流泪; 滴下 n. 哭泣							
30	weld	[weld]	v. 焊接 n. 焊接, 焊缝							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	well	[wel]	ad. 好, 令人满意地; 很 int. 哎呀, 好啦, 嗯							
2	west	[west]	n. /a. 西, 西方(的), 西部(的) ad. 向西							
3	what	[wɒt]	pron. 什么 a. 多么, 何等; 什么; 尽可能多的							
4	when	[wen]	ad. /pron. 何时; 当时 conj. 那时; 然后; 而							
5	whip	[wɪp]	n. 鞭子; 车夫 v. 鞭打, 抽打; 突然移动							
6	whom	[hu:m]	pron. 谁; 哪个人(who 的宾格)							
7	wide	[waɪd]	a. 宽阔的; 睁大的; 远离的 ad. 广阔地; 偏差地							
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	wind	[wɪnd]	n. 风; 气息 v. 转动; 缠绕; 上发条; 蜿蜒而行							
12	wine	[waɪn]	n. 葡萄酒, 果酒							
13	wing	[wɪŋ]	n. 翅, 翅膀; 翼, 机翼; 派别 vt. 装以翼							
14	wink	[wɪŋk]	v. (使)眨眼; 眨眼示意 n. 眨眼; 小睡, 打盹							
15	wipe	[waɪp]	v. /n. 擦, 揩, 抹							
16	wire	['waɪə(r)]	n. 金属线, 电线; 电报, 电信 v. 发电报(给)							
17	wise	[waɪz]	a. 有智慧的, 聪明的							
18	wish	[wɪʃ]	v. 希望; 但愿; 祝 n. 愿望, 希望; [pl.] 祝愿							
19	with	[wɪð; wɪθ]	prep. 跟...一起; 用; 具有; 关于; 因; 随着							
20	wolf	[wʊlf]	n. 狼							
21	wood	[wʊd]	n. 木材, 木头, 木料; (pl.) 森林, 林地							
22	wool	[wʊl]	n. 羊毛, 毛线, 毛织品							
23	word	[wɜ:d]	n. 词, 词语; 言语, 话; 谈话; 消息, 信息							
24	work	[wɜ:k]	n. 工作(量); 作品; [pl.] 工厂 v. 工作; 运转							
25	worm	[wɜ:m]	n. 虫, 蠕虫							
26	wrap	[ræp]	v. 裹, 缠, 卷, 包 n. 披肩, 围巾							
27	yard	[jɑ:d]	n. 院子, 场地; 码							
28	yawn	[jɔ:n]	v. 打呵欠 n. 呵欠							
29	year	[jɪə(r); jɜ:(r)]	n. 年, 年度, 学年 a. /ad. 每年, 一年一次							
30	yell	[jel]	vi. 大叫; 呼喊 vt. 叫着说 n. 叫声; 喊声							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	your	[jɔ:(r); jə(r)]	pron. [you 的所有格]你的, 你们的							
2	zeal	[zi:l]	n. 热心, 热忱, 热情							
3	zero	['ziərəʊ]	n. 零, 零度 num. 零							
4	zinc	[zɪŋk]	n. 锌							
5	zone	[zəʊn]	n. 地区, 区域 v. 分区, 划分地带							
6	zoom	[zu:m]	vi. (飞机)陡升 n. 陡升; 嗡嗡声							
7	abide	[ə'baɪd]	vi. (abode, abided) (by) 遵守; 坚持							
8	about	[ə'baʊt]	ad. 在周围; 大约 prep. 关于; 在周围 a. 准备							
9	above	[ə'bʌv]	a. 上述的 ad. 在上面 prep. 在..之上, 高于							
10	abuse	[ə'bju:s]	vt. 滥用; 辱骂; 诋毁 n. 滥用; 恶习; 弊端							
11	actor	['æktə(r)]	n. 男演员; 演员, 行动者							
12	acute	[ə'kju:t]	a. 剧烈的; 敏锐的; 成锐角的; 尖的, 高音的							
13	adapt	[ə'dæpt]	vt. 使适应, 使适合; 改编; 改写 vi. 适应							
14	admit	[əd'mɪt]	vt. 承认, 供认; 准许...进入, 准许...加入							
15	adopt	[ə'dɒpt]	vt. 采用, 采取(态度等); 选定; 收养							
16	adore	[ə'dɔ:r]	vt. 崇拜, 敬慕, 爱慕; 非常喜欢							
17	adult	['ædʌlt; ə'dʌlt]	n. 成年人 a. 成年的, 充分长成的, 成熟的							
18	after	['ɑ:ftə(r)]	prep. 在...以后; 在...后面 adv. 以后, 后来							
19	again	[ə'geɪn; ə'geɪn]	ad. 再次, 另一次; 重新; 除此, 再, 更, 还							
20	agent	['eɪdʒənt]	n. 代理人; 代理商; 产生作用的人或事物							
21	agony	['ægəni]	n. (精神或肉体的)极大痛苦, 创伤							
22	agree	[ə'gri:]	vi. 答应, 赞同; 适合, 一致; 商定, 约定							
23	ahead	[ə'hed]	ad. 在前面(头); 向(朝)前; 提前							
24	aisle	[aɪl]	n. (教堂、教室、戏院等里的)过道, 通道							
25	alarm	[ə'lɑ:m]	n. 惊恐; 警报(器) vt. 惊动, 惊吓; 向...报警							
26	album	['ælbəm]	n. (同一表演者的)集锦密纹唱片;集邮册, 相册							
27	alert	[ə'lɜ:t]	a. 机警的, 警觉的; 机灵的 vt. 使...警觉							
28	alien	['eɪliən]	n. 外侨, 外国人; 外星人 a. 外国的; 相异的							
29	alike	[ə'laɪk]	a. 同样的, 相像的 ad. 一样地; 同程度地							
30	alive	[ə'laɪv]	a. 活着的; 存在的; 活跃的; (to)敏感的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	allow	[ə'laʊ]	vt. 允许, 准许; 承认; 给予; (for)考虑到							
2	alloy	['æliɔɪ]	n. 合金 vt. 将…铸成合金							
3	alone	[ə'leɪn]	a. 单独的, 孤独的 ad. 单独地, 独自地; 仅仅							
4	along	[ə'ldɒŋ]	ad. 向前; 和…一起, 一同 prep. 沿着, 顺着							
5	aloud	[ə'laʊd]	adv. 出声地, 大声地							
6	alter	['ɔ:ltə]	vt. 改变, 更改; 改做(衣服) vi. 改变, 变化							
7	amaze	[ə'meɪz]	vt. 使惊奇, 使惊愕; 使困惑 vi. 表现出惊奇							
8	amend	[ə'mend]	vt. 修改, 修订, 改进							
9	among	[ə'mʌŋ]	prep. 在…之中; 在一群(组)之中; 于…之间							
10	ample	['æmpl]	a. 充分的, 富裕的; 宽敞的, 宽大的							
11	amuse	[ə'mju:z]	vt. 向…提供娱乐, 使…消遣; 引人发笑							
12	angel	['eɪndʒl]	n. 天使, 安琪儿							
13	anger	['æŋgə(r)]	n. 愤怒, 气愤 vt. 使发怒, 激怒 vi. 发怒							
14	angle	['æŋɡl]	n. 角, 角度 v. 钓鱼; (采用各种方法)取得							
15	angry	['æŋɡri]	a. 生气的, 愤怒的; (天气)风雨交加的							
16	ankle	['æŋkl]	n. 足踝, 踝关节							
17	annoy	[ə'noɪ]	vt. 使恼怒, 使生气; 打扰 vi. 招人讨厌							
18	apart	[ə'pɑ:t]	ad. 分离, 离开, 隔开 a. 分离的, 分隔的							
19	appal	[ə'pɔ:l]	v. 使惊骇, 使恐怖							
20	apple	['æpl]	n. 苹果, 苹果树							
21	apply	[ə'plai]	vi. (以书面形式)申请; 请求 vt. 应用; 实施							
22	April	['eɪprəl]	(名)四月							
23	argue	['ɑ:gju:]	vi. 辩论, 争论 vt. 辩论, 论证; 说服, 劝说							
24	arise	[ə'reɪz]	v. 出现, 发生; (from)由…引起, 由…产生							
25	array	[ə'reɪ]	n. 大量; 排列; 盛装 v. 列阵; 装扮; 排列							
26	arrow	['ærəʊ]	n. 箭, 矢, 箭状物; 箭头符号							
27	aside	[ə'saɪd]	ad. 在旁边, 到一边 n. 旁白; 离题的话							
28	asset	['æset]	n. (pl.) 资产, 财产; 有价值的物品; 天赋							
29	audio	['ɔ:diəʊ]	n. /a. 音频(响)(的); 声音(的), 听觉(的)							
30	audit	['ɔ:dit]	v. 审计; 查帐; 核对; 旁听							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	aural	['ɔ:rəl]	a. 听觉的, 听力的							
2	avail	[ə'veɪl]	n. [一般用于否定句或疑问句中]效用, 利益							
3	avert	[ə'veɜ:t]	v. 防止, 避免 ; 转移(目光、注意力等)							
4	avoid	[ə'vɔɪd]	vt. 防止, 避免; 逃避, 避开							
5	await	[ə'weɪt]	vt. 等候, 期待; (事情等)降临于							
6	awake	[ə'weɪk]	a. 醒着的 vt. 唤醒, 使觉醒 vi. 醒来, 醒悟到							
7	award	[ə'wɔ:d]	vt. 授予, 给予; 判定 n. 奖, 奖金; 仲裁							
8	aware	[ə'weə(r)]	a. 知道的, 意识到的;							
9	awful	['ɔ:fl]	a. 极度的, 极坏的; 威严的, 可怕的							
10	bacon	['beɪkən]	n. 咸猪肉, 熏猪肉							
11	badge	[bædʒ]	n. 徽章, 像章; 标记; 象征; 记号							
12	badly	['bædli]	ad. 非常, 严重地; 坏地, 差地, 拙劣地							
13	basic	['beɪsɪk]	a. 基本的, 基础的							
14	basin	['beɪsn]	n. 盆, 脸盆; 内海, 盆地							
15	basis	['beɪsɪs]	n. 基础, 根据							
16	batch	[bæʃ]	n. 一批, 一组, 一群							
17	bathe	[beɪð]	v. 游泳, 洗澡, 浸, 弄湿							
18	beach	[bi:tʃ]	n. 海滩, 湖滩, 河滩							
19	beard	[biəd]	n. 胡须							
20	beast	[bi:st]	n. 兽, 牲畜; 凶残的人, 举止粗鲁的人							
21	begin	[bi'gɪn]	v. (began, begun) 开始, 着手							
22	being	['bi:ɪŋ]	n. 生物, 生命, 存在;							
23	belly	['belɪ]	n. 肚子, 腹部; (像肚子一样)鼓起的部分, 膛							
24	below	[bi'ləʊ]	prep. 在...下面, 在...以下 ad. 在下面, 向下							
25	bench	[bentʃ]	n. 长凳, 条凳; (工作)台, 座							
26	Bible	['baɪbl]	n. 圣经							
27	birth	[bɜ:θ]	n. 出生, 诞生; 出身, 血统; 起源; 出现							
28	black	[blæk]	a. 黑(色)的; 黑暗的 n. 黑(色); 黑暗; 黑人							
29	blade	[bleɪd]	n. 刀刃, 刀片; 桨叶; 草叶, 叶片							
30	blame	[blame]	v. 责备; 怪, 把...归咎于 n. 责任, 过错; 责备							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	blank	[blæŋk]	a. 空白的, 空着的; 失色的 n. 空白; 表格							
2	blast	[blɑ:st]	n. 一阵(风); 爆炸冲击波; 管乐器声 v. 爆炸							
3	blaze	[blaze]	n. 火焰; 火光; 闪光, 光辉 v. 燃烧, 冒火焰							
4	bleak	[blik]	a. 荒凉的; 冷酷的; 没有希望的							
5	bleed	[bli:d]	v. 出血, 流血							
6	blend	[blend]	n. 混合(物) v. 混和, 混杂							
7	bless	[bles]	v. 祝福, 保佑							
8	blind	[blamd]	a. 盲的, 瞎的; 盲目的 vt. 使失明 n. 百叶窗							
9	block	[blɒk]	n. 大块木(石)料; 街区; 障碍物 v. 阻塞, 拦阻							
10	blood	[blAd]	n. 血液, 血; 血统, 血亲; 血气							
11	bloom	[blum]	n. 花(朵); 开花(期) v. 开花							
12	blunt	[blAnt]	a. 率直的; 钝的 v. (使)钝; (使)迟钝							
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	[bæʊst]	v. (of, about) 自夸, 夸耀 n. 自夸, 大话							
16	bonus	['bʌnəs]	n. 奖金, 红利							
17	boost	[bu:st]	n. / vt. 提升; 增加; 抬高(价格); 支援;							
18	booth	[bu:ð]	n. 电话亭, 货摊							
19	bosom	['bʊzəm]	n. 胸, 胸部; 胸怀; 内心; a. 亲密的							
20	bound	[baʊnd]	v. /n. 跳(跃) a. 被束缚的, 一定的; n. 界限							
21	bowel	['baʊəl]	n. 肠; [pl.] 内部, 深处							
22	brace	[breis]	v. 使防备; 支撑; 使(手, 足, 肩等)绷紧 n. 托架							
23	brain	[brein]	n. (大)脑, 骨髓; (pl.) 脑力, 智能							
24	brake	[breik]	v. /n. 制动(器), 闸, 刹车							
25	brand	[brænd]	n. 商标, 标记, 牌子 v. 使铭记; 打火印, 打烙印							
26	brass	[brɑ:s]	n. 黄铜, 铜器							
27	brave	[breiv]	a. 勇敢的 v. 勇敢地面对(危险等)							
28	bread	[bred]	n. 面包							
29	break	[breik]	vt. 打破; 中止; 违反 vi. 破(裂) n. 休息时间							
30	breed	[bri:d]	v. (使)繁殖, 生殖; 产生; 教养, 抚养 n. 品种							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	bribe	[braɪb]	n. 贿赂 v. 向…行贿, 买通							
2	brick	[brɪk]	n. 砖块, 砖; v. 用砖围砌, 用砖填补							
3	bride	[braɪd]	n. 新娘							
4	brief	[briːf]	a. 简短的, 简洁的 v. 简短介绍, 简要汇报							
5	bring	[brɪŋ]	v. 拿来, 带来; 产生, 引起; 使处于某种状态							
6	brisk	[brɪsk]	a. 轻快的; 生气勃勃的; 兴隆的							
7	broad	[brɔːd]	a. 宽的, 广阔的; 广大的; 宽宏的, 豁达的							
8	brook	[brʊk]	n. 小溪 vt. [常用于否定句或疑问句] 容忍							
9	broom	[bruːm]	n. 扫帚							
10	brown	[braʊn]	n. /a. 褐色(的), 棕色(的)							
11	brush	[brʌʃ]	n. 刷(子), 毛刷; 画笔 v. 刷, 擦, 掸, 拂; 掠过							
12	build	[bɪld]	vt. 建造, 建筑; 建设, 建立 vi. 增大, 增强							
13	bully	['bʊli]	n. 恃强欺弱者, 小流氓 vt. 威胁, 欺侮							
14	bunch	[bʌntʃ]	n. (一)簇, 束, 捆, 串							
15	burst	[bɜːst]	v. 爆裂, 炸破; 突然发生 n. 突然破裂, 爆发							
16	cabin	['kæbm]	n. 客舱, 机舱; 小(木)屋							
17	cable	['keɪbl]	n. 电报; 电缆; 缆, 索, 钢丝绳 v. 拍电报							
18	camel	['kæml]	n. 骆驼							
19	canal	[kə'neɪl]	n. 运河; (沟)渠							
20	candy	['kændi]	n. 糖果							
21	canoe	[kə'nuː]	n. 独木舟, 小游艇							
22	cargo	['kɑːgəʊ]	n. 船货, 货物							
23	carry	['kæri]	v. 运送, 搬运; 传送, 传播; 领, 带							
24	carve	[kɑːv]	v. (雕)刻							
25	catch	[kætʃ]	v. 捕捉, 捕获; 赶上; 感染; 理解, 听到							
26	cater	['keɪtə(r)]	vi. (for/to) 满足, 迎合; (for) 提供饮食及服务							
27	cause	[kɔːz]	n. 原因; 事业, 事件, 奋斗目标 v. 使产生, 引起							
28	cease	[siːs]	v. /n. 停止, 中止							
29	chain	[tʃeɪn]	n. 链(条); (pl.) 镣铐; 一连串 v. 用链条拴住							
30	chair	[tʃeə(r)]	n. 椅子; (会议的)主席 vt. 当…的主席, 主持							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	chalk	[tʃɔ:k]	n. 粉笔, 白垩							
2	chaos	['keɪɒs]	n. 混乱, 紊乱							
3	charm	[tʃɑ:m]	n. 吸引力, 魅力 v. 迷人, (使)陶醉;施魔法于							
4	chart	[tʃɑ:t]	n. 图表; 航海图; 航行图 vt. 绘图表, 制图表							
5	chase	[tʃeɪs]	v. /n. 追逐, 追求							
6	cheap	[tʃi:p]	a. 便宜的; 低劣的, 不值钱的							
7	cheat	[tʃi:t]	v. 欺骗; 作弊 n. 骗子; 欺诈, 欺骗行为							
8	cheek	[tʃi:k]	n. 面颊, 脸							
9	cheer	[tʃiə(r)]	v. (使)振奋, (使)高兴 v. /n. 喝彩, 欢呼							
10	chess	[tʃes]	n. 棋, 国际象棋							
11	chest	[tʃest]	n. 胸腔, 胸膛; 箱, 柜							
12	chief	[tʃi:f]	a. 主要的, 首要的 n. 首领, 领袖							
13	child	[tʃaɪld]	n. ([pl.] children) 小孩, 儿童, 儿女							
14	chill	[tʃɪl]	n. 寒冷, 寒气, 寒战 v. 使寒冷							
15	china	['tʃaɪnə]	n. 瓷器							
16	choke	[tʃəʊk]	v. 窒息, 噎住; 闷塞, 堵塞, 阻塞							
17	cigar	[sɪ'ɡɑ:(r)]	n. 雪茄烟							
18	civil	['sɪvɪl]	a. 公民的, 市民的; 民间的; 民用的; 有礼貌的							
19	claim	[kleɪm]	v. 要求; 声称; 索赔 n. 要求; 断言; 索赔; 权利							
20	clash	[klæʃ]	v. /n. 碰撞 n. 碰撞声							
21	clasp	[klɑ:sp]	n. 扣子, 钩子; 握手 v. 扣住, 钩住; 紧握, 紧抱							
22	class	[klɑ:s]	n. 班级, 年级; 种类, 等级, 阶级; (一节)课							
23	clean	[kli:n]	a. 清洁的, 干净的 v. 除去...污垢, 把...弄干净							
24	clear	[klɪə(r)]	a. /ad. 清晰的(地) vt. 清除; 使清楚 vi. 变清澈							
25	clerk	[klɑ:k]	n. 职员, 办事员; 店员							
26	click	[klɪk]	n. 滴答声; vi. 发出滴答声							
27	cliff	[klɪf]	n. 悬崖; 峭壁							
28	climb	[klɪm]	v. /n. 攀登, 爬							
29	cling	[klɪŋ]	v. (to) 粘住; 依附; 坚持							
30	cloak	[kləʊk]	n. 斗篷, 披风; 掩饰, 幌子 vt. 掩盖, 掩饰							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	clock	[klɒk]	n. 钟 v. 记录(时间、速度等)，为…计时							
2	clone	[kləʊn]	n. 无性繁殖，克隆；复制品 v. 克隆							
3	close	[kləʊs]	v. /n. 关；结束 a. /ad. 近的(地)；紧密的(地)							
4	cloth	[klɒθ]	n. (一块)布，织物，衣料							
5	cloud	[klaʊd]	n. 云(状物)；遮暗物，阴影；一大群							
6	coach	[kəʊtʃ]	n. 长途公共汽车；教练 vt. 训练，指导，培训							
7	coast	[kəʊst]	n. 海岸，海滨							
8	color	['kʌlə(r)]	n. (=colour)颜色；颜料；肤色 v. 给…着色							
9	comic	['kɒmɪk]	a. 喜剧的，滑稽的 n. 连环漫画杂志；喜剧演员							
10	couch	[kaʊtʃ]	n. 长沙发；(病人躺的)长榻 vt. 表达							
11	cough	[kɒf]	v. /n. 咳嗽							
12	could	[kəd; kʊd]	v. aux. (口语)(表示许可或请求)可以…，行							
13	count	[kaʊnt]	v. 数，计算；算入；看作，认为 n. 计数，总数							
14	court	[kɔ:t]	n. 法院，法庭；宫廷，朝廷；院子；球场							
15	cover	['kʌvə(r)]	v. 覆盖，包括，涉及 n. 盖子，套子；(书的)封面							
16	crack	[kræk]	n. 裂纹，缝隙；破裂声 v. (使)破裂，砸开							
17	craft	[krɑ:ft]	n. 工艺，手艺，技巧；飞机，飞船							
18	crane	[krem]	n. 起重机，鹤							
19	crash	[kræʃ]	v. /n. 碰撞，坠落，摔坏 n. 失败，瓦解；爆裂声							
20	crawl	[krɔ:l]	v. /n. 爬行，蠕动；缓慢(的)行进							
21	crazy	['kreɪzi]	a. 疯狂的，古怪的，蠢的；(about)狂热的							
22	cream	[kri:m]	n. 乳脂，(鲜)奶油；奶油色							
23	creep	[kri:p]	v. 爬，爬行；(植物)蔓延							
24	crime	[kraɪm]	n. 罪行，犯罪							
25	crisp	[krisp]	a. 脆的，易碎的；简明扼要的；(空气)清爽的							
26	cross	[krɒs]	n. 十字(架)；苦难 a. 交叉的；发怒的 v. 穿过							
27	crowd	[kraʊd]	n. 人群；一群，一伙 v. 聚集，群集；挤满，拥挤							
28	crown	[kraʊn]	n. 王冠，冕；君权，君王 v. 为…加冕							
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							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	crush	[krʌʃ]	n./v. 压碎, 压坏 v. 屈服, 压垮							
2	crust	[krʌst]	n. 外皮, 壳; 地壳							
3	curse	[kɜ:s]	n. 诅咒, 咒语, 祸因 vt. 诅咒, 咒骂, 使受罪							
4	curve	[kɜ:v]	n. 曲线, 弯曲(物) v. 弄弯, 成曲形							
5	cycle	['saɪkl]	n. 自行车; 周期, 循环 v. 骑自行车; 循环							
6	daily	['deɪli]	a. 每日的 ad. 每日, 天天 n. 日报							
7	dairy	['deəri]	n. 牛奶场, 奶店							
8	dance	[da:ns]	n. 舞(蹈); 舞曲, 舞会 v. 跳舞; 跳动							
9	death	[de θ]	n. 死, 死亡; 灭亡, 毁灭, 死因							
10	decay	[di'keɪ]	v./n. 腐朽, 腐烂; 衰减, 衰退							
11	delay	[di'lei]	v./n. 耽搁, 延迟							
12	dense	[dens]	a. 浓厚的, 密集的, 稠密的							
13	depth	[dep θ]	n. 深, 深度, 深奥, 深刻							
14	devil	['devl]	n. 魔鬼							
15	diary	['daɪəri]	n. 日记, 日记簿							
16	dirty	['dɜ:ti]	a. 弄脏的; 下流的 v. 弄脏, 玷污							
17	ditch	[dtɪʃ]	n. 沟, 沟渠, 水沟							
18	dizzy	['dɪzi]	a. 头晕目眩的, 眩晕的; (可能)使人头晕的							
19	doubt	[daʊt]	n./v. 怀疑, 疑虑							
20	dozen	['dʌzn]	n. 一打, 十二个							
21	draft	[dra:ft]	n. 草稿, 草案, 草图 v. 起草, 草拟							
22	drain	[dreɪn]	n. 排水沟, 阴沟; 消耗, 负担 v. 排去, 放干							
23	drama	['dra:mə]	n. 剧本, 戏剧; 戏剧性事件或场面							
24	dread	[dred]	v./n. 恐惧, 担心							
25	dream	[dri:m]	n./v. 梦, 梦想, 幻想							
26	dress	[dres]	n. 服装, 童装, 女装 v. 穿衣, 打扮							
27	drift	[drɪft]	v./n. 漂, 漂流(物)							
28	drill	[drɪl]	v. 练习; 操练; 钻孔 n. 操练; 练习; 钻孔(机)							
29	drink	[drɪŋk]	v. (drank, drunk) 喝, 饮 n. 饮料; 喝酒							
30	drive	[draɪv]	v. 开(车); 驱; 驱动, 把(钉, 桩)打入 n. 驾驶							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	drown	[draʊn]	v. 溺死, 淹没							
2	drunk	[drʌŋk]	a. 醉酒的; (喻) 陶醉的 n. 酗酒者, 醉汉							
3	dwarf	[dwɔ:f]	n. 矮子, 侏儒, 矮小的动植物 vt. 使…矮小							
4	dwel	[dwel]	v. 住, 居留							
5	eager	['i:geɪ(r)]	a. (for) 渴望的, 热切的							
6	eagle	['i:gl]	n. 鹰							
7	early	['ɜ:li]	a. 早的, 早期的, 及早的 ad. 早, 在初期							
8	earth	[ɜ:θ]	n. 地球; 陆地; 泥土, 土壤; 尘世, 人间							
9	eight	[eit]	num. 八 pron. 八(个, 只…)							
10	eject	[i'dʒekt]	v. 喷射, 排出; 驱逐							
11	elbow	['elbəʊ]	n. 肘, (衣服的) 肘部 vt. 用肘推, 用肘挤							
12	elder	['eldə(r)]	a. 年长的, 资格老的 n. 长辈							
13	elect	[i'lekt]	v. 选举, 推选; 选择, 作出选择							
14	elite	[eɪ'li:t; i'li:t]	n. <法>[集合名词] 精华; 精锐; 中坚分子							
15	embed	[ɪm'bed]	vt. 把…嵌(埋、插)入, 扎牢; 使深留脑中							
16	empty	['empti]	a. 空的; 空洞的 v. 倒空, 使成为空的							
17	endow	[ɪn'daʊ]	vt. 资助, 捐赠: (with) 给予, 赋予							
18	enemy	['enəmi]	n. 敌人, 仇敌, 反对者; 敌人, 敌军, 敌国							
19	enjoy	[ɪn'dʒɔɪ]	vt. 享受…的乐趣; 欣赏; 喜爱							
20	enter	['entə(r)]	vt. 进入; 参加, 加入; 写入 vi. 进去, 进来							
21	entry	['entri]	n. 进入, 入口; 通道; 记载, 条目							
22	epoch	['i:pɒk]	n. 新纪元; 时代; 时期; 【地质】世, 纪, 期							
23	equal	['i:kwəl]	a. 相等的; 胜任的 n. 相等的事务; 对手 v. 等于							
24	equip	[i'kwɪp]	v. (with) 装备, 配备; 训练							
25	erase	[i'reɪz]	v. 擦掉; 删去; 消磁							
26	erect	[i'rekt]	v. 树立, 建立, 使竖立 a. 直立的, 垂直的							
27	error	['erə(r)]	n. 错误, 过失							
28	erupt	[i'rʌpt]	v. (尤指火山) 爆发							
29	essay	['eseɪ]	n. 文章, 短文							
30	evade	[i'veɪd]	vt. 逃避, 回避; 避开, 躲避							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	event	['ɪvent]	n. 事件, 事情							
2	every	['evri]	a. 每一个的, 每个的; 每隔…的; 全部的							
3	evoke	[ɪ'vəʊk]	vt. 唤起(回忆、感情等); 引起							
4	exact	[ɪg'zækt]	a. 确切的, 正确的, 精确的							
5	excel	[ɪk'sel]	vi. 胜过其他; 擅长 vt. 胜过, 优于							
6	exert	[ɪg'zɜ:t]	v. 尽(力), 施加(压力等); 努力							
7	exile	['eksail; 'egzaɪl]	n. 流放; 被流放者 vt. 流放, 放逐, 把…充军							
8	exist	[ɪg'zɪst]	v. 存在; 生存; 生活							
9	expel	[ɪk'spel]	v. 把…开除; 驱逐; 排出; 发射							
10	extra	['ekstrə]	a. 额外的, 附加的 n. 附加物, 额外的东西							
11	fable	['feɪbl]	n. 寓言							
12	faint	[femt]	a. 微弱的; 不明显的; 暗淡的 n./v. 昏倒; 昏晕							
13	fairy	['feəri]	a. 幻想中的; 虚构的; 优雅的 n. 仙女; 精灵							
14	faith	[feɪθ]	n. 信任, 信用; 信仰, 信条							
15	FALSE	[fɔ:ls]	a. 谬误的, 虚伪的, 伪造的, 假的							
16	fancy	['fænsi]	n. 爱好, 迷恋 v. 想象, 幻想 a. 花式的, 奇特的							
17	fatal	['feɪtl]	a. 致命的, 毁灭性的							
18	fault	[fɔ:lt]	n. 过失, 过错; 缺点, 毛病							
19	favor	['fevər]	n. (favour) 好感; 喜爱; 关切 v. 赞成, 支持, 偏爱							
20	feast	[fi:st]	n. 节日; 宴会							
21	fence	[fens]	n. 篱笆; 围栏; 剑术 v. 用篱笆瓦围住; 击剑							
22	ferry	['feri]	n. 摆渡; 渡船; 渡口 v. 摆渡; 渡运(人, 车或物等)							
23	fetch	[fetʃ]	v. 取来; 接来; 引出; 售得; 吸引 n. 取得; 拿							
24	fever	['fi:və(r)]	n. 发热, 狂热							
25	fiber	['faɪbə]	n. (fibre) 纤维; 构造; 纤维制品							
26	field	[fi:ld]	n. 田野; 运动场; (电或磁)场; 领域, 范围							
27	fifty	['fɪfti]	num. 五十, 五十个							
28	fight	[faɪt]	v./n. 打(仗), 搏斗, 斗争, 战斗							
29	final	['faɪnl]	a. 最终的, 决定性的 n. 结局; 决赛; 期末考试							
30	first	[fɜ:st]	a./ad. 第一; 最初; 首次 n. 开始 pron. 第一名							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	flame	[flem]	n. 火焰, 火苗; 热情; 光辉 v. 发火焰, 燃烧							
2	flare	[fleə(r)]	v. /n. 闪耀, 闪烁							
3	flash	[flæʃ]	n. /a. 闪光(的) v. 发闪光, 闪亮; 闪现							
4	fleet	[fli:t]	n. 舰队, 船队							
5	flesh	[fleʃ]	n. 肉, 肌肉							
6	fling	[flɪŋ]	v. (用力地) 扔, 抛, 丢							
7	float	[fləʊt]	n. 飘浮; 漂流物 v. 浮动; 漂浮; 传播; 动摇							
8	flock	[flɒk]	n. (一)群, (禽, 畜等的)群; 大量 v. 群集, 成群							
9	flood	[flʌd]	n. 洪水, 水灾 v. 淹没, 发大水, 泛滥							
10	floor	[flɔ:(r)]	n. 地板, (楼房)的层							
11	flour	['flaʊə(r)]	n. 面粉							
12	fluid	['flu:ɪd]	a. 流动的, 液体的 n. 流体, 液体							
13	flush	[flʌʃ]	n. 脸红 v. 发红; 奔流 a. 洋溢的; 富裕的; 齐平的							
14	focus	['fəʊkəs]	n. 焦点, (活动, 兴趣等的)中心 v. (on)使聚集							
15	force	[fɔ:s]	n. 力量, 力; 势力; (pl.) (总称)军队 v. 强迫							
16	forge	[fɔ:dʒ]	v. 锻造, 伪造 n. 锻工车间; 锻炉							
17	forth	[fɔ:θ]	ad. 向前; 向外, 往外							
18	forty	['fɔ:ti]	num. /a. 四十 pron. 四十(个, 只...)							
19	forum	['fɔ:rəm]	n. 论坛, 讨论会							
20	found	[faʊnd]	vt. 建立; 创立; 创办; 使有根据; 铸造; 熔制							
21	frame	[freɪm]	n. 框架; 体格; 骨架; 组织; 机构 v. 设计; 制定							
22	frank	[fræŋk]	a. 坦白的, 直率的							
23	fraud	[frɔ:d]	n. 欺诈, 诈骗; 欺骗(行为); 骗子; 假货							
24	fresh	[freʃ]	a. 新鲜的, 无经验的							
25	front	[frʌnt]	a. 前面的, 前部的 n. 正面; 前线, 战线 v. 面对							
26	frost	[frɒst]	n. 霜, 霜冻, 严寒							
27	frown	[fraʊn]	v. 皱眉							
28	fruit	[fru:t]	n. 水果, 果实; 成果, 效果							
29	funny	['fʌni]	a. 滑稽的, 可笑的							
30	gauge	[geɪdʒ]	n. 标准尺寸; 规格; 量规, 量表 v. 测量							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	ghost	[ɡəʊst]	n. 鬼魂, 幽灵							
2	giant	['dʒaɪənt]	n. 巨人 a. 巨大的							
3	glare	[gleə(r)]	vi. 怒目而视; 发射强光 n. 强光; 怒视; 炫耀							
4	glass	[glɑ:s]	n. 玻璃; 玻璃杯; 镜子; (pl.) 眼镜							
5	glide	[glaɪd]	n. /v. 溜, 滑行; (时间) 消逝							
6	globe	[gləʊb]	n. 球体, 地球仪; 地球, 世界							
7	glory	['glɔ:ri]	n. 光荣, 荣誉							
8	glove	[glʌv]	n. 手套							
9	goods	[ɡʊdz]	n. (pl.) 货物, 商品							
10	goose	[gu:s]	n. (pl. geese) 鹅, 雌鹅, 鹅肉							
11	grace	[greɪs]	n. 优美, 文雅; 恩惠, 恩泽; 宽限, 缓刑; 感恩祷告							
12	grade	[greɪd]	n. 等级, 级别; 年级; 分数 v. 分等, 分级							
13	grain	[greɪn]	n. 谷物, 谷类; 颗粒, 细粒							
14	grand	[grænd]	a. 盛大的, 豪华的; 重大的, 主要的							
15	grant	[grɑ:nt]	v. 同意, 准予; 授予 n. 授予物; 津贴; 转让证书							
16	grape	[greɪp]	n. 葡萄							
17	graph	[ɡrɑ:f]	n. 图表, 曲线图							
18	grasp	[ɡrɑ:sp]	v. /n. 抓住, 抓紧; 掌握, 领会							
19	grass	[ɡrɑ:s]	n. 草, 草地							
20	grave	[greɪv]	n. 坟墓 a. 严肃的, 庄重的							
21	graze	[greɪz]	vi. 吃青草 vt. 放牧; 擦伤; 掠过 . n. 擦伤(处)							
22	great	[greɪt]	a. 伟大的; 重要的; 大量的; 很好的; 美好的							
23	green	[gri:n]	a. 绿色的; 生的; 未成熟的 n. 绿色; 蔬菜; 植物							
24	greet	[gri:t]	v. 致敬, 敬意, 迎接; 扑(鼻), 入(耳), 触(目)							
25	grief	[gri:f]	n. 悲伤, 悲痛; 悲伤的事, 悲痛缘由							
26	grind	[graɪnd]	v. 磨(碎), 碾(碎)							
27	groan	[ɡrəʊn]	v. /n. 呻吟							
28	grope	[ɡrəʊp]	n. /v. 摸索, 探索							
29	gross	[ɡrəʊs]	a. 总的, 毛(重)的; 粗鲁的, 粗俗的 n. 总额							
30	group	[ɡru:p]	n. 群, 组 v. 分组							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	guard	[ɡɑ:d]	v. /n. 保卫, 守卫, 提防 n. 哨兵, 警卫, 看守							
2	guess	[ges]	v. /n. 猜测, 推测; 以为; 猜想[同]surmise							
3	guest	[gest]	n. 客人, 宾客, 旅客							
4	guide	[ɡaɪd]	n. 领路人; 指南, 导游 v. 领路; 指导; 支配; 管理							
5	guilt	[ɡɪlt]	n. 罪过, 内疚							
6	habit	['hæbɪt]	n. 习惯, 习性, 脾性							
7	handy	['hændi]	a. 手边的, 近便的; 方便的							
8	happy	['hæpi]	a. 快乐的, 幸福的; 乐意的; 令人满意的							
9	harsh	[hɑ:f]	a. 粗糙的; (声音) 刺耳的; 苛刻的, 严酷的							
10	haste	[heɪst]	n. 匆忙, 急速; 草率 v. 赶快; 匆忙							
11	hasty	['heɪsti]	a. 匆忙的, 仓促的; 草率的							
12	hatch	[hætʃ]	v. 孵, 孵出; 策划, 图谋 n. 舱口, 小门							
13	heart	[hɑ:t]	n. 心 (脏); 内心, 感情; 热忱; 中心, 要点							
14	heave	[hi:v]	v. (用力) 举, 提, 拉; 扔; 拖; 呕吐 n. 举起							
15	heavy	['hevi]	a. 重的, 重型的; 沉重的, 大量的, 猛烈的							
16	hedge	[hedʒ]	n. 篱笆, 树篱, 障碍物 v. 用树篱围住							
17	hello	[hə'ləʊ]	int. 英 (美) 喂, 你好 (用来打招呼或引起注意)							
18	hence	[hens]	ad. 从此, 今后; 因此							
19	hinge	['hɪndʒ]	n. 合页, 铰链 vi. 依...而定							
20	hobby	['hɒbi]	n. 业余爱好, 嗜好, 兴趣							
21	hoist	[hɔɪst]	v. 举起, 升起, 吊起							
22	honey	['hʌni]	n. 蜜, 蜂蜜							
23	honor	['ɒnə(r)]	n. (honour) 尊敬, 敬意; 荣誉, 光荣 v. 尊敬							
24	horse	[hɔ:s]	n. 马; 跳马, 鞍马 v. 骑马							
25	hotel	[həʊ'tel]	n. 旅馆							
26	hound	[haʊnd]	n. 猎狗; 卑鄙的人 vt. 用猎狗追, 追逐							
27	house	[haʊs]	n. 房屋; 商业机构; [H-] 议院 v. 给...房子住							
28	hover	['hɒvə(r)]	vi. (鸟) 盘旋, 翱翔, (人) 逗留在附近徘徊							
29	human	['hju:mən]	a. 人的, 人类的 n. 人							
30	humid	['hju:mɪd]	a. 湿的, 湿气重的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	Latin	['lætɪn]	a. 拉丁的, 拉丁文的 n. 拉丁语							
2	laugh	[lɑ:f]	v. 笑; (on) 讥笑 n. 笑, 笑声							
3	layer	['leɪə(r); leə(r)]	n. 层, 层次; 铺设者							
4	learn	[lɜ:n]	v. 学习, 学, 学会; (of, about) 听到, 获悉							
5	lease	[li:s]	vt. 出租, 租用 n. 租借, 租期, 租赁物							
6	least	[li:st]	a. 最小的; 最少的 ad. 最小; 最少							
7	leave	[li:v]	v. 离开; 留下, 忘带; 让, 听任; 交付 n. 许可; 假期							
8	legal	['li:gl]	a. 法律的, 法定的; 合法的, 正当的							
9	lemon	['lemən]	n. 柠檬							
10	level	['levl]	n. 水平, 水准, 等级 v. 弄平, 铺平 a. 水平的							
11	lever	['li:və(r)]	n. 杆, 杠杆, 手段, 途径, 工具							
12	light	[laɪt]	n. 光; 灯 v. 点燃; 照亮 a. 轻(快); 淡; 明亮							
13	limit	['lɪmt]	n. 界限, 限度, 范围 v. (to) 限制, 限定							
14	linen	['lɪnɪn]	n. 亚麻布, 亚麻布制品							
15	liner	['laɪnə(r)]	n. 班机, 定期轮船, 邮船							
16	litre	['li:tə]	n. (liter) 升; 公升(容量单位)							
17	liver	['lɪvə(r)]	n. 肝, 肝脏							
18	lobby	['lɒbi]	n. 门廊, 门厅, (会议) 休息厅							
19	local	['ləʊkl]	a. 地方的, 当地的; 局部的							
20	lodge	[lɒdʒ]	v. 临时住宿, 寄宿, 寄存, 容纳 n. 传达室, 小旅馆							
21	lofty	['lɒftɪ]	a. 崇高的, 高尚的; 高傲的; 极高的							
22	logic	['lɒdʒɪk]	n. 逻辑, 逻辑学							
23	loose	[lu:s]	a. (宽) 松的; 不精确的; 自由的, 散漫的							
24	lorry	['lɒri]	n. 卡车, 运货汽车							
25	lover	['lʌvə(r)]	n. 爱好者; (pl.) 情侣							
26	lower	['ləʊə]	a. 较低的, 下级的, 下游的 v. 降下, 放低							
27	loyal	['ləʊəl]	a. (to) 忠诚的, 忠贞的							
28	lucky	['lʌki]	a. 幸运的, 侥幸的							
29	lunar	['lu:nə(r)]	a. 月亮的							
30	lunch	[lʌntʃ]	n. 午餐, (美) 便餐							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	magic	['mædʒɪk]	n. 魔术, 魔(魅)力, 巫术 a. 有魔力的, 魔术的							
2	major	['meɪdʒə(r)]	a. 主要的 n. 成年人, 专业学生, 主修课程 v. 主修							
3	march	[mɑ:tʃ]	v. (使) 行军, (使) 行进 n. 行军, 行程							
4	March	[mɑ:tʃ]	n. 三月(略作 Mar.)							
5	marry	['mæri]	v. 结婚, 嫁, 娶							
6	match	[mætʃ]	n. 火柴; 比赛, 竞赛; 对手, 配偶 v. 匹配, 相称							
7	maths	[mæθs]	n. (mathematics/math) 数学							
8	maybe	['meɪbi]	adv. 可能; 大概; 也许							
9	mayor	['meɪə(r)]	n. 市长							
10	means	[mi:nz]	n. 方法, 手段							
11	medal	['medl]	n. 奖章, 勋章, 纪念章							
12	melon	['melən]	n. 甜瓜							
13	mercy	['mɜ:si]	n. 仁慈, 怜悯, 宽恕							
14	merge	[mɜ:rdʒ]	v. (使) 结合, (使) 合并, (使) 合为一体							
15	merit	['merɪt]	n. 优点, 价值, 功绩 v. 值得, 应得							
16	merry	['meri]	a. 欢乐的, 愉快的							
17	metal	['metl]	n. 金属, 金属制品							
18	metre	['mi:tə(r)]	n. (meter) 米, 公尺; 仪表, 计量器							
19	midst	[mɪdst]	n. 中间, 当中							
20	might	[maɪt]	aux. v. 可能, 也许 n. 力量, 威力, 权力							
21	minor	['maɪnə(r)]	a. 较小的, 较小的 n. 兼修学科 v. (in) 兼修							
22	minus	['maɪnəs]	a. 负的, 减的 prep. 减去 n. 负号, 减号							
23	model	['mɒdl]	n. 样式, 型; 模范; 模型, 原型; 模特 v. 模仿							
24	moist	[mɔɪst]	a. 潮湿的, 湿润的, 多雨的							
25	money	['mʌni]	n. 货币, 钱							
26	month	[mʌnθ]	n. 月, 月份							
27	moral	['mɒrəl]	a. 道德(上)的, 精神上的 n. 寓意, 教育意义							
28	motel	[məʊ'tel]	n. (附有停车场的) 汽车旅馆							
29	motor	['məʊtə(r)]	n. 发动机, 电动机							
30	mould	[məʊld]	n. (mold) 模子, 铸型 v. 浇铸, 造型, 塑造							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	mount	[maʊnt]	v. 登上;安装 n. 支架,底板;(用于山名前)山峰							
2	mourn	[mo:n]	v. 哀悼,忧伤							
3	mouse	[maʊs]	n. (pl. mice)鼠,耗子							
4	mouth	[maʊθ]	n. 口,嘴							
5	movie	['mu:vi]	n. 电影,电影院							
6	music	['mju:zɪk]	n. 音乐,乐曲,乐谱							
7	naive	[na'i:v]	a. 天真的							
8	naked	['neɪd]	a. 裸体的,无遮蔽的,无掩饰的							
9	nasty	['nɑ:sti]	a. 肮脏的,卑劣的,下流的;令人厌恶的							
10	naval	['neɪvəl]	n. 海军的,军舰的							
11	Negro	['ni:grəʊ]	n. 黑人 a. 黑人的							
12	nerve	[nɜ:v]	n. 神经;勇敢,胆量							
13	never	['nevə(r)]	ad. 永不,从不,决不;从来没有;不,没有							
14	niece	[ni:s]	n. 侄女,甥女							
15	night	[naɪt]	n. 夜间;夜;晚(上)							
16	noble	['nəʊbl]	a. 高尚的;贵族的,高贵的 n. 贵族							
17	noise	[nɔɪz]	n. 喧闹声,噪声,吵嚷声							
18	noisy	['nɔɪzi]	a. 吵闹的,喧闹的							
19	north	[nɔ:θ]	n. 北,北方 a. 北方的,北部 ad. 向北方,在北方							
20	novel	['nɒvəl]	n. (长篇)小说 a. 新奇的,新颖的							
21	nurse	[nɜ:s]	n. 护士,保姆 v. 护理,看护							
22	nylon	['naɪlən]	n. 尼龙							
23	occur	[ə'kɜ:(r)]	v. 发生,出现;存在;想起,想到							
24	ocean	['əʊʃn]	n. 海洋							
25	offer	['ɒfə(r)]	v. 提供,提议,出现 n. 出价,提议,意图							
26	often	['ɒfn; 'ɒftən]	ad. 常常,经常,通常							
27	onion	['ʌnjən]	n. 洋葱							
28	opera	['ɒprə]	n. 歌剧							
29	orbit	['ɔ:bɪt]	n. 轨道 v. (使)沿轨道行							
30	order	['ɔ:də(r)]	n. 命令;次序;整齐;定货单;等级 v. 定制,订购							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	organ	['ɔ:gən]	n. 器官;机构,机关;风琴							
2	other	['ʌðə(r)]	a. 另外的, 其他的 n. /pron. 另一个人(或事)							
3	ought	[ɔ:t]	aux. 应该(使用时,之后应接 to, 再接动词原形)							
4	ounce	[aʊns]	n. 盎司, 英两							
5	outer	['aʊtə(r)]	a. 外部的, 外面的, 外层的							
6	owing	['əʊɪŋ]	a. 欠的, 未付的							
7	owner	['əʊnə(r)]	n. 物主, 所有者							
8	oxide	['ɒksaɪd]	n. [化]氧化物							
9	ozone	['əʊzəʊn]	n. 臭氧; (海岸等的)新鲜空气							
10	paint	[peɪnt]	n. 油漆, 颜料 v. 油漆;涂,涂漆;画;描绘,描述							
11	panda	['pændə]	n. 熊猫							
12	panel	['pænl]	n. 面,板;控制板,仪表盘;专门小组							
13	panic	['pænik]	n. /a. 恐慌(的),惊慌(的) vt. 使惊慌,使害怕							
14	pants	[pænts]	n. 裤子, 短裤							
15	paper	['peɪpə(r)]	n. 纸; 纸制品: 报纸; (pl)文件: 试卷: 论文							
16	party	['pa:ti]	n. 聚会,政党,当事人 v. 举行(参加)社交聚会							
17	paste	[peɪst]	n. 糊,浆糊 v. 粘,贴							
18	patch	[pætʃ]	n. 补丁,斑点,碎片小块 v. 补,修补,掩饰							
19	pause	[pɔ:z]	v. /n. 中止,暂停							
20	peace	[pi:s]	n. 和平;平静,安宁							
21	peach	[pi:tʃ]	n. 桃,桃树							
22	pearl	[pɜ:l]	n. 珍珠							
23	pedal	['pedl]	n. 踏板 v. 踩踏板,骑自行车							
24	penny	['peni]	n. 便士,美分							
25	petty	['peti]	a. 小(器、规模)的,不重要的,细微的,卑鄙的							
26	phase	[feɪz]	n. 阶段,状态,时期;相,相位							
27	phone	[fəʊn]	n. (telephone)电话,电话机,耳机 v. 打电话							
28	photo	['fəʊtəʊ]	n. (photograph)照片							
29	piano	[pi'ænəʊ]	n. 钢琴							
30	piece	[pi:s]	n. (一)件/片/篇;碎片 v. (together)拼合,拼凑							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	pilot	[ˈpaɪlət]	n. 飞行员; 领航员 v. 驾驶(飞机等); 领航, 引水							
2	pinch	[pɪntʃ]	v. 捏, 掐; 收缩; 紧急关头; 匮乏; 压力							
3	pitch	[pɪtʃ]	n. 沥青; 掷 v. 用沥青覆盖; 投掷, 扔							
4	place	[ˈpleɪs]	n. 地方; 名次; 地位; 寓所 v. 安排; 放置; 投(资)							
5	plain	[ˈpleɪn]	a. 明白的; 朴素的; 坦率; 平凡 n. 平原, 旷野							
6	plane	[ˈpleɪn]	n. 飞机; 平面, 水平面							
7	plant	[ˈplɑːnt]	n. 植物, 作物; 工厂; 装置 v. 栽种, 播种, 栽培							
8	plate	[ˈpleɪt]	n. 金属板, 片; 盘子, 盆子; 板, 钢板 v. 镀, 电镀							
9	plead	[ˈpliːd]	v. 恳求, 请求; 为…辩护; 提出…为理由							
10	point	[pɔɪnt]	n. 尖; 点; 条款; 分数, 得分; 论点 v. (at, to) 指							
11	polar	[ˈpəʊlə(r)]	a. 两极的, 极地的, 南辕北辙的 n. 极线, 极面							
12	porch	[pɔːtʃ]	n. 门廊, 入口处							
13	pound	[paʊnd]	n. 磅; 英镑 v. (连续) 猛击, (猛烈) 敲打, 捣碎							
14	power	[ˈpaʊə(r)]	n. 力, 精力; 功率, 电力; (数学) 幂; 权力, 势力							
15	press	[pres]	v. 压; 压榨; 紧追, 催促 n. 报刊, 通讯社; 压榨机							
16	price	[praɪs]	n. 价格, 价钱; 代价 v. 标价							
17	prick	[prɪk]	n. /v. 刺伤, 刺痛, 刺孔							
18	pride	[praɪd]	n. 自豪; 自满; 引以自豪的东西 v. 使自豪							
19	prime	[praɪm]	a. 首要的; 最好的, 第一流的 n. 青春, 全盛期							
20	print	[prɪnt]	n. 印刷, 印刷品, 字体 v. 印刷, 出版; 洗印							
21	prior	[ˈpraɪə(r)]	a. 优先的, 在前的; (to) 在…之前							
22	prize	[praɪz]	n. 奖赏, 奖金, 奖品 v. 珍视, 珍惜							
23	probe	[prəʊb]	n. 探针, 探测器 v. (以探针等) 探查, 穿刺, 查究							
24	prone	[prəʊn]	a. 倾向于, 俯伏的, 倾斜的, 陡的							
25	proof	[pruːf]	n. 证据, 证明; 校样, 样张							
26	prose	[prəʊz]	n. 散文 a. 散文的							
27	proud	[praʊd]	a. (of) 自豪的; 引以自豪的; 妄自尊大的							
28	prove	[pruːv]	v. 证明, 证实; 检验; 考验; 鉴定; 结果是, 表明是							
29	pulse	[pʌls]	n. 脉搏, 脉冲							
30	punch	[pʌntʃ]	n. 冲压机, 冲床; 穿孔机 v. 冲压, 穿孔							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	pupil	['pju:p l]	n. 学生, 小学生; 瞳孔							
2	purse	[pɜ:s]	n. 钱包							
3	quart	[kwɔ:t]	n. 夸脱							
4	queen	[kwɪ:n]	n. 女王, 皇后, 王后							
5	queer	[kwɪə(r)]	a. 奇怪的, 古怪的							
6	quest	[kwest]	n. 探寻, 探求; 寻求, 追求							
7	queue	[kju:]	n. 行列, 长队 v. (up) 排队, 排队等待							
8	quick	[kwɪk]	a. 快的; 灵敏的, 伶俐的; 敏锐的 ad. 快, 迅速地							
9	quiet	['kwaɪət]	a. 安静的, 平静的 n. 安静 v. 使安静, 平静							
10	quilt	[kwɪlt]	n. 被子							
11	quite	[kwart]	ad. 十分, 完全; 相当, 颇; 的确, 真正							
12	quota	['kwɒtə]	n. (生产、进出口等的) 配额, (移民的) 限额							
13	quote	[kwəʊt]	v. 引用, 援引							
14	radar	['reɪdə:(r)]	n. 雷达							
15	radio	['reɪdiəʊ]	n. 收音机; 无线电报, 无线电话 v. 无线电通讯							
16	raise	[reɪz]	v. 举起, 提升; 增加; 饲养; 引起; 竖起; 提出							
17	rally	['ræli]	v. 重整, 恢复, 振作 n. 聚集, 集会, 拉力赛							
18	range	[reɪndʒ]	n. 范围, 领域; 排列, 连续; (山) 脉 v. 排列成行							
19	rapid	['ræpɪd]	a. 快, 急速的 n. (pl.) 急流, 湍滩							
20	ratio	['reɪʃiəʊ]	n. 比, 比率							
21	razor	['reɪzə(r)]	n. 剃刀							
22	reach	[ri:tʃ]	v. 抵达; (out) 伸手, 够到 n. 能达到的范围							
23	react	[ri'ækt]	v. 反应, 起作用; (against) 反对, 起反作用							
24	ready	['redi]	a. (for) 准备好的, 现成的; 甘心的							
25	realm	[reɪlm]	n. 王国, 国土; 领域							
26	rebel	['rebl]	v. 反抗, 反叛, 起义 n. 叛逆者, 起义者							
27	recur	[ri'kɜ:(r)]	v. (尤指不好的事) 一再发生; 重现							
28	refer	[ri'fɜ:(r)]	v. 参考, 查询; 提到, 引用, 涉及; 提交, 上呈							
29	reign	[reɪn]	n. /v. 统治, 支配, 盛行 n. 统治时期 v. 占优势							
30	relax	[ri'læks]	v. (使) 松弛, 放松							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	relay	['ri:leɪ; ri'leɪ]	v. 中继, 转播, 接力 n. 接替人员, 替班							
2	renew	[ri'nju:]	v. (使) 更新, 恢复, 重新开始, 继续							
3	repay	[ri'peɪ]	v. 偿还, 报答							
4	repel	[ri'pel]	v. 击退, 抵制, 使厌恶, 使不愉快							
5	reply	[ri'plai]	v. /n. (to) 回答, 答复, 以…作答							
6	ridge	[rɪdʒ]	n. 岭, 山脉; 屋脊; 鼻梁							
7	rifle	['raɪfl]	n. 步枪							
8	right	[raɪt]	a. 右的, 正确的 n. 右, 权利 ad. 在右边, 正确地							
9	rigid	['rɪdʒɪd]	a. 刚性的; 刻板的; 严厉的							
10	rival	['raɪvl]	n. 竞争者, 对手 v. 竞争, 对抗 a. 竞争的							
11	river	['rɪvə(r)]	n. 河流							
12	roast	[rəʊst]	v. 烤, 炙, 烘							
13	robot	['rəʊbɒt]	n. 机器人, 自动机械							
14	rough	[rʌf]	a. 粗糙的; 粗略的, 大致的; 粗野的, 粗暴的							
15	round	[raʊnd]	a. 圆的 prep. 围绕 ad. 在周围 v. 绕行 n. (一) 回合							
16	rouse	[raʊz]	vt. /vi. 唤醒, 唤起; 激励; 激起							
17	route	[ru:t]	n. 路线, 路程							
18	royal	['rɔɪəl]	a. 王室的, 皇家的; 第一流的, 高贵的							
19	ruler	['ru:lə(r)]	n. 统治者, 支配者; 尺, 直尺							
20	rumor	['ru:mə]	n. (rumour) 传闻, 谣言							
21	rural	['rʊərəl]	a. 乡下的, 田园的, 乡村风味的							
22	saint	[seɪnt; snt]	n. 圣人, 基督教徒; (S-或 St. 用于人, 地名前) 圣							
23	salad	['sæləd]	n. 色拉, 凉拌菜							
24	sauce	[sɔ:s]	n. 酱汁, 调味汁							
25	scale	[skeɪl]	n. 刻度; 天平, 磅秤; 比例尺; 规模; 音阶; 鱼鳞							
26	scare	[skeə(r)]	n. 惊恐, 恐慌 v. 惊吓, 受惊							
27	scarf	[ska:f]	n. 围巾, 头巾, 领巾, 领带							
28	scene	[si:n]	n. 景色, 景象, 舞台; (戏) 一场							
29	scent	[sent]	n. 气味, 香味, 香水, 线索, 嗅觉 v. 嗅, 发觉							
30	scold	[skəʊld]	v. 责骂, 训斥							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	scope	[skəʊp]	n. (活动) 范围; 机会, 余地							
2	score	[skɔ:(r)]	n. 得分, 分数; 二十 v. 得(分), 记(…的) 分数							
3	scorn	[skɔ:n]	v. /n. 轻蔑, 藐视							
4	scout	[skaʊt]	n. 侦察员, 侦察机(舰) v. 搜索, 侦察							
5	scrap	[skræp]	n. 碎片; 废料 v. 废弃, 报废							
6	screw	[skru:]	n. 螺旋, 螺丝(钉) v. 拧, 拧紧							
7	seize	[si:z]	v. 抓住, 逮住; 夺取, 占领; 没收, 查封							
8	sense	[sens]	n. 感官; 感觉; 判断力; 意义 v. 觉得, 意识到							
9	serve	[sɜ:v]	v. 服务, 尽责; 招待, 侍候; 符合, 适用							
10	seven	['sevn]	num. 七, 七个(人或物)							
11	shade	[feɪd]	n. 荫, 阴影; 遮光物, 罩 v. 遮蔽, 遮光							
12	shady	['feɪdi]	a. 成荫的, 多荫的; 可疑的, 靠不住的							
13	shaft	[ʃɑ:ft]	n. 轴; 杆状物							
14	shake	[feɪk]	n. /v. 摇动, 摇; 颤抖, 震动							
15	shall	[ʃəl; feɪl]	aux. v. (我, 我们) 将要, 会; 必须, 应该							
16	shame	[feɪm]	n. 羞耻, 耻辱; 可耻的人(或事物) v. 使羞愧							
17	shape	[feɪp]	n. 形状, 外形; 情况, 状态; 种类 v. 成型, 塑造							
18	share	[ʃeə(r)]	v. (with) 分配, 共用; 分担 n. 一份, 份额; 股份							
19	shark	[ʃɑ:k]	n. 鲨鱼							
20	sharp	[ʃɑ:p]	a. 锋利的; 轮廓分明的; 急转的 ad. (指时刻) 正							
21	shave	[feɪv]	v. 剃, 刮, 刨, 削 n. 刮脸							
22	shear	[ʃiə(r)]	v. 剪, 修剪							
23	sheep	[fi:p]	n. (绵) 羊; 易受人摆布的人							
24	sheer	[ʃiə(r)]	a. 纯粹的, 十足的, 全然的; 陡峭的, 险峻的							
25	sheet	[fi:t]	n. 被单; (一) 张, (一) 片, 薄片; 大片							
26	shelf	[ʃelf]	n. 架子, 搁板							
27	shell	[ʃel]	n. 壳, 贝壳; 炮弹							
28	shift	[ʃɪft]	v. 替换, 转移 n. 转换, 转变; (轮) 班, (换) 班							
29	shine	[ʃaɪn]	v. 照耀, 发光; 擦亮 n. 光泽, 光							
30	shirt	[ʃɜ:t]	n. 衬衫							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	shock	[ʃɒk]	n. 震动;电击,触电;休克 v. (使)震动/震惊							
2	shoot	[ʃu:t]	v. 发射;掠过,疾驰而过 n. 嫩枝,苗,射击							
3	shore	[ʃɔ:(r)]	n. 海滨,湖滨							
4	short	[ʃɔ:t]	a. 短的,矮的;(of)缺乏,不足 n. (pl.)短裤							
5	shout	[ʃaʊt]	v. 大声叫,喊,呼出 n. 呼喊,叫							
6	shove	[ʃʌv]	vt. 乱推;乱塞 vi. 用力推,挤 n. 猛推							
7	shrug	[ʃrʌg]	vt. /n. 耸肩(表示冷淡、怀疑、无奈、不满等)							
8	siege	[si:dʒ]	n. 包围,围攻,围困							
9	sight	[saɪt]	n. 视力;望见,瞥见;视域;眼界;情景,奇观							
10	silly	['sɪli]	a. 傻的,糊涂的,愚蠢的							
11	since	[sɪns]	prep. 自从 conj. 自从;因为,既然 ad. 后来							
12	siren	['saɪrən]	n. 警报声,警报器							
13	skate	[sket]	v. 溜冰,滑冰 n. 冰鞋							
14	skill	[skɪl]	n. 技能,技巧,手艺;熟练							
15	skirt	[skɜ:t]	n. 裙子;边缘,郊区							
16	skull	[skʌl]	n. 头盖骨,颅骨							
17	slack	[slæk]	a. 懈怠的,松弛的;萧条的 n. 淡季;(pl.)便裤							
18	slave	[sleɪv]	n. 奴隶,苦工 v. 做苦工,拼命地干							
19	sleep	[sli:p]	v. (slept, slept)睡 n. 睡眠							
20	slice	[slaɪs]	n. 薄片,切片;一份;部分切(片)							
21	slide	[slaɪd]	v. (使)滑动 n. 斜坡,滑道;滑,滑动;幻灯片							
22	slope	[sləʊp]	n. 斜坡,斜面;倾斜,斜度 v. (使)倾斜							
23	small	[smɔ:l]	a. 小的;年幼的;不重要的;小规模(经营)的							
24	smart	[smɑ:t]	a. 漂亮的;聪明的;巧妙的 v. 剧痛,刺疼							
25	smash	[smæʃ]	v. /n. 打碎,粉碎							
26	smell	[smel]	n. 气味;嗅觉 v. 嗅,闻到;散发(…的)气味							
27	smile	[smaɪl]	n. 微笑,笑容 vi. 微笑,露出笑容							
28	smoke	[sməʊk]	n. 烟,烟尘;吸烟,抽烟 v. 抽(烟);冒烟,冒气							
29	snack	[snæk]	n. 快餐,小吃,点心							
30	snake	[snek]	n. 蛇							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	sneak	[sni:k]	vi. 偷偷地走, 溜 vt. 偷偷地做(或拿、吃)							
2	sniff	[snɪf]	vi. 嗅…味道; 抽鼻涕; 对嗤之以鼻, 蔑视							
3	sober	['səʊbə(r)]	a. 清醒的; 认真的, 冷静的, 适度的							
4	solar	['səʊlə(r)]	a. 太阳的, 日光的							
5	solid	['sɒlɪd]	a. 固体的; 结实的, 稳固的, 可靠的 n. 固体							
6	solve	[sɒlv]	v. 解决, 解答							
7	sorry	['sɒri]	a. 对不起, 抱歉的; 难过, 悔恨的; 使人伤心							
8	sound	[saʊnd]	n. 声音 v. 发声, 响 a. 健全的, 完好的; 正当的							
9	south	[saʊθ]	n. 南, 南方, 南部 a. 南方的, 南部的							
10	space	[speɪs]	n. 间隔; 空地, 余地; 空间 v. 留间隔, 隔开							
11	spade	[speɪd]	n. 铁锹, 铲子							
12	spare	[speə(r)]	a. 多余的, 备用的 v. 节约, 节省; 抽出(时间)							
13	spark	[spa:k]	n. 火花, 火星 v. 发火花, 发电花							
14	speak	[spi:k]	v. 说话, 讲话; 演说, 发言; (in)说某种语言							
15	spear	[spiə(r)]	n. 矛, 枪							
16	speed	[spi:d]	n. 速度, 快 v. 迅速, 前进, 急行; 加速, 使加速							
17	spell	[spel]	v. 拼写							
18	spend	[spend]	v. 花费; 消耗, 用尽; 度过, 消磨							
19	spicy	['spaisi]	a. 加很多香料的; (口味)浓郁的							
20	spill	[spil]	v. 溢出, 溅出 n. 摔下, 跌下							
21	spine	[spaɪn]	n. 脊柱, 脊椎; (动植物的)刺; 书脊							
22	spite	[spaɪt]	n. 恶意; 怨恨							
23	split	[splɪt]	v. 裂开, 劈开; 分裂, 分离 n. 分化, 分裂, 裂口							
24	spoil	[spɔɪl]	v. 损坏, 搞错; 宠坏, 溺爱							
25	spoon	[spu:n]	n. 匙, 调羹							
26	sport	[spɔ:t]	n. (体育)运动 (pl.)运动会 vi. 开玩笑; 玩耍							
27	spray	[spreɪ]	n. 喷雾, 飞沫, 浪花, 水花 v. 喷, 喷射							
28	stack	[stæk]	n. 堆, 一堆 v. 堆积, 堆起							
29	staff	[sta:f]	n. 全体职工; 杠, 棒; 参谋部 v. 配备工作人员							
30	stage	[steɪdʒ]	n. 舞台, 戏剧; 阶段, 时期							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	stain	[steɪn]	n. 污点, 瑕疵 v. 沾污; 染色							
2	stair	[steə(r)]	n. (pl.) 楼梯							
3	stake	[steɪk]	n. 桩, 标桩; 赌注, 利害关系							
4	stale	[steɪl]	n. 变质的, 不新鲜的; 陈旧的, 陈腐的							
5	stalk	[stɔ:k]	n. 茎, 梗 vt. 悄悄地跟踪 vi. 高视阔步地走							
6	stall	[stɔ:l]	n. 货摊; 畜栏, 厩 v. (使) 停转, (使) 停止							
7	stamp	[stæmp]	n. 邮票; 印; 跺脚; 标志 v. 跺脚, 顿足; 盖章							
8	stand	[stænd]	vi. 站立; 位于; 经受 n. 台, 座; 货摊; 立场							
9	stare	[ster]	v. (at) 盯, 凝视							
10	start	[stɑ:t]	v. 开始; 动身; 吃惊; 开办, 开动 n. 开端; 惊起							
11	state	[steɪt]	n. 状态, 情况; 国, 州 v. 陈述, 说明							
12	steak	[steɪk]	n. 牛排; 大块肉 (或鱼) 片							
13	steal	[sti:l]	v. 偷, 窃取; 偷偷地做, 巧取							
14	steam	[sti:m]	n. 水汽, 蒸汽, 水蒸气 v. 蒸发; 蒸; 用蒸汽开动							
15	steel	[sti:l]	n. 钢							
16	steep	[sti:p]	a. 陡峭的; 险峻的; 急剧升降的 vt. 浸泡, 沉浸							
17	steer	[stiə(r)]	vt. 驾驶, 为...操舵; 引导 vi. 驾驶							
18	stern	[stɜ:n]	a. 严厉的; 坚决的, 坚定的 n. 船尾, 舟尾							
19	stick	[stɪk]	n. 棍, 棒, 手杖 v. 刺, 戳, 扎; 粘贴							
20	stiff	[stɪf]	a. 硬的, 僵直的; 拘谨的; 呆板的; 艰难的							
21	still	[stɪl]	a. 静止的, 寂静的 ad. 还, 仍然; 更; 安静地							
22	sting	[stɪŋ]	v. /n. 刺, 刺痛, 剧痛; 刺, 叮							
23	stock	[stɒk]	n. 备料, 库存, 现货; 股票, 公债 v. 储存							
24	stone	[stəʊn]	n. 石, 石头; 岩石, 矿石; (水果的) 核、子							
25	stool	[stu:l]	n. 凳子; (pl.) 大便							
26	stoop	[stu:p]	v. 弯腰, 俯身 n. 弯腰, 曲背							
27	store	[stɔ:(r)]	n. 商店, 店铺; 贮藏, 贮备品 v. 贮藏, 贮备							
28	storm	[stɔ:m]	n. 暴风雨, 暴风雪; 激动, 爆发 v. 猛攻, 直捣							
29	story	['stɔ:ri]	n. 故事, 传说, 小说; (=storey) 楼层							
30	stove	[stəʊv]	n. 炉子, 火炉							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	strap	[stræp]	n. 皮带, 带子 v. 用带扣住, 束牢; 用绷带包扎							
2	straw	[stro:]	n. 稻草, 麦秆; 吸管							
3	strip	[strip]	v. 剥, 剥去 n. 窄条, 条纹							
4	study	['stʌdi]	vt. 学习; 研究; 细看 vi. 读书 n. 学习; 研究							
5	stuff	[stʌf]	n. 原料, 材料, 东西 v. 填满, 塞满							
6	style	[stail]	n. 风格, 文体; 式样, 时式, 类型							
7	sugar	['ʃʊgə(r)]	n. 糖, 食糖 vt. 加糖于							
8	suite	[swi:t]	n. 套间; 一套家具; 套, 组, 系列							
9	super	['su:pə(r); 'sju:pə(r)]	a. 极好的, 超级的							
10	surge	[sɜ:dʒ]	vi. 汹涌; 澎湃; 蜂拥而至 n. 巨浪; 汹涌; 澎湃							
11	swamp	[swɒmp]	n. 沼泽; 湿地 vt. 淹没; 使…应接不暇							
12	swarm	[swɔ:m]	n. 蜂群; 一大群 vi. 涌往; 挤满; 云集; 成群移动							
13	swear	[sweə(r)]	v. (at) 诅咒, 骂人; 宣誓, 发誓							
14	sweat	[swet]	n. 汗 v. (使)出汗							
15	sweep	[swi:p]	v. 扫, 打扫; 席卷, 冲光; 扫过, 掠过							
16	sweet	[swi:t]	a. 甜的; 可爱的, 美好的 n. (常 pl.) 糖果; 甜食							
17	swell	[swel]	n. /v. 肿胀; 膨胀; 增大; 增加;							
18	swift	[swift]	a. /ad. 快的(地); 敏捷的(地) a. 立刻的 n. 雨燕							
19	swing	[swɪŋ]	v. 摇摆, 摇荡, 回转, 旋转 n. 秋千; 摇摆, 摆动							
20	sword	[sɔ:d]	n. 剑, 刀; 武力							
21	table	['teɪbl]	n. 桌子; 餐桌; 工作台; 表格 vt. 搁置; 提交讨论							
22	taste	[teɪst]	v. 品尝; (of) 有…味道; 体验 n. 滋味; 味觉							
23	teach	[ti:tʃ]	vt. 教, 讲授; 教导(训) vi. 讲课, 当教师							
24	tease	[ti:z]	v. 戏弄, 取笑; 挑逗 n. (爱) 戏弄他人者; 戏弄							
25	tempo	['tempoʊ]	n. 节奏, 行进速度; (音乐的) 速度							
26	tempt	[tempt]	v. 诱惑, 引诱; 吸引, 使感兴趣							
27	tense	[tens]	n. 时态 v. 拉紧, (使)紧张 a. 绷紧的, 紧张的							
28	thank	[θ æŋk]	vt. 感谢 int. [-s] 谢谢 n. [pl.] 感谢(意)							
29	theft	[θ eft]	n. 偷窃(行为), 偷窃罪							
30	their	[ðeə(r)]	pron. . [they 的所有格] 他(她、它)们的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	theme	[θ i:m]	n. 题目, 主题; 主旋律, 基调							
2	there	[ðeə(r)]	ad. 在那儿; 往那儿; [作引导词表示“存在”]							
3	these	[ði:z]	pron. &a. [this 的复数]这些; 这些人(东西)							
4	thick	[θ ɪk]	a. 厚的, 粗的, 稠的, 浓的 ad. 厚, 浓, 密							
5	thief	[θ i:f]	n. (thieves)贼; 小偷							
6	thigh	[θ aɪ]	n. 大腿; 股骨							
7	thing	[θ ɪŋ]	n. 物, 东西; 事, 事情; 所有物; 局面, 情况							
8	think	[θ ɪŋk]	v. 想, 思索; 认为, 以为; 想要; 料想, 预料							
9	third	[θ ɜ:d]	num. 第三(个), 三分之一(的)							
10	thorn	[θ ɔ:n]	n. 刺, 荆棘							
11	those	[ðəʊz]	pron. /a. [that 的复数]那些; 那些人(东西)							
12	three	[θ ri:]	num. 三 pron. /a. 三(个, 只...)							
13	throw	[θ rəʊ]	vt. 扔; 使突然陷入; 使困惑 n. 投掷(距离)							
14	thumb	[θ ʌm]	n. 拇指 v. 示意要求搭车; 迅速翻阅							
15	tiger	['taɪgə(r)]	n. 虎; 老虎							
16	tight	[taɪt]	a. 紧的; 紧身的, 装紧的; 密封的 ad. 紧紧地							
17	timid	['tɪmɪd]	a. 胆怯的, 怯懦的							
18	tired	['taɪəd]	a. 疲劳的; 厌倦的							
19	title	['taɪtl]	n. 书名, 标题; 头衔, 称号							
20	toast	[təʊst]	n. 烤面包, 吐司; 祝酒(词) v. 烘, 烤; (向...)祝酒							
21	today	[tə'deɪ]	ad. 在今天; 现今, 在当代 n. 今天; 现在							
22	token	['təʊkən]	n. 表示; 标志; 记号; 代用硬币 a. 象征性的							
23	tooth	[tu:θ]	n. (pl. teeth)牙齿; 齿状物;							
24	topic	['tɒpɪk]	n. 话题, 主题, 题目							
25	torch	[tɔ:tʃ]	n. 手电筒; 火炬, 火把							
26	total	['təʊtl]	n. 总数, 合计 a. 总的, 全部的 v. 合计, 总数达							
27	touch	[tʌtʃ]	v. 触, 碰, 摸; 感动; 涉及 n. 触动, 碰到; 少许							
28	tough	[tʌf]	a. 坚韧的, 棘手的; 强健的, 吃苦耐劳的; 粗暴的							
29	towel	['taʊəl]	n. 毛巾 vt. 用毛巾擦或擦干							
30	tower	['taʊə(r)]	n. 塔 v. 高耸							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	toxic	['tɒksɪk]	a. 有毒的; 中毒的							
2	trace	[treɪs]	n. 痕迹, 踪迹; 极少量 v. 描绘; 跟踪, 追踪							
3	track	[træk]	n. 跑道, 小路; 轨迹, 轮迹 v. 跟踪, 追踪							
4	trade	[treɪd]	n. 贸易, 商业; 职业, 行业 v. 经商, 交易							
5	trail	[treɪl]	n. 踪迹, 痕迹; 小路 v. 追踪, 跟踪; 拖, 拖曳;							
6	train	[treɪn]	n. 列车; 行列, 系列, 一串 v. 训练, 培养							
7	trait	[treɪt]	n. 特征, 特点, 特性							
8	tramp	[træmp]	n. /v 步行; 沉重的脚步声(走) v. 践踏 n. 流浪者							
9	trash	[træʃ]	n. 垃圾; 拙劣的作品; 渣滓, 败类							
10	treat	[tri:t]	v. 对待; 治疗; 论述; 款待, 请客 n. 款待, 请客							
11	trend	[trend]	n. 倾向, 趋势 vi. 伸向, 倾向							
12	trial	['traɪəl]	n. 讯问, 审讯; 试验; 试用; 尝试							
13	tribe	[traɪb]	n. 种族, 部落; (植物, 动物)族, 类							
14	trick	[trɪk]	n. 诡计, 骗局; 恶作剧; 窍门 vt. 欺骗, 哄骗							
15	troop	[tru:p]	n. (pl.) 部队, 军队; (一)群/队 v. 群集, 集合							
16	truck	[trʌk]	n. 卡车, 载重汽车							
17	trunk	[trʌŋk]	n. 大衣箱, 皮箱; (汽车后部)行李箱; 树干, 躯干							
18	trust	[trʌst]	vt. 信任; 盼望; 委托 n. (in) 信任, 依赖; 委托							
19	truth	[tru:θ]	n. 真实, 真相; 真实性; 真理							
20	tutor	['tju:tə(r)]	n. 导师; 家庭教师 v. 辅导; 当导师; 当家庭教师							
21	twice	[twaɪs]	ad. 两次, 两倍							
22	twist	[twɪst]	v. 捻; 拧; 扭曲; 蜿蜒曲折而行 n. 拧; 歪曲; 曲折							
23	uncle	['ʌŋkl]	n. 伯父, 叔父, 舅父, 姑父, 姨父							
24	under	['ʌndə(r)]	prep. 在...下面; 在...以下 ad. 在下面; 少于							
25	unify	['ju:nɪfaɪ]	v. 使联合, 统一; 使相同, 使一致							
26	union	['ju:nɪən]	n. 联合, 团结; 联盟, 联邦; 协会, 社团; 和谐							
27	unite	[ju'naɪt]	vi. 联合, 团结; 统一, 合并 vt. 使联合							
28	unity	['ju:nəti]	n. 团结; 统一, 一致, 整体							
29	until	[ən'tɪl]	conj.&prep. 直到...为止, 在...以前; 直到...							
30	upper	['ʌpə(r)]	a. 上面的; 上部的, 较高的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	upset	[ʌp'set]	v. 使…心烦意乱;打翻,推翻 a. 难过的;不安的							
2	urban	['ɜ:bən]	a. 城市的, 市内的							
3	usage	['ju:sɪdʒ; 'ju:zɪdʒ]	n. 使用, 用法; 习惯, 习俗; 惯用法							
4	usual	['ju:ʒuəl; 'ju:ʒəl]	a. 通常的, 平常的							
5	utter	['ʌtə(r)]	v. 说, 发出(声音) a. 彻底的, 完全的							
6	vague	[veɪg]	a. 不明确的, 含糊的, 暧昧的							
7	valid	['vælɪd]	a. 有效的;有根据的;正当的							
8	value	['vælju:]	n. 价格;价值;实用性 v. 评价, 估价;尊重							
9	valve	[vælv]	n. 阀; (英)电子管, 真空管; (心脏的) 瓣膜							
10	verge	[vɜ:dʒ]	n. 边, 边缘 v. 濒临							
11	verse	[vɜ:s]	n. 韵文, 诗; 诗节, 诗句							
12	video	['vɪdiəʊ]	n. 电视, 视频;录像 a. 电视的, 视频的;录像的							
13	virus	['vaɪrəs]	n. 病毒; (精神, 道德方面的) 有害影响							
14	visit	['vɪzɪt]	n. 访问, 参观 v. 访问, 参观;视察;降临;闲谈							
15	vital	['vaɪtl]	a. 生死攸关的, 重大的;生命的, 生机的							
16	vivid	['vɪvɪd]	a. 鲜艳的;生动的, 栩栩如生的							
17	vocal	['vəʊkl]	a. 声音的;有声的;歌唱的 n. 元音;声乐作品							
18	voice	[vɔɪs]	n. 声音;嗓音;发音能力;意见, 发言权;语态							
19	vowel	['vaʊəl]	n. 元音, 元音字母							
20	wagon	['wægən]	n. 运货马车, 运货车;敞篷车厢							
21	waist	[weɪst]	n. 腰, 腰部							
22	waken	['weɪkən]	v. 醒, 弄醒, 唤醒							
23	waste	[weɪst]	v. 浪费 a. 无用的;荒芜的 n. 浪费;废物							
24	watch	[wɒtʃ]	v. 观看; 看守; (for) 窥伺, 等待 n. 看管; 表							
25	watch	[wɒtʃ]	v. 观看;注视;看守;警戒 n. 注视;手表;守护							
26	water	['wɔ:tə(r)]	n. 水 vt. 浇灌; 给…饮水 vi. 流泪, 加水							
27	weary	['wiəri]	a. 疲倦的;令人厌烦的 v. 使疲倦, 使厌倦							
28	weave	[wi:v]	v. 编(织) n. 编织法, 编织式样							
29	wedge	[wedʒ]	n. 楔, 楔形 vt. 楔牢, 楔入, 挤进							
30	weigh	[wei]	v. 称…重量, 称;重达;考虑, 权衡							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	weird	[wɪəd]	a. 古怪的, 离奇的; 怪诞的, 神秘而可怕的							
2	whale	[weɪl]	n. 鲸; 庞然大物							
3	wheat	[wi:t]	n. 小麦							
4	wheel	[wi:l]	n. 轮, 车轮							
5	where	[weə(r)]	ad. 在哪/那里 conj./pron. 哪里 conj. 然而							
6	which	[wɪtʃ]	a./pron. 哪个, 哪些; 什么样的; 那个, 那些							
7	while	[waɪl]	conj. 当...的时候; 而; 虽然; 尽管 n. 一会儿							
8	whirl	[wɜ:l]	v. (使) 旋转, 打转 n. 旋转; -连串快速的活动							
9	white	[waɪt]	a. 白色的; 苍白的; 白种的 n. 白色; 白种人							
10	whole	[həʊl]	n. 全部 a. 全体的; 全部的; 完整的; 无缺的							
11	whose	[hu:z]	pron. 谁的; 哪(个)人的, 那些(人)的							
12	widow	['wɪdəʊ]	n. 寡妇							
13	width	[wɪd θ ; wɪt θ]	n. 宽度; 宽阔, 广阔							
14	witch	[wɪtʃ]	n. 女巫, 巫婆, 巫师							
15	woman	['wʊmən]	n. (pl.) women 妇女, 成年女子							
16	world	[wɜ:ld]	n. 世界, 地球; ...界, 领域; 世间; 全世界							
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	worst	[wɜ:st]	a./ad. 最坏(的), 最差(的)							
20	worth	[wɜ: θ]	n. 价值 a. 值...的, 价值...的, 值得...的							
21	would	[wʊd; wəd; əd]	aux./v. 将; 可能; 将会; 总是, 总会; 宁愿							
22	wound	[wu:nd]	n. 创伤, 伤口 v. 伤, 伤害							
23	wreck	[rek]	n. 失事船(或飞机) v. (船等) 失事, 遇难; 破坏							
24	wrist	[rɪst]	n. 腕, 腕关节							
25	write	[raɪt]	v. 写, 书写, 写字; 写作; 写信(给), 函告							
26	wrong	[rɒŋ]	a. 错的 ad. 错误地, 不正确地 n. 错误 v. 委屈							
27	X-ray	['eks reɪ]	n. X 射线, X 光							
28	yield	[ji:ld]	v. 出产, 生长; (to) 屈服, 服从 n. 产量, 收获							
29	young	[jʌŋ]	a. 年轻的, 幼小的; 没经验的 n. 青年人							
30	yours	[jɔ:z]	pron. [you 的物主代词] 你(们)的(所有物)							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	youth	[ju:θ]	n. 青年;年轻人							
2	zebra	['zebrə; 'zi:brə]	n. 斑马							
3	aboard	[ə'bɔ:d]	ad. & prep. 在船(飞机、车)上; ad. 上船(飞机)							
4	abound	[ə'baʊnd]	vi. 大量存在; (in, with)充满, 富于							
5	abroad	[ə'brɔ:d]	ad. 到国外, 在国外; 在传播, 在流传							
6	abrupt	[ə'brʌpt]	a. 突然的, 出其不意的; (行为等)粗鲁无礼的							
7	absent	['æbsənt]	a. 缺席的; 缺乏的, 不存在的; 心不在焉的							
8	absorb	[əb'zɔ:b; əb'sɔ:b]	vt. 吸收(水、光、蒸汽等); 使全神贯注							
9	absurd	[əb'sɜ:d]	a. 荒谬的, 荒诞的, 荒唐可笑的; 不合理的							
10	accent	['æksənt; 'æksənt]	n. 口音, 腔调; 重音(符号) vt. 重读							
11	accept	[ək'sept]	vt. 接受, 领受; 认可, 同意 vi. 同意, 认可							
12	access	['ækses]	n. 进入; 接入; 到达; 享用权; 入口 vi. 存取							
13	accord	[ə'kɔ:rd]	vt. 给予(欢迎、称颂等) vi. & n. 符合, 一致							
14	accuse	[ə'kju:z]	vt. 控告, 指责 vi. 指控, 指责							
15	across	[ə'krɒs]	prep. 横过, 越过; 在的对面 ad. 横过, 穿过							
16	action	['ækʃn]	n. 行动, 动作; 作用; 运转; 行为; 战斗							
17	active	['æktɪv]	adj. 活跃的, 敏捷的, 积极的; 在活动中的							
18	actual	['æktʃuəl]	a. 实际的; 现实的, 真实的, 目前的							
19	addict	['ædɪkt]	v. 使沉溺; 使上瘾 n. 沉溺于不良嗜好的人							
20	adhere	[əd'hɪə(r)]	vi. (to) 粘着; 坚持, 遵守; 依附, 追随							
21	adjoin	[ə'dʒɔɪn]	v. 临近, 靠近; 贴近, 毗连							
22	adjust	[ə'dʒʌst]	vt. 调节; 整顿, 调整 vi. 适应(to); 使调节							
23	admire	[əd'maɪə(r)]	vt. 钦佩, 赞赏, 羡慕; 称赞, 夸奖							
24	advent	['ædvent]	n. (重要事件等的)到来, 来临							
25	adverb	['ædvɜ:b]	n. 副词 a. 副词的							
26	advice	[əd'vaɪs]	n. 劝告, 忠告, (医生等的)意见							
27	advise	[əd'vaɪz]	vt. 忠告, 劝告, 建议; 通知, 告知							
28	aerial	['eəriəl]	a. (在或来自)空中的, 航空的 n. 天线							
29	affair	[ə'feə(r)]	n. [pl.]事务; 事情(件); (个人的)事							
30	affect	[ə'fekt]	vt. 影响; (疾病)侵袭; 感动 n. 情感, 感情							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	affirm	[ə'fɜ:m]	vt. 断言, 坚持声称; 肯定; 证实, 确认;							
2	afford	[ə'fɔ:d]	vt. 担负得起 (损失、费用、后果等), 买得起							
3	afraid	[ə'freɪd]	adj. 害怕的, 恐惧的; 犯愁的, 不乐意的							
4	agency	['eɪdʒənsi]	n. 代理 (处); 代办处; [美] (政府的) 机关, 厅							
5	agenda	[ə'dʒendə]	n. 议事日程, 记事册							
6	allege	[ə'ledʒ]	v. 断言, 宣称; 指控							
7	almost	['ɔ:lməʊst]	adv. 几乎, 差不多							
8	always	['ɔ:lweɪz]	ad. 总是, 无例外地; 永远, 始终							
9	amount	[ə'maʊnt]	n. 总数, 数量; 数额 v. 共计; 等同, 接近 (to)							
10	anchor	['æŋkə(r)]	n. /v. 锚; 危难时可依靠的人或物; 用锚泊船							
11	animal	['ænɪml]	n. 动物, 野兽, 牲畜 a. 动物的, 野兽的							
12	annual	['ænjuəl]	a. 每年的, 一年生的 n. 年刊; 一年生植物							
13	answer	['ɑ:nsə(r)]	vt. 回答, 答复, 答案 v. 回答, 答复, 响应							
14	anyhow	['enihaʊ]	ad. 不管怎么说, 无论如何; 不论用何种方法							
15	anyone	['eniwʌn]	pron. (用于疑问句, 否定式) 任何人							
16	anyway	['eniwei]	ad. 不管怎么说, 无论如何; 不论以何种方式							
17	appeal	[ə'pi:l]	vi. 呼吁, 恳求; 申诉 n. 呼吁; 申诉; 吸引力							
18	appear	[ə'piə(r)]	vi. 出现; 出场; 问世; 仿佛; 出版, 发表							
19	around	[ə'raʊnd]	ad. 在... 周围, 到处 prep. 在... 四周 (或附近)							
20	arouse	[ə'reʊz]	vt. 唤醒, 叫醒; 唤起, 激起							
21	arrest	[ə'rest]	n. 逮捕, 扣留 vt. 逮捕, 扣留; 阻止; 吸引							
22	arrive	[ə'raɪv]	vi. 到达; (时间、事件) 到来, 发生; 达到							
23	artery	['ɑ:təri]	n. 动脉; 干线, 要道							
24	artist	['ɑ:tɪst]	n. 艺术家, 美术家; (某方面的) 能手							
25	ascend	[ə'send]	vi. 渐渐上升, 升高 vt. 攀登, 登上							
26	ashore	[ə'ʃɔ:(r)]	ad. 上岸; 在岸上, 向岸上							
27	asleep	[ə'sli:p]	a. 睡觉, 睡着 (用作表语)							
28	aspect	['æspekt]	n. 样子, 外表, 面貌, (问题等的) 方面							
29	aspire	[ə'spaɪə(r)]	vi. (to, after) 渴望, 追求, 有志于							
30	assert	[ə'sɜ:t]	vt. 断言, 宣称; 坚持; 主张 (权利、权威等)							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	assess	[ə'ses]	vt. (为征税)评估(财产、收入); 征税; 评价							
2	assign	[ə'sam]	vt. 派给, 分配; 选定, 指定(时间、地点等)							
3	assist	[ə'sist]	vt. 协助, 帮助, 促进 vi. 帮忙, 参加							
4	assume	[ə'sju:m]	vt. 假装; 假定, 设想; 承担; 呈现, 采取							
5	assure	[ə'ʃʊə(r); ə'ʃʊ:(r)]	vt. 使确信, 使放心(of); 向...保证							
6	attach	[ə'tætʃ]	v. 系, 贴, 装, 连接; 使成为一部分; 使依恋							
7	attack	[ə'tæk]	v. /n. 攻击, 抨击; 着手, 开始 n. (病)发作							
8	attain	[ə'teɪn]	vt. 达到; 完成; 获得 vi. 达到							
9	attend	[ə'tend]	vt. 出席, 参加; 照顾, 护理 vi. 注意; 侍奉							
10	August	[ɔ:'gʌst]	n. 8 月							
11	author	['ɔ:θ ə(r)]	n. 作者, 作家, 著作人; 创始人, 发起人							
12	autumn	['ɔ:təm]	n. 秋, 秋季; 成熟期, 渐衰期							
13	avenue	['ævənju:]	n. 林荫路, 大街; (比喻)途径, 渠道, 方法							
14	ballet	['bæleɪ]	n. 芭蕾舞, 芭蕾舞剧; 芭蕾舞团							
15	ballot	['bælət]	n. (不记名)投票; 投票总数; 投票权 vi. 投票							
16	banana	[bə'nɑ:nə]	n. 香蕉							
17	banner	['bænə(r)]	n. 旗(帜)							
18	barber	['bɑ:bə(r)]	n. 理发师							
19	barely	['beəli]	ad. 赤裸裸地, 无遮蔽地; 仅仅, 勉强, 几乎没有							
20	barrel	['bærəl]	n. 桶; 枪管, 炮管							
21	barren	['bærən]	a. 贫瘠的; 不育的; (植物)不结果的; 无用的							
22	basket	['bɑ:skɪt]	n. 筐, 篮, 篓							
23	battle	['bætl]	n. 战役, 战斗; 斗争 v. 战斗, 斗争, 搏斗							
24	beauty	['bju:ti]	n. 美, 美丽; 美人, 美丽的事物							
25	become	[bɪ'kʌm]	vi. 变成, 开始变得 vt. 适合, 同...相称							
26	before	[bɪ'fɔ:(r)]	prep. (指时间)在...以前, 在...前面, 在...之前							
27	behalf	[bɪ'hɑ:f]	n. 利益							
28	behave	[bɪ'heɪv]	v. 举止, 举动, 表现; 运转, 开动							
29	behind	[bɪ'hænd]	prep. 在...的背后, (遗留)在...后面; 落后于							
30	belief	[bɪ'li:f]	n. 信任, 相信, 信念; 信仰, 信条							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	belong	[bɪ'lɒŋ]	v. (to)属于, 附属, 隶属; 应归入(类别, 范畴等)							
2	benign	[bɪ'naɪn]	a. (病)良性的, (气候)良好的, 仁慈的, 和蔼的							
3	beside	[bɪ'saɪd]	prep. 在... 旁边, 在... 附近; 和... 相比							
4	betray	[bɪ'treɪ]	v. 背叛, 出卖; 暴露, 流露, 泄露							
5	better	['betə(r)]	a. 较好的 ad. 更好(地) v. 改良 n. 较佳者							
6	beware	[bɪ'weə(r)]	v. 当心, 谨防							
7	beyond	[bɪ'jɒnd]	prep. 在(或向)... 的那边, 远于; 超出;							
8	bitter	['bɪtə(r)]	a. (有)苦(味)的; 痛苦的, 厉害的							
9	bloody	['blʌdɪ]	a. 流血的, 血腥的							
10	blouse	[blaʊz]	n. 女衬衣, 短上衣, 宽阔的罩衫							
11	border	['bɔ:də(r)]	n. 边界, 国界; 边(沿) v. 交界, 与...接壤; 接近							
12	borrow	['bɒrəʊ]	vt. 借, 借入; (思想、文字等)采用, 抄袭							
13	bother	['bɒðə(r)]	vt. 打扰, 麻烦 vi. 担心, 烦恼 n. 烦恼, 焦急							
14	bottle	['bɒtl]	n. 瓶(子) v. 装瓶							
15	bottom	['bɒtəm]	n. 底(部); 基础, 根基; 海底, 湖底, 河床							
16	bounce	[baʊns]	n. /vi. (球)弹起, 弹回; 弹起, 跳起; n. 弹力							
17	branch	[brɑ:ntʃ]	n. (树)条, 分支; 分店; (学科)分科, 部门; 支流							
18	brandy	['brændɪ]	n. 白兰地酒							
19	breach	[bri:tʃ]	n. 违反, 不履行; 破裂 vt. 冲破, 攻破							
20	breast	[brest]	n. 胸膛, 乳房							
21	breath	[bre θ]	n. 呼吸, 气息							
22	breeze	[bri:z]	n. 微风; 轻而易举的事 vi. 来去匆匆, 急速走							
23	bridge	[brɪdʒ]	n. 桥; 桥牌; 鼻梁 vt. 架桥; 渡过							
24	bright	[braɪt]	a. 明亮的, 辉煌的; 聪明的; 欢快的, 美好的							
25	bronze	[brɒnz]	n. 青铜; 青铜色, 古铜色; 青铜制品, 铜牌							
26	browse	[braʊz]	vi. 随意翻阅, 浏览; (牛、羊等)吃草							
27	bruise	[bru:z]	n. 青肿, 挫伤; 伤痕 vt. 打青; 挫伤							
28	brutal	['bru:tɪl]	a. 残忍的; 严峻的; 严酷的							
29	bubble	['bʌbl]	n. 泡, 水泡, 气泡 v. 冒泡, 起泡, 沸腾							
30	bucket	['bʌkɪt]	n. 水桶, 吊桶							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	budget	['bʌdʒɪt]	n. 预算 v. 做预算							
2	buffet	['bʊfeɪ; 'bʌfɪt]	n. 自助餐							
3	bullet	['bʊlɪt]	n. 子弹, 枪弹							
4	bundle	['bʌndl]	n. 捆, 包, 束							
5	burden	['bɜ:dn]	n. 担子, 重担, 负担 vt. 给予负担或麻烦							
6	bureau	['bjʊərəʊ]	n. 署, 局, 司, 处							
7	butter	['bʌtə(r)]	n. 黄油, 奶油 v. 涂黄油于…上							
8	button	['bʌtn]	n. 纽扣, 按钮(开关) v. 扣紧; 扣上纽扣							
9	bypass	['baɪpɑ:s]	n. (by-pass) 旁道; vt. 绕过							
10	camera	['kæmrə]	n. 照相机, 摄影机							
11	campus	['kæmpəs]	n. (大学) 校园							
12	cancel	['kænsəl]	v. 取消, 把…作废; 删去, 划掉							
13	cancer	['kænsə(r)]	n. 癌							
14	candle	['kændl]	n. 蜡烛							
15	cannon	['kænən]	n. 大炮, 火炮							
16	canvas	['kænvəs]	n. 帆布; 帆布画布, (帆布) 油画							
17	carbon	['kɑ:bən]	n. 碳							
18	career	[kə'riə(r)]	n. (个人的) 事业; 专业, 生涯, 职业, 经历							
19	caress	[kə'res]	vt. / n. 爱抚, 抚摸							
20	carpet	['kɑ:pt]	n. 地毯							
21	carrot	['kærət]	n. 胡萝卜							
22	castle	['kɑ:sl]	n. 城堡; (国际象棋中的) 车							
23	casual	['kæʒuəl]	a. 偶然的, 碰巧的; 临时的, 非正式的							
24	cattle	['kætl]	n. 牛; 牲口, 家畜							
25	cellar	['selə(r)]	n. 地窖, 地下室							
26	cement	[si'ment]	n. 水泥; 胶泥, 胶接剂 v. 胶合; 巩固, 加强							
27	census	['sensəs]	n. 人口普查(调查)							
28	centre	['sentə(r)]	n. 中心, 中央, 中间 vt. 集中 vi. 以…为中心							
29	cereal	['siəriəl]	n. 加工而成的谷类食物; 谷类植物, 谷物							
30	chance	[tʃɑ:ns]	n. 机会; 可能性; 偶然性, 运气 v. 碰巧, 偶然发生							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	change	[tʃeɪndʒ]	n. 改变,变化;零钱 v. 更换,调换,交换;改变							
2	charge	[tʃɑ:dʒ]	v. 索(价);控告;充电 n. (pl.)费用,代价;电荷							
3	cheese	[tʃi:z]	n. 干酪,乳酪							
4	cheque	[tʃek]	n. (check)支票,空白支票;总收入							
5	cherry	['tʃeri]	n. 樱桃(树)							
6	choice	[tʃɔ:s]	n. 选择(机会),抉择,选择项;入选者 a. 精选的							
7	choose	[tʃu:z]	v. 选择,挑选;甘愿							
8	chorus	['kɔ:rəs]	n. 合唱队;合唱 v. 异口同声地说,随声附和							
9	Christ	[kraɪst]	n. 基督,救世主,耶稣							
10	church	[tʃɜ:tʃ]	n. 教堂;教会,教派; (宗教的)礼拜仪式							
11	cinema	['sɪnəmə; 'sɪnəmə:]	n. 电影院;电影,影片							
12	circle	['sɜ:kl]	n. 圆,圆周;集团;周期,循环 v. 环绕,旋转							
13	circus	['sɜ:kəs]	n. 马戏团,杂技团;马戏场,杂技场							
14	clause	[klɔ:z]	n. (正式文件或法律文件的)条款;从句,分句							
15	clergy	['klɜ:dʒi]	n. [总称]牧师,神职人员							
16	clever	['klevə(r)]	a. 聪明的,伶俐的,机敏的,精巧的							
17	client	['klaɪənt]	n. 律师等的当事人,委托人;商店的顾客							
18	climax	['klaɪməks]	n. 顶点,高潮							
19	clinic	['klɪnɪk]	n. 诊所							
20	closet	['klɒzɪt]	n. (壁)橱 a. 私下的 vt. 把...引进密室会谈							
21	clothe	[kləʊð]	v. (给...)穿衣,供给...衣服							
22	cloudy	['klaʊdi]	a. 多云的,阴(天)的;混浊的,模糊的							
23	clumsy	['klʌmzi]	a. 笨拙的,愚笨的							
24	clutch	[klʌtʃ]	v. 抓住,攫住,掌握 n. 离合器							
25	coarse	[kɔ:s]	a. 粗糙的,粗劣的;粗鲁的,粗俗的							
26	coffee	['kɒfi]	n. 咖啡(色)							
27	collar	['kɒlə(r)]	n. 衣领;环状物							
28	colony	['kɒləni]	n. 殖民地;侨民;聚居区;(动植物的)群体							
29	column	['kɒləm]	n. 圆柱,柱状物;列;(报刊中的)专栏							
30	combat	['kɒmbæt]	v. /n. 战斗,搏斗,格斗							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	comedy	['kɒmədi]	n. 喜剧;喜剧性事件							
2	commit	[kə'mɪt]	v. 把...交给给,提交;犯(错误),干(坏事)							
3	common	['kɒmən]	a. 普通的; 共同的; 一般的; n. 公有地							
4	compel	[kəmpel]	v. 强迫,迫使							
5	comply	[kəm'plai]	v. (with)遵照,照做,应允;顺从,服从							
6	confer	[kən'fɜ:(r)]	v. 商讨;授予,颁给(勋衔,学位等)							
7	convey	[kən'vei]	v. 运送,搬运,转运;传达,传播							
8	copper	['kɒpə(r)]	n. 铜;铜币,铜制器							
9	corner	['kɔ:nə(r)]	n. 角,街角;偏僻处; vt. 将...逼入困境;							
10	cosmic	['kɒzmk]	a. 宇宙的; 无比巨大的, 无穷尽的							
11	costly	['kɒstli]	a. 昂贵的,价值高的,豪华的							
12	cotton	['kɒtn]	n. 棉花;棉线,棉纱;棉制品							
13	county	['kaʊnti]	n. (英国)郡,(美国)县							
14	couple	['kʌpl]	n. (一)对,双;夫妇; v. 连接,结合							
15	coupon	['ku:pɒn]	n. 证明持券人有某种权利的卡片,票证,赠券							
16	course	[kɔ:s]	n. 课程,教程;过程,进程;路程,路线;一道菜							
17	cousin	['kʌzn]	n. 堂(或表)兄弟,堂(或表)姐妹							
18	coward	['kaʊəd]	n. 懦夫,胆怯者							
19	cradle	['kreɪdl]	n. 摇篮;发源地							
20	create	[kri'eɪt]	v. 创造,创作;引起,造成,建立							
21	credit	['kredit]	v. /n. 信用,信任 n. 信用贷款,赊欠;名誉,名望							
22	crisis	['kraɪsɪs]	n. (pl. crises)危机,紧要关头							
23	critic	['krɪtɪk]	n. 批评家,评论家							
24	cruise	[kru:z]	v. 巡航;以节省燃料的速度前进 n. 乘船巡游							
25	custom	['kʌstəm]	n. 习惯,风俗,惯例;(pl.)海关,关税							
26	damage	['dæmɪdʒ]	v. /n. 损害,毁坏 n. (pl.)损害赔偿费							
27	danger	['deɪndʒə(r)]	n. 危险;威胁;危险事物							
28	dazzle	['dæzl]	v. 使惊奇,使倾斜;耀(眼) n. 耀眼的光							
29	deadly	['dedli]	a. 致命的;势不两立的; 极度的;必定的							
30	dealer	['di:lə(r)]	n. 商人							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	debate	[dɪ'beɪt]	v. /n. 争论, 辩论							
2	decade	['dekeɪd; dɪ'keɪd]	n. 十年							
3	deceit	[dɪ'si:t]	n. 欺骗, 欺骗行为							
4	decent	['di:snt]	a. 体面的; 正派的, 合乎礼仪的; 合适的							
5	decide	[dɪ'saɪd]	v. 决定, 下决心; 解决, 裁决							
6	deduce	[dɪ'dju:s]	vt. (from) 演绎, 推断, 推论							
7	deduct	[dɪ'dʌkt]	vt. 扣除; 演绎(推理)							
8	defeat	[dɪ'fi:t]	n. 击败, 战胜, 失败 v. 击败, 战胜; 使失败							
9	defect	['di:fekt; dɪ'fekt]	n. 过失; 缺点; 不足							
10	defend	[dɪ'fend]	v. 防守, 保卫; 为…辩护, 为…答辩							
11	define	[dɪ'faɪn]	v. 给…下定义; 阐述; 阐释; 限定, 规定							
12	degree	[dɪ'ɡri:]	n. 程度; 度数; 学位; 等级							
13	delete	[dɪ'li:t]	vt. 删除							
14	demand	[dɪ'mɑ:nd]	n. /v. 要求, 请求, 需要(量) v. 查问							
15	denial	[dɪ'naɪəl]	n. 否认; 拒绝; 否认某事或某事实的声明							
16	denote	[dɪ'nəʊt]	vt. 表示, 意味着							
17	dental	['dentl]	a. 牙齿的; 牙科(用)的							
18	depart	[dɪ'pɑ:t]	vi. 离开, 起程 a. 过去的, 逝世的							
19	depend	[dɪ'pend]	v. (on) 取决于, 依靠, 信赖, 相信							
20	depict	[dɪ'pɪkt]	v. 描绘; 描写, 描述							
21	deputy	['depjuti]	n. 代理人, 代表 a. 副的, 代理的							
22	derive	[dɪ'reɪv]	v. 取得; 导出; 引申; 来自; 源自; 出自							
23	desert	[(for v.) dɪ'zɜ:t; (fn. 沙漠, 不毛之地 v. 抛弃, 遗弃; 擅离, 开小差								
24	design	[dɪ'zaɪn]	v. 设计; 构思; 绘制; 图案; 企图 n. 设计, 图样							
25	desire	[dɪ'zaɪə(r)]	v. /n. 愿望, 欲望, 要求							
26	detach	[dɪ'tætʃ]	vt. 分开, 分离, 分遣, 派遣(军队)							
27	detail	['di:teɪl]	n. 细节, 详情 v. 详述							
28	detain	[dɪ'teɪn]	v. 耽搁; 扣押, 拘留							
29	detect	[dɪ'tekt]	v. 察觉, 发觉, 侦察, 探测							
30	device	[dɪ'vaɪs]	n. 装置, 设备; 仪表; 方法, 设计							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	devise	[dɪ'vaɪz]	vt. 设计;发明;图谋;作出(计划);想出(办法)							
2	devote	[dɪ'vəʊt]	v. (to) 奉献, 致力							
3	dialog	['daɪələʊg]	n. (dialogue) 对话, 对白							
4	differ	['dɪfə(r)]	v. (from) 与...不同; (with) 与...意见不同							
5	digest	[daɪ'dʒest; dɪ'dʒest]	vt. 消化; 领会, 融会贯通 n. 文摘, 摘要							
6	dilute	[daɪ'lu:t; daɪ'lju:t]	vt. 稀释, 冲淡 a. 稀释的, 冲淡的							
7	dinner	['dɪnə(r)]	n. 正餐, 宴会							
8	direct	[də'rekt; daɪ'rekt]	a. /ad. 径直的(地) v. 管理, 指导; (at, to) 指向							
9	dismay	[dɪs'meɪ]	n. /v. (使) 沮丧; (使) 惊慌; (使) 失望, (使) 绝望							
10	divert	[daɪ'vɜ:t]	vt. 使转向, 使改道; 转移(注意力); 使娱乐							
11	divide	[dɪ'vaɪd]	v. 分, 划分, 分开; 分配; (by) 除							
12	divine	[dɪ'vaɪn]	a. 神的, 神授的, 天赐的; 极好的, 极美的							
13	doctor	['dɒktə(r)]	n. 医生; 博士 vt. 授以博士学位; 诊断; 修改							
14	dollar	['dɒlə(r)]	n. (美国, 加拿大等国货币单位) 美元, 加元							
15	domain	[də'meɪn; dəʊ'meɪn]	n. (活动, 思想等) 领域, 范围; 领地							
16	donate	[dəʊ'neɪt]	vt. 捐赠(金钱等); 赠予							
17	donkey	['dɒŋki]	n. 驴子; 蠢人; 顽固的人							
18	dragon	['dræɡən]	n. 龙							
19	drawer	[drɔ:(r)]	n. 抽屉							
20	driver	['draɪvə(r)]	n. 驾驶员							
21	during	['djʊərɪŋ]	prep. 在...期间							
22	Easter	['i:stə(r)]	n. 复活节							
23	edible	['edəbl]	a. 可食用的							
24	editor	['edɪtə(r)]	n. 编辑, 编者							
25	effect	['ɪfekt]	n. 结果; 效果; 影响; 印象 vt. 招致; 实现; 达到							
26	effort	['efət]	n. 努力; 成就; 艰难的尝试							
27	eighty	['eɪti]	num. /a. 八十 pron. 八十(个, 只...)							
28	either	['aɪðə(r); 'i:ðə(r)]	ad. 也(不) pron. 两者之一 a. (两者中) 任一的							
29	elapse	['ɪləps]	vi. (时间) 溜走; (光阴) 逝去							
30	eleven	['ɪlevn]	num. 十一 pron. /a. 十一(个, 只...)							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	e-mail	['i,mel]	n. (electronic mail) 电子信函, 电子邮件							
2	embark	[ɪm'bɑ:k]	v. (使) 上船 (或飞机, 汽车等); 着手, 从事							
3	embody	[ɪm'bɒdi]	vt. 具体表达, 使具体化; 包含, 收录							
4	emerge	[ɪ'mɜ:dʒ]	vt. 显现, 浮现; 暴露; 形成;							
5	empire	['empaɪə(r)]	n. 帝国							
6	employ	[ɪm'plɔɪ]	n. /v. 雇用; 用, 使用							
7	enable	[ɪ'neɪbl]	v. 使能够, 使成为可能; 授予权利或方法							
8	ending	['endɪŋ]	n. 结尾, 结局							
9	endure	[ɪn'dʒʊə(r)]	v. 忍受, 持久, 持续							
10	energy	['enədʒi]	n. 活力, 精力; 能, 能量							
11	engage	[ɪn'geɪdʒ]	v. (in) 从事, 着手; 约定; 使订婚; 保证; 雇用							
12	engine	['endʒɪn]	n. 发动机, 引擎; 火车头							
13	enough	[ɪ'nʌf]	a. (for) 足够的 n. 足够, 充分 ad. 足够地							
14	enrich	[ɪn'rtʃ]	v. 使富足; 使肥沃; 装饰; 加料于; 浓缩							
15	enroll	[ɪn'rəʊl]	v. (enrol) 招收; 登记; 入学; 参军; 成为会员							
16	ensure	[ɪn'ʃʊə(r); ɪn'ʃʊ:(r)]	v. 确保, 保证; 使安全							
17	entail	[ɪn'teɪl]	vt. 使承担; 需要; 把 (疾病等) 遗传给; 限定							
18	entire	[ɪn'taɪə(r)]	a. 完全的, 全部的, 完整的							
19	entity	['entəti]	n. 实体; 存在 (物); 组织, 机构; 本质							
20	escape	[ɪ'skeɪp]	n. 逃跑, 逃脱 v. 逃跑; 避开, 避免							
21	escort	['eskɔ:t]	vt. 护送 (卫); 陪同 n. 警卫, 护送者; 仪仗兵							
22	estate	[ɪ'steɪt]	n. 房地产; 不动产; 所有权; 地位; 生活状况							
23	esteem	[ɪ'sti:m]	n. 尊敬, 尊重 vt. 尊重, 敬重; 把...看作							
24	ethnic	['eθnɪk]	a. 种族的; 人种学的							
25	evolve	[ɪ'vɒlv]	v. (使) 发展; (使) 进化; (使) 进展							
26	exceed	[ɪk'si:d]	v. 超过, 胜过; 超出							
27	except	[ɪk'sept]	prep. 除...之外 v. 除外; 反对							
28	excess	[ɪk'ses]	a. 过量的, 额外的 n. 过量; 过剩; 超额; 无节制							
29	excite	[ɪk'saɪt]	v. 刺激, 使激动; 激发, 激励							
30	excuse	[ɪk'skju:s]	v. 原谅, 宽恕, 免除 n. 借口, 辩解							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	exempt	[ɪgˈzempt]	a. 免除的 v. 免除 n. 免税者;被免除义务者							
2	exotic	[ɪgˈzɒtɪk]	a. 奇异的;异国情调的;外(国)来的							
3	expand	[ɪkˈspænd]	v. (使) 膨胀, (使) 扩张;张开, 展开							
4	expect	[ɪkˈspekt]	v. 预期;期望, 指望							
5	expend	[ɪkˈspend]	v. 消费, 花费							
6	expert	[ˈekspɜ:t]	n. 专家, 能手 a. 熟练的, 有经验的;专门的							
7	expire	[ɪkˈspaɪə(r)]	v. 期满, (期限) 终止;呼气;断气, 死亡							
8	export	[ˈekspɔ:t]	v. /n. 输出, 出口 n. 出口商品							
9	expose	[ɪkˈspəʊz]	v. (to) 使暴露, 受到;使曝光							
10	extend	[ɪkˈstend]	v. 延长, 延伸;扩充;给予;提供;估价							
11	extent	[ɪkˈstent]	n. 广度, 宽度, 长度;程度, 限度							
12	fabric	[ˈfæbrɪk]	n. 织物;织品;结构;构造;建筑物							
13	factor	[ˈfæktə(r)]	n. 因素, 要素							
14	fairly	[ˈfeəli]	ad. 公正地, 正当地;相当, 还算							
15	family	[ˈfæməli]	n. 家, 家庭成员;氏族, 家庭;族, 科							
16	famine	[ˈfæmɪn]	n. 饥荒, 饥馑							
17	famous	[ˈfeɪməs]	a. 著名的							
18	farmer	[ˈfɑ:mə(r)]	n. 农民, 农场主							
19	fasten	[ˈfɑ:sn]	v. 扎牢, 使固定							
20	father	[ˈfɑ:ðə(r)]	n. 父亲; 创始人, 发明者; (Father) 神父							
21	faulty	[ˈfɔ:ltɪ]	a. 有错误的, 有缺点的, 不完善的							
22	feeble	[ˈfi:bl]	a. 虚弱的, 无力的							
23	fellow	[ˈfeləʊ]	n. 人, 家伙;伙伴, 同事 a. 同样的, 同事的							
24	female	[ˈfi:meɪl]	n. 女性;女人;雌兽 a. 女性的;雌的;柔弱的							
25	feudal	[ˈfju:dl]	a. 封建的;封地的;领地的							
26	fierce	[fiəs]	a. 凶猛的, 残忍的;狂热的, 强烈的							
27	figure	[ˈfɪgə(r)]	n. 体形;轮廓;数字;图形 v. 描绘;计算;推测							
28	filter	[ˈfɪltə(r)]	n. 滤器, 滤纸							
29	finger	[ˈfɪŋgə(r)]	n. 手指;指状物;指针							
30	finish	[ˈfɪnɪʃ]	n. 完成;结束;磨光 v. 完成;结束;用完;毁掉							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	finite	['famait]	a. 有限的; [数]有穷的, 限定的							
2	flavor	['fleivə]	n. (flavour) 情味; 风味; 滋味 v. 给…调味							
3	flight	[flaɪt]	n. 飞翔, 飞行; 航班; 航程; 逃跑; 楼梯的一段							
4	flower	['flaʊə(r)]	n. 花; 精华, 精粹, 精英; 盛时 vi. 开花							
5	fluent	['flu:ənt]	a. 流利的, 流畅的							
6	follow	['fɒləʊ]	v. 跟随, 接着; 领会; 沿着…前进, 遵循; 结果是							
7	forbid	[fə'bid]	v. 禁止, 不许							
8	forest	['fɒrɪst]	n. 森林							
9	forget	[fə'get]	v. 忘记, 遗忘							
10	formal	['fɔ:ml]	a. 正式的; 形式的							
11	format	['fɔ:mæt]	n. (出版物的) 开本, 版式, 格式 vt. 设计; 安排							
12	former	['fɔ:mə(r)]	a. 以前的, 在前的 pron. 前者							
13	fossil	['fɒsl]	n. 化石							
14	foster	['fɒstə(r)]	vt. 养育; 收养; 怀抱; 鼓励 a. 收养的 n. 养育者							
15	freeze	[fri:z]	v. 使结冰, 使凝固							
16	Friday	['fraɪdeɪ; 'fraɪdi]	n. 星期五							
17	fridge	[frɪdʒ]	n. (refrigerator 的略语) 冰箱							
18	friend	[frend]	n. 朋友							
19	fright	[fraɪt]	n. 恐怖							
20	fringe	[frɪndʒ]	n. 边缘; (窗帘) 缘饰; 额前垂发 vt. 饰…的边							
21	futile	['fju:taɪl]	a. 无效的, 无用的, 无希望的							
22	future	['fju:tʃə(r)]	n. 将来, 未来; 前途, 前景 a. 将来的, 未来的							
23	galaxy	['gæləksi]	n. 星系; (the Galaxy) 银河(系); 一群显赫的人							
24	gallon	['gælən]	n. 加仑							
25	gallop	['gæləp]	v. /n. 奔驰, 飞奔							
26	gamble	['gæmbəl]	n. /v. 投机, 冒险; 赌博							
27	garage	['gærɑ:ʒ; 'gærɑ:dʒ;]	n. 车库, 飞机库; 修车厂							
28	garden	['gɑ:dn]	n. (菜, 花) 园; 公园							
29	garlic	['gɑ:lk]	n. 蒜, 大蒜粉							
30	gather	['gæðə(r)]	v. 聚集, 聚拢; 推测, 推断							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	gender	['dʒendə(r)]	n. (生理上的)性; (名词、代词等的)性							
2	genius	['dʒi:niəs]	n. 天才							
3	gentle	['dʒentl]	a. 和蔼的, 文雅的, 有礼貌的							
4	gently	['dʒentli]	ad. 文雅地, 有礼貌地; 轻轻地							
5	giggle	['gɪgl]	vi. / n. 痴笑; 咯咯地笑 vt. 咯咯地笑着说							
6	glamor	['glæmə]	n. (glamour)魅力; 魔法 vt. 迷惑							
7	glance	[glɑ:ns]	v. (at, over)扫视 n. 匆匆看, 一瞥, 一眼							
8	global	['gləʊbl]	a. 球形的; 全球的, 全世界的; 全面的							
9	gloomy	['glumi]	a. 阴暗的, 阴沉的, 令人沮丧的, 阴郁的							
10	golden	['gəʊldən]	a. 金黄色的; 贵重的, 极好的							
11	goodby	[gud'bai]	int. (goodbye) 再见							
12	gossip	['gɒsɪp]	n. /v. (说)闲话, 闲聊							
13	govern	['gʌvn]	v. 统治, 管理; 决定, 支配							
14	gramme	[græm]	n. (gram) 克							
15	grease	[gri:s]	n. 动物脂, 油脂, 润滑脂 v. 抹油, 润滑							
16	greedy	['gri:di]	a. 贪吃的, 贪婪的, 渴望的							
17	grieve	[gri:v]	v. 使悲伤, 使伤心							
18	grocer	['grəʊsə(r)]	n. 食品商, 杂货商							
19	ground	[graʊnd]	n. 地, 地面, 土地; 场地, 场所; 理由, 根据							
20	growth	[grəʊθ]	n. 生长, 增长, 发展							
21	guilty	['gɪlti]	a. (of)有罪的, 内疚的							
22	guitar	[gi'tɑ:(r)]	n. 吉他 vi. 弹吉他							
23	hammer	['hæmə(r)]	n. 铁锤, 槌, 榔头 v. 锤击, 敲打							
24	hamper	['hæmpə(r)]	v. 妨碍, 阻碍, 牵制							
25	handle	['hændl]	n. 柄, 把手, 拉手 v. 处理, 对待, 操纵; 触, 抚养							
26	happen	['hæpən]	v. (偶然)发生; 碰巧, 恰好							
27	harbor	['hɑ:bə]	n. (harbour)海港; 避难所 v. 隐匿, 窝藏							
28	harden	['hɑ:dn]	v. (使)变硬							
29	hardly	['hɑ:dli]	ad. 几乎不, 简直不; 仅仅							
30	hatred	['hetrɪd]	n. 憎恨, 憎恶, 怨恨							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	hazard	['hæzəd]	n. 危险, 冒险, 危害 v. 冒险, 拼命							
2	health	[hel θ]	n. 健康, 健康状况; 卫生							
3	heaven	['hev n]	n. 天, 天空, 天堂; (Heaven) 上帝, 神							
4	height	[hart]	n. 高, 高度; (常 pl.) 高地, 高处							
5	helmet	['helmt]	n. 头盔, 钢盔							
6	heroic	[hə'reuɪk]	a. 英雄的, 英勇的, 崇高的							
7	heroin	['herəuɪn]	n. 海洛因							
8	highly	['haɪli]	ad. 高度地, 很, 非常; 赞许地							
9	hijack	['haɪdʒæk]	v. 劫持, 劫机, 拦路抢劫							
10	hinder	['hɪndə(r)]	v. (from) 阻止, 妨碍 a. 后面的							
11	holder	['həʊldə(r)]	n. 持有者, 占有者; (台, 架等) 支持物							
12	hollow	['hɒləʊ]	a. 空的, 中空的; 空洞的, 空虚的 v. 挖空, 凿空							
13	honest	['ɒnɪst]	a. 诚实的, 正直的, 老实的							
14	horror	['hɒrə(r)]	n. 恐怖, 战栗							
15	huddle	['hʌdl]	n. /v. 拥挤; 聚集 v. (因寒冷、害怕而) 缩成一团							
16	humble	['hʌmbəl]	a. 谦卑的, 恭顺的; 地位低下的 v. 降低, 贬低							
17	hunger	['hʌŋgə(r)]	n. /v. 饥饿; 渴望							
18	hungry	['hʌŋgri]	a. 饥饿的, 渴望的							
19	ignite	[ɪg'naɪt]	v. 点火, 引燃							
20	ignore	[ɪg'nɔ:(r)]	v. 不理, 不顾, 忽视							
21	immune	[ɪ'mju:n]	a. 免疫的, 有免疫力的; 有受影响的; 豁免的							
22	impact	[ɪmpækt]	n. 冲击, 碰撞; 影响 v. 影响; 挤入, 压紧							
23	impair	[ɪm'peə(r)]	v. 损害, 损伤; 削弱, 减少							
24	impart	[ɪm'pɑ:t]	vt. 传授, 给予; 告知, 通知							
25	import	[ɪm'pɔ:t]	v. /n. 进口, 输入, (pl.) 进口商品; 要旨, 含意							
26	impose	[ɪm'pəʊz]	v. 征(税); (on) 把...强加给							
27	income	[ɪn'kʌm; 'ɪnkəmə]	n. 收入, 收益, 所得							
28	indeed	[ɪn'di:d]	ad. 确实, 实在; 真正地, 多么							
29	indoor	[ɪn'dɔ:(r)]	a. 室内的, 户内的							
30	induce	[ɪn'dju:s]	v. 引诱, 劝使; 引起, 导致; 感应							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	infant	['ɪnfənt]	n. 婴儿, 幼儿							
2	infect	[ɪn'fekt]	vt. 传染, 感染; 影响(思想等)							
3	inform	[ɪn'fɔ:m]	v. (of, about) 通知, 告诉, 报告; 告发, 告密							
4	inhale	[ɪn'heɪl]	v. 吸入(气体等), 吸(烟)							
5	inject	[ɪn'dʒekt]	vt. 注射(药液等); 注入							
6	injure	[ɪndʒə(r)]	v. 损害, 损伤, 伤害							
7	injury	[ɪndʒəri]	n. 伤害, 损害							
8	inland	[ɪn'lænd; -lənd]	a. /ad. 国内, 内地, 内陆							
9	insect	[ɪnsekt]	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	insist	[ɪn'sɪst]	vi. (on) 坚持要求, 坚决主张, 坚持							
13	insult	[ɪn'sʌlt]	vt. /n. 侮辱, 凌辱							
14	insure	[ɪn'ʃʊə(r); ɪn'ʃʊ:(r)]	vt. 保险, 给…保险; 保证							
15	intact	[ɪn'tækt]	a. 完整无缺的, 未经触动的, 未受损伤的							
16	intend	[ɪn'tend]	vt. 想要, 打算, 企图							
17	invade	[ɪn'veɪd]	vt. 入侵, 侵略, 侵袭, 侵扰							
18	invent	[ɪn'vent]	v. 发明, 创造; 捏造, 虚构							
19	invert	[ɪn'vɜ:t]	v. 倒置, 倒转, 颠倒							
20	invest	[ɪn'vest]	vt. 投资, 投入(精力、时间等)							
21	invite	[ɪn'vaɪt]	vt. 邀请, 招待							
22	inward	[ɪn'wəd]	ad. 向内, 在内 a. 向内的, 在内的, 里面的							
23	island	[ɪ'laɪlənd]	n. 岛, 岛屿: (道路上的)交通安全岛							
24	itself	[ɪt'self]	pron. (it 的反身代词) 它自己, 它本身							
25	jacket	[ɪ'dʒækt]	n. 短上衣, 茄克衫							
26	jargon	[ɪ'dʒɑ:gən]	n. 行话							
27	jungle	[ɪ'dʒʌŋɡl]	n. 丛林, 生死地带							
28	junior	[ɪ'dʒʊniə(r)]	a. /n. 年少的/者, 三年级的/学生, 下级(的)							
29	kettle	[ɪ'ketl]	n. 水壶							
30	kidnap	[ɪ'kɪdnæp]	vt. 诱拐; 绑架, 劫持							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	kidney	['kɪdni]	n. 肾, 肾脏							
2	ladder	['lædə(r)]	n. 梯子, 阶梯							
3	laptop	['læptɒp]	n. 膝上型电脑							
4	lately	['leɪtli]	ad. 最近, 不久前							
5	latent	['leɪntnt]	a. 潜在的, 潜伏的, 不易察觉的							
6	latter	['lætə(r)]	a. 后者的; 后一半的, 接近终了的 n. 后者							
7	launch	[lɔ:ntʃ]	v. 发射;使(船)下水, 发动, 开展 n. 发射, 下水							
8	lawyer	['ləɪə(r)]	n. 律师							
9	layman	['leɪmən]	n. 外行							
10	layoff	['leɪɒf]	n. 临时解雇, 操作停止, 活动停止期间, 失业期							
11	layout	['leɪaʊt]	n. 安排, 布局, 设计; 规划图, 布局图							
12	league	[li:g]	n. 同盟, 联盟;联合会, 社团							
13	legacy	['legəsi]	n. 遗产, 遗赠; 先人(或过去)留下的东西							
14	legend	['ledʒənd]	n. 传说, 传奇							
15	length	[lenθ]	n. 长, 长度;一段, 一节, 程度, 范围							
16	lesson	['lesn]	n. (功)课; [pl.]课程; 教训							
17	letter	['letə(r)]	n. 信, 函件;字母, 文字							
18	liable	['laɪəbl]	a. 有... 倾向的; 可能遭受... 的; 有责任的							
19	likely	['laɪkli]	a. 很可能的, 有希望的 ad. 大概, 多半							
20	linear	['lɪniə(r)]	a. 线的, 直线的, 线状的; 长度的; 线性的							
21	linger	['lɪŋgə(r)]	v. 逗留, 徘徊, 拖延, 留恋, 浪费光阴, 苟延残喘							
22	liquid	['lɪkwɪd]	n. 液体 a. 液体的, 液态的							
23	liquor	['lɪkə(r)]	n. 酒; 溶液, 液剂							
24	listen	['lɪsn]	vi. 倾听(与介词 to 并用, 方可置宾语)							
25	litter	['lɪtə(r)]	n. 垃圾, (杂乱的)废物 v. 使杂乱, 乱丢							
26	little	['lɪtl]	a. 小, 幼小; 不多的 ad. /n. 不多, 几乎没有							
27	lively	['laɪvli]	a. 活泼的, 活跃的;栩栩如生的, 真实的							
28	living	['lɪvɪŋ]	a. 活的, 有生命的, 天然的, 逼真的 n. 生活, 生计							
29	locate	[ləʊ'keɪt]	v. 查出, 探出, 查找...地点, 使...坐落于, 位于							
30	locker	['lɒkə(r)]	n. 更衣箱							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	lonely	['ləʊnli]	a. 孤独的, 寂寞的; 荒凉的, 人迹稀少的							
2	loosen	['lu:sn]	v. 解开, 放松							
3	lounge	[laʊndʒ]	n. 休息室, 起居室, 客厅							
4	lovely	['lʌvli]	a. 可爱的, 好看的; 令人愉快的, 美好的							
5	lumber	['lʌmbə(r)]	n. 木材, 木料							
6	luxury	['lʌkjəri]	n. 奢侈, 华贵; 奢侈品 a. 奢侈的, 豪华的							
7	madame	['mædəm]	n. (madam) 夫人, 太太, 女士							
8	magnet	['mæɡnət]	n. 磁体, 磁铁							
9	maiden	['meɪdn]	n. 少女, 处女 a. 未婚的, 纯洁的, 无经验的							
10	mammal	['mæməl]	n. 哺乳动物							
11	manage	['mænɪdʒ]	v. 经营, 管理, 处理; 设法, 对付; 操纵, 运用							
12	manner	['mænə(r)]	n. 方式; 举止; (pl.) 风度, 礼貌; 规矩; 风俗							
13	manual	['mænjʊəl]	a. 手的, 手工做的, 体力的 n. 手册, 指南							
14	marble	['mɑ:bl]	n. 大理石, 云石							
15	margin	['mɑ:dʒɪn]	n. 页边空白; 边缘; 余地; 幅度							
16	marine	[mə'ri:n]	a. 海的, 海生的; 船舶的, 航海的							
17	market	['mɑ:kit]	n. 集市, 市场; 销路, 需求(量) v. 销售							
18	master	['mɑ:stə(r)]	n. 男主人; 师傅; 硕士 v. 精通, 控制 a. 主要的							
19	matter	['mætə(r)]	n. 物质, 物体; 毛病, 麻烦; 事情 v. 有关系, 要紧							
20	mature	[mə'tʃʊə(r); mə'tʃʊə]	a. 成熟的, 熟的; 成年人的 v. (使)成熟							
21	meadow	['medəʊ]	n. 草地, 牧场							
22	medium	['mi:diəm]	n. (pl. media) 媒体, 方法, 媒介, 介质 a. 中等的							
23	melody	['melədi]	n. 旋律, 曲调: 悦耳的音乐							
24	member	['membə(r)]	n. 成员, 会员							
25	memory	['meməri]	n. 记忆, 记忆力; 回忆; 存储(器)							
26	menace	['menəs]	vt. /n. 有危险性的人(或物); 威胁, 威吓							
27	mental	['mentl]	a. 精神的, 思想的, 心理的, 智力的, 脑力的							
28	merely	['miəli]	adv. 仅仅, 只不过							
29	method	['me θ əd]	n. 方法, 办法							
30	metric	['metrɪk]	a. 米制的, 公制的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	middle	['mɪdl]	n. /a. 中间(的), 当中(的)							
2	mingle	['mɪŋɡl]	v. (使) 混合							
3	minute	['mɪnɪt]	n. 分钟, 片刻; (p1.) 会议记录 a. 微小的							
4	mirror	['mɪrə(r)]	n. 镜子; 反映, 反射 v. 反映, 反射							
5	misery	['mɪzəri]	n. 痛苦, 悲惨, 不幸							
6	mobile	['məʊbaɪl]	a. 可动的, 活动的, 运动的							
7	modern	['mɒdn]	a. 现代的, 近代的, 新式的							
8	modest	['mɒdɪst]	a. 谦虚的, 有节制的							
9	modify	['mɒdɪfaɪ]	v. 更改, 修改, 修饰							
10	module	['mɒdju:l]	n. 组件, 模块, 模件; (航天器的) 舱							
11	moment	['məʊmənt]	n. 片刻, 瞬间, 时刻							
12	Monday	['mʌndeɪ; 'mʌndi]	n. 星期一							
13	monkey	['mʌŋki]	n. 猴子							
14	mortal	['mɔ:təl]	a. 致命的; 终有一死的; 人世间的 n. 凡人							
15	mosaic	[məʊ'zeɪk]	n. 马赛克; 镶嵌体							
16	mostly	['məʊstli]	ad. 几乎全部地; 主要地, 大部分, 基本上							
17	mother	['mʌðə(r)]	n. 母亲							
18	motion	['məʊʃn]	n. 运动, 动; 提议, 动议 v. 提议, 动议							
19	motive	['məʊtɪv]	n. 动机, 目的 a. 发动的, 运动的							
20	murder	['mɜ:də(r)]	v. /n. 谋杀, 凶杀							
21	murmur	['mɜ:mə(r)]	v. /n. 小声说(话); 小声抱怨, 咕哝							
22	muscle	['mʌsl]	n. 肌肉, 体力							
23	museum	['mju:ziəm]	n. 博物馆, 展览馆							
24	mutter	['mʌtə(r)]	n. 喃喃而语, 小声低语; 抱怨 v. 低声说, 抱怨							
25	mutton	['mʌtn]	n. 羊肉							
26	mutual	['mju:tʃuəl]	a. 相互的, 彼此的; 共同的, 共有的							
27	myself	[maɪ'self]	pron. [反身代词] 我自己; 我亲自							
28	namely	['neɪmli]	ad. 即, 也就是							
29	napkin	['næpkɪn]	n. 餐巾, 餐巾纸, <英>尿布							
30	narrow	['nærəʊ]	a. 狭窄的, 狭的, 狭隘的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	nation	['neɪʃn]	n. 民族, 国家							
2	native	['neɪtɪv]	a. 本地的, 本国的; 天生的 n. 本地人, 本国人							
3	nature	['neɪtʃə(r)]	n. 自然界, 大自然; 性质, 本性, 天性							
4	nearby	[,niə'baɪ]	a. 附近的 ad. 在附近 prep. 在…附近							
5	nearly	['niəli]	ad. 差不多, 几乎							
6	needle	['ni:dl]	n. 针, 指针, 针状物							
7	nephew	['neɪʃu:; 'nevju:]	n. 侄子, 外甥							
8	nickel	['nɪkl]	n. 镍; 镍币; 五美分							
9	ninety	['naɪntɪ]	num. 九十, 九十个							
10	nobody	['nəʊbədi]	pron. 谁也不, 无人 n. 小人物							
11	noodle	['nu:dl]	n. (常用复数) 面条							
12	normal	['nɔ:ml]	a. 正常的, 普通的; 正规的, 标准的							
13	notice	['nəʊtɪs]	n. 通知, 通告, 布告; 注意, 认识 v. 注意到, 注意							
14	notify	['nəʊtɪfaɪ]	v. 通知, 告知, 报告							
15	notion	['nəʊʃn]	n. 概念, 想法, 意念, 看法, 观点							
16	number	['nʌmbə(r)]	n. 数, 数字, 数量, 号码, 一群 v. 共计, 编号							
17	object	['ɒbdʒɪkt]	n. 物体; 客体, 对象; 目标; 宾语 v. (to) 反对							
18	oblige	[ə'blaɪdʒ]	v. 强迫, 迫使; 责成; (使) 感激, 施恩于							
19	obtain	[əb'teɪn]	v. 获得, 得到							
20	occupy	['ɒkjupaɪ]	v. 占, 占用; 占据, 占领; 使忙碌, 使从事							
21	offend	[ə'fend]	v. 犯罪, 冒犯, 违反, 得罪, 使…不愉快							
22	office	['ɒfɪs]	n. 办公室, 办事处; 职务, 公职; 部, 局, 处							
23	offset	['ɒfset]	n. 分支, 补偿 v. 抵消, 补偿							
24	opaque	[əʊ'peɪk]	a. 不透明(光)的; 难理解的, 晦涩的							
25	oppose	[ə'pəʊz]	v. 反对, 使对立, 使对抗, 使相对							
26	option	['ɒpʃn]	n. 选择(权), [商] 选择买卖的特权							
27	orange	['ɒrɪndʒ]	n. 柑, 桔, 橙							
28	orient	['ɔ:rient]	n. 东方, 亚洲 v. 使朝东, 为…定位, 使适应							
29	origin	['ɒrɪdʒɪn]	n. 起源, 由来; 出身, 来历							
30	orphan	['ɔ:fn]	n. 孤儿							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	outfit	['aʊtfɪt]	n. 用具, 机构, 全套装配 v. 配备, (得到) 装备							
2	outing	['aʊtɪŋ]	n. 外出, 旅行, 散步							
3	outlet	['aʊtlet]	n. 出路, 出口; 销路, 市场; 发泄方法; 电源插座							
4	output	['aʊtpʊt]	n. 产量, 输出(量)							
5	outset	['aʊtset]	n. 开始, 开端							
6	oxygen	['ɒksɪdʒən]	n. 氧, 氧气							
7	packet	['pækɪt]	n. 小包裹, 小捆; 盒; 一捆, 一扎; 邮船, 班轮							
8	paddle	['pædl]	n. 桨 v. 用桨划							
9	palace	['pæləs]	n. 宫, 宫殿							
10	parade	[pə'reɪd]	n. /v. 游行, 夸耀 n. 检阅, 阅兵式 v. 使列队行进							
11	parcel	['pɑ:sl]	n. 包裹, 邮包, 部分 v. 打包, 捆扎, 分配							
12	pardon	['pɑ:dn]	n. 原谅, 宽恕; 请再说一遍 v. 原谅, 饶恕, 赦免							
13	parent	['peərənt]	n. 父母, 母亲; (pl.) 双亲; 父母							
14	partly	['pɑ:tli]	ad. 部分地, 不完全地, 在一定程度上							
15	patent	['pæt(ə)nt; 'pet(ə)nt]	a. 专利的, 特许的 n. 专利(权、品) v. 批准专利							
16	patrol	[pə'trəʊl]	v. 巡逻, 巡查 n. 巡逻, 巡查; 巡逻队							
17	patron	['petrən]	n. 赞助人; 资助人; 老顾客, 老主顾							
18	peanut	['pi:nʌt]	n. 花生							
19	pebble	['pebl]	n. 卵石							
20	pencil	['pensl]	n. 铅笔 vt. 用铅笔写							
21	people	['pi:pl]	n. 人们, 人; [the-] 人民; 一国人民, 民族							
22	pepper	['pepə(r)]	n. 胡椒粉, 胡椒; 辣椒							
23	period	['piəriəd]	n. 时期, 时代; 学时; 周期, 一段时间; 句点							
24	perish	['perɪʃ]	v. 丧生; 凋谢; 毁灭, 消亡							
25	permit	[pə'mɪt]	v. 许可, 允许 n. 许可证, 执照							
26	person	['pɜ:sn]	n. 人, 喜欢(或适应).. 的人; 人物; 人称							
27	petrol	['petrəl]	n. 汽油							
28	phrase	[freɪz]	n. 短语, 词语, 习语							
29	pickup	['pɪkʌp]	n. 拾起, 获得							
30	picnic	['pɪknɪk]	n. 野餐 v. (去) 野餐							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	pierce	[piəs]	v. 刺穿, 刺破							
2	pigeon	['pidʒɪn]	n. 鸽							
3	pillar	['pilə(r)]	n. 柱, 台柱, 栋梁							
4	pillow	['piləʊ]	n. 枕头							
5	pirate	['paɪəət]	n. /v. 海盗, 盗版(者)							
6	pistol	['pɪstl]	n. 手枪							
7	piston	['pɪstən]	n. 活塞							
8	plague	[pleɪg]	n. 瘟疫, 灾害, 麻烦, 苦恼 vt. 折磨, 使苦恼							
9	planet	['plænit]	n. 行星							
10	please	[pli:z]	v. 请; 使愉快, 使满意; 喜欢, 愿意							
11	pledge	[pledʒ]	n. 誓约; 保证 v. 发誓; 保证							
12	plenty	['plenti]	n. 丰富, 大量							
13	plight	[plait]	n. 情况, 状态, 困境, 盟誓(婚姻) v. 保证, 约定							
14	plough	[plau]	n. (plow) 犁, 耕地, 犁过的地 v. 犁, 费力地前进							
15	plunge	[plʌndʒ]	v. (into) (使) 投入, (使) 插进, 陷入; 猛冲							
16	plural	['plʊərəl]	a. 复数的 n. 复数							
17	pocket	['pɒkit]	n. 衣袋 a. 袖珍的, 小型的 v. 把...装入袋内							
18	poetry	['pəʊətri]	n. 诗歌, 诗集							
19	poison	['pɔɪzn]	n. 毒物, 毒药 v. 放毒, 毒害, 污染							
20	police	[pə'li:s]	n. 警察, 警察机关 a. 警察的 v. 管辖							
21	policy	['pɒləsi]	n. 政策, 方针							
22	polish	['pɒlɪʃ]	v. 磨光, 擦亮; 使优美, 润饰 n. 擦光剂, 上光蜡							
23	polite	[pə'laɪt]	a. 有礼貌的, 客气的; 有教养的, 文雅的							
24	ponder	['pɒndə(r)]	v. 沉思, 考虑							
25	porter	['pɒtə-]	n. 守门人, 门房, 行李搬运工, 服务员							
26	poster	['pəʊstə(r)]	n. 海报, 张贴的大幅广告							
27	potato	[pə'tetəʊ]	n. 马铃薯, 土豆							
28	powder	['paʊdə(r)]	n. 粉末, 药粉; 火药, 炸药							
29	praise	[preɪz]	v. 赞扬, 歌颂; 表扬 n. 称赞, 赞美; 赞美的话							
30	prayer	[preə(r)]	n. 祈祷, 祷告, 祷文							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	preach	[pri:tʃ]	v. 宣讲(教义), 布道;竭力鼓吹, 宣传;说教							
2	prefer	[pri'fɜ:(r)]	v. (to) 更喜欢, 宁愿							
3	pretty	['prɪti]	ad. 相当, 很 a. 漂亮的, 俊俏的, 标致的							
4	priest	[pri:st]	n. 教士, 神父							
5	prince	[prɪns]	n. 王子, 亲王							
6	prison	['prɪzn]	n. 监狱							
7	profit	['prɒfɪt]	n. 利润, 收益 v. (by, from) 得利, 获益;有利于							
8	prompt	[prɒmpt]	a. 敏捷的, 迅速的, 即刻的 v. 激起, 促进, 推动							
9	propel	[prə'pel]	vt. 推进, 推动; 激励, 驱使							
10	proper	['prɒpə(r)]	a. 适合的;合乎体统的;固有的;有礼貌的							
11	public	['pʌblɪk]	a. 公共的, 公用的;公开的, 公然的 n. 公众, 民众							
12	punish	['pʌnɪʃ]	v. 惩罚, 处罚							
13	puppet	['pʌpɪt]	n. 木偶, 傀儡							
14	purify	['pjʊərɪfaɪ]	v. 使纯净, 提纯							
15	purple	['pɜ:pl]	a. 紫的 n. 紫色							
16	pursue	[pə'sju:]	v. 追赶, 追踪;继续, 从事							
17	puzzle	['pʌzl]	n. 难题, 谜, 迷惑 v. (使)迷惑, (使)为难							
18	quartz	[kwɔ:ts]	n. 石英							
19	quench	[kwentʃ]	v. 熄灭, 扑灭, 压制, 抑制, 止渴							
20	quiver	['kwɪvə(r)]	v. /n. 颤抖, 抖动							
21	rabbit	['ræbɪt]	n. 兔子							
22	racial	['reɪl]	a. 种的, 种族的							
23	racket	['rækɪt]	n. 球拍							
24	radius	['reɪdiəs]	n. 半径, 半径范围, 有效航程, 范围, 界限							
25	random	['rændəm]	a. 随机的, 随意的 n. 随机, 随意							
26	rarely	['reəli]	ad. 很少, 难得, 非常地							
27	rather	['rɑ:ðə(r)]	ad. 相当, 有一点儿;宁愿, 宁可							
28	reader	['ri:də(r)]	n. 读者; 读本, 读物; (英国的) 大学讲师							
29	really	['ri:əli; 'rɪəli]	ad. 确实, 实在, 真正地, 果然							
30	reason	['ri:zn]	n. 原因, 理性, 理智 v. 推理, 说服, 辩论, 讨论							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	recall	[rɪ'kɔ:l]	v. 回忆, 回想; 撤消, 收回							
2	recede	[rɪ'si:d]	v. 退回, 后退; 收回, 撤回; 跌落, 缩减, 贬值							
3	recent	['ri:snt]	a. 新近的, 近来的							
4	recipe	['resəpi]	n. 烹饪法, 食谱; 诀窍, 方法							
5	recite	[rɪ'saɪt]	v. 背诵, 朗诵							
6	reckon	['rekən]	v. 计算, 总计, 估计, 猜想, 依赖							
7	record	['rekɔ:d]	n. 记录; 最高记录; 履历; 唱片 v. 记录; 录音							
8	reduce	[rɪ'dju:s]	v. 减少, 缩小; 简化, 还原							
9	refine	[rɪ'faɪn]	v. 精炼, 精制, 提纯; 使文雅, 使高尚							
10	reform	[rɪ'fɔ:m]	v. /n. 改革, 改造, 改良							
11	refuge	['refju:dʒ]	n. 避难处, 藏身处							
12	refund	['ri:fʌnd]	n. 归还, 偿还额, 退款 v. 退还, 偿还, 偿付							
13	refuse	[rɪ'fju:z]	v. 拒绝, 谢绝 n. 废物, 垃圾							
14	refute	[rɪ'fju:t]	v. 反驳, 驳斥							
15	regard	[rɪ'gɔ:d]	v. (as)把...看作为; 考虑 n. (pl.) 敬重, 问候							
16	regime	[rei'ʒim]	n. 政体, 制度							
17	region	['ri:dʒən]	n. 地区, 地带, 行政区, (科学等) 领域							
18	regret	[rɪ'gret]	v. /n. 遗憾, 懊悔, 抱歉							
19	reject	[rɪ'dʒekt]	v. 拒绝, 抵制, 丢弃, 排斥, 退掉 n. 落选者							
20	relate	[rɪ'leɪt]	v. 叙述, 讲述; 使互相关联							
21	relief	[rɪ'li:f]	n. (痛苦等) 减轻, 解除; 援救, 救济							
22	relish	['relɪʃ]	n. 美味, 味道, 调味品, 食欲, 乐趣 v. 喜欢, 品味							
23	remain	[rɪ'meɪn]	v. 剩下, 余留; 留待, 尚须; 仍然是, 依旧是							
24	remark	[rɪ'mɑ:k]	n. (about, on) 评语, 意见 v. (on) 评论; 注意到							
25	remedy	['remədi]	n. 药品; 治疗措施 v. 治疗, 医治; 纠正, 补救							
26	remind	[rɪ'maɪnd]	v. (of) 提醒, 使想起							
27	remote	[rɪ'məʊt]	a. 远的, 遥远的, 疏远的, 偏僻的, 细微的							
28	remove	[rɪ'mu:v]	v. 移动, 脱掉, 调动, 免职							
29	render	['rendə(r)]	v. 使得, 致使; 提出, 提供, 呈报							
30	repair	[rɪ'peə(r)]	n. 修理, 修补 v. 补救, 纠正; 修理							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	repeat	[rɪ'pi:t]	v. 重复, 重说, 重做 n. 重复							
2	report	[rɪ'pɔ:t]	n. /v. 报告, 汇报; 传说, 传阅							
3	rescue	['reskju:]	v. /n. 营救, 援救							
4	resent	[rɪ'zent]	v. 对…表示忿恨, 怨恨							
5	resign	[rɪ'zam]	v. 辞去, 辞职, 使听从(于), 使顺从							
6	resist	[rɪ'zɪst]	v. 抵抗, 反抗; 抗, 忍得住, 抵制							
7	resort	[rɪ'zɔ:t]	v. 凭借, 求助, 诉诸 n. 度假胜地, 常去之处, 手段							
8	result	[rɪ'zʌlt]	n. 结果, 成绩 v. 结果, 致使, 导致, 由…而造成							
9	resume	[rɪ'zju:m]	n. 个人简历 v. 再继续, 重新开始; 再用; 恢复							
10	retail	['ri:teɪl]	n. 零售							
11	retain	[rɪ'teɪn]	v. 保持, 保留							
12	retire	[rɪ'taɪə(r)]	v. 退休, 引退; 退却, 撤退; 就寝							
13	retort	[rɪ'tɔ:t]	n. /v. 报复, 反击, 反驳							
14	return	[rɪ'tɜ:n]	v. /n. 返回, 回来; 归还, 送还; 回答							
15	reveal	[rɪ'vi:l]	v. 展现, 显示, 揭示, 揭露, 告诉, 泄露							
16	review	[rɪ'vju:]	v. 回顾, 复习 n. 回顾, 复习; 评论							
17	revise	[rɪ'vaɪz]	v. 修订, 校订; 修正, 修改							
18	revive	[rɪ'vaɪv]	v. 恢复; (使)复苏							
19	revolt	[rɪ'veʊlt]	v. /n. 反抗, 起义							
20	reward	[rɪ'wɔ:d]	n. (for) 报酬, 奖金 v. (for) 酬劳; 酬谢							
21	rhythm	['rɪðəm]	n. 节奏, 韵律							
22	ribbon	['rɪbən]	n. 缎带, 丝带, 带, 带状物							
23	riddle	['rɪdl]	n. 谜, 谜语							
24	ritual	['rɪtʃuəl]	a. 宗教仪式的, 典礼的 n. (宗教) 仪式, 典礼							
25	robust	[rəʊ'bʌst]	a. 强健的, 雄壮的, 精力充沛的, 坚固的, 浓的							
26	rocket	['rɒkɪt]	n. 火箭							
27	rotary	['rəʊtəri]	a. 旋转的							
28	rotate	[rəʊ'teɪt]	v. (使) 旋转							
29	rotten	['rɒtn]	a. 腐烂的, 腐朽的							
30	rubber	['rʌbə(r)]	n. 橡皮, 橡胶; 橡胶制品, 胶鞋							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	sacred	['sekrɪd]	a. 神圣的;宗教的;庄严的							
2	saddle	['sædl]	n. 鞍, 马鞍, 鞍状物							
3	safety	['seɪftɪ]	n. 安全, 保险; 安全设备, 保险装置							
4	sailor	['seɪlə(r)]	n. 水手, 海员							
5	salary	['sæləri]	n. 薪金, 薪水							
6	salute	[sə'lu:t]	v. /n. 敬礼, 鸣礼炮; 迎接, 欢迎							
7	sample	['sɑ:mpl]	n. 样品, 实例, 标本, 抽样检查 v. 取样, 采样							
8	satire	['sætəɪə(r)]	n. 讽刺, 讽刺文学, 讽刺作品							
9	saucer	['sɔ:sə(r)]	n. 茶托, 碟子							
10	savage	['sævɪdʒ]	a. 野蛮的; 凶恶的, 残暴的 n. 野人, 未开化的人							
11	saving	['seɪvɪŋ]	n. 挽救, 救助, 节约, 储蓄; (pl.) 储蓄金, 存款							
12	scarce	[skeəs]	a. 缺乏的, 不足的; 稀少的, 罕见的							
13	scheme	[ski:m]	n. 计划, 方案; 阴谋; 配置 v. 计划, 策划; 阴谋							
14	school	[sku:l]	n. 学校, (大学里的) 学院; 上学, 学业; 学派							
15	scrape	[skreɪp]	v. 刮(掉), 擦过, 勉强通过 n. 刮, 擦痕, 刮擦声							
16	scream	[skri:m]	v. /n. 尖声叫, 喊叫着说出, (风) 呼啸							
17	screen	[skri:n]	n. 屏幕, 屏风; 帘 v. 掩蔽, 包庇; 筛选							
18	script	[skript]	n. 剧本(原稿); 手稿, 原稿; 笔迹, 手迹							
19	search	[sɜ:tʃ]	v. /n. (for) 搜索, 寻找, 探查							
20	season	['si:zn]	n. 季, 季节, 时节							
21	second	['sek(ə)nd]	a. 第二; 次等的, 二等的 n. 秒 v. 赞成, 附和							
22	secret	['si:krət]	a. 秘密的, 机密的 n. 秘密							
23	sector	['sektə(r)]	n. 部门, 部分; 防御地段, 防区; 扇形							
24	secure	[sɪ'kjʊə(r)]	a. (from, against) 安全的, 放心的 v. 得到; 防护							
25	seldom	['seldəm]	ad. 很少, 不常							
26	select	[sɪ'lekt]	v. 选择, 挑选 a. 精选的, 选择的							
27	senate	['senət]	n. 参议院, 上院							
28	senior	['si:nɪə(r)]	a. 年长的; 地位较高的 n. (大学) 四年级学生							
29	serial	['sɪəriəl]	n. 连载小说, 连续剧; 连载刊物 a. 连续的							
30	series	['sɪəri:z]	n. 一系列, 连续; 丛书							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	settle	['setl]	v. 安定, 安顿; 停息; 定居; 解决, 调停							
2	severe	[si'veɪə(r)]	a. 严厉的; 剧烈的, 严重的, 严峻的, 艰难的							
3	shabby	['ʃæbi]	a. 简陋的, 破旧的, 卑鄙的, 不公平的							
4	shadow	['ʃædəʊ]	n. 阴影, 影子, 荫; 暗处, 阴暗							
5	shield	['ʃi:ld]	n. 防护物, 护罩; 盾, 盾状物 v. 保护, 防护							
6	shiver	['ʃivə(r)]	v. /n. 战栗, 发抖							
7	should	[ʃəd; ʃʊd]	aux. v. 应该; 万一; 可能, 该; 就; 竟然会							
8	shower	['ʃaʊə(r)]	n. 阵雨; 沐浴; (一)阵/大批 v. 下降雨, 倾注							
9	shrewd	['ʃru:d]	a. 机灵的, 敏锐的; 精明的							
10	shrink	['ʃrɪŋk]	v. 起皱, 收缩; 退缩, 畏缩							
11	signal	['signəl]	n. 信号, 暗号 v. 发信号, 用信号通知							
12	silent	['saɪlənt]	a. 寂静, 沉默的							
13	silver	['sɪlvə(r)]	n. 银; 银器; 银币 v. 镀银							
14	simple	['sɪmpl]	a. 简单的; 单纯的, 直率的; 迟钝的, 头脑简单的							
15	simply	['sɪmpli]	ad. 简单地; 完全, 简直; 仅仅, 只不过; 朴素地							
16	single	['sɪŋgl]	a. 单人的; 单一的, 单个的; 未婚的, 独身的							
17	sister	['sɪstə(r)]	n. 姐, 妹; 护士长; 修女, 女教士							
18	sketch	['sketʃ]	n. 素描; 略图, 草图; 梗概 v. 绘略图, 速写, 写生							
19	sleeve	['sli:v]	n. 袖子							
20	slight	['slaɪt]	a. 轻微的, 微小的; 纤细的, 瘦弱的							
21	slogan	['sləʊɡən]	n. 标语, 口号							
22	smooth	[smu:ð]	a. 光滑的; 顺利的; 柔和的 v. (over)掩饰							
23	snatch	['snætʃ]	n. /v. 攫取, 抢夺							
24	sneeze	['sni:z]	vi. 打喷嚏, 发喷嚏声 n. 喷嚏							
25	soccer	['sɒkə(r)]	n. 足球							
26	social	['səʊʃl]	a. 社会的; 交际的							
27	solemn	['sɒləm]	a. 庄严的, 隆重的; 严肃的							
28	sorrow	['sɒrəʊ]	n. 悲哀, 悲痛							
29	source	[sɔ:s]	n. 源, 源泉; 来源, 出处							
30	speech	[spi:tʃ]	n. 演说, 讲话; 言语, 语言							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	sphere	[sfiə(r)]	n. 球, 球体; 范围, 领域							
2	spider	['spaidə(r)]	n. 蜘蛛							
3	spiral	['spairəl]	a. 螺旋形的 n. 螺旋, 螺旋线 v. 螺旋上升; 盘旋							
4	spirit	['spirit]	n. 精神; 志气; (pl.) 情绪, 心情; (pl.) 酒精							
5	splash	[splʌʃ]	v. 溅, 泼 n. 溅, 飞溅声							
6	sponge	[spʌndʒ]	n. 海绵							
7	spouse	[spaʊs; spaʊz]	n. 配偶 (指夫或妻)							
8	spread	[spred]	v. /n. 伸开, 伸展; 散布, 传播							
9	spring	[sprɪŋ]	n. 春; 跳; 泉, 源泉; 弹簧, 发条 v. 跳, 跳跃							
10	sprout	[sprʌʊt]	vi. 发芽, 抽条 vt. 使发芽 n. 新芽, 嫩苗							
11	square	[skweə(r)]	n. 正方形; 广场 a. 正方形的 v. 使成方形							
12	stable	['steɪbl]	a. 稳定的, 安定的 n. 马厩, 马棚							
13	staple	['steɪpl]	n. 主要产品; 名产; 纤维; 主要成分, 主食							
14	starve	[stɑ:v]	v. (使) 饿死, 饿得慌, 挨饿							
15	static	['stætɪk]	a. (statical) 静态的, 静力的							
16	statue	['stætʃu:]	n. 塑像, 雕像							
17	status	['steɪtəs]	n. 地位, 身份; 情形, 状况							
18	steady	['stedi]	a. 稳定的, 不变的; 坚定的 v. (使) 稳固/稳定							
19	stereo	['steriəʊ]	n. 立体声音响; 立体声装置 n. /a. 立体声 (的)							
20	sticky	['stʊki]	a. 粘的, 粘性的; 棘手的; (道路) 泥泞的							
21	stitch	[stɪtʃ]	n. 一针; (因跑步引起的) 肋部剧痛 v. 缝 (合)							
22	storey	['stɔ:ri]	n. (story) 楼, 层							
23	strain	[streɪn]	v. 拉紧; 紧张; 扭伤; 竭尽全力 n. 拉紧; 负担							
24	stream	[stri:m]	n. 小河, 溪流; 流, 一股, 一串 v. 流出, 涌							
25	street	[stri:t]	n. 街, 街道; 行车道							
26	stress	[stres]	n. 压力; 重要性; 应力; 重音 vt. 强调, 重读							
27	strict	[strikt]	a. (with) 严格的, 严厉的; 严谨的, 精确的							
28	stride	[straɪd]	vi. 大踏步走; 跨越 n. 一大步 (pl.) 长足进步							
29	strife	[straɪf]	n. 争吵; 冲突, 斗争; 竞争							
30	strike	[strak]	n. /vi. 罢工 vt. 打, 击; 攻击; 给...深刻印象							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	string	['strɪŋ]	n. 弦, 线, 细绳; (一串), (一行) v. 缚, 捆							
2	stripe	['straɪp]	n. 长条, 条纹; 军服上表示军阶的臂章条纹							
3	strive	['straɪv]	v. 奋斗, 努力							
4	stroke	['strəʊk]	n. 击; 报时的钟声; 一击/划/笔; 中风 v. 抚摸							
5	stroll	['strəʊl]	n. & v. 漫步; 散步; 游荡							
6	strong	['strɒŋ]	a. 强壮的, 强大的; 强烈的, 浓的							
7	studio	['stju:diəʊ]	n. 画室; 播音室; (电影) 制片厂							
8	stupid	['stju:pɪd]	a. 愚蠢的, 迟钝的							
9	sturdy	['stɜ:di]	a. 坚定的, 不屈不挠的; 强健的, 结实的							
10	submit	[səb'mɪt]	v. (to) 使服从, 屈服; (to) 呈送, 提交							
11	subtle	['sʌtl]	a. 精巧的, 巧妙的; 细微的, 微妙的							
12	suburb	['sʌbɜ:b]	n. 市郊, 郊区							
13	subway	['sʌbweɪ]	n. 地铁; 地下行人隧道							
14	sudden	['sʌdn]	a. 出乎意料的, 突然的							
15	suffer	['sʌfə(r)]	v. (from) 受痛苦, 患病; 受损失; 遭受; 忍受							
16	sulfur	['sʌlfə]	n. (sulphur) 硫							
17	summer	['sʌmə(r)]	n. 夏天, 夏季 a. 夏季的							
18	summit	['sʌmɪt]	n. 顶, 最高点; 颠峰, 高峰; 最高级会议							
19	summon	['sʌməŋ]	v. 召唤; 传讯, 传唤; 鼓起(勇气); 振作(精神)							
20	Sunday	['sʌndeɪ; 'sʌndi]	n. 星期日							
21	sunset	['sʌnset]	n. 日落, 傍晚; 晚霞							
22	superb	[su:'pɜ:b; sju:'pɜ:b]	a. 极好的, 杰出的; 华丽的;							
23	supper	['sʌpə(r)]	n. 晚餐							
24	supply	[sə'plaɪ]	v. (with, to) 供给, 供应, 补足 n. 供应, 供应量							
25	survey	['sɜ:veɪ]	v. /n. 俯瞰, 眺望; 全面审视, 调查; 测量图, 勘定							
26	switch	['swɪtʃ]	n. 开关; 转换; 鞭子 v. 转变, 转换; 抽打							
27	symbol	['sɪmbl]	n. 符号, 标志; 象征							
28	system	['sɪstəm]	n. 系统, 体系; 制度; 方法, 方式, 步聚							
29	tablet	['tæblət]	n. 药片; 碑, 匾							
30	tackle	['tækəl]	n. 滑车; 用具, 器械 v. 处理, 解决; 抱住, 抓住							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	tactic	['tæktɪk]	n. (tactics)策略, 战术							
2	tailor	['teɪlə(r)]	n. 裁缝 v. 缝制, 剪裁							
3	talent	['tælənt]	n. 才能, 天资; 人才							
4	tangle	['tæŋɡl]	n. 纠缠; 缠结; 混乱 v. (使)缠绕; 变乱							
5	tanker	['tæŋkə(r)]	n. 油船							
6	target	['tɑ:ɡɪt]	n. 目标, 对象, 靶子							
7	tariff	['tærɪf]	n. 关税, 税率; (旅馆, 饭店等)价目表, 收费表							
8	temper	['tempə(r)]	n. 脾气; 韧度 vt. 调和, 使缓和; 使回火							
9	temple	['templ]	n. 庙宇, 神殿, 寺; 太阳穴							
10	tenant	['tenənt]	n. 承租人; 房客; 佃户 vt. 租借, 承租							
11	tender	['tendə(r)]	a. 嫩的; 敏感的; 温柔的 v. 提出, 提供; 投标							
12	tennis	['tenɪs]	n. 网球							
13	terror	['terə(r)]	n. 恐怖; 可怕的人(事)							
14	theirs	[ðeəz]	pron. [they 的物主代词]他(她、它)们的							
15	theory	['θɪəri]	n. 理论, 原理; 学说, 见解, 看法							
16	thesis	['θɪsɪs]	n. (pl. theses) 论文; 论题; 论点							
17	thirst	[θɜ:st]	n. 渴, 口渴; (for)渴望, 热望							
18	thirty	['θɜ:ti]	num. 三十, 三十个(人或物)							
19	though	[ðəʊ]	ad. 可是, 然而, 不过 conj. 尽管, 虽然							
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	thrift	[θrɪft]	a. 节约, 节俭							
23	thrill	[θrɪl]	n. 一阵激动(恐惧) v. 激动; (使)毛骨悚然							
24	thrive	[θraɪv]	v. 兴旺, 繁荣							
25	throat	[θrəʊt]	n. 咽喉, 嗓子							
26	throne	[θrəʊn]	n. 御座, 宝座; 王位, 王权							
27	thrust	[θrʌst]	vt. 插入; 猛推 n. 插, 推力 vi. 刺, 戳, 冲							
28	ticket	['tɪkɪt]	n. 票, 入场券; 票签; (交通违章)罚款传票							
29	timber	['tɪmbə(r)]	n. 木材, 木料							
30	timely	['taɪmli]	a. 及时的, 适时的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	tissue	['tʃuː; 'tɪsjuː]	n. 织物, 薄绢, 纸巾; (动, 植物的) 组织							
2	toilet	['tɔɪlət]	n. 厕所, 盥洗室							
3	tomato	[tə'mɑ:təʊ]	n. 西红柿							
4	tongue	[tʌŋ]	n. 舌; 语言							
5	toward	[tə'wɔ:d; twɔ:d; tɔ:d]	prep. (towards) 朝, 向; 将近; 对于; 为了							
6	tragic	['trædʒɪk]	a. 悲剧的, 悲惨的							
7	travel	['trævl]	n. 旅行 v. 旅行; 行进, 传播							
8	treaty	['tri:ti]	n. 条约, 协议, 协商							
9	trench	[trentʃ]	n. & v. (挖) 沟, (挖) 战壕							
10	trifle	['traɪfl]	n. 少量; 小事, 琐事 v. 玩弄; 嬉耍; 忽视							
11	triple	['tripl]	n. 三倍数 a. 三倍的; 三部分构成的 v. 使成三倍							
12	tropic	['trɒpɪk]	n. 回归线; [the T-s] 热带地区							
13	tumble	['tʌmbəl]	v. (使) 摔倒; 打滚, 翻腾 n. 摔跤, 跌倒							
14	tumour	['tju:mə(r)]	n. (tumor) (肿) 瘤, 肿块							
15	tunnel	['tʌnl]	n. 隧道, 山洞							
16	turkey	['tɜ:ki]	n. 火鸡 (肉)							
17	twelve	[twelv]	num. 十二 pron. /a. 十二 (个, 只...)							
18	twenty	['twenti]	num. 二十 pron. /a. 二十 (个, 只...)							
19	typist	['taɪpɪst]	n. 打字员							
20	uneasy	[ʌn'i:zi]	a. 不安的, 焦虑的							
21	unfold	[ʌn'fəʊld]	vt. 打开; 显露; 展示 vi. 呈现; 显示; 展示							
22	unique	[ju'ni:k]	a. 唯一的, 独一无二的							
23	unless	[ʌn'les]	conj. 除非 prep. 除...外							
24	unlike	[ʌn'laɪk]	a. 不同的, 不相似的 prep. 不象, 和...不同							
25	unload	[ʌn'ləʊd]	vi. 卸货; 退子弹 vt. 摆脱...之负担; 倾销							
26	update	[ʌp'det]	v. 更新, 使现代化							
27	uphold	[ʌp'həʊld]	vt. 支持, 赞成; 举起; 坚持							
28	uproar	[ʌprɔ:(r)]	n. 骚动, 喧嚣, 鼎沸							
29	upward	[ʌpwəd]	a. 向上的, 上升的 ad. 向上							
30	urgent	[ʊ:dʒənt]	a. 急迫的, 紧要的, 紧急的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	useful	['ju:sfl]	a. 有用的, 实用的; 有益的, 有帮助的							
2	utmost	['ʌtməʊst]	a. 最远的; 极度的 n. 极限, 极度, 最大可能							
3	vacant	['veikənt]	a. 空的, 未占用的; 空缺的; 神情茫然的							
4	vacuum	['vækju:m]	n. 真空, 真空吸尘器							
5	valley	['væli]	n. (山) 谷; 流域							
6	vanish	['væniʃ]	vi. 突然不见; 消失							
7	vanity	['vænəti]	n. 虚荣心, 浮华							
8	vapour	['veipə(r)]	n. (vapor) 汽, (水) 蒸气							
9	velvet	['velvɪt]	n. 丝绒, 天鹅绒 a. 丝绒制的, 柔软的							
10	verbal	['vɜ:bl]	a. 用言辞的, 用文字的; 口头的; 动词的							
11	verify	['verɪfaɪ]	vt. 证实, 查证; 证明							
12	versus	['vɜ:səs]	prep. (vs.) ...对... (在诉讼, 比赛等); 与...相对							
13	vessel	['vesl]	n. 容器, 器皿; 船, 舰; 管, 血管							
14	victim	['vɪktɪm]	n. 牺牲品, 受害者							
15	violet	['vaɪələt]	n. 紫罗兰, 紫色 a. 紫色的							
16	violin	[,vaɪə'lin]	n. 小提琴							
17	virgin	['vɜ:dʒɪn]	n. 处女 a. 处女的; 纯洁的; 原始的; 未使用的							
18	virtue	['vɜ:tfu:]	n. 德行, 美德; 贞操; 优点; 功效, 效力							
19	vision	['vɪʒn]	n. 视力, 视觉; 远见; 洞察力; 幻想, 幻影; 想象力							
20	visual	['vɪʒuəl]	a. 看的, 看得见的; 视觉的							
21	volume	['vɒljʊ:m]	n. 容积, 体积; 卷, 册; 音量							
22	voyage	['vɔɪdʒ]	n. 航海; 航行; 旅行							
23	vulgar	['vʌlgə(r)]	a. 粗俗的, 庸俗的, 本土的, 通俗的, 普通的							
24	waiter	['weɪtə(r)]	n. 侍者, 服务员							
25	wallet	['wɒlɪt]	n. 皮夹, 钱包							
26	wander	['wɒndə(r)]	v. 漫步, 徘徊; 迷路, 迷失方向; 离题							
27	warmth	[wɔ:mθ]	n. 暖和, 温暖; 热心, 热情							
28	wealth	[weɪlθ]	n. 财富, 财产; 大量							
29	weapon	['wepən]	n. 武器, 兵器							
30	weekly	['wi:kli]	a. 每星期的, 一周的 ad. 每周一次 n. 周刊, 周报							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	weight	[weɪt]	n. 重量; 负荷, 重担; 重要性, 分量; 砝码, 秤砣							
2	whisky	['wɪski]	n. 威士忌酒							
3	wholly	['həʊlli]	ad. 完全地, 全部, 一概							
4	wicked	['wɪkɪd]	a. 坏的; 邪恶的; 不道德的; 恶劣的; 淘气的							
5	window	['wɪndəʊ]	n. 窗, 窗口							
6	winter	['wɪntə(r)]	n. 冬季, 冬天							
7	wisdom	['wɪzdəm]	n. 智慧, 明智; 名言, 格言							
8	within	[wɪ'ðɪn]	prep. 在...里面, 在...以内 ad. 在内							
9	wonder	['wʌndə(r)]	n. 惊奇, 惊异; 奇迹, 奇事 v. (at) 诧异; 想知道							
10	wooden	['wʊdn]	a. 木制的; 呆笨的							
11	worker	['wɜ:kə(r)]	n. 工人, 工作者, 工作人员							
12	worthy	['wɜ:ði]	a. (of) 值得...的, 配得上...的; 有价值的							
13	wreath	[ri:θ]	n. 花环, 花圈							
14	wrench	[rentʃ]	v. 猛拧; 挣脱; 使扭伤 n. 扳手; 痛苦, 难受							
15	yearly	['jiəli; 'jɜ:li]	a. 每年的, 一年一度的 ad. 每年, 一年一次地							
16	yellow	['jeləʊ]	a. 黄的, 黄色的 n. 黄色							
17	zigzag	['zɪgzæg]	n. /a. 之字形(的) v. 使曲折, 曲折盘旋							
18	abandon	[ə'bændən]	vt. 离弃, 丢弃; 遗弃, 抛弃; 放弃							
19	abdomen	['æbdəmən]	n. 腹, 下腹(胸部到腿部的部分)							
20	ability	[ə'bɪləti]	n. 能力; 本领; 才能, 才干; 专门技能, 天资							
21	abolish	[ə'bɒlɪʃ]	vt. 废除(法律、习惯等); 取消							
22	absence	['æbsəns]	n. 缺乏, 不存在; 缺席, 不在; 缺席的时间							
23	academy	[ə'kædəmi]	n. (高等) 专科院校; 学术社团, 协会, 研究院							
24	acclaim	[ə'kleɪm]	v. 向...欢呼, 公认 n. 欢呼, 喝彩, 称赞							
25	account	[ə'kaʊnt]	a. 叙述, 说明; 账目, 账户 vi. 说明, 解释							
26	achieve	[ə'tʃi:v]	vt. 实现, 完成; 达到, 得到 vi. 达到预期目的							
27	acquire	[ə'kwɪə(r)]	v. 获得; 学到(知识等); 养成(习惯)							
28	acrobat	['ækroʊbæt]	n. 特技演员, 杂技演员							
29	actress	['æktres]	n. 女演员							
30	address	[ə'dres]	n. 住址; 致词 v. 向...致词; 在信封上写姓名							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	advance	[əd'vɑ:ns]	n. 前进, 预付 vi. 前进, 进展 vt. 促进, 推进							
2	adverse	['ædvɜ:s; əd'vɜ:s]	a. 逆的, 相反的; 敌对的; 不利的; 有害的							
3	against	[ə'genst; ɒ'genst]	prep. 对着, 逆; 反对; 违反; 紧靠着; 对比							
4	agitate	['ædʒɪteɪt]	v. 摇动(液体); 使焦虑不安; 困扰; 鼓动							
5	airline	['eəlaɪn]	n. (飞机)航线 a. (飞机)航线的							
6	airport	['eəpɔ:t]	n. 机场, 航空站, 航空港							
7	alcohol	['ælkəhɒl]	n. 酒精, 乙醇; 含酒精的饮料							
8	already	[ɔ:l'redi]	ad. 已, 已经, 早已							
9	amateur	['æmətə(r); 'æmətʃə]	a. & n. 业余(水平)的(运动员、艺术家等)							
10	amiable	['emiəbl]	a. 和蔼可亲的, 友善的, 亲切的							
11	amplify	['æmplɪfaɪ]	vt. 放大, 增强; 详述, 详加解说							
12	analogy	[ə'nælədʒi]	n. 类似, 相似, 类比, 类推							
13	analyse	[]	vt. (analyze) 分析, 分解							
14	ancient	['eɪnfənt]	a. 古代的, 古老的, 古式的							
15	anguish	['æŋɡwɪʃ]	n. (尤指心灵上的)极度痛苦, 烦恼							
16	another	[ə'nʌðə(r)]	a. 另一个, 又, 再 pron. 另一个, 类似的一个							
17	antenna	[æn'tenə]	n. (无线电或电视的)天线							
18	antique	[æn'tɪk]	a. 古式的, 过时的 n. 有价值的古物, 古董							
19	anxiety	[æŋ'zaɪəti]	n. 挂念, 焦虑, 焦急, 忧虑; 渴望, 热望							
20	anxious	['æŋkʃəs]	a. 焦虑的, 担心的; 急于(得到的), 渴望的							
21	anybody	['eniɒdɪ]	pron. (否定句)任何人; (肯定句)随便哪个人							
22	apology	[ə'pɒlədʒi]	n. 道歉, 认错, 辩解, 辩护							
23	applaud	[ə'plɔ:d]	vt. 鼓掌欢迎; 赞同 vi. 鼓掌欢迎, 欢呼							
24	appoint	[ə'pɔɪnt]	vt. 任命, 委派; 指定, 约定(时间、地点等)							
25	approve	[ə'pru:v]	v. (of)赞成, 赞许, 同意; 批准, 审议, 通过							
26	arrange	[ə'reɪndʒ]	v. 安排, 筹划; 整理, 使有条理, 排列, 布置							
27	arrival	[ə'reɪvəl]	n. 到达, 到来; 到达者, 到达物							
28	article	['ɑ:tɪkl]	n. 文章, 论文; 条款, 条文; 物件; 冠词							
29	ashamed	[ə'ʃeɪmd]	a. 惭愧的, 羞耻的, 害臊的							
30	assault	[ə'sɔ:lt]	v. 猛烈地攻击, 袭击 n. 突然而猛烈的攻击							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	athlete	['æθli:t]	n. 运动员, 体育家, 身强力壮的人							
2	attempt	[ə'tempt]	vt. 企图, 试图 n. 努力, 尝试, 企图							
3	attract	[ə'trækt]	vt. 引起的注意(或兴趣等), 吸引; 引起; 激起							
4	auction	['ɔ:kʃn; 'ɒkʃn]	n. / vt. 拍卖							
5	augment	[ɔ:g'ment]	vt. (使)增大, 增加, 增长, 扩张							
6	average	['ævərɪdʒ]	n. 平均, 平均数 a. 平均的; 普通的 v. 平均							
7	awkward	['ɔ:kwəd]	a. 笨拙的; 尴尬的; 使用不便的; 难处理的							
8	baggage	['bæɡɪdʒ]	n. 行李							
9	balance	['bæləns]	v. 称, (使)平衡 n. 天平; 平衡, 均衡; 差额, 余款							
10	balcony	['bælkəni]	n. 阳台; (电影院等的) 楼厅, 楼座							
11	balloon	[bə'lu:n]	n. 气球, 飞船; a. 气球状的 v. 乘坐气球; 膨胀							
12	bandage	['bændɪdʒ]	n. 绷带 v. 用绷带扎缚							
13	banquet	['bæŋkwɪt]	n. (正式的) 宴会 vi. 参加宴会 vt. 宴情							
14	bargain	['bɑ:gən]	n. 廉价货; 交易, 契约, 合同 v. 议价, 成交							
15	barrier	['bəriə(r)]	n. 栅栏, 屏障; 障碍(物)							
16	battery	['bætri; 'bætəri]	n. 电池(组); (器具等的) 一组, 一套; 炮兵连							
17	bearing	['beərɪŋ]	n. 轴承; 忍受; 关系; 影响; 举止; 方向							
18	because	[bɪ'kəz; br'kəz]	conj. 因为, 由于							
19	believe	[bɪ'li:v]	vt. 相信, 认为 vi. 相信, 信任, 信奉							
20	beloved	[bɪ'lʌvɪd; -'lʌvd]	a. /n. 受爱戴的, 敬爱的; 爱人, 被心爱的人							
21	beneath	[bɪ'ni:θ]	prep. 在...下边, 在...之下 ad. 在下方							
22	benefit	['benɪt]	n. 利益, 好处, 恩惠 v. 有益于; (from, by) 受益							
23	besides	[bɪ'saɪdz]	ad. 此外; 并且 prep. 于...之外; 除...以外							
24	between	[bɪ'twi:n]	prep. 在...之间, 在(两者)之间 ad. 在中间							
25	bicycle	['baɪsɪkl]	n. (bike) 自行车 vi. 骑自行车							
26	billion	['bɪljən]	num. /n. (美) 十亿, (英) 万亿							
27	biology	[baɪ'ɒlədʒi]	n. 生物学							
28	biscuit	['bɪskɪt]	n. 饼干, 点心							
29	bizarre	[bɪ'zɑ:(r)]	adj. 异乎寻常的, 稀奇古怪的							
30	blanket	['blæŋkɪt]	n. 毯子(可数); 厚厚一层(可数) vt. 铺上一层							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	blossom	['blɒsəm]	n. 花(簇); 花期; 青春 vi. 开花; 展开; 繁荣							
2	blunder	['blʌndə(r)]	v. (因无知等而) 犯大错; 踉踉跄跄地走 n. 大错							
3	bowling	['bəʊlɪŋ]	n. 保龄球运动							
4	boycott	['bɔɪkɒt]	n. /v. (联合) 抵制, 拒绝参与							
5	bracket	['brækɪt]	n. (方) 括号							
6	breadth	[bred θ]	n. 宽度, 幅							
7	breathe	[bri:ð]	v. 呼吸, 吸入							
8	brittle	['brɪtl]	a. 易碎的; 脆弱的; 冷淡的; (声音) 尖利的							
9	brother	['brʌðə(r)]	n. 兄弟; 同胞; 教友							
10	burglar	['bɜ:glə(r)]	n. (入室行窃的) 盗贼							
11	butcher	['bʊtʃə(r)]	n. 屠夫, 卖肉者							
12	cabbage	['kæbɪdʒ]	n. 洋白菜, 卷心菜							
13	cabinet	['kæbɪnət]	n. 内阁, 内阁会议; (带玻璃门存物品的) 橱柜							
14	calcium	['kælsiəm]	n. 钙(化学符号 Ca)							
15	calorie	['kæləri]	n. 卡路里(食物所产生的热量或能量单位)							
16	canteen	[kæn'ti:n]	n. (工厂、办公室等) 食堂或小卖部							
17	capable	['keɪpəbl]	a. 有本领的, 有能力的; (of) 可以…的, 能…的							
18	capital	['kæpɪtl]	n. 首都; 大写字母; 资本 a. 主要的, 大写字母的							
19	capsule	['kæps.ju:l]	n. 胶囊; 太空舱							
20	captain	['kæptɪn]	n. 首领, 队长; 船长; 上尉 v. 做…的首领, 指挥							
21	captive	['kæptɪv]	n. 俘虏 a. 被俘虏的, 被监禁的							
22	capture	['kæptʃə(r)]	v. /n. 捕获, 俘虏; 夺得, 攻占							
23	careful	['keəfl]	a. 小心的, 仔细的; 细致的, 精心的							
24	carrier	['kæriə(r)]	n. 搬运人; 载体							
25	cartoon	[kɑ:'tu:n]	n. 漫画, 幽默画; 动画片							
26	cashier	[kə'ʃiə(r)]	n. 收银员, 出纳员							
27	catalog	['kætələg]	n. (catalogue) 目录(册) v. 编目(录)							
28	caution	['kɔ:ʃn]	n. 谨慎; 注意(事项), 警告 vt. 劝…小心							
29	ceiling	['si:lɪŋ]	n. 天花板; (规定价格、工资等的) 最高限额							
30	central	['sentrəl]	a. 中心的, 中央的, 中枢的; 主要的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	century	['sentʃəri]	n. 世纪, (一)百年							
2	certain	['sɜ:tn]	a. 某, 某一, 某些; (of) 一定的, 确信的, 可靠的							
3	certify	['sɜ:tifaɪ]	vt. 证明, 证实; 发证书(或执照)给							
4	chamber	['tʃembə(r)]	n. 房间, 室; 会议室; 议院; (动物体内)腔室							
5	channel	['tʃənl]	n. 海峡, 水道; 信道, 波道; 路线, 途径							
6	chapter	['tʃəptə(r)]	n. 章; 回, 篇							
7	charity	['tʃəreɪti]	n. 慈善(团体), 仁慈, 施舍							
8	charter	['tʃɑ:tə(r)]	v. 租船, 租车, 租用飞机; n. 宪章, 特许状							
9	chemist	['kemɪst]	n. 化学家; 药剂师							
10	cherish	['tʃerɪʃ]	vt. 抱有, 怀有(希望等); 爱护, 抚育; 珍爱							
11	chicken	['tʃɪkɪn]	n. 鸡肉; 鸡, 小鸡, 小鸟							
12	chimney	['tʃɪmni]	n. 烟囱							
13	chronic	['krɒnɪk]	a. (疾病)慢性的; 积习难改的; 严重的, 坏的							
14	cigaret	['sɪgə'reɪt]	n. (cigarette) 香烟, 纸烟, 卷烟							
15	circuit	['sɜ:kɪt]	n. 环行, 周线, 巡回; 电路, 线路							
16	citizen	['sɪtɪzn]	n. 公民; 市民, 居民							
17	clarify	['klærəfaɪ]	v. 澄清, 阐明							
18	clarity	['klærəteɪ]	n. 清晰, 明晰							
19	classic	['klæsɪk]	n. (pl.) 杰作, 名著 a. 第一流的, 不朽的							
20	climate	['klaɪmət]	n. 气候; 风气, 社会思潮							
21	clothes	[kləʊðz; kləʊz]	n. 衣服(虽为复数, 亦不可数)							
22	cluster	['klʌstə(r)]	n. 丛, 群, 串 v. 群集, 丛生							
23	cocaine	[kəʊ'keɪn]	n. 可卡因, 古柯碱 (用作局部麻醉剂)							
24	collect	[kə'lekt]	v. 收集, 搜集; 领取, 接走; 收(税等); 聚集, 堆积							
25	college	['kɒlɪdʒ]	n. 学院, 高等专科学校, 大学							
26	collide	[kə'laid]	vi. [with] 互撞, 碰撞; 冲突, 抵触							
27	colonel	['kɜ:nl]	n. (陆军)上校							
28	combine	[kəm'baɪn]	v. 联合; 结合; 化合 n. 集团; 联合企业							
29	comfort	['kʌmfəɪt]	n. 舒适, 安逸; 安慰, 慰问 v. 安慰, 使舒适							
30	command	[kə'mə:nd]	n. /v. 命令, 指挥, 控制 n. 掌握, 运用能力							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	commend	[kə'mend]	v. 称赞, 表扬; 委托保管; 推荐							
2	comment	['kɒment]	n. 注释, 评论, 意见 v. (on) 注释, 评论							
3	commute	[kə'mju:t]	v. 乘公交车上下班, 乘车(船等)往返于两地							
4	compact	[kəm'pækt; 'kɒmpækt]	a. 紧密的, 结实的; 简明的 v. 使紧凑, 压缩							
5	company	['kʌmpəni]	n. 公司; 陪伴; 宾客; 连(队), (一)群, 队, 伙							
6	compare	[kəm'peə(r)]	vt. (to, with) 比较; (to) 把...比作 vi. 相比							
7	compass	['kʌmpəs]	n. 罗盘, 指南针; (pl.) 圆规							
8	compete	[kəm'pi:t]	vi. 比赛; 竞争; 对抗							
9	compile	[kəm'paɪl]	vt. 编辑, 编制, 搜集							
10	complex	['kɒmpleks]	a. 复杂的; 合成的, 综合的 n. 联合体							
11	compose	[kəm'pəʊz]	v. 组成, 构成; (of) 由...组成; 创作(诗歌等)							
12	compute	[kəm'pjʊ:t]	v. /n. 计算, 估计							
13	comrade	['kɒmreɪd]	n. 同志, 同事, 同伴, 朋友							
14	conceal	[kən'si:l]	v. 隐藏, 隐瞒, 隐蔽							
15	concede	[kən'si:d]	vt. 承认; 容许; (比赛结束前) 认输; 退让							
16	concept	['kɒnsept]	n. 概念, 观念, 设想							
17	concern	[kən'sɜ:n]	v. 涉及, 关系到 v. /n. 关心 n. (利害) 关系							
18	concert	['kɒnsət]	n. 音乐会, 演奏会; 一齐, 一致							
19	concise	[kən'saɪs]	a. 简明的, 简洁的							
20	condemn	[kən'dem]	v. 谴责, 指责; 判刑, 宣告有罪							
21	conduct	[kən'dʌkt]	n. 行为, 品行 v. 引导; 管理; 指挥(乐队); 传导							
22	confess	[kən'fes]	v. 供认, 承认, 坦白, 忏悔							
23	confine	[kən'faɪn]	vt. 限制; 使不外出, 禁闭 n. [pl.] 界限, 范围							
24	confirm	[kən'fɜ:m]	v. 使更坚固, 使更坚定; (进一步) 证实; 确认							
25	conform	[kən'fɔ:m]	vi. (to) 遵守, 适应; 相似, 一致, 符合							
26	confuse	[kən'fju:z]	v. 使混乱, 混淆							
27	connect	[kə'nekt]	vt. 连接; 与...联系, 接通(电话) vi. 连接							
28	conquer	['kɒŋkə(r)]	v. 征服, 战胜, 占领; 克服, 破除(坏习惯等)							
29	consent	[kən'sent]	v. /n. (to) 同意, 赞成, 答应							
30	consist	[kən'sɪst]	v. (in) 在于, 存在于; (of) 由...组成, 由...构成							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	console	[kən'səʊl]	n. 控制台, 仪表板; 落地柜 vt. 安慰, 慰问							
2	consult	[kən'sʌlt]	v. 请教, 向...咨询, 找...商量; 查阅, 查看							
3	consume	[kən'sju:m]	vt. 消耗; 吃完, 喝光; (with)使着迷; 烧毁							
4	contact	['kɒntækt]	v. /n. (使)接触, 联系, 交往							
5	contain	[kən'teɪn]	v. 包含, 容纳; 容忍, 抑制; 可被...除尽							
6	contend	[kən'tend]	v. 竞争, 斗争; 坚决主张							
7	content	[kən'tent]	n. 容量, 内容, (pl.) 目录 a. (with) 满足的							
8	contest	['kɒntest]	n. 竞争, 竞赛, 比赛 v. 竞争, 比赛, 争论							
9	context	['kɒntekst]	n. (文章等) 前后关系; (事件等发生的) 背景							
10	control	[kən'trəʊl]	n. (over) 控制, 支配 v. 控制, 支配							
11	convert	[kən'vɜ:t]	v. 变换, 转换; 改变 (信仰等); 兑换 (钱)							
12	convict	[kən'vɪkt]	v. (经审讯) 证明...有罪, 宣判...有罪 n. 囚犯							
13	cordial	['kɔ:diəl]	a. 诚恳的, 亲切的, 热诚的							
14	correct	[kə'rekt]	a. 正确的, 恰当的, 端正的 v. 改正, 纠正, 矫正							
15	corrode	[kə'rəʊd]	v. (受) 腐蚀, 侵蚀							
16	corrupt	[kə'rʌpt]	v. 贿赂, 收买 a. 腐败的, 贪污的							
17	costume	['kɒstjʊm]	n. (流行的) 服饰; 戏装, (特定场合的) 套装							
18	cottage	['kɒtɪdʒ]	n. 村舍, 小屋, 别墅							
19	council	['kaʊnsl]	n. 理事会, 委员会, 议事机构							
20	counsel	['kaʊnsl]	v. /n. 劝告, 忠告 n. 法律顾问, 辩护人							
21	counter	['kaʊntə(r)]	n. 柜台; 计数器 a. /ad. 相反(的) v. 反对, 反击							
22	country	['kʌntri]	n. 国家; 农村, 乡下							
23	courage	['kʌrɪdʒ]	n. 勇气, 胆量							
24	cricket	['krɪkɪt]	n. 板球; 蟋蟀							
25	cripple	['krɪpl]	n. 跛子, 残疾人 v. 使跛, 使残疾							
26	crucial	['kru:ʃl]	a. 至关重要的, 决定性的							
27	crystal	['krɪstl]	n. 水晶, 水晶饰品; 结晶 a. 水晶的, 透明的							
28	culture	['kʌltʃə(r)]	n. 文化, 文明; 修养; 耕种; 栽培, 培育;							
29	cunning	['kʌnɪŋ]	a. /n. 狡猾(的), 狡诈(的)							
30	curious	['kjʊəriəs]	a. 好奇的, 求知的, 古怪的, 爱挑剔的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	current	['kʌrənt]	n. 电流, 水流; 潮流, 趋势 a. 当前的; 流通的							
2	curtain	['kɜ:tɪn]	n. 窗帘, 门帘; 幕(布); 结束; vt 遮掩							
3	cushion	['kʊʃn]	n. 垫子, 软垫 vt. 装垫子; 缓和, 减轻;							
4	darling	['dɑ:lɪŋ]	n. 心爱的人, 亲爱的							
5	daytime	['deɪtʌm]	n. 白天, 日间							
6	deceive	[di'si:v]	v. 欺骗, 蒙蔽							
7	decimal	['desɪml]	a. 十进的, 小数的, 十进制的 n. 小数							
8	declare	[dr'kleə(r)]	v. 宣布, 宣告, 声明; 断言, 宣称							
9	decline	[dr'klaɪn]	v. 下降, 衰落; 拒绝 n. 下降; 斜面, 倾斜, 衰落							
10	defence	[dr'fens]	n. (defense) 防御, 保卫; 防务工事; 辩护							
11	deficit	['defɪsɪt]	n. 赤字, 逆差; 亏损, 亏空; 不足, 缺乏							
12	delight	[dr'laɪt]	n. 快乐, 高兴 v. (使) 高兴, (使) 欣喜							
13	deliver	[dr'lvɪə(r)]	v. 交付, 递送; 发表, 表达; 释放; 接生							
14	density	['densəti]	n. 密集, 密度, 浓度							
15	dentist	['dentɪst]	n. 牙医							
16	deposit	[dr'pɒzɪt]	v. 存放; 使沉淀; 付(保证金) n. 存款; 沉积物							
17	depress	[dr'pres]	v. 压抑, 降低; 使沮丧, 压下							
18	deprive	[dr'praɪv]	vt. 剥夺, 夺去, 使丧失							
19	descend	[dr'send]	v. 下来, 下降; 遗传(指财产, 气质, 权利)							
20	descent	[dr'sent]	n. 下降, 降下; 斜坡; 血统, 家世							
21	deserve	[dr'zɜ:v]	v. 应受, 值得							
22	despair	[dr'speə(r)]	n. 绝望; 失望; 令人失望的人(事物) v. 绝望							
23	despise	[dr'spaɪz]	v. 轻视, 蔑视							
24	despite	[dr'spaɪt]	prep. 不管, 不顾							
25	dessert	[dr'zɜ:t]	n. 正餐后的水果或甜食							
26	destiny	['destəni]	n. 命运; 天数, 天命							
27	destroy	[dr'strɔɪ]	v. 破坏, 摧毁, 消灭							
28	develop	[dr'veləp]	v. 发展, 开发, 研制; 显现, 显影; 发育, 生长							
29	deviate	['di:vɪət]	v. (from) 背离, 偏离							
30	diagram	['daɪəgræm]	n. 图表; 图解							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	dialect	['daɪəlekt]	n. 方言							
2	diamond	['daɪəmənd]	n. 金钢石, 钻石; 菱形							
3	dictate	[dɪk'tet]	v. 口授; (使) 听写; 指令, 指示, 命令;							
4	diffuse	[dɪ'fju:s]	v. 扩散; 传播 a. (文章等) 冗长的, 漫无边际的							
5	digital	['dɪdʒɪtl]	a. 数字的; 数位的; 手指的 n. 数字							
6	dignity	['dɪgnəti]	n. (举止, 态度等的) 庄严, 端庄; 尊贵, 高贵							
7	dilemma	[dɪ'lemə; daɪ'lemə]	n. (进退两难的) 窘境, 困境							
8	diploma	[dɪ'pləʊmə]	n. 毕业文凭, 学位证书							
9	disable	[dɪs'eɪbl]	vt. 使残废; 使失去能力; 丧失能力							
10	discard	[dɪ'skɑ:d]	vt. 丢弃, 抛弃, 遗弃							
11	discern	[dɪ'sɜ:n]	v. 认出, 发现; 辨别, 识别							
12	discuss	[dɪ'skʌs]	vt. 讨论, 商议							
13	disease	[dɪ'zi:z]	n. 疾病							
14	disgust	[dɪs'gʌst]	n. 厌恶, 恶心 v. 使厌恶							
15	dislike	[dɪs'laɪk]	n. /v. 不喜欢, 厌恶							
16	dismiss	[dɪs'mɪs]	v. 免职, 解雇, 开除, 解散							
17	display	[dɪ'spleɪ]	v. /n. 陈列, 展览, 显示(器)							
18	dispose	[dɪ'spoʊz]	v. (of) 处理, 处置; (for) 布置, 安排							
19	dispute	[dɪ'spju:t; 'dɪspju:t]	n. 争论, 争执 v. 争论, 辩论; 反驳; 怀疑; 阻止							
20	disrupt	[dɪs'rʌpt]	vt. 使混乱, 使崩溃, 使分裂, 使瓦解							
21	distant	['dɪstənt]	a. 远的; 遥远的; 疏远的; 不亲近的							
22	distill	[dɪ'stɪl]	vt. 蒸馏, 用蒸馏法提取; 吸取, 提炼							
23	distort	[dɪ'stɔ:t]	v. 弄歪(嘴脸等); 扭曲; 歪曲(真理、事实等)							
24	disturb	[dɪ'stɜ:b]	v. 扰乱, 妨碍, 使不安							
25	diverse	[daɪ'vɜ:s]	a. 多种多样的, (from) 不同的							
26	divorce	[dɪ'vɔ:s]	v. /n. 离婚, 分离							
27	doorway	['dɔ:weɪ]	n. 门口							
28	drastic	['dræstɪk; 'dra:stɪk]	a. 激烈的, 严厉的; (药性等) 猛烈的							
29	drawing	['drɔ:ɪŋ]	n. 绘图, 图样							
30	drought	[draʊt]	n. 旱灾, 干旱							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	dubious	['dju:biəs]	a. 怀疑的, 无把握的; 有问题的, 靠不住的							
2	durable	['djʊərəbəl]	a. 持久的, 耐久的							
3	dynamic	[daɪ'næmɪk]	a. 动力的, 电动的; 有生气的							
4	dynasty	['dɪnəsti]	n. 王朝, 朝代							
5	earnest	['ɜ:nɪst]	a. 热心的, 诚挚的 n. 热心; 真挚; 定金; 认真							
6	eastern	['i:stən]	a. 东方的, 东部的							
7	eclipse	['ɪklɪps]	n. 日食, 月食							
8	ecology	[i'kɒlədʒi]	n. 生态学							
9	economy	['ɪkɒnəmi]	n. 节约; 经济							
10	edition	['ɪdɪʃn]	n. 版, 版本, 版次							
11	educate	['edʒukert]	v. 教育, 培养, 训练							
12	elastic	['ɪləstɪk]	a. 弹性的 n. 松紧带, 橡皮圈							
13	elderly	['eldəli]	a. 较老的, 年长的 n. [the~]到了晚年的人							
14	elegant	['elɪɡənt]	a. 优雅的; 端庄的; 雅致的							
15	element	['elɪmənt]	n. 元素; 要素; 成分; 元件; 自然环境							
16	elevate	['elɪveɪt]	vt. 举起, 提拔, 振奋, 提升... 的职位							
17	embassy	['embəsi]	n. 大使馆; 大使及其随员							
18	embrace	[ɪm'breɪs]	v. 拥抱; 包含; 包围; 环绕; 采用; 接受							
19	eminent	['emɪnənt]	a. 显赫的; 杰出的; 有名的; 优良的							
20	emotion	[i'məʊʃn]	n. 情绪, 情感, 感情							
21	emperor	['empəre(r)]	n. 皇帝							
22	enclose	[ɪn'kleʊz]	v. 围住, 圈起, 封入							
23	enforce	[ɪn'fɔ:s]	v. 实施, 执行; 强制; 支持, 坚持(要求, 主张等)							
24	enhance	[ɪn'hɑ:ns]	v. 提高, 增强							
25	enlarge	[ɪn'lɑ:dʒ]	vt. 扩大, 放大, 增大							
26	enquire	[ɪn'kwaɪə(r)]	v. (inquire) 询问, 打听; 调查; 查问							
27	entitle	[ɪn'taɪtl]	v. 给以权利(或资格); 给...称号(题名); 授权							
28	episode	['epɪsəʊd]	n. 一段情节; 片断; (连续剧)的一集							
29	equator	[ɪ'kwetə(r)]	n. 赤道							
30	erosion	[ɪ'rəʊʒn]	n. 腐蚀, 磨损; 削弱, 减少							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	essence	['esns]	n. 本质, 实质							
2	eternal	[i'tɜ:nl]	n. 永久的, 永恒的							
3	evening	['i:vnɪŋ]	n. 傍晚, 黄昏, 晚上							
4	evident	['evɪdənt]	a. 明显的, 明白的							
5	examine	[ɪg'zæmɪn]	v. 检查, 调查;对…进行考试							
6	example	[ɪg'zɑ:mpəl]	n. 例子, 实例;模范, 榜样							
7	excerpt	[ek'sɜ:pt]	n. /vt. 摘录; 引用							
8	exclaim	[ɪk'skleɪm]	v. 呼喊, 惊叫, 大声说							
9	exclude	[ɪk'sklud]	v. 拒绝, 把…排除在外, 排斥							
10	execute	['eksɪkjʊ:t]	v. 实行;实施;执行;完成;履行;处死							
11	exhaust	[ɪg'zɔ:st]	v. 使筋疲力尽, 耗尽;抽完 n. 排气装置;废气							
12	exhibit	[ɪg'zɪbɪt]	v. 展出, 陈列 n. 展览品, 陈列品							
13	expense	[ɪk'spens]	n. 花费, 消费, 消耗							
14	explain	[ɪk'spleɪn]	v. 解释, 说明							
15	explode	[ɪk'spləʊd]	v. (使)爆炸, (使)爆发							
16	exploit	[ɪk'splɔɪt]	v. 开拓;开发;剥削 n. 功绩[勋];业绩							
17	explore	[ɪk'splɔ:(r)]	v. 勘探, 探测;探究, 探索							
18	express	[ɪk'spres]	v. 表达, 表示 a. 特快的, 快速的 n. 快车, 快运							
19	extinct	[ɪk'stɪŋkt]	a. 灭绝的;熄灭了的							
20	extract	['ekstrækt]	v. /n. 拔出, 抽出;摘录 n. 抽取物;精华;选集							
21	extreme	[ɪk'stri:m]	a. 末端的, 尽头的;极度的 n. 极端;最大程度							
22	eyebrow	['aɪbrəʊ]	n. 眉毛							
23	factory	['fæktri; 'fæktəri]	n. 工厂							
24	faculty	['fæklti]	n. 才能;学院, 系;(学院或系的)全体教学人员							
25	failure	['feɪljə(r)]	n. 失败, 不及格;失败者;故障, 失灵;未能							
26	fantasy	['fæntəsi]	n. 幻想, 空想;空想的产物, 幻想作品							
27	farther	['fɑ:ðə(r)]	ad. 更远处, 再往前地 a. 更远的							
28	fashion	['fæʃn]	n. 流行式样(或货品), 风尚, 风气;样子, 方式							
29	fatigue	[fə'ti:g]	n. /v. (使)疲劳							
30	fearful	['fiəfl]	a. 可怕的, 吓人的; 害怕, 担心, 惊恐							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	feather	['feðə(r)]	n. 羽毛							
2	feature	['fi:tʃə(r)]	n. 特征;容貌;特色;特写 v. 以...为特色							
3	federal	['fedərəl]	a. 联邦的;联邦制的;联合的;同盟的							
4	feeling	['fi:lɪŋ]	n. 感情;心情;知觉;同情							
5	fertile	['fɜ:taɪl]	a. 肥沃的, 富饶的;能繁殖的							
6	fiction	['fɪkʃn]	n. 虚构, 编造;小说							
7	fifteen	[,fɪf'ti:n]	num. 十五 pron. /a. 十五(个, 只...)							
8	finally	['fainəli]	ad. 最后, 最终;决定性地							
9	finance	['fainəns; faɪ'nəns;]	fn. 财政, 金融 v. 为...提供资金							
10	finding	['faɪndɪŋ]	n. 发现, 发现物; (常 pl.) 调查/研究结果							
11	fireman	['faɪəməŋ]	n. 消防队员							
12	fitting	['fɪtɪŋ]	a. 适当的, 恰当的 n. (常 pl.) 配件, 附件;装配							
13	fixture	['fɪkstʃə(r)]	n. 固定设备;预定日期;比赛时间;定期存款							
14	flatter	['flætə(r)]	vt. 奉承;使高兴;使满意;胜过							
15	foolish	['fu:lɪʃ]	a. 愚笨的, 愚蠢的							
16	foreign	['fɒrən]	a. 外国的, (to) 无关的;外来的;异质的							
17	foresee	[fɔ:'si:]	v. 预见, 预知							
18	forever	[fə'revə(r)]	adv. (for ever) 永远; 总是							
19	forgive	[fə'gɪv]	v. 原谅, 饶恕							
20	formula	['fɔ:mjələ]	n. (pl. formulae) 公式;规则;分子式;药方							
21	fortune	['fɔ:tfu:n]	n. 运气;命运;财产;财富							
22	forward	['fɔ:wəd]	ad. (also forwards) 向前 a. 向前的 v. 转交							
23	fragile	['frædʒaɪl]	a. 易碎的, 脆的, 易损坏的; 虚弱的, 脆弱的							
24	freedom	['fri:dəm]	n. 自由, 自主, 免除, 特权							
25	freight	[freɪt]	n. 货物, 货运, 运费							
26	fulfill	[fʊl'fɪl]	v. (fulfil) 完成, 履行, 实践, 满足							
27	funeral	['fju:nərəl]	n. 丧葬, 葬礼							
28	furious	['fjuəriəs]	a. 狂怒的, 狂暴的, 猛烈的							
29	furnace	['fɜ:nɪs]	n. 炉子, 熔炉							
30	furnish	['fɜ:nɪʃ]	v. 供应, 提供;装备, 布置							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	further	['fɜːðə(r)]	ad. /a. 更远, 更往前; 进一步 v. 促进, 增进							
2	gallery	['gæləri]	n. 长廊, 画廊, 美术馆							
3	garbage	['gɑːbɪdʒ]	n. 垃圾							
4	garment	['gɑːmənt]	n. (一件)衣服							
5	general	['dʒenrəl]	a. 一般的, 普通的; 总的, 大体的 n. 将军							
6	genetic	[dʒə'netɪk]	a. 遗传(学)的 n. [-s]遗传学							
7	genuine	['dʒenjʊn]	a. 真正的, 名副其实的							
8	geology	[dʒi'ɒlədʒi]	n. 地质(学)							
9	gesture	['dʒestʃə(r)]	n. 姿势, 姿态, 手势 v. 做手势							
10	glimpse	[glɪmps]	n. /v. 一瞥, 瞥见							
11	glitter	['glɪtə(r)]	n. 光辉, 灿烂 v. 闪闪发光; 闪耀							
12	gradual	['grædʒʊəl]	a. 逐渐的, 逐步的							
13	grammar	['græmə(r)]	n. 语法, 语法书							
14	graphic	['græfɪk]	a. 绘画似的, 图解的, 生动的							
15	gravity	['grævəti]	n. 重力, 引力; 严肃, 庄重							
16	habitat	['hæbɪtæt]	n. (动物的)栖息地, (植物的)产地							
17	handful	['hændfʊl]	n. 一把; 少数; 一小撮							
18	harmony	['hɑːməni]	n. 协调, 和谐; 融洽							
19	harness	['hɑːnɪs]	v. 治理, 利用 n. 马具, 挽具							
20	harvest	['hɑːvɪst]	n. 收获, 收成; 成果, 后果 v. 收获, 收割							
21	heading	['hedɪŋ]	n. 标题							
22	healthy	['helθi]	a. 健康的, 健壮的; 有益健康的, 卫生的							
23	hearing	['hɪərɪŋ]	n. 听, 倾听; 听力; 审讯							
24	helpful	['helpfl]	a. (to)有帮助的, 有益的, 有用的							
25	heroine	['herəʊɪn]	n. 女英雄; 女主角							
26	herself	[hɜː'self; hə'self]	pron. [反身代词]她自己; 她亲自, 她本人							
27	highway	['haɪweɪ]	n. 公路, 大路							
28	himself	[hm'self]	pron. [反身代词]他自己; 他本人							
29	history	['hɪstri]	n. 历史, 历史学; 来历, 经历							
30	holiday	['hɒlədeɪ; 'hɒlədi]	n. 假日, 节日; 假期, 休假							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	hopeful	['həʊpfəl]	a. 给人希望的, 抱有希望的							
2	horizon	[hə'reɪzn]	n. 地平线;眼界, 见识							
3	hostage	['hɒstɪdʒ]	n. 人质							
4	hostess	['həʊstəs; həʊ'stesh]	n. 女主人, 女主持人							
5	hostile	['hɒstaɪl]	a. 敌对的, 敌方的, 敌意的							
6	housing	['haʊzɪŋ]	n. 住房, 住房供给; (外、阀)壳, 防护罩							
7	however	[haʊ'veə(r)]	ad. 然而, 可是, 不过, 无论如何 conj. 无论							
8	hundred	['hʌndrəd]	num. 百, 一百; [pl.]许多 a. 一百的; 许多							
9	husband	['hʌzbənd]	n. 丈夫							
10	illegal	['ɪli:gl]	a. 不合法的, 非法的							
11	illness	['ɪlnəs]	n. 病, 疾病							
12	imagine	['ɪmədʒɪn]	v. 想象, 设想, 料想							
13	imitate	['ɪmɪteɪt]	v. 模仿, 仿效; 伪造, 伪造							
14	immense	['ɪmens]	a. 广大的, 巨大的; [口]极好的							
15	immerse	['ɪmɜ:s]	v. 使沉浸在; 使浸没							
16	impetus	['ɪmpɪtəs]	n. 推动(力), 促进							
17	impress	[ɪm'pres]	v. (on)印, 盖印; 留下印象, 引人注目							
18	improve	[ɪm'pru:v]	v. 改善, 改进, 增进; 好转, 进步							
19	impulse	['ɪmpʌls]	v. 推动 n. 推动; 冲动, 刺激							
20	incline	[ɪn'klaɪn]	v. (使)倾斜; (使)倾向于 n. 斜坡, 斜面							
21	include	[ɪn'klu:d]	v. 包括, 包含, 计入							
22	indulge	[ɪn'dʌldʒ]	v. 放任, 纵容, 沉溺; 使(自己)纵情享受							
23	inertia	[ɪ'nɜ:ʃə]	n. 不活动, 惰性; 惯性							
24	inhabit	[ɪn'hæbɪt]	vt. 居住于, 存在于; 栖息于							
25	inherit	[ɪn'herɪt]	vt. 继承(金钱等), 经遗传而得(性格、特征)							
26	inhibit	[ɪn'hɪbɪt]	vt. 抑制, 约束							
27	initial	[ɪ'nɪʃl]	a. 最初的, 开头的; 词首的 n. 词首大写字母							
28	inquiry	[ɪn'kwɪəri]	n. (enquiry)询问, 打听, 调查							
29	insight	[ɪnsaɪt]	n. 洞察力, 见识							
30	inspect	[ɪn'spekt]	vt. 检查, 调查, 视察							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	inspire	[ɪn'spaɪə(r)]	vt. 鼓舞, 激起; 使产生灵感							
2	install	[ɪn'stɔ:l]	vt. (instal) 安装, 设置, 安置; 使就职, 任命							
3	instant	[ɪn'stənt]	a. 立即的; 紧迫的; (食品) 速溶的 n. 瞬间, 时刻							
4	instead	[ɪn'sted]	ad. 代替, 顶替							
5	intense	[ɪn'tens]	a. 强烈的, 剧烈的; 热烈的, 热情的							
6	interim	[ɪntərm]	a. 中间的, 暂时的, 临时的 n. 过渡时期, 暂定							
7	intrude	[ɪn'tru:d]	vi. 闯入, 侵入 vt. 把(思想等)强加于人; 强挤入							
8	invalid	[ɪn'vəlɪd]	n. 病人, 残疾人 a. 有病的, 伤残的; 无效的							
9	inverse	[ɪn'vɜ:s]	a. 相反的, 倒转的, 反转的 n. 相反之物 v. 倒转							
10	involve	[ɪn'vɒlv]	v. 卷入, 陷入, 连累; 包含, 含有, 涉及							
11	isolate	[ɪsa'eɪlət]	vt. 隔离, 孤立							
12	January	[ˈdʒænjuəri]	n. 一月							
13	jealous	[ˈdʒeləs]	a. (of) 妒忌的; 猜疑的, 警惕的							
14	jewelry	[ˈdʒu:əlri]	n. (jewellery) (总称) 珠宝							
15	journal	[ˈdʒɜ:nl]	n. 定期刊物, 杂志, 日报; 日志, 日记							
16	journey	[ˈdʒɜ:ni]	n. 旅行, 旅程 v. 旅行							
17	justice	[ˈdʒʌstɪs]	n. 公正, 公平; 审判, 司法							
18	justify	[ˈdʒʌstɪfaɪ]	v. 证明... 正当(或有理、正确), 为... 辩护							
19	kingdom	[ˈkɪŋdəm]	n. 王国, 领域							
20	kitchen	[ˈkɪtʃn]	n. 厨房							
21	lantern	[ˈlæntən]	n. 灯, 灯笼							
22	largely	[ˈlɑ:dʒli]	ad. 主要地, 基本上; 大量地, 大规模地							
23	lateral	[ˈlætərəl]	n. 侧面的, 旁边的							
24	laundry	[ˈləʊndri]	n. 洗衣房(店); 待洗衣物, 所洗衣物							
25	leading	[ˈli:dɪŋ]	a. 领导的, 指导的; 第一位的; 最主要的							
26	leaflet	[ˈli:flət]	n. 小叶, 嫩叶; 传单, 活页							
27	learned	[ˈlɜ:nd]	a. 博学的, 有学问的							
28	leather	[ˈleðə(r)]	n. 皮革, 皮革制品							
29	lecture	[ˈlektʃə(r)]	n. /v. 演讲, 讲课							
30	leisure	[ˈleʒə(r)]	n. 空闲, 闲暇; 悠闲, 安逸							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	liberal	['libərəl]	a. 慷慨的,大方的;富足的;自由的,思想开放的							
2	liberty	['libəti]	n. 自由,自由权;特权							
3	library	['laibrəri; 'laɪbrɪ]	n. 图书馆;藏书室;藏书,丛书,文库							
4	license	['laɪsns]	n. (licence)许可证,执照 v. 准许,认可							
5	limited	['lɪmɪtɪd]	a. 有限的,被限制的							
6	logical	['lədʒɪkl]	a. 逻辑的,符合逻辑的							
7	lottery	['lətəri]	n. 抽彩;碰运气的事,难于算计的事							
8	loyalty	['ləʊəlti]	n. 忠诚,忠心							
9	luggage	['lʌɡɪdʒ]	n. 行李,皮箱							
10	machine	[mə'ʃi:n]	n. 机器,机械 v. 用机器加工							
11	magnify	['mæɡnɪfaɪ]	vt. 放大,扩大,夸大,夸张							
12	majesty	['mædʒəsti]	n. 雄伟,壮丽,庄严,威严;最高权威,王权							
13	manager	['mænɪdʒə(r)]	n. 经理,管理人							
14	mankind	[mæn'kaɪnd]	n. 人类							
15	marital	['mærɪtl]	a. 婚姻的,夫妻之间的							
16	married	['mærɪd]	a. 已婚的,夫妇的;(to)与...结婚的							
17	Marxist	['mɑ:ksɪst]	a. 马克思主义的 n. 马克思主义者							
18	massive	['mæssɪv]	a. 大而重的,厚实的,粗大的;大规模的,大量的							
19	maximum	['mæksɪməəm]	n. 最大值,极限 a. 最大的,最高的							
20	meaning	['mi:nɪŋ]	n. 意思,意义,含义;重要性,价值							
21	measure	['meʒə(r)]	v. 测量,分派,权衡 n. 尺寸,量度器,措施,办法							
22	medical	['medɪkl]	a. 医学的,医疗的,医药的;内科的							
23	meeting	['mi:tɪŋ]	n. 会议,集合,汇合,会见,接见,汇合点							
24	mention	['menʃn]	v. /n. 提及,说起							
25	mercury	['mɜ:kjəri]	n. 水银,汞							
26	message	['mesɪdʒ]	n. 消息,信息,通讯,启示,教训,广告词,预言							
27	migrate	[maɪ'ɡreɪt]	v. 迁移,移居(国外)							
28	million	['mɪljən]	num. /n. 百万,百万个							
29	mineral	['mɪnərəl]	n. 矿物,矿石 a. 矿物的,矿质的							
30	minimum	['mɪnɪməəm]	n. 最小值,最低限度 a. 最小的,最低的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	miracle	['mɪrəkl̩]	n. 奇迹, 令人惊奇的人(或事)							
2	mislead	[,mɪs'li:d]	v. 把…带错路, 使误入歧途							
3	missile	['mɪsaɪl]	n. 导弹, 发射物							
4	missing	['mɪsɪŋ]	a. 漏掉的, 失去的, 失踪的							
5	mission	['mɪʃn̩]	n. 使命, 任务; 使团, 代表团							
6	mistake	[mɪ'steɪk]	n. 错误, 过失, 误解 v. 弄错; (for) 把…误认为							
7	mixture	['mɪkstʃə(r)]	n. 混合; 混合物, 混合剂							
8	monarch	['mɒnək]	n. 帝王, 君主, 最高统治者							
9	monitor	['mɒnɪtə(r)]	n. 班长; 监听器, 监视器 v. 监控, 监测							
10	monster	['mɒnstə(r)]	n. 怪物, 妖怪, 畸形的动植物							
11	monthly	['mʌnθli]	a. 每月的 ad. 每月一次, 按月 n. 月刊							
12	morning	['mɔ:nɪŋ]	n. 早晨, 上午							
13	musical	['mju:zɪkl̩]	a. 音乐的; 有音乐才能的 n. 音乐片							
14	mystery	['mɪstri]	n. 神秘, 神秘的事物; 神秘小说, 侦探小说							
15	natural	['nætʃrəl̩]	a. 正常的; 自然界的, 天然的, 天赋的, 固有的							
16	naughty	['nɔ:ti]	a. 顽皮的, 淘气的							
17	neglect	[nɪ'glekt]	v. /n. 忽视; 疏忽, 漏做, 忽略							
18	neither	['neɪðə(r); 'ni:ðə(r)]	a. 两者都不 pron. 两者都不 ad. 也不							
19	nervous	['nɜ:vəs]	a. 神经的; 神经过敏的, 紧张不安的							
20	network	['netwɜ:k]	n. 网状物; 广播网, 电视网; 网络							
21	neutral	['nju:trəl̩]	a. 中立的; 中性的, 中和的							
22	nominal	['nɒmɪnl̩]	a. 名义上的; (金额, 租金) 微不足道的							
23	notable	['nəʊtəbl̩]	n. 值得注意的, 显著的, 著名的							
24	nothing	['nʌθɪŋ]	n. 没有东西; 什么也没有; 无关紧要的人或事							
25	nourish	['nʌrɪʃ]	v. 提供养分, 养育, 怀有(希望, 仇恨等)							
26	novelty	['nɒvlti]	n. 新奇, 新颖, 新奇的事物							
27	nowhere	['nəʊweə(r)]	ad. 任何地方都不, 没有地方							
28	nuclear	['nju:kliə(r)]	a. 核心的, 中心的; 原子核的, 核能的							
29	nucleus	['nju:kliəs]	n. (pl. nuclei) 核, 核心, 原子核							
30	nursery	['nɜ:səri]	n. 托儿所							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	nurture	['nɜ:tʃə(r)]	n. /v. 养育, 教育, 教养 n. 营养品 v. 给与营养物							
2	obscure	[əb'skjʊə(r)]	a. 暗的, 朦胧的; 模糊的, 晦涩的							
3	observe	[əb'zɜ:v]	v. 观察, 观测, 注意到, 监视, 遵守, 评述, 说							
4	obvious	['ɒbvɪəs]	a. 明显的, 显而易见的							
5	o'clock	[ə'klɒk]	ad. (….)点钟(与 1 至 12 数字连用)							
6	October	[ɒk'təʊbə(r)]	n. 十月							
7	officer	['ɒfɪsə(r)]	n. 官员, 办事员; 工作人员; 军官							
8	oneself	[wʌn'self]	pron. [反身代词] 自己: 亲自, 本人							
9	opening	['əʊpənɪŋ]	n. 开, 开放, 开始, 空缺, 机会 a. 开始的, 开幕的							
10	operate	['ɒpəreɪt]	v. 操作, 运转, 开动, 起作用, 动手术							
11	opinion	[ə'pɪnjən]	n. 意见, 看法, 主张							
12	oppress	[ə'pres]	v. 压迫, 压制							
13	optical	['ɒptɪkl]	a. 眼的, 视力的; 光学的							
14	optimum	['ɒptɪmə]	a. 最适宜的 n. 最适宜(条件)							
15	orchard	['ɔ:tʃəd]	n. 果园, 果园里的全部果树, <美俚>棒球场							
16	orderly	['ɔ:dəli]	a. 整齐的, 有秩序的, 有条理的 n. 勤务兵							
17	organic	[ɔ:'gænɪk]	a. 器官的; 有机的; 有机体的							
18	outcome	['aʊtkʌm]	n. 结果, 成果							
19	outdoor	['aʊtdɔ:(r)]	a. 室外的, 野外的							
20	outline	['aʊtlam]	n. 轮廓, 略图; 大纲, 梗概 v. 概述, 略述							
21	outlook	['aʊtlʊk]	n. 景色, 风光; 观点, 见解; 展望, 前景							
22	outrage	['aʊtreɪdʒ]	n. 暴行, 侮辱, 愤怒 v. 凌辱, 引起…义愤, 强奸							
23	outside	[,aʊt'saɪd]	ad. 向外面 n. 外部 a. 外部的 prep. 在…外							
24	outward	['aʊtwəd]	a. 外面的, 公开的, 向外的 ad. 向外, 在外 n. 外表							
25	overall	['əʊvəɔ:l]	a. 全面的, 综合的 n. (pl.) (套头) 工作服							
26	overlap	[,əʊvə'læp]	v. 重叠, 与…交叠 n. 重叠							
27	package	['pækɪdʒ]	n. 包装, 包裹, 箱, 包装费, 标准部件, 成套设备							
28	painful	['peɪnfl]	a. 疼痛的, 使痛苦的, 费力[心]的, 棘手的							
29	painter	['peɪntə(r)]	n. 漆工, 画家							
30	paradox	['pærədɒks]	n. 似非而是的话, 自相矛盾的话, 反论							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	partial	['pɑ:ʃl]	a. 部分的, 不完全的; 偏袒的, 不公平的, 偏爱的							
2	partner	['pɑ:tne(r)]	n. 合作者, 合伙人, 合股人, 伙伴, 舞伴, 配偶							
3	passage	['pæsidʒ]	n. 通过, 经过; 通路, 走廊; (一) 段落, (一) 节							
4	passion	['pæʃn]	n. 热情, 激情, 爱好; 激怒; 强烈感情							
5	passive	['pæsɪv]	a. 被动的, 消极的							
6	pastime	['pɑ:staim]	n. 消遣, 娱乐							
7	pasture	['pɑ:stʃə(r)]	n. 牧草地, 牧场							
8	patient	['peɪʃnt]	a. 有耐心的, 能忍耐的 n. 病人, 患者							
9	pattern	['pætn]	n. 模式, 式样; 图案, 图样 v. 仿制, 模仿							
10	payment	['peɪmənt]	n. 支付, 付款额							
11	peasant	['peznt]	n. (不用于英国或美国) 小农; 佃农; 农民							
12	penalty	['penəlti]	n. 处罚, 刑罚, 惩罚, 罚金							
13	pension	['penʃ(ə)n]	n. 养老金, 年金							
14	percent	[pə'sent]	n. (per cent) 百分之... 的							
15	perfect	['pɜ:fɪkt]	a. 完善的; 完全的; (语法) 完成的 v. 使完美							
16	perform	[pə'fɔ:m]	v. 履行, 执行; 表演, 演出; 完成(事业)							
17	perfume	['pɜ:fju:m]	n. 香味, 芳香; 香料 v. 使发香, 洒香水于							
18	perhaps	[pə'hæps; præps]	ad. 也许, 大概, 恐怕							
19	perplex	[]	v. 使困惑, 使费解, 使复杂化							
20	persist	[pə'sɪst]	v. (in) 坚持, 持续							
21	physics	['fɪzɪks]	n. 物理(学)							
22	picture	['pɪktʃə(r)]	n. 画, 图片; 影片; 美景 v. 画, 描述, 想象							
23	pilgrim	['pɪlgrɪm]	n. (在国外) 旅游者; 朝圣者, 最初的移民							
24	pioneer	[,paɪə'niə(r)]	n. 先驱, 倡导者, 开拓者							
25	plaster	['plɑ:stə(r)]	n. 灰泥; 熟石膏; 膏药							
26	plastic	['plæstɪk]	n. (常 pl.) 塑料, 塑料制品 a. 可塑的, 塑性的							
27	plateau	[]	n. 高原, 平稳状态[时期]							
28	plumber	['plʌmə(r)]	n. (装修水管的) 管子工							
29	pollute	[pə'lut]	v. 弄脏, 污染							
30	popular	['pɒpjələ(r)]	a. 流行的, 通俗的, 大众的; 广受欢迎的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	portion	['pɔ:ʃn]	n. 一部分, 一份							
2	portray	[pɔ:'trei]	v. 描写, 描述; 画(人物、景象等)							
3	possess	[pə'zes]	v. 占有, 拥有							
4	postage	['pəʊstɪdʒ]	n. 邮费, 邮资							
5	postman	['pəʊstmən]	n. 邮递员							
6	posture	['pɒstʃə(r)]	n. 姿势, 姿态, 心态, 态度 v. 作出某种姿势							
7	poultry	['pəʊltrɪ]	n. 家禽							
8	poverty	['pɒvəti]	n. 贫穷, 贫困							
9	precede	[pri'si:d]	v. 领先(于), 在(…之前); 优先, 先于							
10	precise	[pri'saɪs]	a. 精确的, 准确的							
11	predict	[pri'dɪkt]	v. 预言, 预测, 预告							
12	preface	['prefəs]	n. 序言, 引言, 前言 v. 作序, 写前言							
13	premier	['premiə(r)]	n. 首相, 总理							
14	premise	['prems]	n. 前提, 房屋连地基 v. 提论, 预述, 假定							
15	premium	['pri:miəm]	n. 额外费用, 奖金, 奖赏, 保险费							
16	prepare	[pri'peə(r)]	v. 准备, 预备							
17	present	['preznt]	a. 出席的, 现在的 n. 现在, 礼物 v. 赠送, 提出							
18	preside	[pri'zaid]	v. (at, over) 主持							
19	presume	[pri'zju:m]	v. 假定, 假设, 认为, 揣测, 滥用, 擅自行动							
20	pretend	[pri'tend]	v. 假装, 假托, 借口, (在演戏中) 装扮							
21	pretext	['pri:tekst]	n. 借口, 托词							
22	prevail	[pri'veil]	v. (over, against) 取胜, 占优势; 流行, 盛行							
23	prevent	[pri'vent]	v. (from) 预防, 防止, 阻止, 制止, 妨碍							
24	primary	['praməri]	a. 最初的, 初级的; 首要的, 主要的, 基本的							
25	privacy	['prɪvəsi]	n. (不受干扰的) 独处, 自由, 隐私; 私生活							
26	private	['praɪvət]	a. 私人的, 个人的, 秘密的, 私下的							
27	problem	['prɒbləm]	n. 问题, 疑难问题; 思考题, 讨论题							
28	proceed	[prə'si:d]	v. 进行, 继续下去; 发生							
29	process	[prə'ses; (for n.) 'prɒs]	n. 过程, 进程; 工序, 制作法; 工艺 v. 加工, 处理							
30	produce	[prə'dju:s]	v. 生产, 制造, 显示, 演出, 导致 n. 产品							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	product	['prɒdʌkt]	n. 产品, 产物; 乘积							
2	profile	['prəʊfaɪl]	n. 侧面(像); 轮廓, 外形; 人物简介							
3	project	['prɒdʒekt]	n. 方案, 工程, 项目 v. 投射, 放映; 设计, 规划							
4	prolong	[prə'lonʒ]	v. 拉长, 延长, 拖延							
5	promise	['prɒmɪs]	v. 允许, 答应; 有…可能 n. 承诺; 希望, 出息							
6	promote	[prə'məʊt]	v. 促进, 发扬; 提升, 提拔; 增进, 助长							
7	pronoun	['prəʊnaʊn]	n. 代词							
8	prophet	['prɒfɪt]	n. 预言家; 先知; 提倡者							
9	propose	[prə'pəʊz]	v. 提议, 建议; 提名, 推荐; 求婚							
10	prosper	['prɒspə(r)]	v. 成功, 兴隆, 昌盛, 使成功, 使昌隆, 繁荣							
11	protect	[prə'tekt]	v. (from) 保护, 保卫							
12	protein	['prəʊtɪn]	n. 蛋白质							
13	protest	['prəʊtest; prə'test]	v./n. 主张, 断言, 抗议, 反对							
14	provide	[prə'vaɪd]	v. 供应, 供给, 准备, 预防, 规定							
15	provoke	[prə'veʊk]	v. 挑动; 激发; 招惹							
16	prudent	['pru:dnt]	a. 谨慎的, 智慧的, 稳健的, 节俭的							
17	publish	['pʌblɪʃ]	v. 出版, 刊印; 公布, 发布							
18	purpose	['pɜ:pəs]	n. 目的, 意图; 用途, 效果							
19	pursuit	[pə'sju:t]	n. 追赶, 追求; 职业, 工作							
20	pyramid	['ptɪrəmd]	n. 金字塔							
21	qualify	['kwɒlɪfaɪ]	v. (使) 具有资格, 证明合格; 限制, 限定; 修饰							
22	quality	['kwɒləti]	n. 质量, 品质, 特性							
23	quarrel	['kwɒrəl]	v. 争吵, 争论 n. 争吵, 争吵的原因							
24	quarter	['kwɔ:tə(r)]	n. 四分之一; 季; 一刻钟; (pl.) 方向; (pl.) 住处							
25	radiant	['reɪdɪənt]	a. 发光的, 辐射的, 容光焕发的							
26	radiate	['reɪdiət]	v. 放射, 辐射; 散布, 传播							
27	radical	['rædɪkl]	a. 基本的, 重要的; 激进的, 极端的; 根本的							
28	rainbow	['rembəʊ]	n. 虹							
29	readily	['redli]	ad. 容易地; 乐意地, 欣然地							
30	reading	['ri:dn̩]	n. 读书, 读物, (仪表等的) 读数, 阅读							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	realise	['ri:əlaɪz]	v. (realize) 认识到, 体会到; 实现							
2	reality	[ri'æləti]	n. 现实, 实际; 真实							
3	receipt	[ri'si:t]	n. 收据, 收条; 收到, 接到							
4	receive	[ri'si:v]	v. 收到, 接到; 遭受, 受到; 接待, 接见							
5	reclaim	[ri'kleɪm]	v. 要求归还, 收回; 开垦							
6	recover	[ri'kʌvə(r)]	v. 收回; (from) 恢复, 痊愈; 重新获得							
7	recruit	[ri'kru:t]	v. 征募(新兵), 吸收; 补充 n. 新成员, 新兵							
8	rectify	['rektɪfaɪ]	v. 纠正, 整顿, [化] 精馏							
9	recycle	[,ri:'saɪkl]	v. /n. 再循环, 重复利用							
10	reflect	[ri'flekt]	v. 反射, 反映, 表现, 反省, 沉思							
11	refrain	[ri'freɪn]	v. 节制, 避免, 制止 n. (诗的) 叠句							
12	refresh	[ri'frefʃ]	v. (使) 精神振作, (使) 精力恢复							
13	refugee	[,refju'dʒi:]	n. (政治上的) 避难者, 难民							
14	refusal	[ri'fju:zl]	n. 拒绝, 回绝							
15	regular	['regjələ(r)]	a. 有规律的; 整齐的, 匀称的, 正规的, 正式的							
16	rejoice	[ri'dʒɔɪs]	v. (使) 欣喜, (使) 高兴							
17	release	[ri'li:s]	v. 释放, 解放; 发表, 发行 n. 释放, 豁免, 放松							
18	relieve	[ri'li:v]	v. 减轻, 解除, 援救, 救济, 换班							
19	remains	[ri'meɪnz]	n. (pl.) 剩余, 残余, 遗迹							
20	remnant	['remnənt]	n. 剩余(物), 零料, 遗迹[风] a. 剩余的, 残留的							
21	removal	[ri'mu:vəl]	n. 移动, 迁居; 除去							
22	replace	[ri'pleɪs]	vt. 取代, 替换, 代替, 把...放回原处							
23	reptile	['reptail]	n. 爬行动物							
24	request	[ri'kwest]	v. /n. 请求, 要求							
25	require	[ri'kwaɪə(r)]	v. 需要; (of) 要求, 命令							
26	reserve	[ri'zɜ:v]	n. 储备(物), 储备金; 缄默 v. 保留, 储备; 预定							
27	resolve	[ri'zɒlv]	v. 决心; (使) 分解, 溶解; 决议 n. 解决; 决心							
28	respect	[ri'spekt]	n. /v. 尊敬, 尊重 n. 敬意, 问候, 关系, 方面							
29	respond	[ri'spɒnd]	v. 回答, 响应, 作出反应							
30	restore	[ri'stɔ:(r)]	v. 恢复, 使回复; 归还, 交还; 修复, 重建							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	retreat	[rɪ'tri:t]	v. 撤退, 退却							
2	revenge	[rɪ'vendʒ]	n. 报复, 复仇 v. 替...报仇							
3	revenue	['revənju:]	n. 财政收入, 税收							
4	reverse	[rɪ'vɜ:s]	n. 相反; 背面 a. 相反的 v. 颠倒, 倒转							
5	revolve	[rɪ'vɒlv]	v. (使) 旋转; 考虑; 【天】公转, 循环							
6	romance	[rəʊ'mæns; 'rəʊmæns]	n. 传奇, 爱情故事							
7	routine	[ru:'ti:n]	n. 例行公事, 常规 a. 常规的, 例行的							
8	royalty	['rɔɪlti]	n. 皇家, 皇族							
9	rubbish	['rʌbɪʃ]	n. 垃圾, 废物; 废话							
10	satisfy	['sætɪsfaɪ]	v. 满意, 使满意, 使相信, 说服							
11	sausage	['sɒsɪdʒ]	n. 香肠, 腊肠							
12	scandal	['skændl]	n. 丑闻, 诽谤, 耻辱, 流言蜚语, 反感, 公愤							
13	scatter	['skætə(r)]	v. 散开, 驱散; 散布, 散播							
14	scenery	['si:nəri]	n. 风景, 舞台布景							
15	scholar	['skɒlə(r)]	n. 学者							
16	science	['saɪəns]	n. 科学; 学科							
17	scratch	[skrætʃ]	v. 抓, 搔, 扒 n. 抓, 搔, 抓痕; 起跑线							
18	seaside	['si:səɪd]	n. 海滨, 海边							
19	section	['sekʃn]	n. 章节, 部分; 地区, 部门, 科; 截面, 剖面							
20	segment	['segmənt]	n. 段, 片, 节, 部分							
21	selfish	['selfɪʃ]	adj. 自私的, 利己的							
22	seminar	['semɪnə:(r)]	n. (大学的) 研究班, 研讨会							
23	senator	['senətə(r)]	n. 参议员							
24	serious	['sɪəriəs]	a. 严肃的; 主要的; 严重的, 危急的; 认真的							
25	servant	['sɜ:vənt]	n. 仆人							
26	service	['sɜ:vɪs]	n. 服务; 公共设施; 维修保养; 行政部门 v. 维修							
27	session	['seʃn]	n. (一届) 会议, 一段时间							
28	setback	['setbæk]	n. 挫折; 失效; 复发; 倒退							
29	setting	['setɪŋ]	n. 安置; 落山; (固定东西的) 柜架底座; 环境							
30	several	['sevrəl]	a. 几个, 若干, 数个; 各个的, 各自的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	shallow	['ʃeɪləʊ]	a. 浅的, 浅薄的 n. 浅滩, 浅处							
2	shampoo	[ʃæm'puː]	n. 洗发膏, 香波; 洗发, 洗头 v. 洗发, 洗头							
3	shatter	['ʃetə(r)]	n. 碎片; 粉碎 v. 粉碎; 使疲惫; 使震慑							
4	shelter	['ʃeltə(r)]	n. 掩蔽处; 掩蔽, 保护 v. 掩蔽, 躲避, 庇护							
5	shortly	['ʃɔːtli]	ad. 立刻, 不久; 不耐烦地, 简慢地							
6	shutter	['ʃʌtə(r)]	n. 百叶窗; (照相机) 快门; 关闭装置							
7	shuttle	['ʃʌtl]	n. 往返汽车/列车/飞机; 穿梭 v. 往返穿梭							
8	signify	['signifaɪ]	v. 表示, 意味; 要紧, 有重要性							
9	silence	['saɪləns]	n. 寂静, 沉默 v. 使沉默, 使安静							
10	silicon	['sɪlkən]	n. 硅							
11	similar	['smɪlə(r)]	a. (to) 相似的, 类似的							
12	sincere	[sn'sɪə(r)]	a. 诚挚的, 真实的, 诚恳的							
13	skilled	[skɪld]	a. (in) 熟练的, 有技能的; 需要技能的							
14	slender	['slendə(r)]	a. 修长的, 细长的, 苗条的; 微小的, 微薄的							
15	slipper	['slɪpə]	n. 便鞋, 拖鞋							
16	smuggle	['smʌgl]	v. 走私; 偷运							
17	society	[sə'saɪəti]	n. 社会; 社团, 协会, 社; 社交界, 上流社会							
18	soldier	['səʊldʒə(r)]	n. 士兵, 军人							
19	soluble	['sɒljəbl]	a. 可溶的							
20	somehow	['sʌmhaʊ]	ad. 以某种方式, 用某种方法; 不知怎么地							
21	someone	['sʌmwʌn]	pron. 某人 (=somebody)							
22	sparkle	['spɜːkl]	v. 发火花, 闪耀							
23	speaker	['spiːkə(r)]	n. 说话者, 发言者; 说某种语言者; 扬声器							
24	special	['speʃl]	a. 特殊的, 专门的; 附加的, 额外的							
25	species	['spiːʃiːz]	n. (物) 种, 种类							
26	specify	['spestfaɪ]	v. 指定, 详细说明							
27	sponsor	['spɒnsə(r)]	n. 发起人, 主力者, 保证人 v. 发起, 主办							
28	squeeze	[skuːz]	v. 压榨, 挤 n. 榨取, 勒索							
29	stadium	['steɪdiəm]	n. 体育场							
30	stagger	['stægə(r)]	vi. 摇晃着移动; 蹒跚 n. 摇晃不稳的动作; 蹒跚							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	startle	['stɑ:tɪl]	v. 惊吓, 使吃惊							
2	station	['steɪʃn]	n. 车站; 所, 站, 局; 身份, 地位 v. 安置, 驻扎							
3	statute	['stætʃu:t]	n. 成文法, 法令, 法规; 章程, 规则, 条例							
4	steamer	['sti:mə(r)]	n. 汽船, 轮船							
5	steward	['stju:əd]	n. 乘务员, 服务员; 看管人; 膳食管理员							
6	stomach	['stʌmək]	n. 胃, 胃口; 肚子, 腹部 vt. 承受, 忍受							
7	storage	['stɔ:ɪdʒ]	n. 贮藏(量), 保管; 库房							
8	strange	[streɪndʒ]	a. 奇怪的, 奇异的; 陌生的, 生疏的; 外地的							
9	stretch	[streɪtʃ]	v. 伸展, 延伸 n. 拉长; 伸展; 一段时间/路程							
10	student	['stju:dnt]	n. (大中小学的) 学生; 研究者, 学者							
11	stumble	['stʌmbl]	n. 跌倒, 绊倒 vi. 绊(摔)倒; 结结巴巴说							
12	subject	['sʌbdʒɪkt; 'sʌbdʒekt]	n. 主题; 学科 a. 隶属的; 易遭...的 v. 使隶属							
13	subsidy	['sʌbsədi]	n. 补助金; 津贴费							
14	succeed	[sək'si:d]	vi. 成功; 继承, 接替 vt. 接替; 继...之后							
15	success	[sək'ses]	n. 成就, 成功; 成功的事物, 有成就的人							
16	suffice	[sə'faɪs]	v. 充足, 足够; vt. (食物等) 使(某人) 满足							
17	suggest	[sə'dʒest]	v. 建议, 提出; 使联想, 使想起...; 暗示							
18	suicide	['su:ɪsaɪd; 'sju:ɪsaɪd]	n. 自杀; 给自己带来恶劣后果的行为							
19	summary	['sʌməri]	n. 摘要, 概要 a. 概括的, 简略的							
20	sunrise	['sʌnraɪz]	n. 日出, 拂晓; 朝霞							
21	support	[sə'pɔ:t]	n. /vt. 支撑; 支持; 赡养; 维持 n. 支持者; 支柱							
22	suppose	[sə'pəʊz]	v. 料想, 猜想; 假定; conj. 假使... 结果会怎样							
23	supreme	[su:'prɪm; sju:'prɪm]	a. 极度的, 最重要的; 至高的, 最高的							
24	surface	['sɜ:fɪs]	n. 表面; 外表 a. 表面的, 肤浅的							
25	surgeon	['sɜ:dʒən]	n. 外科医生							
26	surgery	['sɜ:dʒəri]	n. 外科, 外科学; 手术室, 诊疗室							
27	surname	['sɜ:neɪm]	n. 姓							
28	surpass	[sə'pɑ:s]	vt. 超过, 胜过							
29	surplus	['sɜ:pləs]	n. 过剩, 剩余; 余款, 余额 a. 过剩的, 剩余的							
30	survive	[sə'vaɪv]	v. 幸免于, 幸存; 比...长命							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	suspect	[sə'spekt]	v. 猜想; 怀疑; 察觉 a. 可疑的 n. 嫌疑犯							
2	suspend	[sə'spend]	v. 悬(浮), 挂; 暂停, 取消; 推迟							
3	sustain	[sə'steɪn]	vt. 支撑, 撑住; 维持, 持续, 经受, 忍耐							
4	swallow	['swɒləʊ]	n. 燕子; 吞咽 vt. 吞, 咽; 轻信; 忍受; vi. 咽口水							
5	sweater	['swetə(r)]	n. 毛衣, 绒衣, 厚运动衫							
6	symptom	['sɪmptəm]	n. (疾病的) 症状; (不好事情的) 征兆, 表征							
7	teacher	['ti:tʃə(r)]	n. 教师(员), 老(导)师							
8	tedious	['ti:diəs]	a. 乏味的, 单调的, 冗长的							
9	tension	['tenʃn]	n. (紧张) 状态; 拉(绷)紧; 张力, 拉力							
10	terrify	['terɪfaɪ]	v. 使害怕, 使惊恐							
11	testify	['testɪfaɪ]	v. 作证, 证明; (to) 表明, 说明							
12	textile	['tekstaɪl]	n. 纺织品 a. 纺织的							
13	texture	['tekstʃə(r)]	n. (织物) 质地; (材料) 构造; 结构; 肌理							
14	theater	['θiətə(r)]	n. (theatre) 戏院; 戏剧; 阶梯教室							
15	therapy	['θerəpi]	n. 治疗, (不需要药物或手术的) 物理疗法							
16	thereby	[,ðeə'baɪ]	ad. 因此, 从而							
17	thermal	['θɜ:ml]	a. 热的, 热力的; (小规模) 的上升气流							
18	thirsty	['θɜ:sti]	a. 口渴的; (for) 渴望的, 热望的							
19	thought	[θɔ:t]	n. 思想, 思考, 思维; 意图, 打算; 想法							
20	through	[θru:]	prep./ad. 穿过; 自始至终; 由, 以 a. 直达的							
21	thunder	['θʌndə(r)]	n. 雷(声); 轰隆声 v. 打雷; 大声说, 吼叫							
22	tobacco	[tə'bækəʊ]	n. 烟草, 烟叶							
23	tonight	[tə'naɪt]	ad. 在今晚; 在今夜 n. 今晚, 今夜							
24	torment	['tɔ:ment]	n. 折磨; 令人痛苦的东西(人) vt. 折磨; 纠缠							
25	torrent	['tɒrənt]	n. 激流, 洪流; 爆发, (话语等的) 连发							
26	torture	['tɔ:tʃə(r)]	v. 拷问, 拷打; 折磨, 磨难 n. 拷问; 折磨, 痛苦							
27	tourist	['tuərist; 'tɔ:rɪst]	n. 旅游者, 观光客; 巡回比赛的运动员							
28	tractor	['træktə(r)]	n. 拖拉机, 牵引车							
29	traffic	['træfɪk]	n. 交通, 交通量							
30	tragedy	['trædʒədi]	n. 悲剧; 惨事, 灾难							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	traitor	['treɪtə(r)]	n. 叛徒, 卖国贼							
2	treason	['tri:zn]	n. 谋反, 通敌, 叛国							
3	tremble	['treɪbl]	n. 战栗, 颤抖 v. 发抖, 颤抖; 摇动; 焦虑							
4	tribute	['tribju:t]	n. 贡品; 颂词, 称赞, (表示敬意的) 礼物							
5	trigger	['trɪgə(r)]	n. 扳机 vt. 触发, 引起							
6	triumph	['traɪʌmf]	n. 胜利, 成功 v. 得胜, 战胜							
7	trivial	['trɪviəl]	a. 琐碎的; 无足轻重的							
8	trolley	['trɒli]	n. 手推车; (英) 无轨电车, (美) 有轨电车							
9	trouble	['trʌbl]	n. 烦恼; 动乱; 疾病; 故障; 辛苦 v. (使) 烦恼							
10	trumpet	['trʌmpɪt]	n. 喇叭, 小号							
11	Tuesday	['tju:zdeɪ; 'tju:zdi]	n. 星期二							
12	tuition	[tju:'ʃn]	n. 学费; (某一学科的) 教学, 讲授, 指导							
13	turbine	['tɜ:bain]	n. 汽轮机, 涡轮机							
14	twinkle	['twɪŋkl]	vi. (星等) 闪烁, (眼睛) 发亮 n. 闪烁, 闪光							
15	typhoon	[taɪ'fu:n]	n. 台风							
16	typical	['tɪpɪkl]	a. (of) 典型的, 有代表性的							
17	uncover	[ʌn'kʌvə(r)]	v. 揭开, 揭露							
18	undergo	[ʌndə'gəʊ]	vt. 遭受, 经历, 承受							
19	uniform	['ju:nɪfɔ:m]	n. 制服, 军服 a. 相同的, 一律的							
20	unusual	[ʌn'ju:ʒuəl; ʌn'ju:ʒə]	a. 不平常的, 与众不同的							
21	upgrade	['ʌpgreɪd]	v. 提升, 使升级							
22	upright	['ʌpraɪt]	a. 垂直的, 直立的; 正直的, 诚实的 ad. 竖立着							
23	usually	['ju:ʒuəli; 'ju:ʒəli]	ad. 通常, 平常							
24	utilize	['ju:təlaɪz]	vt. 利用							
25	variety	[və'reɪəti]	n. 种种, 多种多样; 种类, 品种							
26	various	['veəriəs]	a. 各种各样的; 不同的							
27	vehicle	['vi:əkl]	n. 车辆, 交通工具; 媒介, 载体							
28	venture	['ventʃə(r)]	v. 冒险, 拼; 大胆表示 n. 冒险事业, 拼, 闯							
29	verdict	['vɜ:dɪkt]	n. (陪审团的) 裁决, 判决; 判断; 定论							
30	version	['vɜ:ʃn]	n. 版本; 译本, 译文; 说法							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	veteran	['vetərən]	n. 老手, 老兵							
2	vibrate	[vaɪˈbreɪt]	v. (使) 振动, (使) 摇摆; 受…而感动							
3	vicious	['vɪʃəs]	a. 恶毒的, 凶残的, 邪恶的							
4	victory	['vɪktəri]	n. 胜利							
5	village	['vɪlɪdʒ]	n. 村, 村庄							
6	vinegar	['vɪŋə(r)]	n. 醋							
7	violate	['vaɪələnt]	vt. 违背; 冒犯; 妨碍; 侵犯; 亵渎 (圣物)							
8	violent	['vaɪələnt]	a. 猛烈的, 激烈的; 暴力引起的, 强暴的							
9	virtual	['vɜ:tʃʊəl]	a. 实际上的, 事实上的							
10	visible	['vɪzəbl]	a. 看得见的, 明显的, 显著的							
11	visitor	['vɪzɪtə(r)]	n. 访问者, 客人, 来宾, 参观者							
12	vitamin	['vɪtəmn]	n. 维生素							
13	volcano	[vɒlˈkeɪnəʊ]	n. 火山							
14	voltage	['vəʊltɪdʒ]	n. 电压							
15	warfare	['wɔ:feə(r)]	n. 战争 (状态); 斗争; 冲突							
16	warrant	['wɒrənt]	n. 正当理由; 许可证, 委任状 v. 保证, 担保							
17	wealthy	['welθi]	a. 富有的, 充裕的, 充分的 n. 富人, 有钱人							
18	weather	['weðə(r)]	n. 天气, 气象							
19	wedding	['wedɪŋ]	n. 婚礼							
20	weekday	['wi:kdeɪ]	n. 平常日, 工作日							
21	weekend	[,wi:k'end]	n. 周末							
22	welcome	['welkəm]	int. 欢迎 a. 受欢迎的 vt. /n. 欢迎; 迎接							
23	welfare	['welfeə(r)]	n. 福利; 幸福; 福利事业							
24	western	['westən]	a. 西方的, 西部的							
25	whereas	[,weə'ræz]	conj. 而, 却, 反之							
26	whether	['weðə(r)]	conj. 是否, 会不会, 不管, 无论							
27	whisper	['wɪspə(r)]	v. 耳语; 私下说, 偷偷告诉 n. 耳语; 传闻							
28	whistle	['wɪsl]	n. 口哨, 汽笛; 口哨声, 汽笛声 v. 吹口哨; 鸣笛							
29	whoever	[hu:'evə(r)]	pron. [引导名词从句] 谁; 无论谁; 究竟是谁							
30	willing	['wɪlɪŋ]	a. 愿意的, 乐意的, 心甘情愿的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	without	[wɪˈðaʊt]	prep. 无, 没有 n. 外面, 外部							
2	witness	[ˈwɪtnəs]	n. 目击者, 证人; 证据, 证明 v. 目击, 目睹; 作证							
3	worship	[ˈwɜːʃɪp]	n. 礼拜, 礼拜仪式; 崇拜 v. 崇拜, 敬仰; 做礼拜							
4	wrinkle	[ˈrɪŋkl]	n. 皱纹 v. 起皱, 皱眉							
5	writing	[ˈraɪtɪŋ]	n. 写, 写作; 著作, 作品							
6	vinegar	[ˈvɪŋə(r)]	n. 醋							
7	violate	[ˈvaɪələt]	vt. 违背; 冒犯; 妨碍; 侵犯; 亵渎 (圣物)							
8	violent	[ˈvaɪələnt]	a. 猛烈的, 激烈的; 暴力引起的, 强暴的							
9	virtual	[ˈvɜːtʃuəl]	a. 实际上的, 事实上的							
10	visible	[ˈvɪzəbl]	a. 看得见的, 明显的, 显著的							
11	visitor	[ˈvɪzɪtə(r)]	n. 访问者, 客人, 来宾, 参观者							
12	vitamin	[ˈvɪtəmn]	n. 维生素							
13	volcano	[vɒlˈkeɪnəʊ]	n. 火山							
14	voltage	[ˈvəʊltɪdʒ]	n. 电压							
15	warfare	[ˈwɔːfeə(r)]	n. 战争 (状态); 斗争; 冲突							
16	warrant	[ˈwɒrənt]	n. 正当理由; 许可证, 委任状 v. 保证, 担保							
17	wealthy	[ˈwelθi]	a. 富有的, 充裕的, 充分的 n. 富人, 有钱人							
18	weather	[ˈweðə(r)]	n. 天气, 气象							
19	wedding	[ˈwedɪŋ]	n. 婚礼							
20	weekday	[ˈwiːkdeɪ]	n. 平常日, 工作日							
21	weekend	[ˌwiːkˈend]	n. 周末							
22	welcome	[ˈwelkəm]	int. 欢迎 a. 受欢迎的 vt. /n. 欢迎; 迎接							
23	welfare	[ˈwelfeə(r)]	n. 福利; 幸福; 福利事业							
24	western	[ˈwestən]	a. 西方的, 西部的							
25	whereas	[ˌweəˈæz]	conj. 而, 却, 反之							
26	whether	[ˈweðə(r)]	conj. 是否, 会不会, 不管, 无论							
27	whisper	[ˈwɪspə(r)]	v. 耳语; 私下说, 偷偷告诉 n. 耳语; 传闻							
28	whistle	[ˈwɪsl]	n. 口哨, 汽笛; 口哨声, 汽笛声 v. 吹口哨; 鸣笛							
29	whoever	[huːˈevə(r)]	pron. [引导名词从句] 谁; 无论谁; 究竟是谁							
30	willing	[ˈwɪlɪŋ]	a. 愿意的, 乐意的, 心甘情愿的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	without	[wɪˈðaʊt]	prep. 无, 没有 n. 外面, 外部							
2	witness	[ˈwɪtnəs]	n. 目击者, 证人; 证据, 证明 v. 目击, 目睹; 作证							
3	worship	[ˈwɜːʃɪp]	n. 礼拜, 礼拜仪式; 崇拜 v. 崇拜, 敬仰; 做礼拜							
4	wrinkle	[ˈrɪŋkl]	n. 皱纹 v. 起皱, 皱眉							
5	writing	[ˈraɪtɪŋ]	n. 写, 写作; 著作, 作品							
6	abnormal	[æbˈnɔːml]	a. 反常的, 不正常的, 不规则的							
7	absolute	[ˈæbsəluːt]	a. 绝对的, 完全的; 确实的, 肯定的							
8	abstract	[ˈæbstrækt]	a. 抽象的 n. 摘要, 梗概 vt. 提取; 摘录要点							
9	abundant	[əˈbʌndənt]	a. 大量(充足)的; (in) 丰富(富裕)的							
10	academic	[ˌækəˈdemɪk]	a. 学院的, 大学的; 学术性的; 理论的							
11	accident	[ˈæksɪdənt]	n. 意外遭遇, 事故; 意外(因素)							
12	accuracy	[ˈækjərəsi]	n. 准确(性); 精确; 准确度							
13	accurate	[ˈækjərət]	a. 正确无误的; 准确的, 精确的							
14	acquaint	[əˈkweɪnt]	vt. (with) 使认识, 使了解, 使熟悉							
15	activate	[ˈæktɪveɪt]	vt. 启动, 激活; 驱动, 驱使; 使开始起作用							
16	activity	[ækˈtɪvəti]	n. 活动; 活力; 能动性;							
17	addition	[əˈdɪʃn]	n. 加, 加法; 附加部分, 增加(物)							
18	adequate	[ˈædɪkwət]	adj. 充足的, 足够的; 适当的, 胜任的							
19	adjacent	[əˈdʒeɪsnt]	a. (to) (时间上) 紧接着的; 邻近的, 毗邻的							
20	advanced	[ədˈvɑːnst]	a. 超前的, 先进的; 高级的; 开明的; 前进的							
21	advocate	[ˈædvəkeɪt; -ət]	n. 辩护者, 拥护者, 鼓吹者 vt. 拥护, 提倡							
22	affluent	[ˈæfluənt]	a. 富裕的, 富有的, 丰富的, 富饶的							
23	aircraft	[ˈeəkrɑːft]	n. 飞机, 飞船, 飞行器							
24	alliance	[əˈlaɪəns]	n. 同盟, 同盟国; 结盟, 联姻							
25	allocate	[ˈæləkeɪt]	v. 分配, 分派; 拨给; 划归							
26	alphabet	[ˈælfəbet]	n. 字母表; 初步, 入门							
27	although	[ɔːlˈðəʊ]	conj. 尽管, 虽然...但是							
28	altitude	[ˈæltɪtjuːd]	n. 高度, 海拔; [pl.] 高处, 高地							
29	aluminum	[əˈluːmɪnəm]	n. (aluminium) 铝							
30	ambition	[æmˈbɪʃn]	n. 对(成功、权力等)的强烈欲望, 野心; 雄心							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	analogue	[ˈænələɡ]	n. 类似物; 相似体; 模拟							
2	analysis	[əˈnæləsɪs]	n. (pl. analyses) 分析; 分解							
3	analytic	[ˌæneˈlɪtɪk]	a. (analytical) 分析的; 分解的							
4	ancestor	[ˈænstə(r)]	n. 祖宗, 祖先; 原型, 先驱							
5	anecdote	[ˈænkdəʊt]	n. 轶事, 趣闻, 短故事							
6	announce	[əˈnaʊns]	v. 正式宣布; 发表; 通告; 广播 (电台节目)							
7	anything	[ˈeni θɪŋ]	pron. 任何东西(事物); 无论什么东西(事物)							
8	anywhere	[ˈeniwe(r)]	ad. 无论哪里; (用于否定、疑问等)任何地方							
9	apparent	[əˈpərənt]	a. 表面上的, 貌似真实的; 显然的, 明明白白的							
10	appendix	[əˈpendɪks]	n. 附录, 附属物; 阑尾, 盲肠							
11	appetite	[ˈæpɪtaɪt]	n. 食欲, 胃口; 欲望, 性欲; 爱好, 趣味							
12	applause	[əˈplɔːz]	n. 鼓掌; 喝彩; 夸奖, 赞扬							
13	approach	[əˈprəʊtʃ]	v. 靠近, 接近 n. 接近; 途径, 入门; 方式, 方法							
14	approval	[əˈpruːvəl]	n. 批准, 通过; 赞成, 同意							
15	argument	[ˈɑːɡjʊmənt]	n. 争论(吵), 辩论; 理由; 论证							
16	arrogant	[əˈrɒɡənt]	a. 傲慢的, 自大的							
17	artistic	[ɑːˈtɪstɪk]	a. 艺术(家)的, 美术(家)的; 善于艺术创作的							
18	assemble	[əˈsembəl]	vt. 集合, 召集; 装配; 收集 vi. 集合, 聚集							
19	assembly	[əˈsembli]	n. 集合; 会议; 装配; (美)洲议会的众议院							
20	astonish	[əˈstɒnɪʃ]	vt. 使惊讶, 使吃惊							
21	attitude	[ˈætɪtjuːd]	n. 态度, 看法(to, toward, about); 姿势							
22	attorney	[əˈtɜːni]	n. (业务或法律事务上的)代理人; 辩护律师							
23	audience	[ˈɔːdiəns]	n. 听众, 观众, 读者; 见面, 会见							
24	autonomy	[ɔːˈtɒnəmi]	n. 自治, 自治权;							
25	aviation	[ˌetviˈeɪʃn]	n. 航空, 航空学; 飞机制造业							
26	bachelor	[ˈbætʃələ(r)]	n. 单身汉; (亦作 B-)学士(学位)							
27	backward	[ˈbækwəd]	a. 向后的, 倒行的; 迟钝的 ad. 向后, 朝反方向							
28	barbecue	[ˈbɑːbɪkjuː]	a. 破产的; 彻底缺乏的 vt. 使破产 n. 破产者							
29	baseball	[ˈbeɪsbɔːl]	n. 烤肉; 烤肉用的台架 vt. 炙烤(肉等)							
30			n. 棒球							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	basement	['beɪsmənt]	n. 建筑物的底部, 地下室, 地窖							
2	bathroom	['bɑ: θ ru:m; 'bɑ: θ rʊm]	n. 浴室; 盥洗室, 卫生间							
3	behavior	[br'heɪvjə]	n. (behaviour) 行为, 举止; (机器等) 运转情况							
4	beverage	['bevərɪdʒ]	n. (水, 酒等之外的) 饮料							
5	bewilder	[br'wɪldə(r)]	v. 使迷惑, 难住							
6	birthday	['bɜ: θ deɪ]	n. 生日; (成方) 纪念日							
7	boundary	['baʊndri]	n. 分界线, 边界							
8	brochure	['brəʊʃə(r)]	n. 小册子							
9	building	['bɪldɪŋ]	n. 建筑(物), 房屋, 大楼 [同] structure							
10	bulletin	['bʊlətɪn]	n. 公报, 公告, 告示							
11	business	['bɪznəs]	n. 商业, 生意; 事务, 业务, 职责							
12	calendar	['kælɪndə(r)]	n. 日历, 月历							
13	campaign	[kæm'peɪn]	n. 战役; 运动							
14	capacity	[kə'pæsəti]	n. 容量, 容积; 能量, 能力; 接受力							
15	cardinal	['kɑ:dnəl]	n. (天主教的) 红衣主教 a. 首要的, 基本的							
16	carriage	['kærɪdʒ]	n. (四轮) 马车; (火车) 客车厢							
17	cassette	[kə'set]	n. 盒子; 盒式磁带							
18	casualty	['kæʒuəlti]	n. 伤亡人员; 受害人; 损失的东西; 急诊室							
19	category	['kætəgəri]	n. 种类, 部属, 类目; 范畴, 类型							
20	Catholic	['kæθəlɪk]	a. 天主教的 n. 天主教徒							
21	cautious	['kɔ:ʃəs]	a. (of) 小心的, 谨慎的							
22	cemetery	['semətəri]	n. 坟墓, 墓地, 坟场							
23	ceremony	['serəməni]	n. 典礼, 仪式; 礼节, 礼仪							
24	chairman	['tʃeəmən]	n. 主席, 议长, 会长, 董事长							
25	champion	['tʃempɪən]	n. 冠军, 得胜者; 拥护者, 斗士							
26	chemical	['kemɪkl]	a. 化学的 n. (pl.) 化学制品, 化学药品							
27	circular	['sɜ:kjələ(r)]	a. 圆(形)的, 环形的; 循环的 n. 传单, 通报							
28	civilian	['sɪvɪliən]	n. 平民 a. 平民的; 民用的							
29	civilize	['sɪvəlaɪz]	v. (=civilise) 使文明, 开化							
30	classify	['klæsɪfaɪ]	v. 分类, 分等(级)							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	clothing	['kləʊðɪŋ]	n. 服装, 被褥							
2	coherent	[kəʊ'hɪərənt]	a. 一致的, 协调的; (话语等) 条理清楚的							
3	cohesive	[kəʊ'hi:sɪv]	a. 粘合性的, 有结合力的							
4	coincide	[,kəʊɪn'saɪd]	vi. 同时发生; 巧合; 一致; 相符;							
5	collapse	[kə'læps]	v. /n. 倒塌; 崩溃; (价格) 暴跌; 倒闭, 破产							
6	colonial	[kə'ləʊniəl]	a. 殖民地的, 关于殖民的 n. 殖民地居民							
7	commence	[kə'mens]	vt. 开始 vi. 获得学位							
8	commerce	['kɒmə:s]	n. 商业, 贸易; 交际, 交往							
9	complain	[kəm'pleɪn]	v. (about, of) 抱怨; 申诉							
10	complete	[kəm'pli:t]	a. 完全的, 圆满的 v. 完成, 结束, 使充满							
11	compound	['kɒmpaʊnd]	n. 混合物, 化合物 a. 混合的, 化合的; vt. 混合							
12	compress	[kəm'pres]	vt. 压紧, 压缩; (把思想、文字等) 浓缩							
13	comprise	[kəm'praɪz]	vt. 包含, 包括, 由...组成; 构成, 组成							
14	computer	[kəm'pjʊ:tə(r)]	n. 计算机, 电脑; 计算者							
15	conceive	[kən'si:v]	v. (of) 设想, 构思, 想象; 以为; 怀胎, 怀有							
16	conclude	[kən'klʊd]	v. 结束, 终止; 断定, 下结论; 缔结, 议定							
17	concrete	['kɒŋkri:t]	a. 具体的, 实质性的 n. 混凝土 v. 用混凝土修筑							
18	condense	[kən'dens]	v. (使) 冷凝, (使) 凝结; 浓缩, 压缩, 简缩							
19	conflict	['kɒnflɪkt]	n. 战斗, 斗争; 抵触, 冲突 v. (with) 抵触, 冲突							
20	confront	[kən'frʌnt]	v. 使面临, 使遭遇; 面对 (危险等)							
21	congress	['kɒŋgres]	n. (代表) 大会; (美国等国的) 国会, 议会							
22	conquest	['kɒŋkwɛst]	n. 征服, 征服地, 掠夺物							
23	consider	[kən'sɪdə(r)]	v. 考虑, 细想; 体谅, 顾及; 认为, 把...看作							
24	constant	['kɒnstənt]	a. 固定的, 持续的, 忠实的 n. 常数, 恒量							
25	contempt	[kən'tempt]	n. 轻视, 藐视; 受辱, 丢脸							
26	continue	[kən'tɪnju:]	v. 继续, 连续, 延伸							
27	contract	['kɒntrækt]	n. (承包) 合同/契约 v. 订合同/契约; 使缩小							
28	contrary	['kɒntrəri]	a. (to) 相反的, 矛盾的 n. 反对, 矛盾; 相反							
29	contrast	['kɒntrɑ:st]	n. 对比, 对照 vi. 形成对比 vt. 把...与...对比							
30	contrive	[kən'traɪv]	vt. 谋划, 策划; 设法做到; 设计, 想出							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	convince	[kən'vɪns]	v. (of) 使信服, 使确信							
2	corridor	['kɒrɪdɔ:(r)]	n. 走廊, 通路							
3	courtesy	['kɜ:təsi]	n. 谦恭有礼; 有礼貌的举止 (或言词)							
4	creative	[kri'eɪtɪv]	a. 有创造力的, 创造性的							
5	creature	['kri:tʃə(r)]	n. 人, 动物; 生物							
6	criminal	['krɪmɪnəl]	n. 罪犯, 刑事犯 a. 犯罪的, 刑事的							
7	critical	['krɪtɪkəl]	a. 批评的, 评论的; 危急, 紧要的; 临界的							
8	cucumber	['kju:kʌmbə(r)]	n. 黄瓜							
9	cupboard	['kʌbəd]	n. 碗柜, 小橱							
10	currency	['kʌrənsɪ]	n. 流传, 流通; 通货, 货币							
11	customer	['kʌstəmə(r)]	n. 顾客, 主顾							
12	cylinder	['sɪlɪndə(r)]	n. 圆筒, 圆锥体; 汽缸							
13	database	['deɪtəbeɪs; 'dɔ:təbeɪs]	n. (database) 数据库							
14	daughter	['dɔ:tə(r)]	n. 女儿							
15	daylight	['deɪlaɪt]	n. 日光, 白昼, 黎明							
16	deadline	['dedlaɪn]	n. 最后期限							
17	December	[dɪ'sembə(r)]	n. 十二月							
18	decision	[dɪ'sɪʒən]	n. 决定, 决心; 决议; 决策							
19	decisive	[dɪ'saɪsɪv]	a. 决定性的							
20	decorate	['dekəreɪt]	v. 装饰, 装璜, 布置							
21	decrease	[dɪ'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	definite	['defɪnət]	a. 明确的; 一定的; 意志坚强的, 立场坚定的							
24	delegate	['delɪɡeɪt]	n. 代表 vt. 委派...为代表; 授权; 委托							
25	delicate	['delɪkət]	a. 纤弱的; 精致的; 微妙的; 灵敏的							
26	delivery	[dɪ'lvərɪ]	n. 递送; 交付; 分娩; 交货; 引渡							
27	denounce	[dɪ'naʊns]	vt. 公开指责, 公然抨击; 谴责							
28	describe	[dɪ'skraɪb]	v. 描述, 形容							
29	desolate	['desələt]	a. 荒凉的; 孤独的 v. 使荒芜							
30	despatch	[dɪ'spætʃ]	n. /v. (dispatch) 派遣; 发送 n. 急件; 新闻报道							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	detector	[dɪ'tektə(r)]	n. 发现者, 侦察器, 探测器, 检波器, 检电器							
2	diagnose	['daɪəgnəʊz; ,daɪəg'neɪz]	v.t. 诊断(疾病); 判断(问题)							
3	diameter	[daɪ'æmɪtə(r)]	n. 直径							
4	diligent	['dɪlɪdʒənt]	a. 勤奋的, 用功的							
5	diminish	[dɪ'mɪnɪʃ]	v. 缩小, 减少, 递减							
6	directly	[də'rektli; daɪ'rektli]	ad. 直接地, 径直地; 马上, 立即							
7	director	[də'rektə(r); daɪ'rektə(r)]	n. 指导者, 主任, 导演							
8	disaster	[dɪ'zɑːstə(r)]	n. 灾难, 大祸; 彻底的失败							
9	disclose	[dɪs'kleʊz]	v. 揭示, 泄露							
10	discount	['dɪskaʊnt]	n. 折扣; 贴现(率) vt. 打折扣; 不重视							
11	discover	[dɪ'skʌvə(r)]	v. 发现, 显示							
12	discreet	[dɪ'skri:t]	a. (言行) 谨慎的; 慎重的; 有判断力的							
13	disgrace	[dɪs'greɪs]	n. 失宠, 耻辱 v. 使失宠; 玷辱, 使蒙羞							
14	disguise	[dɪs'gaɪz]	n. /v. 假装, 伪装							
15	disorder	[dɪs'ɔːdə(r)]	n. 混乱, 杂乱; 骚乱; 失调, 疾病							
16	disperse	[dɪ'spɜːs]	v. (使) 分散; (使) 散开; 疏散							
17	displace	[dɪs'pleɪs]	v. 移置, 转移; 取代, 置换							
18	disposal	[dɪ'spəʊzl]	n. 处理, 处置; 布置, 安排							
19	dissolve	[dɪ'zɒlv]	v. (使) 溶解, (使) 融化; 解散, 取消							
20	distance	['dɪstəns]	n. 距离, 间隔, 远方, 路程							
21	distinct	[dɪ'stɪŋkt]	a. 清楚的, 明显的; (from) 截然不同的							
22	distract	[dɪ'strækt]	v. 分散; 使分心; 打扰; 使心情烦乱							
23	distress	[dɪ'stres]	n. 苦恼; 危难; 不幸 v. 使苦恼							
24	district	['dɪstrɪkt]	n. 地区, 行政区; 美国各州的众议院选区							
25	dividend	['dɪvɪdend]	n. 红利, 股息; 回报, 效益; 被除数							
26	division	[dɪ'vɪʒn]	n. 分, 分割; 部门, 科, 处; 除法; 分界线							
27	document	['dɒkjumənt]	n. 公文, 文献							
28	domestic	[də'mestɪk]	n. 公文, 文献							
29	dominant	['dɒmɪnənt]	a. 家里的; 本国的; 驯养的							
30	dominate	['dɒmɪneɪt]	a. 支配的, 统治的, 占优势的							
			v. 支配, 统治, 控制; 占优势							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	downtown	['daʊntaʊn]	ad. 在城市的商业区 n. /a. 城市商业区(的)							
2	downward	['daʊnwəd]	a. 向下的 ad. (also downwards) 向下, 往下							
3	dramatic	[drə'mætɪk]	a. 戏剧的, 戏剧性的; 剧烈的							
4	drawback	['drɔ:bæk]	n. 欠缺, 缺点; 退还的关税							
5	duration	[dju'reɪʃn]	n. 持久; 期间; 持续时间							
6	dwelling	['dwelɪŋ]	n. 住宅, 寓所							
7	economic	[,ɪ:kə'nɒmɪk; ,ekə'nɒmɪk]	a. 经济(上)的, 经济学的							
8	eighteen	[,eɪ'ti:n]	num. 十八, 十八个							
9	electric	[ɪ'lektrɪk]	a. 电的, 导电的, 电动的							
10	electron	[ɪ'lektrɒn]	n. 电子							
11	elephant	[ɪ'lɪfənt]	n. (动物) 象							
12	elevator	[ɪ'lɪveɪtə(r)]	n. 电梯, 升降机							
13	eligible	[ɪ'lɪdʒəbl̩]	a. 符合条件的; (尤指婚姻等) 合适(意)的							
14	eloquent	[ɪ'ləkwənt]	a. 雄辩的, 有说服力的; 善辩的, 口才流利的							
15	emigrate	[ɪ'mɪɡreɪt]	v. (反)immigrate; (to, from) 自本国移居他							
16	emphasis	[ɪ'mfə'sɪs]	n. 强调, 重点							
17	employee	[ɪm'plɔɪi]	n. 雇工, 雇员							
18	employer	[ɪm'plɔɪə(r)]	n. 雇主							
19	endeavor	[ɪn'devə]	v. /n. (endeavour) 努力, 尽力, 力图							
20	engineer	[ˌendʒɪ'nɪə(r)]	n. 工程师							
21	enormous	[ɪ'nɔ:məs]	a. 巨大的, 庞大的							
22	entrance	[(for v.) ɪn'tro:ns;]	(n. 入口, 门口; 进入; 入学, 入会							
23	envelope	[ˈenvəleʊp; ˈɒnvəleʊp]	n. 信封, 信皮; 封套							
24	envisage	[ɪn'vɪzɪdʒ]	v. 想象, 设想, 展望, 正视							
25	epidemic	[ˌepɪ'demɪk]	a. 流行性的; 传染的 n. 流行病; 传播							
26	equality	[ɪ'kwɒləti]	n. 同等; 平等; 相等; 等式; 等同性							
27	equation	[ɪ'kwetʃn]	n. (数学) 等式, 方程式; (with) 相等; 均衡							
28	escalate	[ˈeskəleɪt]	v. (使) 逐步增长(或发展), (使) 逐步升级							
29	estimate	[ˈestɪmeɪt; ˈestɪmət]	v. /n. 估计, 估价; 评估							
30	evacuate	[ɪ'vekjueɪt]	vt. 撤离, 疏散, 排泄, 剥夺							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	evaluate	[ɪ'velʒueɪt]	v. 估价, 评价; 求…的值							
2	everyday	['evrɪdeɪ]	adj. 每日的, 日常的							
3	everyone	['evriwʌn]	pron. (everybody) 每人, 人人, 各人							
4	evidence	['eɪdɪns]	n. 明显; 显著; 根据; 证据; 迹象							
5	exchange	[ɪks'tʃeɪndʒ]	v. /n. (for) 交换, 兑换; 交流, 交易; 交换台							
6	exciting	[ɪk'saɪtɪŋ]	a. 令人兴奋的, 使人激动的							
7	exercise	['eksəsaɪz]	n. 练习, 习题; 训练, 锻炼 v. 训练, 锻炼; 行使							
8	explicit	[ɪk'splɪsɪt]	a. 详述的, 明确的; 坦率的; 显然的							
9	exposure	[ɪk'spəʊʒə(r)]	n. 暴露, 揭露; 方向; 陈列; 遗弃; 照射量							
10	exterior	[ɪk'stɪəriə(r)]	a. 外部的, 外面的 n. 外部							
11	external	[ɪk'stɜːnl]	a. 外部的; 客观的; 外国的; 表面的; [医] 外用的							
12	eyesight	['aɪsaɪt]	n. 视力							
13	fabulous	['fæbjələs]	a. 极好的; 极为巨大的; 寓言中的, 传说中的							
14	facility	[fə'sɪləti]	n. 灵巧, 熟练; (pl.) 设备, 设施, 便利条件							
15	faithful	['feɪθfl]	a. 守信的, 忠实的, 如实的, 可靠的							
16	familiar	[fə'mliə(r)]	a. 熟悉的; 通晓的; 亲近的 n. 常客; 密友							
17	farewell	[,feə'wel]	int. 再会, 别了 n. 告别							
18	favorite	['feɪvərɪt]	n. (favourite) 最喜欢的人或物 a. 喜爱的							
19	feasible	['fiːzəbl]	a. 可行的; 切实可行的; 行得通的; 可用的							
20	February	['februəri]	n. 二月							
21	feedback	['fiːdbæk]	n. 反馈; 反应; 回授							
22	feminine	['femɪnɪn]	a. 女性的; 娇柔的							
23	festival	['festɪvl]	n. 节日; 音乐节; 戏剧节 a. 节日的; 快乐的							
24	flexible	['fleksəbl]	a. 柔韧的, 易弯曲的, 灵活的, 能变形的							
25	flourish	['flaʊrɪʃ]	n. /v. 繁荣, 茂盛, 兴旺							
26	football	['fʊtbɔːl]	n. 足球							
27	footstep	['fʊtstep]	n. 脚步(声), 足迹							
28	forecast	['fɔːkɑːst]	v. /n. 预测, 预报							
29	forehead	['fɔːhed; 'fɒrɪd]	n. 前额; (任何事物的) 前部							
30	foremost	['fɔːməʊst]	a. 最先的; 最初的; 主要的 ad. 首要地							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	fountain	['faʊntən]	n. 泉水, 喷泉, 源泉							
2	fourteen	[,fɔ:'ti:n]	num. 十四, 十四个							
3	fraction	['frækʃn]	n. 碎片, 小部分, 一点儿; 分数							
4	fracture	['fræktʃə(r)]	n. 裂缝(痕); 骨折 v. (使)断裂, (使)折断							
5	fragment	['frægmənt]	n. 碎片, 小部分, 片断							
6	fragrant	['freɪgrənt]	a. 香的; 芬芳的							
7	frequent	['fri:kw(ə)nt]	a. 时常发生的, 频繁的							
8	friction	['frɪkʃn]	n. 磨擦, 摩擦力							
9	friendly	['frendli]	a. 友好的, 友谊的							
10	frighten	['fraɪn]	v. 使惊恐							
11	frontier	['frʌntiə(r)]	n. 国境, 边境; 尖端, 新领域							
12	fruitful	['fru:tfl]	a. 多产的; 果实累累的, 富有成效的							
13	function	['fʌŋkʃn]	n. 功能, 作用; (pl.) 职务; 函数 v. 起作用							
14	gasoline	['gæsəli:n; ,gæsə'li]	n. (gasolene) 汽油							
15	generate	['dʒenərett]	vt. 产生, 发生; 生殖							
16	generous	['dʒenərəs]	a. 宽宏大量的, 慷慨的							
17	geometry	[dʒi'ɒmetri]	n. 几何(学)							
18	gigantic	[dʒaɪ'gæntɪk]	a. 巨大的, 庞大的							
19	glorious	['glɔ:riəs]	a. 壮丽的, 辉煌的; 光荣的							
20	goodness	['gʊdnəs]	n. 善良, 仁慈; (食物等)精华 int. 天哪							
21	gorgeous	['gɔ:dʒəs]	a. 华丽的; 灿烂的; 美丽的; 宜人的; 棒的							
22	governor	['gʌvənə(r)]	n. 统治者, 管理者, 总督, 州(省)长							
23	graceful	['greɪsfl]	a. 优美的, 文雅的, 大方的							
24	gracious	['greɪʃəs]	a. 亲切的, 客气的; 宽厚的, 仁慈的							
25	graduate	['grædʒuət]	n. 大学毕业生, 研究生 v. 大学毕业 a. 毕了业的							
26	grateful	['ɡreɪtfl]	a. (to, for) 感激的; 感谢的							
27	greeting	['ɡri:tɪŋ]	n. 问候, 致敬							
28	grown-up	['ɡrəʊn'ʌp]	a. 成长的, 成熟的, 成人的 n. 成年人							
29	guidance	['ɡaɪdnəs]	n. 引导, 指导							
30	handbook	['hændbʊk]	n. 手册, 指南							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	handicap	['hændikæp]	v. 妨碍 n. (身体或智力方面的)缺陷;不利条件							
2	handsome	['hænsəm]	a. 漂亮的,英俊的;慷慨的,数量可观的							
3	hardship	['hɑ:dʃɪp]	n. 艰难,困苦							
4	hardware	['hɑ:dweə(r)]	n. 五金,金属制品;硬件							
5	headache	['hedæk]	n. 头痛							
6	headline	['hedlaɪn]	n. 大字标题,新闻标题							
7	heighten	['haɪtn]	v. 提高,升高							
8	heritage	['herɪtɪdʒ]	n. 遗产,继承物;传统							
9	hesitate	['hezɪteɪt]	v. 犹豫,踌躇;含糊,支吾							
10	highland	['haɪlənd]	n. 高地,高原							
11	historic	[hɪ'stɒrɪk]	a. 有历史意义的;历史的							
12	hitherto	[,hɪðə'tu:]	ad. 到目前为止,迄今							
13	homework	['həʊmwɜ:k]	n. (学生的)家庭作业、课外人员							
14	horrible	['hɒrəbl]	a. 令人恐惧的,可怕的;极讨厌的,糟透的							
15	hospital	['hɒspɪtl]	n. 医院							
16	humanity	['hju:mænəti]	n. 人类,人性,人情;(pl.)人文科学							
17	humidity	['hju:mɪdəti]	n. 湿气,湿度							
18	humorous	['hju:mərəs]	a. 富于幽默感的,幽默的;滑稽的							
19	hydrogen	['haɪdrədʒən]	n. 氢							
20	identify	[aɪ'dentɪfaɪ]	v. 识别,鉴别;(with)把…和…看成一样							
21	identity	[aɪ'dentəti]	n. 身份;本体;特征;同一(性);一致;国籍;等式							
22	ideology	[aɪ'dɪələdʒi]	n. 意识形态,(政治或社会的)思想意识							
23	ignorant	['ɪgnərənt]	a. 无知的,愚昧的;不知道的							
24	illusion	['ɪlu:ʒən]	n. 幻想,错误的观念;错觉,幻觉,假象							
25	imperial	[ɪm'piəriəl]	a. 帝国的,帝王的;(度量衡)英制的							
26	implicit	[ɪm'plɪt]	a. 含蓄的;(in)固有的;无疑问的;绝对的							
27	increase	[ɪn'kri:s]	n. 事件,事变							
28	indicate	['ɪndɪkeɪt]	v. /n. 增加,增长,增进							
29	industry	['ɪndəstri]	v. 指出,指示;表明,暗示							
30			n. 工业,产业;勤劳,勤奋							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	inferior	[ɪn'fɪəriə]	a. 下等的, 下级的; 劣等的, 差的 n. 下级, 晚辈							
2	infinite	['ɪnfɪnət]	a. 无限的, 无穷的 n. 无限							
3	infrared	[ɪnfrə'red]	a. /n. 红外线(的)							
4	inherent	[ɪn'herənt; ɪn'hɪərənt]	a. 固有的, 内在的, 天生的							
5	initiate	[ɪ'nɪʃieɪt]	vt. 开始, 创始, 发动; 启蒙, 使入门; 引入							
6	innocent	['ɪnəsnt]	a. (of) 清白的, 无辜的; 无害的; 单纯的, 无知的							
7	instance	['ɪnstəns]	n. 例子, 事例, 例证							
8	instinct	['ɪnstɪŋkt]	n. 本能, 直觉, 天性							
9	instruct	[ɪn'strʌkt]	v. 教, 教授; 命令, 指示							
10	insulate	['ɪnsjuleɪt]	vt. 隔离, 孤立; 使绝缘, 使绝热							
11	integral	['ɪntɪgrəl; ɪn'tegərəl]	a. 构成整体所必需的; 完整的							
12	interact	[ɪntər'ækt]	v. 相互作用, 互相影响							
13	interest	['ɪntrest; 'ɪntrest]	n. (in) 兴趣, 重要性; 利益 v. (in) 使发生兴趣							
14	interior	[ɪn'tɪəriə(r)]	a. 内部的, 里面的 n. 内部, 内地							
15	internal	[ɪn'tɜːnl]	a. 内部的, 内的; 国内的, 内政的							
16	internet	['ɪntənət]	n. [the~] 国际互联网, 因特网							
17	interval	['ɪntəvl]	n. 间隔, 间歇; (幕间或工间) 休息							
18	intimate	['ɪtɪmət]	a. 亲密的, 密切的 n. 熟友, 熟人							
19	intrigue	[ɪn'trɪg]	n. 阴谋 v. 密谋, 私通; 激起...的兴趣; 诡计取得							
20	invasion	[ɪn'veɪʒn]	n. 入侵, 侵略, 侵犯							
21	irrigate	['ɪrɪɡeɪt]	vt. 灌溉, 修水利 vi. 进行灌溉							
22	irritate	['ɪrɪteɪt]	vt. 激怒, 恼火, 使急躁							
23	judicial	[dʒu'dʒɪəl]	a. 司法的, 法庭的, 审判的; 明晰的, 公正的							
24	junction	[dʒʌŋkʃn]	n. 连接, 接合, 交叉点, 枢纽站, 接头, 中继线							
25	juvenile	[dʒuː'venaɪl]	n. 青少年, 少年读物 a. 青少年的, 幼稚的							
26	keyboard	['kiːbɔːd]	n. 键盘 vt. 用键盘输入(信息)							
27	kindness	['kændnəs]	n. 仁慈, 亲切; 好意; 友好行为							
28	landlady	['lændleɪdi]	n. 女房东, 女地主							
29	landlord	['lændləʊd]	n. 房东, 地主							
30	language	['læŋɡwɪdʒ]	n. 语言, 术语, (运用语言的) 方式、风格							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	latitude	['lætɪtʃu:d]	n. 纬度, 行动或言论的自由(范围), (pl.) 地区							
2	laughter	['lɑ:ftə(r)]	n. 笑, 笑声							
3	lavatory	['lævətri]	n. 厕所, 盥洗室							
4	learning	['lɜ:nɪŋ]	n. 知识, 学问; 学习							
5	liberate	['libəreit]	vt. 解放, 释放							
6	lifetime	['laɪftaɪm]	n. 一生, 终生							
7	likewise	['laɪkwaɪz]	ad. 同样地, 照样地; 又, 也, 而且							
8	literacy	['lɪtərəsi]	n. 有文化, 有教养, 有读写能力							
9	literary	['lɪtərəri]	a. 文学上的, 文学的; 精通文学的, 从事写作的							
10	locality	[ləʊ'kæləti]	n. 位置, 地点							
11	location	[ləʊ'keɪʃn]	n. 位置, 场所, 定位, 测位							
12	magazine	[,mæɡə'zi:n]	n. 杂志, 期刊							
13	magnetic	[mæɡ'netɪk]	a. 磁的, 有磁性的; 有吸引力的							
14	mainland	['meɪnlənd; 'meɪnlænd]	n. 大陆, 本土							
15	maintain	[meɪn'teɪn]	v. 维修, 保养, 维持, 供养, 坚持, 主张, 支持							
16	majority	[mə'dʒɔ:reɪti]	n. 多数, 大多数, 成年, 法定年龄							
17	maneuver	[mə'nju:və]	n. (manoeuvre) 机动; 运用, 操作; v. 机动							
18	manifest	['mænɪfest]	v. 表明, 证明, 显示 a. 明白的, 明了的							
19	marginal	['mɑ:dʒɪnl]	a. 记在页边的, 旁注的; (意识) 边缘的							
20	marriage	['mæɪrɪdʒ]	n. 结婚, 婚姻; 结婚仪式							
21	massacre	['mæsəke(r)]	vt. 残杀, 集体屠杀 n. 残杀, 大屠杀							
22	material	[mə'tɪəriəl]	n. 材料, 原料, 资料 a. 物质的, 肉体的, 实质性的							
23	meantime	['mi:ntaɪm]	n. (meanwhile) 其间, 其时 ad. 同时, 当时							
24	mechanic	[mə'kænik]	n. 技工, 机修工							
25	medicine	['medsn; 'medsn]	n. 内服药, 医药; 医术; 医学, 内科学							
26	medieval	[,medi'i:vəl]	a. 中世纪的, 中古(时代)的, 老式的, 原始的							
27	meditate	['medɪteɪt]	v. 想, 考虑, (尤指宗教上的) 沉思, 冥想							
28	memorial	[mə'mɔ:riəl]	a. 记忆的, 纪念的 n. 纪念物, 纪念碑, 纪念馆							
29	merchant	['mɜ:tʃənt]	n. 商人, 零售商							
30	metaphor	['metəfə(r); 'metəfɔ:n]	n. 隐喻, 暗喻							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	militant	['mɪlɪtənt]	a. 好战的, 富于战斗性的 n. 斗士							
2	military	['mɪlətri]	a. 军事的, 军用的, 军队的							
3	minimize	['mɪnmaɪz]	v. (minimize) 使减少到最少, 使降到最低							
4	minister	['mɪnɪstə(r)]	n. 部长, 大臣							
5	ministry	['mɪnɪstri]	n. (政府的) 部; 牧师							
6	minority	[maɪ'nɒrəti]	n. 少数, 少数派, 少数民族							
7	mischief	['mɪstʃɪf]	n. 损害, 伤害, 危害; 恶作剧, 胡闹; 灾祸							
8	mistress	['mɪstrəs]	n. 女主人; 主妇; 情妇, 情人							
9	mobilize	['məʊbəlaɪz]	v. (mobilise) 动员, 赋予可动性							
10	moderate	['mɒdəreɪt]	a. 有节制的, 中等的, 适度的, 温和的, 稳健的							
11	moisture	['mɔɪstʃə(r)]	n. 潮湿, 湿气, 湿度							
12	molecule	['mɒlɪkju:l]	n. 分子							
13	momentum	[mə'mentəm]	n. 动力, 要素							
14	monetary	['mɒnɪtri]	a. 金融的, 货币的							
15	monopoly	[mə'nɒpəli]	n. 垄断, 专卖, 专利权, 专利事业							
16	monument	['mɒnjumənt]	n. 纪念碑, 纪念馆, 遗迹, 不朽的业绩							
17	morality	[mə'ræləti]	n. 道德, 美德							
18	moreover	[mɔ:r'əʊvə(r)]	conj./ad. 再者, 加之, 而且							
19	mortgage	['mɔ:ɡɪdʒ]	n./v. 抵押(借款)							
20	mosquito	[mə'ski:təʊ; mɒ'ski:tɪn]	n. 蚊子							
21	motivate	['məʊtɪveɪt]	vt. 促动; 激励, 鼓励, 作为…的动机							
22	mountain	['maʊntən]	n. 山							
23	movement	['mu:vmənt]	n. 运动, 活动; 移动, 迁移							
24	multiple	['mʌltɪpl]	a. 多样的, 多重的 n. 倍数 v. 成倍增加							
25	multiply	['mʌltɪplaɪ]	v. (by) 乘, 使相乘; 倍增, 增加, 繁殖							
26	muscular	['mʌskjələ(r)]	a. 肌肉的; 肌肉发达的; 强健的							
27	mushroom	['mʌʃrʊm; 'mʌʃru:m]	n. 蘑菇 vt. 迅速生长, 迅速增加, 采蘑菇							
28	musician	[mju'zɪʃn]	n. 音乐家, 乐师							
29	national	['næʃnəl]	a. 民族的, 国家的, 国立的							
30	necklace	['nekləs]	n. 项链, 项圈							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	negative	['negətv]	a. 否定的, 消极的, 阴性的 n. 负数; (摄影) 底片							
2	neighbor	['neɪbə]	n. (neighbour) 邻居							
3	nickname	['nɪkneɪm]	n. 绰号, 浑名 vt. 给...起绰号							
4	nineteen	[,naɪn'ti:ən]	num. /a. 十九 pron. 十九(个, 只...)							
5	nitrogen	['naɪtrədʒən]	n. [化] 氮							
6	nominate	['nɒmɪneɪt]	v. 提名, 任命							
7	nonsense	['nɒnsns]	n. 胡说, 废话							
8	northern	['nɔ:ðən]	a. 北方的, 北部的							
9	notebook	['nəʊtbʊk]	n. 笔记本							
10	November	[nəʊ'vembə(r)]	n. 十一月							
11	nowadays	['naʊədeɪz]	ad. 现今, 现在							
12	nuisance	['nju:sns]	n. 讨厌的人(或东西); 麻烦事							
13	numerous	['nju:mərəs]	a. 众多的, 许多的, 大批的							
14	obedient	[ə'bi:diənt]	a. 服从的, 顺从的							
15	obsolete	['ɒbsəli:t]	a. 已废弃的, 过时的							
16	obstacle	['ɒbstəkl]	n. 障碍(物), 妨碍, 阻碍, 干扰							
17	obstruct	[əb'strʌkt]	v. 阻隔, 阻塞(道路、通道等) n. 障碍物, 障碍物							
18	occasion	[ə'keɪʒn]	n. 场合, 时节, 时刻; 时机, 机会							
19	official	[ə'fɪʃl]	n. 官员, 行政官员 a. 官方的, 官方的, 正式的							
20	operator	['ɒpəreɪtə(r)]	n. 操作人员, (电话) 接线员							
21	opponent	[ə'pəʊnənt]	n. 对手, 反对者, 敌手 a. 对立的, 对抗的							
22	opposite	['ɒpəzɪt; 'ɒpəst]	a. 对面的, 相对的, 相反的 n. 对立面							
23	optional	['ɒpʃənl]	a. 可以任选的, 随意的, 非强制的							
24	ordinary	['ɔ:dnri]	a. 普通的, 平凡的, 平常的; 平庸的							
25	organism	['ɔ:gənɪzəm]	n. 生物, 有机体							
26	organize	['ɔ:gənaɪz]	v. (organise) 组织, 编组							
27	oriental	[,ɔ:ri'entl]	a. 东方的, 东方诸国的 n. 东方人							
28	original	[ə'rɪdʒənl]	a. 最初的, 原文的; 新颖的 n. 原物, 原作, 原文							
29	ornament	['ɔ:nəmənt]	v. 装饰, 美化 n. 装饰, 装饰物							
30	orthodox	['ɔ:θ ədɒks]	a. 传统的, 正统的, 习惯的, 保守的, 东正教的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	outbreak	['aʊtbrek]	n. (战争, 愤怒, 火灾等的) 爆发, (疾病的) 发作							
2	overcoat	['əʊvəkəʊt]	n. 外衣, 大衣							
3	overcome	[,əʊvə'kʌm]	v. 战胜, 克服							
4	overflow	[,əʊvə'fləʊ]	v. (使) 外溢, (使) 溢出; 溢出, 流出, 漫出							
5	overhead	[əʊvə'hed]	a. 在头顶上的; 架空的 ad. 在头顶上							
6	overhear	[,əʊvə'hɪə(r)]	v. 偶然听到, 从旁听到							
7	overlook	[,əʊvə'lʊk]	v. 看漏, 忽略; 俯瞰, 眺望; 宽容, 放任							
8	overpass	['əʊvəpɑ:s]	n. 过街天桥 vt. 胜过, 通过, 忽视							
9	overseas	[,əʊvə'si:z]	a. 外国的, 海外的 ad. 在海外							
10	overtake	[,əʊvə'teɪk]	v. 追上, 超过, 突然降临, 压倒							
11	overtime	['əʊvətaɪm]	a. 超时的, 加班的 ad. 加班							
12	overturn	[,əʊvə'tɜ:n]	n. 倾覆, 破灭, 革命 v. 打翻, 推翻, 颠倒, 翻倒							
13	painting	['peɪntɪŋ]	n. 上油漆, 着色; 绘画; 油画; 画法							
14	pamphlet	['pæmflət]	n. 小册子							
15	panorama	[,pænə'reɪmə]	n. 全景, 全景画, 全景摄影, 全景照片[装置]							
16	paradigm	['pærədɪəm]	n. 典范; 范例; 示例							
17	parallel	['pærəlel]	a. 平行的, 相同的, 类似的 n. 平行线, 类似, 对比							
18	paralyze	['pærəlaɪz]	v. (paralyse) 使瘫痪(麻痹); 使丧失作用							
19	parasite	['pærəsaɪt]	n. 寄生虫, 食客							
20	particle	['pɑ:tɪkl]	n. 粒子, 微粒; 极少量; 小品词, 虚词							
21	passport	['pɑ:spɔ:t]	n. 护照, 达到某种目的的手段							
22	pathetic	['pə'θetɪk]	a. 可怜的, 悲惨的							
23	patience	['peɪjns]	n. 耐心, 忍耐							
24	pavement	['peɪvmənt]	n. 人行道							
25	peaceful	['pi:sfl]	a. 和平的, 平静的, 安宁的, 爱好和平的							
26	peculiar	[pɪ'kju:liə(r)]	a. 古怪的, 异常的; 特殊的, 特有的							
27	pendulum	['pendjələm]	n. 摆, 钟摆							
28	perceive	[pə'si:v]	v. 察觉, 感知; 理解, 领悟							
29	permeate	['pɜ:miət]	v. 弥漫, 遍布, 散布; 渗入, 渗透							
30	personal	['pɜ:sənl]	a. 个人的, 私人的; 亲自的; 身体的, 人身的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	persuade	[pə'sweɪd]	v. 说服, 劝说; (of) 使相信							
2	petition	[pə'tɪʃn]	n. 请愿书, 申请书 v. (向…) 请愿, 正式请求							
3	pharmacy	['fɑ:məsi]	n. 药房, 药剂学, 制药业, 配药业, 一批备用药品							
4	physical	['fɪzɪkl]	a. 物质的; 肉体的, 身体的; 自然科学的, 物理的							
5	platform	['plætfo:m]	n. 平台, 台; 站台, 月台; 政纲, 党纲							
6	pleasant	['pleznt]	a. 令人愉快的 vt. 使高兴 vi. 满意; 喜欢							
7	pleasure	['pleʒə(r)]	n. 愉快, 快乐; 乐事, 乐趣							
8	politics	['pɒlətiks]	n. 政治, 政治学; 政纲, 政见							
9	portable	['pɔ:təbl]	a. 轻便的, 手提(式)的, 可移动的							
10	portrait	['pɔ:tret; 'pɔ:trət]	n. 肖像, 画像							
11	position	[pə'zɪʃn]	n. 位置; 职位; 姿势, 姿态; 见解, 立场, 形势							
12	positive	['pɒzətɪv]	a. 肯定的, 积极的, 绝对的, 无疑的, 正的							
13	possible	['pɒsəbl]	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	postcard	['pəʊstkɑ:d]	n. 明信片							
16	postpone	[pə'spəʊn]	v. 推迟, 延期							
17	powerful	['paʊəfl]	a. 强大的, 有力的, 有权的							
18	practice	['præktɪs]	n. 练习, 实践, 实际, 业务, 惯例, 习惯							
19	practise	['præktɪs]	v. 练习, 实习, 实践, 实行, 使... 练习, 训练							
20	precious	['preʃəs]	a. 珍贵的, 贵重的							
21	preclude	[pri'klu:d]	v. 排除, 阻止, 妨碍							
22	pregnant	['pregnənt]	a. 怀孕的, 孕育的, 充满的, 意味深长的							
23	presence	['prezns]	n. 出席, 到场, 存在, 在							
24	preserve	[pri'zɜ:v]	v. 保护, 维持; 保存, 保藏							
25	pressure	['preʃə(r)]	n. 压, 压力, 压迫, 强制, 紧迫, 困苦, 困难							
26	prestige	[pre'sti:ʒ]	n. 声望, 威望, 威信							
27	previous	['pri:vɪəs]	a. 先前的, 以前的							
28	princess	[,prɪn'ses; 'prɪnses]	n. 公主, 王妃							
29	priority	[praɪ'ɒrəti]	n. 先, 前; 优先, 重点, 优先权							
30	prisoner	['prɪznə(r)]	n. 囚犯							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	probable	['prɒəbl]	a. 很可能的, 大概的; 有希望的, 可能的							
2	proclaim	[prə'kleɪm]	v. 宣告, 声明							
3	profound	[prə'faʊnd]	a. 深刻的, 意义深远的; 渊博的, 造诣深的							
4	progress	['prɒɡres]	v. /n. 进步, 进展; 前进							
5	prohibit	[prə'hɪbɪt]	v. 禁止, 不准; 阻止							
6	property	['prɒpəti]	n. 财产, 资产, 地产, 房地产, 所有物; 性质, 特性							
7	proposal	[prə'pəʊzəl]	n. 提议, 建议; 求婚							
8	prospect	['prɒspekt]	n. 景色; 前景, 前途, 展望							
9	provided	[prə'vaɪdɪd]	conj. 倘若, 只要, 假如							
10	province	['prɒvɪns]	n. 省; 领域, 范围, 本分							
11	punctual	['pʌŋktʃuəl]	a. 严守时刻的, 准时的, 正点的							
12	purchase	['pɜ:tʃəs]	v. 买, 购买 n. 购买的物品							
13	quantify	['kwɒntɪfaɪ]	v. 确定数量							
14	quantity	['kwɒntəti]	n. 量, 数量; 大量							
15	question	['kwestʃən]	n. 问题; 询问 v. 询问; 怀疑, 对…表示疑问							
16	railroad	['reɪləʊd]	n. (railway) 铁路 v. 由铁道运输							
17	rational	['ræʃnəl]	a. 理性的, 合理的							
18	reassure	[,ri:ə'ʃʊə(r); ,ri:ə'ʃʊə]	v. 使安心, 使放心; 使消除疑虑							
19	reckless	['rekləs]	a. 不注意的, 大意的, 卤莽的, 不顾后果的							
20	recorder	[rɪ'kɔ:de(r)]	n. 记录员; 录音机							
21	recovery	[rɪ'kʌvəri]	n. 痊愈, 复元; 重获, 恢复							
22	register	['redʒɪstə(r)]	n. /v. 登记, 注册 v. (仪表等) 指示, (邮件) 挂号							
23	regulate	['regjuleɪt]	v. 管制, 控制; 调节, 校准; 调整							
24	relation	[rɪ'leɪʃn]	n. 关系, 联系; 亲属, 亲戚							
25	relative	['relatɪv]	a. 相对的, 比较的, 有关系的 n. 亲戚, 关系词							
26	relevant	['reləvənt]	a. 有关的, 中肯的, 相应的, 实质性的							
27	reliable	[rɪ'laɪəbl]	a. 可靠的, 可信赖的, 确实的							
28	reliance	[rɪ'laɪəns]	n. 信任, 信心, 依靠, 依靠的人或物							
29	religion	[rɪ'lɪdʒən]	n. 宗教, 信仰							
30	remember	[rɪ'membə(r)]	v. 记住; (to) 转达问候, 代…致意, 代…问好							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	renovate	['renəveɪt]	v. 更新, 修复							
2	reporter	[rɪ'pɔ:tə(r)]	n. 报告人, 通讯员; 记者, 报导者							
3	reproach	[rɪ'prəʊtʃ]	v. /n. 责备, 指责							
4	republic	[rɪ'pʌblɪk]	n. 共和国, 共和政体							
5	research	[rɪ'sɜ:tʃ; 'ri:sɜ:tʃ]	v. /n. (into, on) 研究, 调查							
6	resemble	[rɪ'zembl]	v. 像, 类似							
7	resident	['rezɪdənt]	n. 居民, 常住者 a. 居住的							
8	resolute	['rezəlu:t]	a. 坚决的, 果断的							
9	resource	[rɪ'sɔ:s; rɪ'zɔ:s]	n. (pl.) 资源, 财力; 办法, 智谋; 应变之才							
10	response	[rɪ'spɒns]	n. 回答, 响应, 反应							
11	restless	['restləs]	a. 得不到休息的; 不平静的; 坐立不安的							
12	restrain	[rɪ'streɪn]	v. (from) 抑制, 制止							
13	restrict	[rɪ'strɪkt]	v. 限制, 约束							
14	retrieve	[rɪ'tri:v]	vt. 重新得到, 取回; 挽回, 补救; 检索							
15	rigorous	['rɪgərəs]	a. 严格的, 严厉的, 严酷的, 严密的, 严谨的							
16	romantic	[rəʊ'mæntɪk]	a. 浪漫的, 传奇式的; 不切实际的, 好幻想的							
17	ruthless	['ru:θləs]	a. 残酷的, 无情的							
18	salesman	['seɪlzmən]	n. 售货员, 推销员							
19	sanction	['sæŋkʃn]	n. /v. 批准, 同意, 支持, 认可 n. 处罚, 制裁							
20	sandwich	['sænwtʃ; 'sænwɪdʒ]	n. 三明治, 夹肉面包 v. 夹入, 挤进							
21	saturate	['sætjəreɪt]	vt. 使湿透, 浸透; 使充满, 使饱和							
22	Saturday	['sætədeɪ; 'sætədi]	n. 星期六							
23	scarcely	['skeəslɪ]	ad. 几乎不, 简直没有, 勉强							
24	schedule	['ʃedju:l]	n. 时间表, 进度表 v. 安排, 预定							
25	scissors	['sɪzəz]	n. 剪子							
26	scramble	['skræmbl]	vi. (快速地) 爬, 攀登; 互相争夺, 争先							
27	scrutiny	['skru:tɪni]	n. 周密的调查; 仔细看; 监视; 选票复查							
28	security	[sɪ'kjʊərəti]	n. 安全(感), 防御(物), 保证(人), (pl.) 证券							
29	semester	[sɪ'mestə(r)]	n. 学期							
30	sensible	['sensəbl]	a. 明智的, 达理的; 可觉察的, 明显的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	sentence	['sentəns]	n. 句子;判决,宣判 v. 宣判,判决							
2	separate	['seprət]	a. (from)分离的,分开的							
3	sequence	['si:kwəns]	n. 先后,次序;连续,数列							
4	shepherd	['ʃepəd]	n. 牧民,牧羊人							
5	shilling	['ʃɪlɪŋ]	n. 先令							
6	shipment	['ʃɪpmənt]	n. 装船,装运;装载的货物,装货量							
7	shortage	['ʃɔ:tɪdʒ]	n. 不足,缺少							
8	shoulder	['ʃəʊldə(r)]	n. 肩,肩部 v. 肩负,承担							
9	sideways	['saɪdweɪz]	ad. /a. 向旁边(的),侧身,横着(的),斜着(的)							
10	simplify	['sɪmplɪfaɪ]	v. 简化,使单纯							
11	simulate	['sɪmjuleɪt]	v. 模仿,模拟;假装,冒充							
12	singular	['sɪŋɡjələ(r)]	a. 非凡的,卓越的;单数的							
13	situated	['sɪtʃuətɪd]	a. 坐落在…的							
14	skeleton	['skelɪtn]	n. 骨骼;骨架,框架;梗概,提要							
15	skillful	['skɪfl]	a. (skilful) (in, at) 灵巧的,娴熟的							
16	slippery	['slɪpəri]	a. 滑的,滑溜的							
17	sociable	['səʊjəbəl]	a. 好交际的,友好的,合群的							
18	software	['sɒftweə(r)]	n. 软件							
19	solitary	['sɒlətri]	a. (好)孤独的;偏僻的;单一的,唯一的							
20	solution	[sə'lu:ʃn]	n. 解答,解决办法;溶解,溶液							
21	somebody	['sʌmbədi]	pron. 某人,有人 n. 重要人物							
22	sometime	['sʌmtaɪm]	ad. 将来(或过去)某个时候 a. 以前的							
23	somewhat	['sʌmwɒt]	pron. & ad. 一点儿,几分							
24	southern	['sʌðən]	a. 南方的,南部的							
25	spacious	['speɪʃəs]	adj. 广阔的,宽敞的							
26	specific	[spe'sɪfɪk]	a. 明确的,具体的;特定的,特有的							
27	specimen	['spestmən]	n. 标本,样本							
28	spectrum	['spektrəm]	n. 谱,光谱,频谱;范围,幅度,系列							
29	spelling	['speliŋ]	n. 拼法,拼写法							
30	splendid	['splendɪd]	a. 壮丽的,辉煌的;极好的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	sprinkle	['sprɪŋkl]	n. 洒, 喷, 淋							
2	squirrel	['skwɪrəl]	n. 松鼠							
3	standard	['stændəd]	n. 标准, 规则 a. 标准的							
4	stocking	['stɒkɪŋ]	n. 长(统)袜							
5	straight	[streɪt]	a. 直的;整齐的,端正的 ad. 直接;正直,直率							
6	stranger	['streɪndʒə(r)]	n. 陌生人, 生客;外地人, 外国人							
7	strategy	['strætədʒi]	n. 战略, 策略; 对策, 政策							
8	strength	[streŋθ]	n. 力, 力量; 实力; 长处, 优点; 人力; 兵力							
9	striking	['straɪkɪŋ]	a. 显著的; 惹人注目的, 容貌出众的							
10	struggle	['strʌɡl]	n. /v. 斗争, 奋斗, 努力							
11	stubborn	['stʌbəŋ]	a. 顽固的, 倔强的; 难对付的, 难以克服的							
12	submerge	[səb'mɜ:ɢ]	v. 沉没, 淹没; 潜入							
13	subtract	[səb'trækt]	v. (from) 减(去)							
14	suitable	['su:təbl; 'sju:təbl]	a. (for) 合适的, 适宜的							
15	sunshine	['sʌnʃaɪn]	n. 日光, 日照; 晴天;							
16	superior	[su:'piəriə(r); sju:'pa:]	pa. 优良的, 卓越的; 上级的 n. 上级; 长者; 高手							
17	suppress	[sə'pres]	v. 镇压, 压制; 抑制, 忍住; 查禁							
18	surprise	[sə'praɪz]	v. 使诧异, 使惊异; 奇袭 n. 诧异, 惊异; 奇袭							
19	surround	[sə'raʊnd]	vt. 包围, 环绕 n. 环绕物							
20	survival	[sə'vaɪvl]	n. 幸存, 生存; 幸存者, 残存物							
21	symmetry	['sɪmətri]	n. 对称(性); 匀称, 整齐							
22	sympathy	['sɪmpəθi]	n. 同情, 同情心; 赞同, 同感; 慰问							
23	symphony	['sɪmfəni]	n. 交响乐, 交响曲							
24	syndrome	['sɪndrəʊm]	n. 综合病征; 并存特性							
25	teenager	['ti:neɪdʒə(r)]	n. 十几岁的青少年							
26	telegram	['telɪgræm]	n. 电报							
27	tendency	['tendənsi]	n. 趋势, 趋向; 倾向							
28	terminal	['tɜ:mnəl]	a. 晚期的; 终点的; 期末的 n. 终点(站); 终端							
29	terrible	['terəbl]	a. 很糟的; 可怕的, 骇人的; 极度的, 厉害的							
30	terrific	[tə'rɪfɪk]	a. 极好的, 非常的, 极度的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	textbook	['tekstbʊk]	n. 课本, 教科书							
2	thirteen	[, θ ɜ: 'ti:n]	num. /a. 十三 pron. 十三(个, 只...)							
3	thorough	[' θ ʌ rə]	a. 彻底的, 完全的; 精心的							
4	thousand	[' θ aʊznd]	num. /n. /a. 一千; [pl.]许许多多, 成千上万							
5	threaten	[' θ retn]	v. 恐吓, 威胁; 有...危险, 快要来临							
6	Thursday	[' θ ɜ: zdeɪ; ' θ ɜ: zdi]	n. 星期四							
7	tiresome	['taɪəsəm]	a. 使人厌倦的, 讨厌的							
8	together	[tə'geðə(r)]	ad. 共同, 一起; 合起来, 集拢地							
9	tolerant	['tɒləərənt]	a. 容忍的, 宽容的; 有耐药力的							
10	tolerate	['tɒləreit]	vt. 容忍, 默许: 对(药物、毒品等)有耐力							
11	tomorrow	[tə'mɒrəʊ]	n. 明天; 来日, 未来 ad. 在明天, 在明日							
12	training	['treɪnɪŋ]	n. 训练, 培养							
13	transfer	[træns'fɜ:(r)]	vt. /n. 转移; 转换; 转让; 过户; 迁移; 改乘							
14	transmit	[trænz'mɪt; træns'mɪt]	vt. 传输/导; 转送; 发射 vi. 发射信号; 发报							
15	treasure	['treʒə(r)]	n. 财宝, 财富; 珍品 v. 珍爱, 珍惜							
16	triangle	['traɪəŋgl]	n. 三角(形)							
17	tropical	['trɒpɪkl]	a. 热带的							
18	trousers	['traʊzəz]	n. 裤子							
19	turnover	['tɜ:nəʊvə(r)]	n. 翻倒(物); 人员调整; (资金等)周转; 营业额							
20	ultimate	['ʌltɪmət]	a. 最后的, 最终的; 根本的							
21	umbrella	[ʌm'brelə]	n. 伞							
22	underlie	[ʌndə'laɪ]	vt. 位于...之下, 成为...的基础							
23	universe	['ju:nɪvɜ:s]	n. 宇宙, 万物							
24	unlikely	[ʌn'laɪkli]	a. 未必的, 靠不住的							
25	upstairs	[ʌp'steəz]	ad. 向楼上; 在楼上; 上楼 ad. 楼上的							
26	vacation	[veɪ'keɪʃn; və'keɪʃn]	n. 休假, 假期							
27	valuable	['væljuəbl]	a. 贵重的, 有价值的 n. (pl.) 贵重物品, 财宝							
28	variable	['veəriəbl]	a. 易变的; 可变的; 变量的 n. 变量							
29	velocity	[veɪ'lɒsəti]	n. 速度, 速率							
30	vertical	['vɜ:tkl]	a. 垂直的, 竖的 n. 垂线							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	vicinity	[və'smɪti]	n. 邻近, 附近							
2	vigorous	['vɪɡərəs]	a. 朝气蓬勃的, 精力旺盛的							
3	violence	['vaɪələns]	n. 猛烈, 强烈; 暴力, 暴行; 强暴							
4	vocation	[vəʊ'keɪʃn]	n. 职业; 召唤; 天命; 天职; 才能							
5	waitress	['weɪtrəs]	n. 女侍者, 女服务员							
6	wardrobe	['wɔ:drəʊb]	n. 衣柜, 衣厨; 衣服; 行头; 剧装							
7	whatever	[wɒt'evə(r)]	pron. 无论什么 a. 无论什么样的							
8	whenever	[wen'evə(r)]	conj. 无论何时, 随时; 每当							
9	wherever	[weə'evə(r)]	conj. 无论在哪里 ad. 无论在哪里, 究竟在哪里							
10	withdraw	[wɪð'drɔ:; wɪθ'drɔ:]	v. 收回, 撤回; 缩回, 退出; 提取(钱)							
11	withhold	[wɪð'həʊld; wɪθ'həʊ]	vt. 使停止; 拒给; 保留; 抑制 vi. 忍住							
12	workshop	['wɜ:kʃɒp]	n. 车间, 工场, 修理厂; 研讨会, 讲习班							
13	wretched	['retʃɪd]	a. 可怜的; 悲惨的; 肮脏的; 恶劣的							
14	yourself	[jɔ:'self; jə'self]	pron. [反身代词]你自己; 你亲自							
15	abundance	[ə'bʌndəns]	n. 丰富, 充裕, 大量							
16	accessory	[ək'sesəri]	n. 附件, 附属品; (为全套衣服增加美感的)服饰							
17	accompany	[ə'kʌmpəni]	v. 陪伴, 陪同; 伴随, 和...一起发生, 伴奏							
18	adjective	['ædʒɪktɪv]	n. 形容词 a. 形容词的, 用作形容词的							
19	admission	[əd'mɪʃn]	n. 允许进入; 承认; 入场费, 入会费, 入场券							
20	advantage	[əd'vɑ:ntɪdʒ]	n. 优点, 长处, 有利条件; 利益, 好处							
21	adventure	[əd'ventʃə(r)]	n. 冒险, 冒险活动, 奇遇 vt. 大胆进行							
22	advertise	['ædvətaɪz]	vt. 公告, 公布; 为...做广告 vi. 登广告							
23	advisable	[əd'vaɪzəbl]	a. 可取的, 适当的, 明智的							
24	aeroplane	['eərəpleɪn]	n. (airplane) (英)飞机							
25	aesthetic	[i:s'θetɪk; es'θetɪk]	a. (esthetic)美学的, 艺术的, 审美的							
26	affection	[ə'fekʃn]	n. 爱, 喜爱; 爱慕之情; 感情; 疾病, 不适							
27	affiliate	[ə'fɪliət]	v. 使隶属(或附属)于 n. 附属机构, 分公司							
28	afternoon	[,ɑ:ftə'nu:n]	n. 下午, 午后							
29	afterward	['ɑ:ftəwəd]	ad. (afterwards)以后, 后来							
30	aggravate	['ægrəveɪt]	vt. 加重(剧), 使恶化; 激怒, 使恼火							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	agreeable	[ə'gri:əbl]	a. 符合的; 一致的; 欣然同意的; 令人愉快的							
2	agreement	[ə'gri:mənt]	n. 协定; 协议; 契约; 达成协议; 同意, 一致							
3	alleviate	[ə'li:vɪət]	v. 减轻, 缓和, 缓解(痛苦等)							
4	allowance	[ə'laʊəns]	n. 补贴, 津贴; 零用钱; 减价, 折扣; 允许							
5	alongside	[ə,lɒŋ'saɪd]	ad. 在旁边 prep. 和...在一起; 在...旁边							
6	alternate	[ɔ:l'tɜ:nət]	a. 交替的, 轮流的 v. (使)交替, (使)轮流							
7	ambiguous	[æm'bigjuəs]	a. 引起歧义的, 模棱两可的, 含糊不清的							
8	ambitious	[æm'bɪʃəs]	a. 有抱负的, 雄心勃勃的; 有野心的							
9	ambulance	['æmbjələns]	n. 救护车, 救护船, 救护飞机							
10	amplifier	['æmplɪfaɪə(r)]	n. 放大器, 扩大器							
11	anonymous	[ə'nɒnɪməs]	a. 匿名的, 无名的, 姓氏不明的							
12	apartment	[ə'pɑ:tmənt]	n. [英]房间, 套间; [美]公寓							
13	apologise	[ə'pɒlədʒaɪz]	v. (to, for)道歉, 认错							
14	apparatus	[,æpə'rentəs]	n. 器械, 器具, 仪器; 机构, 组织							
15	appliance	[ə'plaiəns]	n. 电器; 器械, 装置; 应用, 适用							
16	appraisal	[ə'preɪzəl]	n. 对...作出的评价; 评价, 鉴定, 评估							
17	arbitrary	['ɑ:bitrəri; 'ɑ:bitri]	a. 任意的, 任性的, 主观的; 专断的, 武断的							
18	architect	['ɑ:kitekt]	n. 建筑师; 设计师; 缔造者; 创造者							
19	ascertain	[,æsə'teɪn]	vt. 确定, 查明, 弄清							
20	assistant	[ə'sɪstənt]	a. 帮助的, 辅助的 n. 助手, 助教; 辅助物							
21	associate	[ə'səʊsiət; ə'səʊʃiət]	vt. 联想; 交往; 联合; n. 伙伴; a. 联合的							
22	assurance	[ə'ʃʊərəns]	n. 保证, 担保; 确信, 断言; 信心, 信念							
23	astronaut	['æstrənɔ:t]	n. 太空人, 太空旅行者							
24	astronomy	[ə'strɒnəmi]	n. 天文学							
25	attendant	[ə'tendənt]	n. 陪从; 出席人; 服务员 a. 出席的; 伴随的							
26	attention	[ə'tenʃn]	n. 注意, 注意力; 立正; 特别照顾; 照料							
27	attribute	[ə'tribju:t]	v. (to)归因于, 归属于 n. 属性, 品质, 特征							
28	authentic	[ɔ:'θentɪk]	a. 真的, 真正的; 可靠的, 可信的, 有根据的							
29	authority	[ɔ:'θɒrəti]	n. 权力, 权威; 权威人士; (pl.)官方, 当局							
30	automatic	[ɔ:tə'metɪk]	a. 自动(装置)的; 无意识的; n. 自动机械							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	auxiliary	[ɔ:g'ziliəri]	a. 辅助的, 支援的 n. 辅助者, 辅助设备							
2	available	[ə'veɪləbl̩]	a. (用于物)可利用的; 可见到的, 接受采访的							
3	bacterium	[bæk'tɪəriəm]	n. (pl.)bacteria 细菌							
4	badminton	['bædmɪntən]	n. 羽毛球							
5	beautiful	['bjʊ:tɪfl̩]	a. 美的, 美丽的; 出色的, 完美的							
6	beginning	[bi'ɡɪnɪŋ]	n. 开始, 开端; 起源, 早期阶段							
7	biography	[baɪ'ɒɡrəfi]	n. 传记; 传记文学							
8	blackmail	['blækmeɪl]	n. 讹诈, 敲诈, 勒索; 胁迫, 恫吓							
9	blueprint	['blu:prɪnt]	n. 蓝图, 设计图, 计划 vt. 制成蓝图, 计划							
10	breakdown	['breɪkdaʊn]	n. 崩溃; 衰竭; (关系、计划或讨论等的)中断							
11	breakfast	['brekfəst]	n. 早餐 v. (给某人)吃早餐							
12	briefcase	['bri:fkets]	n. 手提箱, 公事皮包							
13	brilliant	['brɪliənt]	a. 光辉的, 灿烂的; 卓越的, 有才华的							
14	broadcast	['brɔ:dkɑ:st]	v. /n. 广播(节目)							
15	butterfly	['bʌtəflaɪ]	n. 蝴蝶							
16	cafeteria	[,kæfə'tiəriə]	n. 自助食堂							
17	calculate	['kælkjuleɪt]	v. 计算, 推算; 计划, 打算							
18	candidate	['kændɪdət; 'kændɪdeɪt]	n. 候选人, 候补者; 报考者							
19	carpenter	['kɑ:pəntə(r)]	n. 木工, 木匠							
20	cathedral	[kə'ti:drəl]	n. 大教堂							
21	celebrate	['selɪbreɪt]	vt. 庆祝; 颂扬, 赞美 vi. 庆祝, 过节							
22	celebrity	[sə'lebrəti]	n. 名人, 名流; 著名, 名声, 名望							
23	certainly	['sɜ:tnli]	ad. 一定, 必定, 无疑; 当然, 行							
24	certainty	['sɜ:tnti]	n. 必然, 肯定; 必然的事							
25	challenge	['tʃelɪndʒ]	n. 挑战(书); 艰巨任务, 难题 v. 向...挑战							
26	champagne	[ʃæm'peɪn]	n. 香槟酒; 微黄色							
27	character	['kærəktə(r)]	n. 性格, 品质, 特性; 人物, 角色; 字符, (汉)字							
28	chemistry	['kemɪstri]	n. 化学							
29	childhood	['tʃaɪldhʊd]	n. 幼年, 童年							
30	chocolate	['tʃɒklət]	n. 巧克力(糖), 赭色							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	Christian	['krɪstʃən]	n. 基督教徒 a. 基督教徒的							
2	Christmas	['krɪsməs]	n. 圣诞节							
3	circulate	['sɜ:kjəleɪt]	v. (使)循环, (使)流通							
4	classical	['klæsɪkl]	a. 经典的, 古典(文学)的							
5	classmate	['klɑ:smet]	(名) 同班同学							
6	classroom	['klɑ:sru:m; 'klɑ:srʊm]	n. 教室, 课堂							
7	clockwise	['klɒkwəz]	a. 顺时针方向							
8	coalition	[,kəʊə'liʃn]	n. 结合体, 同盟; 结合, 联合							
9	cognitive	['kɒgnətɪv]	a. 认知的, 认识能力的							
10	colleague	['kɒli:g]	n. 同事, 同僚							
11	collision	[kə'liʒn]	n. 碰撞; (利益, 意见等的)冲突, 抵触							
12	committee	[kə'mɪti]	n. 委员会, 全体委员							
13	commodity	[kə'mɒdəti]	n. (pl.) 日用品; 商品; 农/矿产品; 有用之物							
14	communism	['kɒmjunɪzəm]	n. 共产主义							
15	community	[kə'mju:nəti]	n. 同一地区的全体居民, 社会, 社区; 共同体							
16	companion	[kəm'pænjən]	n. 同伴, 共事者; 伴侣							
17	competent	['kɒmpɪtənt]	a. 有能力的, 能胜任的; 足够的							
18	complaint	[kəm'pleɪnt]	n. 抱怨, 诉苦, 怨言, 控告; 疾病							
19	component	[kəm'pəʊnənt]	n. 组成部分, 成分, 元件 a. 组成的, 合成的							
20	composite	['kɒmpəzɪt]	a. 混合成的, 综合成的 n. 合成物, 复合材料							
21	condition	[kən'dɪʃn]	n. 条件, 状况, 环境 vt. 决定; 支配; 训练							
22	conductor	[kən'dʌktə(r)]	n. 管理者; (汽车)售票员; 领队, 指挥; 导体							
23	confident	['kɒnfɪdənt]	n. (of, in) 确信的, 自信的							
24	confusion	[kən'fju:ʒn]	n. 困惑, 糊涂; 混淆; 混乱, 骚乱							
25	conscious	['kɒnʃəs]	a. (of) 意识到的, 自觉的; 神志清醒的							
26	consensus	[kən'sensəs]	n. (意见等的)一致, 一致同意, 共识							
27	constrain	[kən'streɪn]	vt. 限制, 约束; 克制, 抑制							
28	construct	[kən'strʌkt]	v. 建设, 建造, 构造; 创立							
29	container	[kən'teɪnə(r)]	n. 容器; 集装箱							
30	continent	['kɒntnənt]	n. 大陆, 洲							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	continual	[kən'tɪnjuəl]	a. 不断的, 连续的, 频繁的							
2	cooperate	[kəʊ'ɒpəreɪt]	v. (with) 合作, 协作, 相配合							
3	copyright	['kɒpraɪt]	n. / a. 版权(的)							
4	correlate	['kɒrəleɪt]	n. 相互关联的事物 v. (with, to) (使) 互相关联							
5	courtyard	['kɔ:tjɑ:d]	n. 院子, 庭院, 天井							
6	criterion	[kraɪ'tɪəriən]	n. (pl. criteria 或 criterions) 标准, 尺度							
7	criticism	['krɪtɪsɪzəm]	n. 评论性的文章, 评论; 批评, 指责, 非难							
8	criticize	['krɪtɪsaɪz]	v. (criticise) 批评, 评论							
9	cultivate	['kʌltɪveɪt]	v. 耕作, 栽培, 养殖; 培养, 教养, 磨炼							
10	curiosity	[,kjʊəri'ɒsəti]	n. 好奇心; 古董, 古玩							
11	customary	['kʌstəməri]	a. 习惯的, 惯例的							
12	dangerous	['deɪndʒərəs]	a. 危险的, 不安全的							
13	delicious	[drɪ'lʃəs]	a. 美味的; 美妙的; 使人愉快的							
14	democracy	[drɪ'mɒkrəsi]	n. 民主, 民主制, 民主国家							
15	departure	[drɪ'pɑ:tʃə(r)]	n. 离开, 起程							
16	dependent	[drɪ'pendənt]	a. 依靠的, 依赖的, 从属的; 随…而定的							
17	designate	['deɪzɪneɪt]	v. 指明, 指出; 任命, 指派							
18	desirable	[drɪ'zaɪərəbl̩]	a. 值得做的; 合意的, 称心的; 期望得到的							
19	desperate	['despərət]	a. 不顾一切的, 铤而走险的; 绝望的, 危急的							
20	detective	[drɪ'tektɪv]	n. 侦探							
21	determine	[drɪ'tɜ:mɪn]	v. 决心, 决定; 确定, 限定							
22	dictation	[dɪk'teɪʃn]	n. 听写, 口述; 命令							
23	different	['dɪfrənt]	a. 差异的, 差异的, 不同的							
24	difficult	['dɪfɪkəlt]	a. 困难的, 艰难的							
25	dimension	[daɪ'menʃn; dɪ'menʃn]	n. 尺寸, 尺度; 维(数), 度(数)							
26	direction	[dɪ'rekʃn; daɪ'rekʃn]	n. 方向, 方位; 指令, 说明							
27	directory	[dɪ'rektəri; daɪ'rektəri]	n. 人名地址录, (电话) 号码簿							
28	disappear	[,dɪsə'piə(r)]	v. 不见, 消失							
29	discharge	[dɪs'tʃɑ:dʒ]	v. /n. 卸货, 排出; 发射, 放(电); 遣散, 解雇							
30	discourse	['dɪskɔ:s]	n. 论文; 演说; 谈话; 话语 vi. 讲述, 著述							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	discovery	[dɪ'skʌvəri]	n. 发现; 被发现的事物							
2	disregard	[,dɪsrɪ'gɑ:d]	vt. 不理睬; 忽视; 漠视 n. 忽视; 漠视							
3	dissipate	['dɪspert]	v. 驱散; (使云、雾、疑虑等) 消散; 挥霍							
4	diversion	[daɪ'vɜ:ʃn]	n. 转向, 转移; 牵制; 解闷; 娱乐							
5	doctorate	['dɒktərət]	n. 博士学位; 博士头衔							
6	duplicate	['dju:plɪkət]	n. 复制品 v. 复写, 使加倍 a. 复制的, 二重的							
7	eccentric	[ɪk'sentɪk]	a. 古怪的, 怪癖的, 异乎寻常的 n. 古怪的人							
8	economics	[,ɪkə'nɒmɪks; ,ekə'nɒmɪks]	n. 经济学, 经济情况							
9	editorial	[,edɪ'tɔ:riəl]	n. 社论 a. 社论的; 编辑上的							
10	education	[,edʒu'keɪʃn]	n. 教育, 培养, 训练							
11	effective	[ɪ'fektɪv]	a. 有效的, 生效的; 被实施的; 给人深刻印象							
12	efficient	[ɪ'fɪʃnt]	a. 有效的, 效率高的; 有能力的, 能胜任的							
13	elaborate	[ɪ'ləb(ə)rət]	v. /a. 精心制作(的); 详细阐述(的)							
14	eliminate	[ɪ'lɪmɪneɪt]	vt. 除去; 淘汰; 排(删, 消除); 削减(人员)							
15	elsewhere	[,els'weə(r)]	ad. 在别处, 向别处							
16	embarrass	[ɪm'bærəs]	vt. 使困窘, 使局促不安; 阻碍, 麻烦							
17	emergency	[ɪ'mɜ:dʒənsɪ]	n. 紧急情况, 突然事件, 非常时刻							
18	emphasize	['emfəsaɪz]	v. (emphasise) 强调							
19	empirical	[ɪm'pɪrɪkl]	a. 凭经验(或观察)的, 经验主义的							
20	enclosure	[ɪn'kləʊʒə(r)]	n. 围住, 圈起, 封入, 附件							
21	encounter	[ɪn'kaʊntə(r)]	n. /v. 遇到, 遭遇							
22	encourage	[ɪn'kʌrɪdʒ]	v. 鼓励, 怂恿							
23	endurance	[ɪn'dʒʊərəns]	n. 忍耐(力), 持久(力), 耐久(性)							
24	energetic	[,enə'dʒetɪk]	a. 精力旺盛的; 积极的; 有力的							
25	enlighten	[ɪn'laɪtn]	v. 启发, 启蒙, 教导							
26	entertain	[,entə'teɪn]	v. 招待, 款待; 使娱乐; 使欢乐; 容纳, 接受							
27	equipment	[ɪ'kwɪpmənt]	n. 设备, 器材, 装置; 才能							
28	erroneous	[ɪ'reʊniəs]	a. 错误的, 不正确的							
29	essential	[ɪ'senʃl]	a. 本质的, 基本的; 净化的 n. 本质; 要素							
30	establish	[ɪ'stæblɪʃ]	v. 建立, 设立; 安置, 使定居							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	evaporate	[ɪˈvæpəreɪt]	v. 蒸发, 挥发; 沉淀; 发射; 消失							
2	everybody	[ˈevrɪbɒdi]	pron. (everyone) 每人, 人人							
3	evolution	[ˌiːvəˈluːʃn; ˌevəˈluːʃn]	n. 进化, 演变, 发展, 进展							
4	excellent	[ˈeksələnt]	a. 卓越的, 极好的							
5	exception	[ɪkˈsepʃn]	n. 例外, 除外; 反对; 异议							
6	excessive	[ɪkˈsesɪv]	a. 过多的; 过分的; 额外							
7	exclusive	[ɪkˈskluːsɪv]	a. 独占的; 排他的; 孤高的; 唯一的; 高级的							
8	excursion	[ɪkˈskɜːʃn]	n. 短途旅行, 游览; 离题; [物理] 偏移, 漂移							
9	executive	[ɪɡˈzekjətɪv]	n. 总经理, 董事, 行政负责人 a. 执行的, 实施的							
10	exemplify	[ɪɡˈzemplɪfaɪ]	v. 举例证明; 示范; 作... 的范例[榜样]							
11	existence	[ɪɡˈzɪstəns]	n. 存在, 实在; 生存, 生活(方式)							
12	expansion	[ɪkˈspænzən]	n. 扩张, 膨胀; 张开, 伸展							
13	expensive	[ɪkˈspensɪv]	a. 花费的, 昂贵的							
14	expertise	[ˌekspɜːˈtiːz]	n. 专门知识(或技能等), 专长							
15	explosion	[ɪkˈspləʊʒən]	n. 爆炸, 爆发							
16	explosive	[ɪkˈspləʊsɪv; ɪkˈspləʊsɪv]	a. 爆炸(性)的, 爆发(性)的 n. 爆炸物, 炸药							
17	exquisite	[ɪkˈskwɪzɪt; ˈekskwɪzɪt]	a. 优美的, 高雅的, 精致的; 剧烈的, 异常的							
18	extension	[ɪkˈstenʃn]	n. 延长; 扩大; 范围; 大小; 尺寸; 电话分机							
19	extensive	[ɪkˈstensɪv]	a. 广大的, 广阔的							
20	fabricate	[ˈfæbrɪkeɪt]	v. 捏造, 编造(谎言, 借口等); 建造, 制造							
21	fantastic	[fænˈtæstɪk]	a. (fantastical) 奇异的, 幻想的, 异想天开的							
22	fascinate	[ˈfæsmɪneɪt]	v. 迷住, 强烈吸引							
23	favorable	[ˈfeɪvərəbl]	a. (favourable) 赞许的, 有利的, 讨人喜欢的							
24	financial	[faɪˈnænʃl; fəˈnænʃl]	a. 财政的, 金融的							
25	fireplace	[ˈfaɪəpleɪs]	n. 壁炉							
26	fisherman	[ˈfɪʃməŋ]	n. 渔夫, 捕鱼人							
27	fluctuate	[ˈflʌktʃueɪt]	v. (使)波动;(使)起伏							
28	following	[ˈfɒləʊɪŋ]	a. 下列的, 下述的, 其次的, 接着的							
29	foreigner	[ˈfɔːrənə(r)]	n. 外国人							
30	formation	[fɔːˈmeɪʃn]	n. 形成; 构成; 组织; 构造; 编制; 塑造							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	formulate	['fɔ:mjuleɪt]	v. 用公式表示;规划;设计;系统地阐述							
2	fortnight	['fɔ:tnaɪt]	n. 两星期							
3	fortunate	['fɔ:tʃənət]	a. 幸运的, 侥幸的							
4	framework	['freɪmwɜ:k]	n. 构架;框架;结构;组织;机构							
5	frequency	['fri:kwənsi]	n. 频率, 周率							
6	frustrate	[frʌ'streɪt]	vt. 挫败, 阻挠, 使灰心							
7	furniture	['fɜ:nɪʃə(r)]	n. 家具							
8	generator	['dʒenəreɪtə(r)]	n. 发电机, 发生器							
9	gentleman	['dʒentlmən]	n. 绅士, 先生							
10	geography	[dʒi'ɒɡrəfi]	n. 地理(学)							
11	gratitude	['ɡrætɪtʃu:d]	n. 感激, 感谢							
12	guarantee	[,ɡærən'ti:]	n. 保证, 保证书 v. 保证, 担保							
13	guideline	['gaɪdlɪn]	n. 指导方针, 指导原则, 准则, 标准							
14	gymnasium	[dʒɪm'neɪziəm]	n. (gym) 体育馆, 健身房							
15	hamburger	['hæmbɜ:rgər]	n. 汉堡包, 牛肉饼							
16	hierarchy	['haɪəɜ:ki]	n. 等级制度; 统治集团, 领导层							
17	highlight	['haɪlaɪt]	v. 使显著, 使突出;强调 n. 最精彩的部分							
18	historian	[hi'stɔ:riən]	n. 历史学家							
19	honorable	['ɒnərəbl]	a. (honourable) 可敬的; 荣誉的, 光荣的							
20	household	['haʊshəʊld]	n. 家庭, 家人 a. 家庭(务)的, 家常的							
21	housewife	['haʊswaɪf]	n. 家庭主妇							
22	housework	['haʊswɜ:k]	n. 家务, 家事(不可数)							
23	humiliate	[hju:'mɪliət]	v. 使羞辱, 使丢脸[同]disgrace							
24	hurricane	['hʌrkən]	n. 飓风							
25	hypocrisy	[hɪ'pɒkrəsi]	n. 伪善, 虚伪							
26	ice-cream	['aɪs kri:m]	n. 冰淇淋							
27	identical	[aɪ'dentɪkl]	a. (to.with) 同一的, 同样的							
28	ignorance	['ɪɡnərəns]	n. 无知, 愚昧;不知道							
29	imaginary	[ɪ'mædʒɪnəri]	a. 想象的, 虚构的							
30	imitation	[ɪmɪ'teɪʃn]	n. 模仿, 仿效;仿制;仿造品							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	formulate	['fɔ:mjuleɪt]	v. 用公式表示;规划;设计;系统地阐述							
2	fortnight	['fɔ:tnaɪt]	n. 两星期							
3	fortunate	['fɔ:tʃənət]	a. 幸运的, 侥幸的							
4	framework	['freɪmwɜ:k]	n. 构架;框架;结构;组织;机构							
5	frequency	['fri:kwənsi]	n. 频率, 周率							
6	frustrate	[frʌ'streɪt]	vt. 挫败, 阻挠, 使灰心							
7	furniture	['fɜ:nɪʃə(r)]	n. 家具							
8	generator	['dʒenəreɪtə(r)]	n. 发电机, 发生器							
9	gentleman	['dʒentlmən]	n. 绅士, 先生							
10	geography	[dʒi'ɒɡrəfi]	n. 地理(学)							
11	gratitude	['ɡrætɪtʃu:d]	n. 感激, 感谢							
12	guarantee	[,ɡærən'ti:]	n. 保证, 保证书 v. 保证, 担保							
13	guideline	['ɡaɪdlʌn]	n. 指导方针, 指导原则, 准则, 标准							
14	gymnasium	[dʒɪm'neɪziəm]	n. (gym) 体育馆, 健身房							
15	hamburger	['hæmbɜ:rgər]	n. 汉堡包, 牛肉饼							
16	hierarchy	['haɪərə:ki]	n. 等级制度; 统治集团, 领导层							
17	highlight	['haɪlaɪt]	v. 使显著, 使突出;强调 n. 最精彩的部分							
18	historian	[hi'stɔ:riən]	n. 历史学家							
19	honorable	['ɒnərəbl]	a. (honourable) 可敬的; 荣誉的, 光荣的							
20	household	['haʊshəʊld]	n. 家庭, 家人 a. 家庭(务)的, 家常的							
21	housewife	['haʊswaɪf]	n. 家庭主妇							
22	housework	['haʊswɜ:k]	n. 家务, 家事(不可数)							
23	humiliate	[hju:'mɪliet]	v. 使羞辱, 使丢脸[同]disgrace							
24	hurricane	['hʌrkən]	n. 飓风							
25	hypocrisy	[hɪ'pɒkrəsi]	n. 伪善, 虚伪							
26	ice-cream	['aɪs kri:m]	n. 冰淇淋							
27	identical	[aɪ'dentɪkl]	a. (to.with) 同一的, 同样的							
28	ignorance	['ɪɡnərəns]	n. 无知, 愚昧;不知道							
29	imaginary	[ɪ'medʒɪnəri]	a. 想象的, 虚构的							
30	imitation	[ɪmɪ'teɪʃn]	n. 模仿, 仿效;仿制;仿制品							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	immediate	[ɪ'mi:diət]	a. 立即的, 即时的; 直接的, 最接近的							
2	immigrant	[ɪ'mɪgrənt]	a. (从国外) 移来的, 移民的 n. 移民, 侨民							
3	impatient	[ɪm'peɪjnt]	a. 不耐烦的, 急躁的							
4	implement	[ɪm'plɪm(ə)nt]	n. (pl.) 工具, 器具 v. 贯彻, 实现							
5	important	[ɪm'pɔ:tnt]	a. 重要的, 重大的; 有地位的, 有权力的							
6	incentive	[ɪn'sentɪv]	n. 刺激; 动力; 鼓励; 诱因; 动机							
7	incidence	[ɪn'sɪdəns]	n. 影响程度, 影响范围; 发生率							
8	inclusive	[ɪn'klʊ:sɪv]	a. (of) 包括的, 包含的; 范围广的							
9	indignant	[ɪn'dɪgnənt]	a. 愤慨的, 愤慨不平的							
10	inference	[ɪn'fərəns]	n. 推论, 推理, 推断; 结论							
11	inflation	[ɪn'fleɪʃn]	n. 通货膨胀							
12	influence	[ɪn'fluəns]	n. (on) 影响, 感化; 势力, 权势 v. 影响, 感化							
13	ingenious	[ɪn'dʒɪniəs]	a. 机敏的; 有独创性的; 精致的; 精巧制成的							
14	institute	[ɪn'stɪtju:t]	n. 学会, 研究所; 学院 v. 设立, 设置, 制定							
15	insurance	[ɪn'ʃʊərəns; ɪn'ʃʊərəns]	n. 保险, 保险费, 保险业							
16	integrate	[ɪn'tɪgreɪt]	v. (into, with) (使) 成为一体, (使) 结合在一起							
17	integrity	[ɪn'tegreɪti]	n. 正直, 诚实; 完整, 完全							
18	intensity	[ɪn'tensəti]	n. 强烈, 剧烈; 强度							
19	intensive	[ɪn'tensɪv]	a. 加强的, 集中的, 深入细致的, 精耕细作的							
20	intention	[ɪn'tenʃn]	n. 意图, 意向, 目的							
21	interface	[ɪn'təfeɪs]	n. 接合部位, 分界面 v. (使) 互相联系							
22	interfere	[ɪn'tə'fɪə(r)]	v. (in) 干涉, 干预; (with) 妨碍, 打扰							
23	interpret	[ɪn'tɜ:preɪt]	vt. 解释, 说明; 口译							
24	interrupt	[ɪn'tə'rʌpt]	v. 中断, 遮断, 阻碍; 打断(话), 打扰							
25	intervene	[ɪn'tə'veɪn]	v. (in) 干涉, 干预; 插入, 介入							
26	interview	[ɪn'təvju:]	v. /n. 接见, 会见; 采访; 面试							
27	intricate	[ɪn'trɪkət]	a. 复杂的, 错综的, 难以理解的							
28	intrinsic	[ɪn'trɪnzɪk; ɪn'trɪnsɪk]	a. (指价值、性质) 固有的, 本质的, 内在的							
29	introduce	[ɪn'trə'dju:s]	vt. 介绍; 引进, 传入; 提出(议案等)							
30	intuition	[ɪn'tju:ɪʃn]	n. 直觉, 直观; 凭直觉而知的事物							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	invention	[ɪn'venʃn]	n. 发明, 创造, 发明物							
2	inventory	['ɪnvəntri]	n. 详细目录, 存货, 财产清册, 总量							
3	invisible	[ɪn'vɪzəbl]	a. 看不见的, 无形的							
4	judgement	['dʒʌdʒmənt]	n. (judgment) 审判, 判决; 判断(力); 看法, 意见							
5	kilometre	[kɪ'lɒ:mitə]	n. (kilometer) 公里, 千米(略作 km)							
6	knowledge	['nɒlɪdʒ]	n. 知识, 学识; 知道, 了解							
7	liability	[,laɪə'bɪləti]	n. 责任, 义务; (pl.) 债务							
8	librarian	[laɪ'breəriən]	n. 图书管理员							
9	lightning	['laɪtnɪŋ]	n. 闪电 a. 闪电般的, 快速的							
10	literally	['lɪtərəli]	ad. 照字面意义, 逐字地; 确实							
11	longitude	['lɒŋɡɪtʃu:d; 'lɒndʒɪtʃu:n]	n. 经度							
12	lubricate	['lu:bɪkət]	v. 润滑, 加润滑油, 行贿, 收买							
13	machinery	[mə'ʃɪnəri]	n. (总称) 机器, 机械							
14	magnitude	['mæɡnɪtʃu:d]	n. 大小, 数量; 巨大, 广大							
15	malignant	[mə'lɪɡnənt]	a. 恶性的, 致命的; 恶意的, 恶毒的							
16	marvelous	['mɑ:vələs]	a. (marvellous) 惊人的, 奇迹般的, 妙极的							
17	masculine	['mæskjələɪn]	a. 男性的, 似男性的: [语法] 阳性的							
18	meanwhile	['mi:nwaɪl]	n. 其时, 其间 ad. 当时, 与此同时							
19	mechanism	['mekənɪzəm]	n. 机械装置, 机构; 机制							
20	messenger	['mesɪndʒə(r)]	n. 送信者, 使者, 传令兵							
21	miniature	['mɪnɪətʃə(r)]	n. 缩小的模型, 缩图 a. 微型的, 缩小的							
22	miserable	['mɪzrəbl]	a. 痛苦的, 悲惨的							
23	multitude	['mʌltɪtʃu:d]	n. 众多, 大量							
24	municipal	[mju:'nɪsɪpl]	a. 市(立, 政)的; 地方性的, 地方自治的							
25	narrative	['nærətɪv]	a. 叙述性的 n. 叙述							
26	necessary	['nesəsəri]	a. 必需的, 必要的; 必然的 n. 必需品							
27	necessity	[ne'sesəti]	n. 必要性, 需要; 必然性; (pl.) 必需品							
28	negotiate	[ne'ɡəʊʃɪet]	v. 商订; 谈判, 洽谈, 交涉							
29	newspaper	['nju:zpeɪpə(r)]	n. 报纸							
30	nightmare	['naɪtmə(r)]	n. 恶梦; 可怕的事物, 无法摆脱的恐惧							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	northeast	['nɔːθ 'iːst]	n. 东北 a. 东北方的 ad. 向东北, 在东北							
2	northwest	['nɔːθ 'wɛst]	n. 西北方, 西北部 a. 西北的 ad. 向西北, 在西北							
3	notorious	[nəʊ'tɔːriəs]	a. 臭名昭著的, 声名狼藉的							
4	numerical	[nju:'merɪkl]	a. 数字的, 用数字表示的, 数值的							
5	nutrition	[nju'triʃn]	n. 营养, 营养学							
6	obedience	[ə'bi:diəns]	n. 服从, 顺从							
7	objection	[əb'dʒekʃn]	n. (to) 反对, 异议, 不喜欢, 反对的理由							
8	objective	[əb'dʒektiv]	n. 目标, 目的 a. 客观的, 真实的							
9	obsession	[əb'sefn]	n. 迷住, 困扰							
10	offensive	[ə'fensɪv]	a. 冒犯的, 攻击的 n. 攻势, 进攻							
11	offspring	['ɒfsprɪŋ]	n. 子孙, 后代; 结果, 产物							
12	operation	[,ɒpə'reɪʃn]	n. 运转, 开动, 操作, 手术, 运算, 经营							
13	orchestra	['ɔ:kɪstrə]	n. 管弦乐队							
14	originate	[ə'ɪdʒɪneɪt]	v. (in, from) 起源, 发生; 首创, 创造							
15	otherwise	['ʌðəwaɪz]	ad. 另样, 用别的方法; 在其他方面 conj. 要不然							
16	ourselves	[ɔ:'selvz; ,aʊə'selvz]	pron. [反身代词] 我们自己; 我们亲自							
17	outskirts	['aʊtskɜ:ts]	n. 郊区							
18	overnight	[,əʊvə'nait]	a. 通宵的, 晚上的 ad. 在昨夜, 一夜工夫, 突然							
19	overthrow	[əʊvə' θ rəʊ]	v. /n. 推翻, 颠覆							
20	overwhelm	[,əʊvə'welɪn]	v. 淹没, 淹没, 压倒, 制服, 使不知所措							
21	ownership	['əʊnəʃɪp]	n. 所有 (权), 所有制							
22	paperback	['peɪpəbæk]	n. 平装本, 简装本							
23	parachute	['pærəʃu:t]	n. 降落伞 v. 跳伞							
24	paragraph	['pærəgrɑ:f]	n. 段, 节; 小新闻, 短评							
25	parameter	[pə'ræmɪtə(r)]	n. 参数, 参量							
26	passenger	['pæsɪndʒə(r)]	n. 乘客, 旅客							
27	passer-by	[pæsə 'baɪ]	n. (pl. passers-by) 过路人							
28	patriotic	[,pætri'ɒtɪk; ,petri']	a. 爱国的							
29	penetrate	['penətreɪt]	v. 穿过, 渗入, 看穿							
30	peninsula	[pə'nɪnsjələ]	n. 半岛							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	permanent	['pɜ:mənənt]	a. 永久的, 持久的							
2	perpetual	[pə'petʃuəl]	a. 永久的, 永恒的, 长期的							
3	persecute	['pɜ:sɪkjʊ:t]	v. 迫害							
4	persevere	[,pɜ:sə'veɪ(r)]	v. 坚持, 坚忍, 不屈不挠							
5	personnel	[,pɜ:sə'nel]	n. 全体人员, 全体职员; 人事(部门)							
6	petroleum	[pə'treʊliəm]	n. 石油							
7	physician	[frɪ'ziʃn]	n. 内科医生							
8	physicist	['fɪzɪsɪst]	n. 物理学家							
9	plausible	['plɔ:zəbl]	a. 似是而非的, 似乎合理的, 似乎可信的							
10	plentiful	['plentɪfl]	a. 富裕的, 丰富的							
11	pneumonia	[nju:'məʊniə]	n. 肺炎							
12	poisonous	['pɔɪzənəs]	a. 有毒的, 恶意的, 恶毒的, 道德败坏的							
13	policeman	[pə'li:smən]	n. 警察							
14	political	[pə'litɪkl]	a. 政治的							
15	pollution	[pə'lju:ʃn]	n. 污染							
16	porcelain	['pɔ:səleɪn]	n. 瓷器 a. 精制的, 瓷器的							
17	potential	[pə'tenʃl]	a. 潜在的, 可能的 n. 潜能, 潜力							
18	practical	['præktɪkl]	a. 实际的, 实用的							
19	precedent	['presɪdənt]	n. 先例							
20	preceding	[pri'si:diŋ]	a. 在前的, 在先的							
21	precision	[pri'sɪʒn]	n. 精确, 精确度							
22	prejudice	['predʒudɪs]	n. 偏见, 成见; 损害, 侵害 v. 使抱偏见, 损害							
23	prescribe	[pri'skraɪb]	v. 指示, 规定; 处(方), 开(药)							
24	presently	['prezntli]	ad. 一会儿, 不久; 现在, 目前							
25	president	['prezɪdənt]	n. 总统, 校长, 会长, 主席							
26	prevalent	['prevələnt]	a. 流行的, 普遍的							
27	primitive	['prɪmətɪv]	a. 原始的, 远古的, 早期的; 粗糙的, 简单的							
28	principal	['prɪnsəpl]	a. 最重要的, 主要的 n. 负责人, 校长; 资本, 本金							
29	principle	['prɪnsəpl]	n. 原理, 原则; 主义, 信念							
30	privilege	['prɪvələdʒ]	n. 特权, 优惠, 特许 v. 给予优惠, 给予特权							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	procedure	[prə'si:dʒə(r)]	n. 程序, 手续, 步骤							
2	professor	[prə'fese(r)]	n. 教授							
3	programme	['prɒɡrəm]	n. (program) 节目, 计划, 规划, 程序 v. 编程序							
4	projector	[prə'dʒektə(r)]	n. 放映机, 幻灯机, 投影仪							
5	prominent	['prɒmɪnənt]	a. 突起的, 凸出的; 突出的, 杰出的							
6	promising	['prɒmɪʃɪŋ]	a. 有希望的, 有前途的							
7	pronounce	[prə'naʊns]	v. 发...的音; 宣布, 宣判							
8	prosecute	['prɒsɪkjʊ:t]	vt. 实行, 从事 v. 起诉, 告发 vi. 作检察官							
9	prototype	['prəʊtətaɪp]	n. 原型; 典型, 范例							
10	provision	[prə'vɪʒn]	n. 供应, (一批) 供应品; 预备; 条款; (pl.) 给养							
11	publicity	[pʌb'lɪsəti]	n. 公开, 宣传, 广告, 推销							
12	quarterly	['kwɔ:təli]	a. 每季的 ad. 每季一次 n. 季刊							
13	realistic	[,ri:ə'lɪstɪk; ,riə'lɪstɪk]	a. 现实(主义)的							
14	rebellion	[rɪ'beljən]	n. 叛乱, 反抗, 起义							
15	reception	[rɪ'sepʃn]	n. 接待, 招待会; 接收, 接受, 接收效果							
16	recipient	[rɪ'spiənt]	a. 接受的, 感受性强的 n. 接受者, 感受者, 容器							
17	recognize	['rekəɡnaɪz]	v. (recognise) 认出, 承认, 公认, 赏识, 表扬							
18	recollect	[,rekə'lekt]	v. 回忆, 想起, 记起, 忆起, 记得							
19	recommend	[,rekə'mend]	v. 推荐, 介绍; 劝告, 建议							
20	reconcile	['rekənsaɪl]	v. 使和好, 调解, 使调和; (to, with) 使一致							
21	rectangle	['rektæŋɡl]	n. [数] 矩形, 长方形							
22	reduction	[rɪ'dʌkʃn]	n. 减小, 减少, 缩小							
23	redundant	[rɪ'dʌndənt]	a. 多余的, 过剩的; (食物) 丰富的; 被解雇的							
24	reference	['refrəns]	n. 提及, 涉及; 参考, 参考书目; 证明书 (人)							
25	regarding	[rɪ'ɡɑ:dɪŋ]	prep. 关于, 有关							
26	rehearsal	[rɪ'hɜ:səl]	n. 排练, 排演, 演习, 预演, 试演							
27	reinforce	[,rɪn'fɔ:s]	v. 增援, 加强							
28	religious	[rɪ'lɪdʒəs]	a. 宗教的, 信教的, 虔诚的							
29	reluctant	[rɪ'lʌktənt]	a. 不愿的, 勉强的							
30	remainder	[rɪ'meɪdə(r)]	n. 剩余物, 剩下的; 余数, 余项							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	represent	[ˌreprɪˈzent]	v. 描述, 表示; 代表, 代理; 阐明, 说明							
2	reproduce	[ˌriːprəˈdjuːs]	v. 生殖; 翻版; 繁殖; 复制, 仿造							
3	reservoir	[ˈrezəvwaː(r)]	n. 水库, 蓄水池							
4	residence	[ˈrezɪdəns]	n. 住处, 住宅							
5	resistant	[rɪˈzɪstənt]	a. (to) 抵抗的, 有抵抗力的							
6	restraint	[rɪˈstreɪnt]	n. 抑制, 制止							
7	resultant	[rɪˈzʌltənt]	a. 作为结果而发生的; 合成的							
8	retention	[rɪˈtenʃn]	n. 保留, 保持, 保持力, 记忆力							
9	sacrifice	[ˈsækrɪfaɪs]	n. 牺牲, 牺牲品; 祭品 v. (for, to) 牺牲, 献出							
10	safeguard	[ˈseɪfɡɑːd]	v. 维护, 保护, 捍卫 n. 安全装置, 安全措施							
11	salvation	[sælˈveɪʃn]	n. 拯救, 救助; 救济(者, 品), 救助工具; 救世主							
12	sarcastic	[sɑːˈkæstɪk]	a. 讽刺的							
13	satellite	[ˈsætəlaɪt]	n. 卫星, 人造卫星; 附属物							
14	scientist	[ˈsaɪəntɪst]	n. 科学家							
15	sculpture	[ˈskʌlptʃə(r)]	n. 雕刻(术), 雕塑(术); 雕刻作品							
16	secondary	[ˈsekəndəri]	a. 次要的, 二级的; 中级的, 第二的							
17	secretary	[ˈsekretri]	n. 秘书, 书记; 部长, 大臣							
18	seemingly	[ˈsiːmɪŋli]	ad. 外观上, 表面上							
19	segregate	[ˈseɡrɪgeɪt]	vt. 使... 分开, 隔离(病患等)							
20	selection	[sɪˈleɪʃn]	n. 选择, 挑选; 选集, 精选物							
21	sensation	[senˈseɪʃn]	n. 感觉, 知觉; 激动, 轰动; 轰动一时的事情							
22	sensitive	[ˈsensətɪv]	a. (to) 敏感的, 易受伤害的; 灵敏的							
23			n. 感情, 柔情; 看法; 感觉							
24	September	[sepˈtembə(r)]	n. 九月							
25	shorthand	[ˈʃɔːthænd]	n. 速记							
26	signature	[ˈsɪɡnətʃə(r)]	n. 签名, 署名, 签字							
27	situation	[ˌsɪtʃuˈeɪʃn]	n. 形势, 处境, 状况; 位置, 场所; 职位, 职务							
28	skeptical	[ˈskeptɪkl]	a. 怀疑的 [英]sceptical							
29	slaughter	[ˈslɔːtə(r)]	n. 屠杀, 屠宰 vt. 屠杀, 宰杀							
30	snowstorm	[ˈsnəʊstɔːm]	n. 暴风雪							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	so-called	[,səʊ 'kɔ:ld]	a. (贬) 所谓的, 号称的							
2	socialism	['səʊʃəlɪzəm]	n. 社会主义							
3	sociology	[,səʊsi'ɒlədʒi]	n. 社会学							
4	something	['sʌm θ ɪŋ]	pron. 某事, 某物; 被视为有意义的事物							
5	sometimes	['sʌmtaɪmz]	ad. 不时, 有时, 间或							
6	somewhere	['sʌmweə(r)]	ad. 某地, 在某处; 在附近, 前后, 大约							
7	sophomore	['sɒfəmə:(r)]	(中学、大学) 二年级学生							
8	southeast	[,saʊ θ 'i:st]	n. /a. 东南(的), 东南部(的)							
9	southwest	[,saʊ θ 'west]	n. /a. 西南(的), 西南部(的)							
10	sovereign	['sɒvrɪn]	a. 独立的, 有主权的 n. 君主, 国王, 统治者							
11	spaceship	['speɪsfɪp]	n. 宇宙飞船							
12	spectacle	['spektəkl]	n. (pl.) 眼镜; 场面, 景象; 奇观, 壮观							
13	spectator	[spek'tetə(r)]	n. 观众, 旁观者							
14	speculate	['spekjuleɪt]	vi. 思索; 推测 vt. 投机; 思索, 推测							
15	spiritual	['sprɪtʃʊəl]	a. 精神(上)的, 心灵的							
16	spokesman	['spəʊksmən]	n. 发言人							
17	sportsman	['spɔ:tsmən]	n. 爱好运动的人; 运动员							
18	stability	[steɪ'bɪləti]	n. 稳定, 安定							
19	staircase	['steəkeɪs]	n. (stairway) 楼梯							
20	statement	['steɪtmənt]	n. 声明, 陈述							
21	statesman	['steɪtsmən]	n. 政治家, 国务活动家							
22	stimulate	['stɪmjuleɪt]	v. 刺激, 使兴奋; 激励, 鼓舞							
23	strenuous	['strenʃʊəs]	a. 费力的, 艰辛的; 奋发的, 努力的							
24	structure	['strʌktʃə(r)]	n. 结构, 构造; 建筑物 v. 构造, 建造							
25	submarine	[,sʌbmə'ri:n; 'sʌbmən]	n. 潜水艇 a. 水底的, 海底的							
26	subscribe	[sʌb'skraɪb]	vi. (to) 订阅, 订购; 同意 vt. 捐助, 赞助							
27	substance	['sʌbstəns]	n. 物质; 实质, 本质; 主旨; 财产, 资产							
28	successor	[sʌk'sesə(r)]	n. 接替的人或事物, 继任者							
29	summarize	['sʌməraɪz]	v. (summarise) 概括, 总结							
30	supervise	['su:pəvaɪz; 'sju:pəvay]	v. 管理, 监督							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	surrender	[sə'rendə(r)]	vi. 投降, 屈服 vt. 放弃, 交出 n. 投降, 认输							
2	suspicion	[sə'spɪʃn]	n. 怀疑, 猜疑; 一点儿, 少量							
3	symposium	[sm'pɒziəm]	n. 讨论会, 专题报告会; 专题论文集							
4	synthesis	['sm θ əsɪs]	n. (pl. syntheses) 综合, 合成							
5	synthetic	[sm' θ etɪk]	a. 合成的, 人造的; 综合的							
6	technical	['teknɪkl]	a. 技术(性)的, 工艺的; 专门性的, 专业性的							
7	technique	[tek'ni:k]	n. 技巧, 手艺, 技能; 技术, 工艺							
8	telegraph	['telɪgrɑ:f]	n. 电报机, 电报 v. 打电报, 发电报							
9	telephone	['telɪfəʊn]	n. 电话, 电话机 v. 打电话							
10	telescope	['telɪskəʊp]	n. 望远镜 v. 缩短, 压缩							
11	temporary	['tempərəri]	a. 暂时的, 临时的							
12	tentative	['tentətɪv]	a. 试探性的, 暂时的; 犹豫不决的							
13	terminate	['tɜ:mneɪt]	vi. (使)结束, (使)停止							
14	territory	['terətɪri]	n. 领土; 版图; 领域, 范围							
15	testimony	['testməni]	n. 证据, 证词; 表明, 说明							
16	therefore	['ðeəfɔ:(r)]	ad. 因此, 所以 conj. 因此							
17	threshold	['θ reʃəʊld]	n. 门槛; 入门, 开端							
18	tolerance	['tɒlərəns]	n. 宽容; 容忍, 忍受; 耐药力; 公差							
19	trademark	['treɪdmɑ:k]	n. 商标; 特征 vt. 注册的…商标							
20	tradition	['trə'dɪʃn]	n. 传统; 惯例; 传说							
21	transcend	[træn'send]	vt. 超出, 超越(经验、知识、能力的范围等)							
22	transform	[trəns'fɔ:m]	vt. 改变, 变换; 变压; 转化; 改造, 改造							
23	transient	['trænzɪənt]	a. 短暂的, 转瞬即逝的; 临时的, 暂住的							
24	translate	[trænz'leɪt; trəns'lev]	翻译, 解释; 转化,							
25	transport	['trænsپɔ:t]	v. 运输, 运送, 搬运 n. 运输; 运输系统, 运载工具							
26	turbulent	['tɜ:bələnt]	a. 狂暴的, 无秩序的							
27	unanimous	[ju'nænɪməs]	a. 全体一致的, 一致同意的							
28	underline	[,ʌndə'laɪn]	vt. 在…下划线; 强调							
29	undermine	[,ʌndə'maɪn]	v. 暗中破坏, 逐渐削弱; 侵蚀…的基础							
30	undertake	[,ʌndə'teɪk]	v. 承担, 担任; 许诺, 保证; 着手, 从事							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	universal	[ˌjuːnɪˈvɜːsl]	a. 普遍的, 全体的, 通用的; 宇宙的, 世界的							
2	variation	[ˌveəriˈeɪʃn]	n. 变化, 变动; 变种, 变异							
3	vegetable	[ˈvedʒtəbəl]	n. 蔬菜, 植物 a. 植物的, 蔬菜的							
4	ventilate	[ˈventɪleɪt]	vt. 使通风; 给...装通风设备							
5	versatile	[ˈvɜːsətaɪl]	a. 通用的; 多才多艺的, 多方面的							
6	viewpoint	[ˈvjuːpɔɪnt]	n. 观点							
7	voluntary	[ˈvɒləntəri]	a. 自愿的, 志愿的							
8	volunteer	[ˌvɒlənˈtiə(r)]	n./v. 自愿(者), 兵; 自愿(提供)							
9	warehouse	[ˈweəhaʊs]	n. 仓库, 货栈							
10	waterfall	[ˈwɔːtəfɔːl]	n. 瀑布							
11	Wednesday	[ˈwenzdeɪ; ˈwenzdi]	n. 星期三							
12	whichever	[wɪtʃˈevə(r)]	pron./a. 无论哪个, 无论哪些							
13	wholesome	[ˈhəʊlsəm]	a. 卫生的; 有益的; 健康的, 有益健康的							
14	withstand	[wɪðˈstænd; wɪθˈstænd]	vt. 抵抗, 经受住							
15	wonderful	[ˈwʌndəfl]	a. 惊人的, 奇妙的; 极好的							
16	worldwide	[ˌwɜːldˈwaɪd]	a. 全世界的, 世界范围的 ad. 遍及全世界							
17	yesterday	[ˈjestədeɪ; ˈjestədi]	n.&ad. 昨天; 前不久							
18	youngster	[ˈjʌŋstə(r)]	n. 小伙子, 年轻人; 少年, 儿童							
19	accelerate	[əkˈseləreɪt]	v. 使加速, 使增速, 促进 vi. 加快, 增加							
20	acceptance	[əkˈseptəns]	n. 接受, 接收, 验收, 接纳; 承认, 认可							
21	accidental	[ˌæksɪˈdentl]	a. 偶然的; 意外的; 无意中的							
22	accomplish	[əˈkʌmplɪʃ]	v. 实现(计划等); 达到(目的); 完成(任务)							
23	accordance	[əˈkɔːdnəs]	n. 一致, 和谐, 符合							
24	accountant	[əˈkaʊntənt]	n. 会计人员, 会计师							
25	accumulate	[əˈkjuːmjəleɪt]	vt. 堆积, 积累, 积聚 vi. 累积, 聚积							
26	accustomed	[əˈkʌstəmd]	a. 惯常的; 习惯的, 适应的(一般作表语)							
27	additional	[əˈdɪʃənəl]	a. 额外的, 附加的, 另外的							
28	administer	[ədˈmɪnɪstə(r)]	v. 施行, 实施; 掌管, 料理...的事务; 给予							
29	adolescent	[ˌædəˈlesnt]	n. 青少年 a. 青春期的, 青少年的							
30	aggressive	[əˈɡresɪv]	a. 侵略的, 好斗的, 有进取心的, 敢作敢为的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	altogether	[ˌɔːltəˈgeðə(r)]	ad. 完全，总之，全部地；总共；总而言之							
2	ambassador	[æmˈbæsədə(r)]	n. 大使；特使，(派驻国际组织的)代表							
3	anticipate	[ænˈtɪsɪpeɪt]	vt. 预料；期望；预先考虑；抢先；提前使用							
4	appearance	[əˈpiərəns]	n. 出现，露面；外表；(在会议等)作短暂露面							
5	applicable	[əˈplɪkəbəl; ˈæplɪkəbəl]	a. 可应用(实施)的；适当的，合适的							
6	appreciate	[əˈpriːʃieɪt]	vt. 为...表示感激，感谢；欣赏，赏识，评价							
7	arithmetic	[əˈrɪθmətɪk]	n. 算术，四则运算							
8	articulate	[ɑːˈtɪkjuleɪt]	a. 善于表达的；有关节相连的 v. 清楚地讲话							
9	artificial	[ˌɑːtɪˈfɪʃl]	a. 人工的，人造的，人为的；虚伪的，做作的							
10	assignment	[əˈsaimənt]	n. 分配，指派；(指定的)作业，(分派的)任务							
11	assimilate	[əˈsɪməleɪt]	vt. 吸收，消化；使同化 vi. 被吸收；被同化							
12	assistance	[əˈsɪstəns]	n. 协作；援助；帮助							
13	assumption	[əˈsʌmpʃn]	n. 假定，设想；采取；承担；推测；假装							
14	atmosphere	[ˈætmosfɪə(r)]	n. 大气(层)；空气；气氛，环境；大气压							
15	attendance	[əˈtendəns]	n. 出席；出席人数；护理，照料							
16	attractive	[əˈtræktɪv]	a. 吸引人的，引人注意的；漂亮的，迷人的							
17	auditorium	[ˌɔːdɪˈtɔːrɪəm]	n. 观众席，听众席；会堂，礼堂							
18	automation	[ˌɔːtəˈmeɪʃn]	n. 自动，自动化，自动操作							
19	background	[ˈbækgraʊnd]	n. 背景，经历；幕后							
20	basketball	[ˈbɑːskɪtbɔːl]	n. 篮球，篮球运动							
21	beforehand	[bɪˈfɔːhænd]	ad. 预先，事先							
22	beneficial	[ˌbenɪˈfɪʃl]	a. (to) 有利的，有益的							
23	blackboard	[ˈblækbɔːd]	n. 黑板							
24	capitalism	[ˈkæptɪlɪzəm]	n. 资本主义							
25	centigrade	[ˈsentɪɡreɪd]	n. /a. 摄氏温度计(的)；百分度(的)							
26	centimetre	[]	n. (centimeter) 厘米							
27	chancellor	[ˈtʃɑːnsələ(r)]	n. (英)大臣；法官；(德、奥)总理；大学校长							
28	collection	[kəˈlekʃn]	n. 收藏(品)，收集(物)							
29	collective	[kəˈlektɪv]	n. 集体 a. 集体的，共同的							
30	commercial	[kəˈmɜːʃl]	a. 商业的；商务的；可获利的 n. 广告节目							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	commission	[kə'mɪʃn]	n. 委员会;委任,委托(书),代办;佣金,手续费							
2	comparable	['kɒmpərəbəl]	a. (with, to)可比较的,比得上的							
3	comparison	[kəm'pærɪsn]	n. 比较,对比,比喻,比拟							
4	compassion	[kəm'pæʃn]	n. 同情;怜悯(for)							
5	compatible	[kəm'pætəbəl]	a. 能和睦相处的,合得来的;兼容的							
6	compensate	['kɒmpenseɪt]	v. (for) 补偿,赔偿							
7	complement	['kɒmplɪm(ə)nt]	n. 补足物, 船上的定员; 补语 vt. 补充, 补足							
8	complicate	['kɒmplɪkət]	v. 使...复杂; 使...难懂; 使(疾病等)恶化;							
9	compliment	['kɒmplɪmənt]	n. (pl.) 问候,致意 n. /v. 称赞,恭维							
10	comprehend	[,kɒmpri'hend]	vt. 理解,领会; 包含, 包括							
11	compromise	['kɒmprəmaɪz]	n. 妥协, 折衷 vi. 妥协 vt. 危及, 放弃(原则等)							
12	compulsory	[kəm'pʌlsəri]	a. 必须做的, 强制性的, (课程)必修的							
13	concerning	[kən'sɜ:nɪŋ]	prep. 关于, 论及							
14	concession	[kən'seʃn]	n. 让步, 妥协; 特许(权);							
15	conclusion	[kən'klu:ʒn]	n. 结论, 推论; 结尾; 缔结, 议定							
16	conference	['kɒnfərəns]	n. (正式)会议; 讨论, 商谈							
17	confidence	['kɒnfɪdəns]	n. (in) 信任;信心,自信;秘密,机密							
18	connection	[kə'nekʃn]	n. (connexion)联系,连接; 亲戚, 社会关系							
19	conscience	['kɒnjəns]	n. 良心,良知							
20	consistent	[kən'sɪstənt]	a. (in) 前后一致的; (with) 一致, 符合							
21	conspiracy	[kən'spɪrəsi]	n. 阴谋, 密谋, 共谋							
22	constitute	['kɒnstɪtju:t]	vt. 组成, 构成, 形成; 设立, 建立, 任命							
23	consultant	[kən'sʌltənt]	n. 会诊医师, 顾问医生; 顾问							
24	continuous	[kən'tɪnjuəs]	a. 连续的, 持续的							
25	contradict	[,kɒntrə'dɪkt]	v. 反驳;同...矛盾,同...抵触							
26	contribute	[kən'trɪbjʊt; 'kɒntrɪbju:t]	iv. (to) 贡献,捐助,捐献;投稿							
27	convenient	[kən'vi:nɪənt]	a. (to) 便利的, 方便的							
28	convention	[kən'venʃn]	n. 大会, 会议; 惯例, 常规, 习俗; 公约, 协定							
29	conversely	['kɒnvɜ:sli]	ad. 相反地							
30	conversion	[kən'veɜ:ʃn]	n. 转变, 转换; 信仰的改变;							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	conviction	[kən'vɪkʃn]	n. 深信, 确信; 定罪, 判罪;							
2	coordinate	[kəʊ'ɔ:dmeɪt]	a. 同等的, 并列的; 坐标的 n. 坐标							
3	coordinate	[kəʊ'ɔ:dmeɪt]	a. 同等的 n. 同等者, 坐标 vt. 协作, 协调							
4	correspond	[,kɒrə'spɒnd]	v. 通信, (with) 符合, 一致; (to) 相当于, 对应							
5	credential	[krə'denʃl]	n. 凭证, (pl.) 国书, 证明书							
6	curriculum	[kə'rɪkjələm]	n. (pl. curricula) 课程, (学校等的) 全部课程							
7	cyberspace	['saɪbəspeɪs]	n. 虚拟信息空间; 网络空间							
8	deficiency	[dɪ'fɪjnsi]	n. 缺乏, 不足; 缺点, 缺陷							
9	definition	[,defɪ'nɪʃn]	n. 定义, 解释; (轮廓影像等的) 清晰度; 阐明;							
10	degenerate	[dɪ'dʒen(ə)rət]	v. 衰退, 堕落, 蜕化 a. 堕落的 n. 堕落者							
11	deliberate	[dɪ'lɪbəreɪt]	a. 深思熟虑的, 故意的 vt. 研讨, 商讨							
12	democratic	[,demə'krætɪk]	a. 民主的							
13	department	[dɪ'pɑ:tment]	n. 部, 局, 处, 科, 部门; 系, 学部							
14	descendant	[dɪ'sendənt]	n. 子孙, 后代							
15	dictionary	['dɪkʃənri]	n. 词典, 字典							
16	difference	['dɪfrəns]	n. 差别, 差异, 分歧							
17	difficulty	['dɪfɪkəlti]	n. 困难, 困境, 难题							
18	diplomatic	[,dɪplə'mætɪk]	a. 外交的, 从事外交的; 策略的, 有手腕的							
19	disappoint	[,dɪsə'pɔɪnt]	vt. 失望; (希望等) 破灭, 挫败 (计划等)							
20	disastrous	[dɪ'zɑ:stɹəs]	a. 灾难性的							
21	discipline	['dɪsəplɪn]	n. 纪律, 学科							
22	discourage	[dɪs'kʌrɪdʒ]	v. 使泄气, 使失去信心							
23	distribute	[dɪ'strɪbjʊt; 'dɪstrɪbjʊt]	v. 分发; 分配; 分布; 配 (电); (over) 散布							
24	downstairs	[,daʊn'steəz]	ad. 在楼下, 往楼下							
25	earthquake	['ɜ:θ kweɪk]	n. 地震							
26	economical	[,ɪkeə'nɒmɪkl; ,ekə'nɒmɪk]	a. 节约的, 经济的							
27	efficiency	[ɪ'fɪjnsi]	n. 效率; 功效							
28	electrical	[ɪ'lektrɪkl]	a. 电的, 电学的							
29	electronic	[ɪ'lek'trɒnɪk]	a. 电子的							
30	elementary	[,elɪ'mentri]	a. 初步的; 基本的; [化] 元素的; 自然力的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	employment	[ɪmˈplɔɪmənt]	n. 雇用;使用;工作, 职业							
2	engagement	[ɪnˈɡeɪdʒmənt]	n. 约会, 约定;婚约, 订婚							
3	enterprise	[ˈentəpraɪz]	n. 事业, 企(事)业单位;事业心, 进取心							
4	enthusiasm	[ɪnˈθjuːzɪəzəm]	n. 热情, 热心;狂热;积极性(for)							
5	equivalent	[ɪˈkwɪvələnt]	a. (to)相等的, 等价的 n. 相等物, 等价物							
6	especially	[ɪˈspeʃəli]	ad. 特别, 尤其, 格外; 专门地, 主要地							
7	eventually	[ɪˈventʃuəli]	ad. 终于, 最后							
8	everything	[ˈevri θɪŋ]	pron. 每件事, 一切; 最重要的东西							
9	everywhere	[ˈevriweə(r)]	ad. 到处, 各处, 无论何处							
10	exaggerate	[ɪɡˈzædʒəreɪt]	v. 夸大, 夸张							
11	excitement	[ɪkˈsaɪtmənt]	n. 刺激, 激动, 兴奋							
12	exhibition	[ˌeksɪˈbɪʃn]	n. 展览会;陈列, 展览							
13	expedition	[ˌekspeɪˈdɪʃn]	n. 远征(队), 探险(队)							
14	experience	[ɪkˈspɪəriəns]	n. /vt. 经验;经历;体验;阅历							
15	experiment	[ɪkˈspɪrɪmənt]	n. 实验;试验 v. (on) 进行实验;做试验							
16	expression	[ɪkˈsprefn]	n. 表达;表情;声调;腔调;榨出;措词;式;符号							
17	extinguish	[ɪkˈstɪŋɡwɪʃ]	v. 熄灭;消灭;结束;压制;使黯然失色;偿清							
18	facilitate	[ˌfæˈsɪlɪteɪt]	v. 使变得(更)容易;使便利;推动;帮助;处进							
19	federation	[ˌfedəˈreɪʃn]	n. 同盟;联邦;联合;联盟;联合会							
20	fellowship	[ˈfeləʊʃɪp]	n. 伙伴关系;联谊会, 团体							
21	fertilizer	[ˈfɜːtəlaɪzə(r)]	n. (fertiliser) 肥料							
22	formidable	[ˌfɔːmɪdəbl; ˈfɔːmɪdəbl]	a. 强大的;令人敬畏的;可怕的;艰难的							
23	foundation	[ˌfaʊnˈdeɪʃn]	n. 基础, 根本, 建立, 创立;地基, 基金, 基金会							
24	friendship	[ˈfrendʃɪp]	n. 友谊, 友好							
25	generalize	[ˈdʒenərəlaɪz]	v. (generalise) 归纳, 概括;推广, 普及							
26	generation	[ˌdʒenəˈreɪʃn]	n. 产生, 发生;一代(人)							
27	government	[ˈɡʌvənmənt]	n. 政府, 内阁;管理, 支配;政治, 政体							
28	greenhouse	[ˈɡriːnhaʊs]	n. 温室							
29	harassment	[ˈhærəsmənt; həˈræsmənt]	n. 骚扰, 扰乱;烦恼, 烦乱							
30	headmaster	[ˌhedˈmaːstə(r)]	n. 校长							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	helicopter	['helɪkɒptə(r)]	n. 直升(飞)机							
2	hemisphere	['hemɪsfɪə(r)]	n. 半球							
3	henceforth	[,hens'fɔ:θ]	ad. 今后							
4	historical	[hɪ'stɒrɪkl]	a. 历史的;有关历史的							
5	horizontal	[,hɒrɪ'zɒntl]	a. 地平线的;水平的							
6	horsepower	['hɔ:spauə(r)]	n. [机] 马力							
7	hypothesis	[haɪ'pɒθəsɪs]	n. 假说, 假设, 前提							
8	hysterical	[hɪ'sterɪkl]	a. 情绪异常激动的, 歇斯底里的							
9	illiterate	[ɪ'lɪtərət]	a. 文盲的, 未受教育的							
10	illuminate	[ɪ'lu:mɪneɪt]	vt. 照亮, 照明; 用灯光装饰; 说明, 阐释							
11	illustrate	[ɪ'ləstreɪt]	v. 举例说明, 阐明; 图解, 加插图							
12	imperative	[ɪm'perətɪv]	n. 命令; 需要; 规则; 祈使语气 a. 强制的; 紧急的							
13	importance	[ɪm'pɔ:tns]	n. 重要, 重要性							
14	impossible	[ɪm'pɒsəbl]	a. 不可能的; 难以忍受的, 很难对付的							
15	impression	[ɪm'preʃn]	n. 印象, 感想; 盖印, 压痕							
16	impressive	[ɪm'presɪv]	a. 给人深刻印象的, 感人的							
17	incredible	[ɪn'kredəbl]	a. 不可相信的, 惊人的, 不可思议的							
18	indication	[ɪn'dɪkeɪʃn]	n. 指出, 指示; 表明, 暗示							
19	indicative	[ɪn'dɪkətɪv]	a. (of) 指示的, 暗示的							
20	individual	[ɪn'dɪvɪdʒuəl]	a. 个人的, 单独的; 独特的 n. 个人, 个体							
21	industrial	[ɪn'dʌstriəl]	a. 工业的, 产业的							
22	inevitable	[ɪn'evɪtəbl]	a. 不可避免的, 必然发生的							
23	infectious	[ɪn'fekʃəs]	a. 传染的, 传染性的, 有感染力的							
24	ingredient	[ɪn'grɪdiənt]	n. (混合物的) 组成部分, 配料; 成份, 要素							
25	inhabitant	[ɪn'hæbɪtənt]	n. 居民, 住户							
26	initiative	[ɪ'nɪʃətɪv]	a. 创始的, 起始的 n. 第一步, 创始, 主动精神							
27	innovation	[ɪnə'veɪʃn]	n. 改革, 革新; 新观念, 新方法, 新发明							
28	instrument	[ɪn'strəmənt]	n. 工具, 仪器, 器械; 乐器							
29	intimidate	[ɪn'tɪmɪdeɪt]	vt. 胁迫, 威胁(某人做某事)							
30	invaluable	[ɪn'veljʊəbl]	a. 非常宝贵的, 无价的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	invariably	[m'veəriəbli]	ad. 不变地, 永恒地, 总是							
2	investment	[m'vestmənt]	n. 投资, 投资额							
3	invitation	[,mvi'teɪfn]	n. 邀请, 招待; 请柬							
4	journalist	['dʒɜ:nəlɪst]	n. 记者, 新闻工作者							
5	leadership	['li:dəʃɪp]	n. 领导							
6	legitimate	[lɪ'dʒɪtmət]	a. 合法的; 合理的, 合乎逻辑的 vt. 使合法							
7	likelihood	['laɪklihʊd]	n. 可能性							
8	limitation	[,lɪmɪ'teɪfn]	n. 限制, 局限性							
9	linguistic	[lɪŋ'gwɪstɪk]	a. 语言的, 语言学的							
10	literature	['lɪtəətʃə(r)]	n. 文学, 文学作品, 文献, 图书资料, 印刷品							
11	locomotive	[,ləʊkə'məʊtɪv]	n. 机车, 火车头 a. 运动的, 移动的, 运载的							
12	magistrate	['mædʒɪstreɪnt]	n. 地方行政官, 地方法官, 治安官							
13	management	['mænɪdʒmənt]	n. 经营, 管理; 处理, 操纵; 管理部门							
14	manipulate	[mə'nɪpjuleɪt]	vt. (熟练地) 使用, 操作; (巧妙地) 处理							
15	manuscript	['mænjuskript]	n. 手稿, 原稿							
16	mechanical	[mə'kænikl]	a. 机械的, 由机构制成的; 机械似的, 呆板的							
17	meditation	[,medɪ'teɪfn]	n. 熟虑; (尤指宗教的) 默想, 沉思; (pl.) 冥想录							
18	membership	['membəʃɪp]	n. 会员资格, 成员资格							
19	microphone	['maɪkrəfəʊn]	n. 话筒, 扩音器							
20	microscope	['maɪkrəskəʊp]	n. 显微镜							
21	millimeter	['mɪlɪmɪ:tə(r)]	n. (millimetre) 毫米							
22	misfortune	[,mɪs'fɔ:tʃu:n]	n. 不幸, 灾祸, 灾难							
23	missionary	['mɪʃənri]	a. 教会的, 传教(士)的 n. 传教士							
24	monotonous	[mə'nɒtənəs]	a. 单调的, 无变化的							
25	mysterious	[mɪ'stɪəriəs]	a. 神秘的, 可疑的, 难理解的							
26	navigation	[,nævi'geɪfn]	n. 航海, 航空; 导航, 领航							
27	negligible	['neglɪdʒəbl]	a. 可忽略不计的, 微不足道的							
28	noticeable	['nəʊtɪsəbl]	a. 显而易见的, 值得注意的, 重要的							
29	obligation	[,ɒblɪ'geɪfn]	n. 义务, 责任							
30	occasional	[ə'keɪʒənəl]	a. 偶然的, 非经常的, 特殊场合的; 临时的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	occupation	[ˌɒkjuˈpeɪʃn]	n. 占领, 占据; 占用; 职业, 工作							
2	occurrence	[əˈkʌrəns]	n. 发生, 出现; 事件, 事故, 发生的事情							
3	optimistic	[ˌɒptɪˈmɪstɪk]	a. 乐观主义的							
4	parliament	[ˈpɑːləmənt]	n. 国会, 议会							
5	particular	[pəˈtɪkjələ(r)]	a. 特殊的, 苛求的, 个别的 n. 详情, 细节, 特色							
6	pedestrian	[pəˈdestriən]	n. 步行者 a. 徒步的, 呆板的, 通俗的							
7	percentage	[pəˈsentɪdʒ]	n. 百分数, 百分率, 百分比							
8	perfection	[pəˈfekʃn]	n. 尽善尽美, 完美							
9	periodical	[ˌpɪəriˈɒdɪkl]	n. 期刊, 杂志 a. 周期的, 定期的							
10	permission	[pəˈmɪʃn]	n. 允许, 同意							
11	persuasion	[pəˈswetʃn]	n. 说服, 说服力							
12	phenomenon	[fəˈnɒmɪnən]	n. 现象, 稀有现象, 珍品, 奇迹, 杰出人才							
13	philosophy	[fəˈlɒsəfi]	n. 哲学, 哲理, 人生观, 价值观, 世界观							
14	plantation	[plɑːnˈteɪʃn]	n. 种植园							
15	playground	[ˈpleɪgraʊnd]	n. 运动场, 游戏场							
16	politician	[ˌpɒləˈtɪʃn]	n. 政治家, 政客							
17	population	[ˌpɒpjʊˈleɪʃn]	n. 人口, (全体)居民							
18	possession	[pəˈzeʃn]	n. 持有, 拥有; 所有权; 所有物; (pl.) 财产, 财富							
19	precaution	[priˈkəʊʃn]	n. 预防, 谨慎, 警惕							
20	preferable	[ˈprefrəbl]	a. (to) 更可取的, 更好的							
21	preference	[ˈprefrəns]	n. (for, to) 偏爱, 喜爱; 优惠; 优先选择							
22	presumably	[priˈzjuːməbli]	ad. 推测起来, 大概							
23	proceeding	[prəˈsiːdɪŋ]	n. 行动, 进行, (pl.) 会议录, 学报							
24	procession	[prəˈseʃn]	n. 队伍, 行列							
25	production	[prəˈdʌkʃn]	n. 生产, 产品, 作品, (研究) 成果, 总产量							
26	productive	[prəˈdʌktɪv]	a. 生产(性)的, 能产的, 多产的							
27	profession	[prəˈfeʃn]	n. 职业, 专业, 表白, 宣布							
28	profitable	[ˈprɒfɪtəbl]	a. 有利可图的, 有益的							
29	propaganda	[ˌprɒpəˈgændə]	n. 宣传(机构); [天主教]传道总会							
30	proportion	[prəˈpɔːʃn]	n. 比例; 部分; 均衡, 相称							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	prosperity	[prɒ'sperəti]	n. 繁荣, 兴旺							
2	prosperous	['prɒspərəs]	a. 繁荣的, 兴旺的, 茂盛的, 顺利的							
3	psychiatry	[saɪ'kaɪətri]	n. 精神病学, 精神病疗法							
4	psychology	[saɪ'kɒlədʒi]	n. 心理, 心理学, 心理状态							
5	reasonable	['ri:znəbl]	a. 合理的, 有道理的; 通情达理的; 适度的							
6	reciprocal	[rɪ'sɪprəkl]	a. 相互的, 往复的, 互利的							
7	recreation	[,rɪkri'eɪʃn]	n. 娱乐, 消遣							
8	reflection	[rɪ'flekʃn]	n. (reflection) 映像, 倒影; 反省, 沉思							
9	regardless	[rɪ'gɔ:dləs]	a. /ad. 不管…的, 不顾…的, 不注意的							
10	regulation	[,regju'leɪʃn]	n. 规则, 规章; 调节, 校准; 调整							
11	relativity	[,relə'tɪvəti]	n. 相关(性); 相对论							
12	remarkable	[rɪ'mɑ:kəbl]	a. 值得注意的; 显著的, 异常的, 非凡的							
13	repeatedly	[rɪ'pi:tɪdli]	ad. 重复地, 再三地							
14	repertoire	['repətwɑ:(r)]	n. 节目, 全部剧目, 保留剧目, 全部技能							
15	repetition	[,repə'tɪʃn]	n. 重复, 反复							
16	repression	[rɪ'preʃn]	n. 压抑, 压制, 镇压							
17	republican	[rɪ'pʌblɪkən]	a. 共和的							
18	reputation	[,repju'teɪʃn]	n. 名誉, 名声, 声望							
19	resistance	[rɪ'zɪstəns]	n. (to) 抵抗, 反抗; 抵抗力, 阻力; 电阻							
20	resolution	[,rezə'lu:ʃn]	n. 坚决, 决心; 决定, 决议							
21	respective	[rɪ'spektɪv]	a. 各自的, 各个的							
22	restaurant	['restrɒnt]	n. 餐馆, 饭店							
23	retrospect	['retrəspekt]	v. /n. 回顾, 回想, 追溯[反]foresee							
24	revelation	[,revə'leɪʃn]	n. 揭示, 揭露, 显示, 启示, 新发现, 被揭露的事							
25	revolution	[,revə'lu:ʃn]	n. 革命; 旋转, 转数							
26	ridiculous	[rɪ'dɪkjələs]	a. 荒谬的, 可笑的							
27	roundabout	['raʊndəbaʊt]	a. 迂回的, 转弯抹角的 n. 环状交叉路口							
28	scientific	[,saɪən'tɪfɪk]	a. 科学上的							
29	settlement	['setlmənt]	n. 解决, 决定, 调停; 居留区, 住宅区							
30	shopkeeper	['ʃɒpki:pə(r)]	n. 店主							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	simplicity	[sm'plisəti]	n. 简单, 简易; 朴素; 直率, 单纯							
2	skyscraper	['skaskreɪpə(r)]	n. 摩天大楼							
3	solidarity	[,sɒlɪ'dæərəti]	n. 团结; 休戚相关							
4	spacecraft	['speɪskrɑ:ft]	n. 宇宙飞船							
5	specialist	['speʃəlist]	n. 专家							
6	speciality	[,speʃi'æləti]	n. (specialty) 特性, 性质; 专业/长; 特产							
7	specialize	['speʃəlaɪz]	v. (specialise) (in) 专攻, 专门研究, 专业化							
8	standpoint	['stændpɔɪnt]	n. 立场, 观点							
9	stationary	['steɪʃənəri]	a. 静止的, 固定的							
10	stationery	['steɪʃənəri]	n. 文具							
11	stereotype	['steriətaɪp]	n. 陈规, 老套, 模式化 vt. 使定型, 使模式化							
12	strawberry	['strɔ:bəri]	n. 草莓							
13	streamline	['striːmlaɪn]	a. 流线型的 vt. 使成流线型; 使合理化							
14	strengthen	['streŋθən]	v. 加强, 巩固							
15	subjective	[səb'dʒektɪv]	a. 主观(上)的, 个人的							
16	subsequent	['sʌbsɪkwənt]	a. 随后的, 后来的							
17	substitute	['sʌbstɪtju:t]	n. 代替者; 替身; 代用品 v. (for) 代替, 替换							
18	successful	[sək'sesfl]	a. 圆满的; 顺利的; 成功的							
19	succession	[sək'seʃn]	n. 连续, 系列; 继任, 继承							
20	successive	[sək'sesɪv]	a. 接连的, 连续的							
21	sufficient	[sə'fɪʃnt]	a. (for) 足够的, 充分的 (比 enough 拘谨、正式)							
22	suggestion	[sə'dʒestʃən]	n. 建议, 意见; 细微的迹象; 暗示, 联想							
23	supersonic	[,su:pə'sɒnɪk; ,sju:pə'saɪnɪk]	a. 超音速的, 超声波的 n. 超声波, 超声频							
24	supplement	['sʌplɪmənt]	n. 补遗; 增刊; 附录 v. 增刊, 补充							
25	suspicious	[sə'spɪʃəs]	a. (of) 可疑的, 多疑的, 疑心的							
26	sympathize	['sɪmpəθaɪz]	v. (sympathise) (with) 同情; 共鸣, 同感; 赞成							
27	systematic	[,sɪstə'mætɪk]	a. (systematical) 系统的, 有组织的							
28	technician	[tek'nɪʃn]	n. 技术员, 技师, 技工							
29	technology	[tek'nɒlədʒi]	n. 科学技术; 工业技术; 应用科学							
30	temptation	[temp'teɪʃn]	n. 引诱, 诱惑; 诱惑物							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	themselves	[ðəm'selvz]	pron. 他(她、它)们自己; 他(她、它)们亲自							
2	thereafter	[,ðeə'ɑ:ftə(r)]	ad. 此后, 以后							
3	thoughtful	['θɔ:tfl]	a. 认真思考的, 沉思的; 体贴的, 关心的							
4	throughout	[θru:'aʊt]	prep. 遍及, 贯穿 ad. 到处, 自始至终, 彻底							
5	transistor	[træn'zistə(r); træn'sɪn]	n. 晶体管; 晶体管收音机							
6	transition	[træn'zɪʃn; træn'sɪʃn]	n. 转变, 变迁, 过渡(时期)							
7	transplant	[trɑ:ns'plɑ:nt; trɑ:nz'plɑ:n]	n. 移植(植物; 组织, 器官等); 迁移;							
8	tremendous	[trə'mendəs]	a. 巨大的, 极大的							
9	typewriter	['taɪpraɪtə(r)]	n. 打字机							
10	underlying	[,ʌndə'laɪɪŋ]	a. 含蓄的, 潜在的; 在下面的							
11	underneath	[,ʌndə'ni:θ]	prep. 在...下面 ad. 在下面, 在底下							
12	understand	[,ʌndə'stænd]	v. 懂, 理解; 获悉, 听说; 揣测, 认为							
13	unexpected	[,ʌnik'spektɪd]	a. 想不到的, 意外的, 未预料到							
14	university	[,ju:nɪ'vɜ:səti]	n. (综合)大学							
15	up-to-date	[,ʌp tə 'deɪt]	a. 现代化的, 最新的; 跟上时代的							
16	vegetarian	[,vedʒə'teəriən]	n. 素食主义者							
17	vegetation	[,vedʒə'teɪʃn]	n. 植物, 草木							
18	vocabulary	[və'kæbjələri]	n. 词汇, 词汇量; 词汇表							
19	volleyball	['vɒlibɔ:l]	n. 排球							
20	vulnerable	['vʌlnərəbl]	a. 易受攻击的							
21	waterproof	['wɔ:təpru:f]	a. 防水的, 耐水的							
22	well-known	[,wel 'nəʊn]	a. 有名的, 著名的							
23	whatsoever	[wɒtsəʊ'evə]	ad. (用于否定句中)以加强语气) 任何							
24	widespread	['waɪdspred]	a. 分布广泛的, 普遍的							
25	worthwhile	[,wɜ:θ 'waɪl]	a. 值得(做)的							
26	accommodate	[ə'kɒmədeɪt]	vt. 向...提供住处; 对...予以照顾性考虑							
27	accordingly	[ə'kɔ:dnɪli]	ad. 相应地, 照着办, 按照; 于是, 因此							
28	acknowledge	[ək'nɒlɪdʒ]	vt. 承认; 接受; 告知(信件等的)收到; 答谢							
29	acquisition	[,ækwi'zɪʃn]	n. 取得, 学到, 养成(习惯); 获得的东西							
30	agriculture	['ægrɪkʌltʃə(r)]	n. 农业, 农艺, 农耕							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	alternative	[ɔ:l'tɜ:nə'tɪv]	n. 二选一; 供选择的东西; 取舍 a. 二选一的							
2	anniversary	[,æni'vɜ:səri]	n. 周年, 周年纪念日							
3	application	[,æplɪ'keɪʃn]	n. 申请, 请求, 申请书; 应用, 实施, 实用性							
4	appointment	[ə'pɔɪntmənt]	n. 约会, 约定; 任命, 委派; 委任的职位							
5	appropriate	[ə'prəʊpriət]	a. 适当的, 恰当的, 特有的 vt. 拨给, 挪用, 盗用							
6	approximate	[ə'prɒksɪmət]	a. 近似的 vi. (to) 接近							
7	assassinate	[ə'sæsɪneɪt]	vt. 暗杀, 行刺; 中伤							
8	association	[ə'səʊsi'eɪʃn; ə'səʊʃi'eiən]	en. 联盟, 协会, 社团; 交往, 联合; 联想							
9	bureaucracy	[bjʊə'rɒkrəsi]	n. 官僚主义, 官僚机构; (非民选的) 委任官员							
10	catastrophe	[kə'tæstrəfi]	n. 大灾难; (悲剧) 结局							
11	certificate	[sə'tɪfɪkət]	n. 证(明)书, 执照							
12	coincidence	[kəʊ'ɪnsɪdəns]	n. 巧合; 同时发生, 共同存在; 符合, 一致							
13	collaborate	[kə'ləbəreɪt]	vi. 协作, 合作; (与敌人) 勾结							
14	combination	[,kɒmbɪ'neɪʃn]	n. 结合, 联合; 化合; 团体; 组合数码							
15	comfortable	['kʌmfətl̩; 'kʌmfətəbl̩]	a. 舒适的, 舒服的; 感到舒适的, 安逸的							
16	commemorate	[kə'meməreɪt]	vt. 纪念, 庆祝							
17	commonplace	['kɒmənpleɪs]	a. 普通的, 平庸的 n. 寻常的事物, 平庸的东西							
18	communicate	[kə'mju:nɪkeɪt]	v. 传达, 传送; 交流; 通讯, 通话							
19	comparative	[kəm'pærətɪv]	a. 比较的, 相当的							
20	compartment	[kəm'pɑ:tment]	n. 卧车包房, (客车车厢内的) 隔间; 分隔的空间							
21	competition	[,kɒmpə'tɪʃn]	n. 竞争, 比赛; 角逐, 较量; [总称] 竞争者							
22	competitive	[kəm'petətɪv]	a. 竞争的; 好竞争的; (价格等的) 有竞争力的							
23	complicated	['kɒmplɪkətɪd]	a. 错综复杂的, 麻烦的, 难解的							
24	composition	[,kɒmpə'zɪʃn]	n. 作品, 作文, 乐曲; 作曲; 结构, 组成, 成分							
25	concentrate	['kɒnsntreɪt]	v. (on) 集中, 专心; 浓缩 n. 浓缩物							
26	conjunction	[kən'dʒʌŋkʃn]	n. 接合, 连接, 联合; 连(接)词							
27	consecutive	[kən'sekjətɪv]	a. 连续的; 连贯的; 顺序的							
28	consequence	['kɒnsɪkwəns]	n. 结果, 后果, 影响; 重要性							
29	considerate	[kən'sɪdəreɪt]	a. 考虑周到的, 体谅的							
30	consolidate	[kən'sɒlɪdeɪt]	v. 使加固, 使加强; (把...) 联为一体, 合并							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	conspicuous	[kən'spɪkjʊəs]	a. 显眼的, 明显的							
2	constituent	[kən'stɪtʃuənt]	n. 选民; 成分, 组分 a. 组成的, 构成的							
3	consumption	[kən'sʌmpʃn]	n. 消费(量), 消耗							
4	contaminate	[kən'tæmɪneɪt]	v. 弄污, 弄脏, 毒害, 传染, 染污							
5	contemplate	['kɒntəmpleɪt]	vt. 盘算, 计议; 周密考虑; 注视, 凝视							
6	controversy	['kɒntreɪvɜːsi; kən'trɒn]	n. 争论, 辩论, 争吵							
7	convenience	[kən'veɪniəns]	n. 便利, 方便; (pl.) 便利设备							
8	cooperative	[kəʊ'ɒperətɪv]	a. 合作的, 协作的 n. 合作社							
9	corporation	[,kɔ:pə'reɪʃn]	n. 市镇自治机关; 法人; 公司, 企业							
10	counterpart	['kaʊntəpɑ:t]	n. 对应的人(或物)							
11	countryside	['kʌntrisaɪd]	n. 乡下, 农村							
12	declaration	[,dekle'reɪʃn]	n. 宣言, 宣布, 声明							
13	demonstrate	['demənstreɪt]	v. 论证, 证实; 演示, 说明							
14	description	[drɪ'skrɪpʃn]	n. 描写, 形容; 种类							
15	destination	[,destɪ'neɪʃn]	n. 目的地, 终点							
16	destruction	[drɪ'strʌkʃn]	n. 毁坏, 毁灭(的原因)							
17	destructive	[drɪ'strʌktɪv]	a. 破坏性							
18	deteriorate	[drɪ'tɪəriəreɪt]	v. (使) 恶化, (使) 变坏							
19	discrepancy	[drɪ'skreɪpənsɪ]	n. 相差; 差异; 矛盾;							
20	disposition	[,dɪspə'zɪʃn]	n. 排列, 部署; 性格倾向; 倾向, 意向							
21	distinction	[drɪ'stɪŋkʃn]	n. 区别, 差别; 级别; 特性; 声望; 显赫							
22	distinguish	[drɪ'stɪŋɡwɪʃ]	v. (from) 区别, 辨别; 辨认出; 使杰出							
23	disturbance	[drɪ'stɜ:bəns]	n. 动乱, 骚乱, 干扰							
24	documentary	[,dɒkjʊ'mentri]	a. 文献的 n. 纪录片							
25	electrician	[ɪ,lek'trɪʃn]	n. 电学家, 电工							
26	electricity	[ɪ,lek'trɪsəti]	n. 电, 电流; 电学							
27	engineering	[,endʒɪ'niəriŋ]	n. 工程学							
28	environment	[m'vaɪənmənt]	n. 环境, 外界							
29	exceedingly	[ɪk'siːdɪŋli]	ad. 极端地, 非常							
30	exceptional	[ɪk'sepʃənəl]	a. 例外的, 异常的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	expectation	[ˌekspek'teɪʃn]	n. 预期, 期望, 指望							
2	expenditure	[ɪk'spendɪtʃə(r)]	n. 花费; (时间, 金钱等的) 支出, 消耗							
3	explanation	[ˌeksplə'neɪʃn]	n. 解释, 说明							
4	extravagant	[ɪk'strævəɡənt]	a. 奢侈的; 过分的; (言行等) 放肆的							
5	fashionable	[ˈfæʃnəbl]	a. 流行的, 时髦的							
6	forthcoming	[ˌfɔːθ'kʌmɪŋ]	a. 即将到来的; 准备好的; 乐意帮助的; n. 来临							
7	fundamental	[ˌfʌndə'mentl]	a. 基础的, 基本的 n. (pl.) 基本原则, 基本原理							
8	furthermore	[ˌfɜːðə'mɔː(r)]	ad. 而且, 此外							
9	grandmother	[ˈɡrændmʌðə(r)]	n. 祖母, 外祖母							
10	handwriting	[ˈhændraɪtɪŋ]	n. 笔迹, 手迹, 书法							
11	homogeneous	[ˌhəmə'dʒiːniəs]	a. 同种类的, 同性质的, 有相同特征的							
12	hospitality	[ˌhɒspɪ'tæləti]	n. 好客, 殷勤, 款待							
13	imagination	[ɪˌmædʒɪ'neɪʃn]	n. 想象(力); 空想, 幻觉; 想象出来的事物							
14	imaginative	[ɪˌmædʒɪ'netɪv]	a. 富有想象力的, 爱想象的							
15	implication	[ˌɪmplɪ'keɪʃn]	n. 含意, 暗示, 暗指; 牵连							
16	improvement	[ɪm'pruːvmənt]	n. 改进, 进步, 增进; 改进措施							
17	incorporate	[ɪn'kɒpəreɪt]	v. 合并, 纳入, 结合 a. 合并的							
18	independent	[ˌɪndɪ'pendənt]	a. (of) 独立的, 自主的							
19	indifferent	[ɪn'dɪfrənt]	a. 冷漠的, 不关心的, 不积极的							
20	indignation	[ˌɪdnɪ'neɪʃn]	n. 愤怒, 愤慨							
21	influential	[ˌɪnflu'enʃl]	a. 有影响的; 有权势的							
22	information	[ˌɪnfə'meɪʃn]	n. 通知, 报告; 情报, 资料, 消息; 信息							
23	innumerable	[ɪ'njuːməərəbl]	a. 无数的, 数不清的							
24	inspiration	[ˌɪnspə'reɪʃn]	n. 灵感; 鼓舞, 激励							
25	installment	[ɪn'stɔːlmənt]	n. (instalment) 分期付款; (连载的) 一期							
26	institution	[ˌɪnstɪ'tjuːʃn]	n. 公共机构; 协会; 学校; 研究所; 制度; 惯例							
27	instruction	[ɪn'strʌkʃn]	n. 教授; 指导; (pl.) 用法说明(书), 操作指南							
28	intelligent	[ɪn'telɪdʒənt]	a. 聪明的, 明智的, 理智的							
29	intercourse	[ˈɪntəkoːs]	n. 交流, 交往, 交际, 性交							
30	interesting	[ˌɪntrəstɪŋ; ˈɪntrestɪŋ]	a. 有趣的, 引人入胜的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	investigate	[ɪn'vestɪgeɪt]	v. 调查, 调查研究							
2	legislation	[,ledʒɪs'leɪʃn]	n. 法律(规); 立法, 法律的制定(或通过)							
3	living-room	[null]	n. 起居室							
4	loudspeaker	[,laʊd'spi:kə(r)]	n. 扬声器, 扩音器							
5	magnificent	[məg'nɪfɪsnt]	a. 华丽的, 高尚的, 宏伟的							
6	maintenance	['meɪntənəns]	n. 维修, 保养, 维持, 保持, 生活费用							
7	manufacture	[,mænʃu'fæktʃə(r)]	v. 制造, 加工 n. 制造, 制造业; 产品							
8	masterpiece	['mɑ:stəpi:s]	n. 杰作, 名著							
9	merchandise	['mɜ:tʃəndaɪs; 'mɜ:tʃəndaɪn]	商品, 货物							
10	millionaire	[,mɪljə'neə(r)]	n. 百万富翁							
11	nationality	[,næʃə'næləti]	n. 国籍, 民族							
12	necessitate	[nə'sesɪteɪt]	v. 使成为必要, 需要							
13	nonetheless	[,nʌðə'les]	ad. [nevertheless] 虽然如此, 但是							
14	observation	[,ɒbzə'veɪʃn]	n. 观察, 观测, 监视; (pl.) 观察资料; 观察力							
15	obstruction	[əb'strʌkʃn]	n. 妨碍, 障碍物							
16	operational	[,ɒpə'reɪʃənl]	a. 操作的, 运转的, 起作用的, 经营的							
17	opportunity	[,ɒpə'tju:nəti]	n. 机会							
18	orientation	[,ɔ:riən'teɪʃn]	n. 方向, 方位, 定位, 倾向性, 向东方							
19	outstanding	[aʊt'stændɪŋ]	a. 突出的, 显著的, 杰出的							
20	participant	[pɑ:'tɪsɪpənt]	n. 参加者, 参与者 a. 有份的, 参与的							
21	participate	[pɑ:'tɪsɪpeɪt]	v. (in) 参与, 参加; 分享, 分担; 含有, 带有							
22	performance	[pə'fɔ:məns]	n. 履行, 执行; 表演, 演出; 性能, 特性; 成绩							
23	personality	[,pɜ:sə'næləti]	n. 人格, 个性							
24	perspective	[pə'spektɪv]	n. 透视画法, 透视图; 远景, 前途; 观点, 看法							
25	pessimistic	[,pesɪ'mɪstɪk]	a. 悲观(主义)的							
26	philosopher	[fə'lɒsəfə(r)]	n. 哲学家, 哲人							
27	possibility	[,pɒsə'bɪləti]	n. 可能, 可能性; 可能的事, 希望							
28	practically	['præktɪkli]	ad. 几乎, 实际上, 简直							
29	predecessor	['pri:dəsese(r)]	n. 前辈, 前任							
30	predominant	[prɪ'dɒmɪnənt]	a. (over) 占优势的; 主要的, 突出的							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	preliminary	[pri'limnəri]	a. 预备的, 初步的							
2	preparation	[,prepe'reɪʃn]	n. 准备, 预备; 制剂, 制备品							
3	preposition	[,prepe'zɪʃn]	n. 介词							
4	probability	[,prɒbə'bɪləti]	n. 可能性, 或然性, 概率							
5	proficiency	[prə'fɪʃnsi]	n. (in) 熟练, 精通							
6	progressive	[prə'gresɪv]	a. 进步的, 先进的; 前进的							
7	proposition	[,prɒpe'zɪʃn]	n. 主张, 建议; 陈述, 命题							
8	prospective	[prə'spektɪv]	a. 预期的							
9	publication	[,pʌblɪ'keɪʃn]	n. 出版物; 出版, 发行; 公布, 发表							
10	qualitative	['kwɒlɪtətɪv]	a. 性质上的, 定性的							
11	radioactive	[,reɪdiəʊ'æktɪv]	a. 放射性, 放射引起的							
12	recognition	[,rekəg'nɪʃn]	n. 认出, 辨认; 承认							
13	refreshment	[rɪ'frefmənt]	n. (pl.) 点心, 饮料; 精力恢复, 爽快							
14	renaissance	[rɪ'neɪsns]	n. [the R-] 文艺复兴(时期); 新生, 复兴							
15	replacement	[rɪ'pleɪsmənt]	n. 取代, 替换, 替换物, 代替物							
16	requirement	[rɪ'kwaɪəmənt]	n. (for) 需要, 需要的东西, 要求							
17	resemblance	[rɪ'zembləns]	n. 相似, 相似性[点, 物]							
18	reservation	[,rezə'veɪʃn]	n. 保留, 保留意见; 预定, 预订							
19	responsible	[rɪ'spɒnsəbl]	a. (for, to) 应负责的; 可靠的; 责任重大的							
20	scholarship	['skɒləʃɪp]	n. 奖学金; 学问, 学识							
21	shortcoming	['ʃɔ:tkʌmɪŋ]	n. 短处, 缺点							
22	sightseeing	['saɪtsi:ɪŋ]	n. 观光, 游览							
23	significant	[sɪg'nɪfɪkənt]	a. 有意义的; 重大的, 重要的							
24	spectacular	[spek'tækjələ(r)]	a. 壮观的, 引人注目的 n. 壮观的演出							
25	spontaneous	[spɒn'temɪəs]	a. 自发的, 自然产生的							
26	statistical	[stə'tɪstɪkl]	a. 统计的, 统计学的							
27	subordinate	[sə'bɔ:dɪnət]	a. (to) 次要的, 从属的; 下级的							
28	substantial	[səb'stænʃl]	a. 实质的; 相当的; 显著的; 坚固的; 富裕的							
29	superficial	[,su:pe'fɪʃl; ,sju:pe'fɪʃl]	a. 表面的; 肤浅的, 浅薄的							
30	superfluous	[su:'pɜ:fluəs; sju:'pɜ:fa]	a. 多余的, 过剩的,							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	superiority	[su:piəri'brɛti; sju:piəri'brɛti]	n. 优越(性), 优势, 优等; 高傲, 傲慢							
2	supermarket	['su:pəmə:kɪt; 'sju:pəmə:n]	n. 超级市场							
3	susceptible	[sə'septəbl̩]	a. 易受影响的; 易受感动的; 易受感染的							
4	sympathetic	[,sɪmpə'θetɪk]	a. 有同情心的; 赞同的; n. 交感神经							
5	temperament	['tempərəmənt]	n. 气质, 性格, 性情; 资质							
6	temperature	['tempərətʃə(r)]	n. 温度, 体温; 热度, 发烧							
7	theoretical	[,θiə'retɪkl̩]	a. 理论(上)的							
8	thermometer	[θə'mɒmɪtə(r)]	n. 温度计							
9	transaction	[trænz'zækʃn̩]	n. 办理, 处理; 交易, 事务; (pl.) 会报, 学报							
10	translation	[trænz'leɪʃn̩; træns'leɪʃn̩]	n. 翻译; 译文, 译本							
11	transparent	[træns'perənt]	a. 透明的, 透光的; 易理解的; 明显的							
12	troublesome	['trʌbl̩səm]	a. 令人烦恼的, 讨厌的							
13	ultraviolet	[,ʌltrə'vaɪələt̩]	a. /n. 紫外线(的)							
14	underground	[,ʌndə'graʊnd̩]	a. 地下的; 秘密的 n. 地铁 ad. 在地下							
15	undoubtedly	[ʌn'daʊtɪdli]	ad. 无疑, 必定							
16	according to	[]	prep. 据/照…(所说、所写); 按…, 视…							
17	acquaintance	[ə'kwentəns̩]	n. 认识, 相识, 了解; 相识的人, 熟人							
18	architecture	['ɑ:kitektʃə(r)]	n. 建筑, 建筑学; 建筑式样或风格, 建筑物							
19	bibliography	[,bɪbli'ɒgrəfi]	n. (有关某一专题的)书目; 参考书目							
20	carbohydrate	[,kɑ:bəʊ'haidreɪt̩]	n. 碳水化合物; 糖类; (plural) 淀粉质或糖类							
21	characterize	['kærəktəraɪz̩]	v. (characterise) 表示…的特性; 描述…特性							
22	civilization	[,sɪvəlaɪ'zeɪʃn̩]	n. (=civilisation) 文明, 文化							
23	commonwealth	['kɒmənwelθ̩]	n. 共和国, 联邦, 共同体							
24	compensation	[,kɒmpen'seɪʃn̩]	n. 补偿 (或赔偿) 的款物; 补偿, 赔偿							
25	complication	[,kɒmplɪ'keɪʃn̩]	n. 复杂, 纠纷; 并发症							
26	confidential	[,kɒnfɪ'denʃl̩]	a. 秘(机)密的; 表示信任的; 担任机密工作的							
27	congratulate	[kən'grætʃuleɪt̩]	v. (on) 祝贺, 向…致贺词							
28	consequently	['kɒnsɪkwəntli]	ad. 结果, 因此, 所以							
29	conservation	[,kɒnsə'veɪʃn̩]	n. 保存, 保护, 保守; 守恒, 不灭							
30	conservative	[kən'sɜ:vətɪv̩]	a. 保守的, 守旧的 n. 保守主义者							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	considerable	[kən'sɪdərəbl]	a. 相当大(或多)的, 可观的; 值得考虑的							
2	constitution	[,kɒnstɪ'tju:ʃn]	n. 构成, 构造, 组成(方式), 成分; 体格; 宪法							
3	construction	[kən'strʌkʃn]	n. 建造, 构造; 建筑物, 结构; 释义, 解释							
4	contemporary	[kən'tempərəri]	a. 现代的, 当代的; 同时代的							
5	contribution	[,kɒntri'bju:ʃn]	n. 贡献; 捐款, 捐献物; 投稿							
6	conventional	[kən'venʃənəl]	a. 惯例的, 常规的							
7	conversation	[,kɒnvə'seɪʃn]	n. 会话, 谈话							
8	discriminate	[drɪ'skrɪmɪneɪt]	v. 区别, 辨别; (against) 有差别地对待, 歧视							
9	encyclopedia	[m,sæklə'pi:diə]	n. (encyclopaedia) 百科全书							
10	enthusiastic	[m, θju:zi'æstɪk]	a. 热情的, 热心的							
11	entrepreneur	[,ɒntre'prəʊnɜ:(r)]	n. [法] 企业家, 主办人							
12	experimental	[ɪk'sperɪ'mentl]	a. 实验(性)的, 试验(性)的							
13	handkerchief	['hæŋkətʃɪf; 'hæŋkətʃɪ]	n. 手帕							
14	headquarters	[,hed'kwɔ:təz]	n. 司令部, 指挥部; 总部, 总局							
15	illustration	[,ɪlə'streɪʃn]	n. 说明; 例证, 插图; 举例说明							
16	incidentally	[,ɪnsɪ'dentli]	ad. 附带地, 顺便提及							
17	increasingly	[m'kri:sɪŋli]	ad. 不断增加地, 日益							
18	independence	[,ɪndɪ'pendəns]	n. 独立, 自主							
19	installation	[,ɪnstə'leɪʃn]	n. 安装, 设置; 装置, 设备							
20	instrumental	[,ɪnstre'mentl]	a. 仪器的; 器械的; 乐器的; 起作用的; 有帮助的							
21	intellectual	[,ɪntə'lektʃuəl]	n. 知识分子 a. 智力的, 理智的, 有理解力的							
22	intelligence	[m'telɪdʒəns]	n. 智力, 聪明; 理解力; 情报, 消息, 报导							
23	intelligible	[m'telɪdʒəbl]	a. 可理解的, 明白易懂的, 清楚的							
24	interference	[,ɪntə'fɪərəns]	n. (in) 干涉, 干预; (with) 妨碍, 打扰							
25	intermediate	[,ɪntə'mɪ:diət]	a. 中间的, 居间的; 中级的 n. 中间体, 媒介物							
26	intermittent	[,ɪntə'mɪtənt]	a. 间歇的, 断断续续的							
27	intersection	[,ɪntə'sekʃn]	n. 相交, 交叉; 道路交叉口, 十字路口							
28	introduction	[,ɪntre'dʌkʃn]	n. (to) 介绍; 传入, 引进; 导言, 导论, 绪论							
29	irrespective	[ɪrɪ'spektɪv]	a. 不顾的, 不考虑的, 无关的							
30	kindergarten	['kɪndəɡɑ:tn]	n. 幼儿园							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	mathematical	[,mæθə'mætɪkl]	a. 数学的; 数学上的							
2	metropolitan	[,metrə'pɒlɪtən]	a. 首都的, 主要都市的, 大城市							
3	neighborhood	['neɪbə,hʊd]	n. (neighbourhood) 邻居; 四邻, 街道							
4	nevertheless	[,nevəðə'les]	conj. (nonetheless) 然而, 不过 ad. 仍然, 不过							
5	organization	[,ɔ:gənaɪ'zeɪʃn]	n. (organization) 组织, 团体, 机构							
6	overwhelming	[,oʊvər'welɪŋ]	a. 势不可挡的, 压倒的							
7	practitioner	[præk'tɪʃənə(r)]	n. 实践者, 从业者: (医生或律师等) 开业者							
8	prescription	[pri'skɪpʃn]	n. 药方, 处方							
9	productivity	[,prɒdʌk'tɪvəti]	n. 生产率							
10	professional	[prə'feʃənəl]	a. 职业的, 专门的 n. 自由职业者, 专业人员							
11	quantitative	['kwɒntɪtətɪv]	a. 数量的, 定量的							
12	relationship	[ri'leɪʃnʃɪp]	n. 关系, 联系							
13	satisfaction	[,sætɪs'fækʃn]	n. 满足, 满意; 乐事, 愉快							
14	satisfactory	[,sætɪs'fæktəri]	a. 令人满意的, 圆满的, 良好的, 符合要求的							
15	significance	[sig'nɪfɪkəns]	n. 意义, 含义; 重要性, 重要的							
16	simultaneous	[,sɪml'teɪniəs]	a. 同时的, 同时存在的							
17	superstition	[,su:pə'stɪʃn; ,sju:pə'stɪn]	迷信, 迷信的观念习俗							
18	surroundings	[sə'raʊndɪŋz]	n. 周围的事物, 环境							
19	Thanksgiving	[,θæŋks'gɪvɪŋ]	n. 感恩节							
20	transmission	[trænz'mɪʃn; træns'mɪʃn]	n. 播送, 发射; 传动, 传送							
21	unemployment	[,ʌnɪm'plɔɪmənt]	n. 失业, 失业人数							
22	accommodation	[ə,kɒmə'deɪʃn]	n. (accommodations) 住宿, 留宿; 膳宿供应							
23	circumference	[sə'kʌmfərəns]	n. 圆周, 周围							
24	communication	[kə,mju:nɪ'keɪʃn]	n. 通讯, 传达; (pl.) 通讯系统; 交通(工具)							
25	comprehension	[,kɒmpri'hensɪn]	a. 理解(力), 领悟; 包含, 包含力							
26	comprehensive	[,kɒmpri'hensɪv]	a. 内容广泛的, 总括性的, 综合的							
27	concentration	[,kɒnsn'treɪʃn]	n. 专心, 专注; 集中, 集结; 浓度							
28	conscientious	[,kɒnʃi'enʃəs]	a. 审慎正直的, 认真的, 本着良心的							
29	consideration	[kən,sɪdə'reɪʃn]	n. 需要考虑的事, 理由; 考虑, 思考; 体谅, 照顾							
30	contradiction	[,kɒntrə'dɪkʃn]	n. 反驳, 否认; 矛盾, 不一致							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	controversial	[ˌkɒntreɪˈvɜːʃl]	a. 引起争论的, 有争议的							
2	correspondent	[ˌkɒrəˈspɒndənt]	n. 记者, 通讯员; 通信者							
3	corresponding	[ˌkɒrəˈspɒndɪŋ]	a. 符合的, 相应的, 对应的							
4	differentiate	[ˌdɪfəˈrenʃieɪt]	v. 区分, 区别; (使) 不同							
5	entertainment	[ˌentəˈteɪnmənt]	n. 招待, 款待; 表演文娱节目							
6	establishment	[ɪˈstæblɪʃmənt]	n. 建立, 设立, 建立的机构(或组织)							
7	extraordinary	[ɪkˈstrɔːdnəri]	a. 非常的; 格外的; 意外的; 离奇的; 临时的							
8	indispensable	[ˌɪndɪˈspensəbl]	a. (to, for) 必不可少的, 必需的							
9	industrialize	[mˈdʌstriəlaɪz]	v. (industrialise) (使) 工业化							
10	instantaneous	[ˌɪnstənˈtemiəs]	a. 瞬间的, 即刻的							
11	international	[ˌɪntəˈnæʃnəl]	a. 国际的, 世界(性)的, 跨国的							
12	misunderstand	[ˌmɪsʌndəˈstænd]	v. 误解, 误会							
13	modernization	[ˌmɒdənaɪˈzeɪʃn]	n. (modernisation) 现代化							
14	normalization	[ˌnɔːməlaɪˈzeɪʃn]	n. (normalisation) 正常化, 标准化							
15	physiological	[ˌfɪziəˈlɒdʒɪkl]	a. 生理学的, 生理学上的							
16	pronunciation	[prəˌnʌnsiˈeɪʃn]	n. 发音, 发音方法							
17	qualification	[ˌkwɒlɪfɪˈkeɪʃn]	n. 资格, 合格; 限定, 条件; 合格证							
18	questionnaire	[ˌkwestʃəˈneə(r)]	n. 调查表, 问卷							
19	revolutionary	[ˌrevəˈluːʃənəri]	a. 革命的, 革新的 n. 革命者							
20	semiconductor	[ˌsemɪkənˈdʌktə(r)]	n. 半导体							
21	sophisticated	[səˈfɪstɪkətɪd]	a. 尖端的, 复杂的, 先进的; 老练的, 老于世故的							
22	specification	[ˌspeʃɪfɪˈkeɪʃn]	n. 详述; (常 pl.) 规格, 说明书, 规范							
23	underestimate	[ˌʌndəˈestɪmeɪt]	vt. 低估, 看轻							
24	undergraduate	[ˌʌndəˈɡrædʒuət]	n. 大学生, 大学肄业生							
25	understanding	[ˌʌndəˈstændɪŋ]	n. 理解, 理解力; 谅解 a. 了解的, 通情达理的							
26	unfortunately	[ʌnˈfɔːtʃənətli]	ad. 不幸地							
27	administration	[ədˌmɪnɪˈstreɪʃn]	n. 经营, 管理; 行政, 行政机关, 管理部门							
28	characteristic	[ˌkærəktəˈrɪstɪk]	a. (of) 特有的, 独特的 n. 特征, 特性							
29	classification	[ˌklæsɪfɪˈkeɪʃn]	n. 分类, 分级							
30	congratulation	[kənˌɡrætʃuˈleɪʃn]	n. (on) 祝贺, (pl.) 祝贺词							

序号	单词	音标	词义	背诵时间及检查日期						
				第一遍	1h	1天	2天	6天	14天	30天
1	correspondence	[,kɒrə'spɒndəns]	n. 通信, 信件; (with)符合; (to)相当于, 对应							
2	identification	[aɪ,dentɪfɪ'keɪʃn]	n. 识别, 鉴别; 证件; 认同							
3	infrastructure	['ɪnfə'strʌktʃə(r)]	n. 基础结构, 基础设施							
4	representative	[,reprɪ'zentətɪv]	n. 代表, 代理人 a. (of)典型的, 有代表性的							
5	responsibility	[rɪ'spɒnsə'bɪləti]	n. 责任, 责任心; 职责, 任务							
6	notwithstanding	[,nɒtwɪð 'stændɪŋ; ,nɒtwprep. /ad. /conj. 尽管								
7	straightforward	[,streɪt'fɔ:wəd]	a. 正直的; 简单的, 易懂的 ad. 坦率地							
8	air-conditioning	['eəkən,dɪfə'nɪŋ]	n. 空调设备, 空调系统							
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										