

# 2024-08-14 [Education Report] More US Schools Are Taking Breaks for Meditation 词频表

- 1 **the** 31 [ði/ðə] art.这; 那 adv.更加 (用于比较级, 最高级前)
- 2 **of** 20 [ɒv, əv, v, f] prep.关于; 属于; ...的; 由...组成的
- 3 **and** 19 [强ænd, 弱ənd, ən] conj.和, 与; 就; 而且; 但是; 然后 n.(And)人名; (土、瑞典)安德
- 4 **in** 16 [ɪn] prep.按照 (表示方式); 从事于; 在...之内 adv.进入; 当选; (服装等)时髦; 在屋里 adj.在里面的; 时髦的 n.执政者; 门路; 知情者 n.(In)人名; (中)演(广东话·威妥玛); (东)殷(用于名字第一节), 因; (日)寅(名)
- 5 **to** 13 [强tu:, 弱tu, 辅音前弱tə, t] adv.向前; (门等)关上 prep.到; 向; (表示时间、方向)朝...方向 n.(To)人名; (东)多; (中)脱(普通话·威妥玛)
- 6 **students** 11 [st'ju:dnts] 学生
- 7 **that** 10 [ðæt, 弱ðət, ðt] pron.那; 那个 adv.那么; 那样 conj.因为; 以至于 adj.那; 那个 n.(That)人名; (德)塔特
- 8 **their** 9 [ðeə, 弱ðɜ:] pron.他们的, 她们的; 它们的 n.(Their)人名; (英)蒂尔; (芬、瑞典)泰尔
- 9 **children** 7 [tʃɪldrən] n.孩子们 (child的复数)
- 10 **for** 7 [强fɔ:, 弱fə] prep.为, 为了; 因为; 给; 对于; 至于; 适合于 conj.因为
- 11 **at** 6 prep.在 (表示存在或出现的地点、场所、位置、空间); 以 (某种价格、速度等); 向; 达; 因为; 朝; 忙于 n.阿特 (老挝货币基本单位att); [化]砒 (极不稳定放射性元素) abbr.密封的 (airtight); 气温 (airtemperature)
- 12 **have** 6 [hæv, 弱həv, əv, v] vt.有; 让; 拿; 从事; 允许 aux.已经 n.(Have)人名; (芬)哈韦; (德)哈弗
- 13 **mindfulness** 6 [ˈmʌndfʊlnɪs] n. 留神; 警觉; 注意
- 14 **are** 5 [强ɑ:, 弱ə] v.是 (be的第二人称单复数现在式) n.公亩 n.(Are)人名; (意、西、芬)阿雷
- 15 **is** 5 [ɪz, z, s] v.是 (be的三单形式) n.存在
- 16 **more** 5 [mɔ:] adv.更多; 此外; 更大程度地 adj.更多的; 附加的 pron.更多的数量 n.更多 n.(More)人名; (英、法)莫尔; (意、西、以)莫雷
- 17 **program** 5 [ˈprəʊɡræm, -grəm] n.程序; 计划; 大纲 vt.用程序指令; 为...制订计划; 为...安排节目 vi.编程序; 安排节目; 设计电脑程式
- 18 **said** 5 adj.上述的, 该 v.说 (say的过去式和过去分词) n.(Said)人名; (西、塞、哈萨克、乌兹、吉尔、塔吉、土库、阿塞、阿拉伯)赛义德
- 19 **schools** 5 [s'ku:lz] n. 学校; 院校 名词school的复数形式.
- 20 **smith** 5 [smɪθ] n.铁匠; 锻工; 制作者 vt.锻制 vi.锻打金属; 当锻工
- 21 **by** 4 prep.通过; 被; 依据; 经由; 在附近; 在.....之前 adv.通过; 经过; 附近; [互联网]白俄罗斯的国家代码顶级域名
- 22 **color** 4 ['kɒlə] n.颜色; 肤色; 颜料; 脸色 vt.粉饰; 给...涂颜色; 歪曲 vi.变色; 获得颜色
- 23 **elementary** 4 [ˌeliˈmentəri] adj.基本的; 初级的; [化学]元素的
- 24 **health** 4 [helθ] n.健康; 卫生; 保健; 兴旺
- 25 **meditation** 4 [ˌmedɪ'teɪʃən] n.冥想; 沉思, 深思
- 26 **mental** 4 [ˈmentəl] adj.精神的; 脑力的; 疯的 n.精神病患者
- 27 **school** 4 [sku:l] n.学校; 学院; 学派; 鱼群 vt.教育
- 28 **they** 4 [ðeɪ, 弱ðeɪ] pron.他们; 它们; 她们
- 29 **an** 3 art.一 (在元音音素前)
- 30 **black** 3 [blæk] adj.黑色的; 黑人的; 邪恶的 n.黑色; 黑人; 黑颜料 vt.使变黑; 把鞋油等涂在...上; 把 (眼眶)打成青肿 vi.变黑 n.(Black)人名; (英、西)布莱克; (德、葡、捷)布拉克
- 31 **can** 3 vt.将...装入密封罐中保存 aux.能; 能够; 可以; 可能 n.罐头; (用金属或塑料制作的)容器; (马口铁或其他金属制作的)食品罐头
- 32 **CDC** 3 abbr. 疾病控制中心(=Centers for Disease Control)
- 33 **communities** 3 [kə'mju:nətɪ] n. 社区; 社会; 公众; 共同体; 团体; 共享; 共有; [生]群落
- 34 **cooper** 3 ['ku:pə] vi.箍桶; 修桶 n.制桶工人; 修桶匠 vt.箍桶; 制桶 n.(Cooper)人名; (英、西)库珀
- 35 **down** 3 [daʊn] adv.向下, 下去; 在下面 adj.向下的 n.软毛, 绒毛; [地质]开阔的高地 prep.沿着, 往下 vt.打倒, 击败 vi.下降; 下去 n.(Down)人名; (英)唐
- 36 **exercises** 3 [ˌeksəsaɪz] n.练习题, 演习; 运动
- 37 **Georgia** 3 [ˈdʒɔ:dʒjə] n.乔治亚州; 格鲁吉亚 (前苏联加盟共和国); 乔治娅 (女子名)

- 38 **has** 3 v.有, 吃, 从事, 允许, 雇用, 享有 (have的第三人称单数); (亲属关系中)接受; 拿; 买到
- 39 **help** 3 [help] vt.帮助; 促进; 治疗; 补救 n.帮助; 补救办法; 帮忙者; 有益的东西 vi.帮助; 有用; 招待 n.(Help)人名; (芬)海尔普
- 40 **story** 3 [stɔ:ri] n.故事; 小说; 新闻报道; 来历; 假话 vt.用历史故事画装饰 vi.说谎 n.(Story)人名; (英)斯托里
- 41 **stress** 3 [stres] n.压力; 强调; 紧张; 重要性; 重读 vt.强调; 使紧张; 加压力于; 用重音读 n.(Stress)人名; (意)斯特雷斯
- 42 **than** 3 [ðæn, 弱ðən, ðn] conj.比 (用于形容词、副词的比较级之后); 除...外 (用于other等之后); 与其... (用于rather等之后); 一...就 (用于nosooner等之后) prep.比; 超过 n.(Than)人名; (老、柬、德)坦; (缅)丹
- 43 **used** 3 adj.习惯的; 二手的, 使用过的 v.用 (use的过去式); (usedto) 过去常做
- 44 **were** 3 [wə:, wɜ:] v.是, 在 (are的过去式) n.(Were)人名; (英、肯)沃尔
- 45 **when** 3 conj.考虑到; 既然; 当...时; 在...时; 如果 adv.什么时候, 何时; (用于时间的表达方式之后) 在那时; 其时; 当时 pron.那时; 什么时候 n.时间, 时候; 日期; 场合
- 46 **with** 3 [wið, wiθ] prep.用; 随着; 支持; 和...在一起 n.(With)人名; (德、芬、丹、瑞典)维特
- 47 **you** 3 [ju:, 弱ju:, jə] pron.你; 你们 n.(You)人名; (柬)尤; (东南亚国家华语)猷
- 48 **across** 2 [ə'krɒs, ə'krɔ:s] prep.穿过; 横穿 adv.横过; 在对面
- 49 **added** 2 ['ædɪd] adj.附加的; 增添的 动词add的过去式及过去分词.
- 50 **American** 2 n.美国人, 美洲人; 美国英语 adj.美国的, 美洲的; 地道美国式的
- 51 **among** 2 [ə'mʌŋ] prep.在...中间; 在...之中
- 52 **associated** 2 [ə'səʊʃi,eɪtɪd] adj.关联的; 联合的 v.联系 (associate的过去式和过去分词)
- 53 **Atlanta** 2 [ət'læntə] n.亚特兰大 (美国城市)
- 54 **between** 2 [bi'twi:n] prep.在...之间 adv.在中间
- 55 **calm** 2 [kæm, kɑ:lm] adj.静的, 平静的; 沉着的 vt.使平静; 使镇定 vi.平静下来; 镇定下来 n.风平浪静 n.(Calm)人名; (法、德)卡尔姆
- 56 **class** 2 n.阶级; 班级; 种类; 班; 等级 vt.分类; 把...分等级; 把...归入某等级, 把...看作 (或分类、归类); 把...编入某一班 级 adj.极好的; 很好的, 优秀的, 出色的 vi.属于...类 (或等级), 被列为某类 (或某级) n. (英、德) 克拉斯 (人名)
- 57 **day** 2 [deɪ] n.一天; 时期; 白昼 adv.每天; 经常在白天地 adj.日间的; 逐日的 n.(Day)人名; (英、法、西)戴; (越)岱; (阿拉伯、土)达伊
- 58 **director** 2 [dɪ'rektə] n.主任, 主管; 导演; 人事助理 n.(Director)人名; (英)迪雷克托
- 59 **do** 2 n.要求; 规定; C大调音阶中的第一音 v.做; 干; 学习; 研究; 进行; 完成; 解答; 整理; 算出; 引起; 行过 aux.助动词 (构成疑问句和否定句); (代替动词); (用于加强语气) vi.行, 足够; 生长 n. (英)多 (人名Dorothea和Dorothy的昵称) n. (口语)事件; (主英国口语)诈骗; (主英国、新西兰口语)宴会; (口语)必须做到的事情
- 60 **emotions** 2 英 [ɪ'məʊʃnz] 美 ['rmoʊʃnz] n. 情感 名词emotion的复数形式.
- 61 **explorer** 2 n.探险家; 勘探者; 探测器; [医]探针
- 62 **Franklin** 2 ['fræŋklin] n.富兰克林 (男子名); 富兰克林 (加拿大西北地区的北部分区)
- 63 **from** 2 [强frɒm, 弱frəm] prep.来自, 从; 由于; 今后 n.(From)人名; (瑞典、丹、德)弗罗姆
- 64 **fund** 2 [fʌnd] n.基金; 资金; 存款 vt.投资; 资助 n.(Fund)人名; (德)丰德
- 65 **greenlight** 2 ['grɪnlaɪt] vt.为...开绿灯; 准许; 允许
- 66 **helps** 2 [helps] v.帮助; 有助于; 促进 (动词help的第三人称单数形式)
- 67 **his** 2 [hɪz, 弱ɪz] pron.他的 n.(His)人名; (法)伊斯
- 68 **inner** 2 ['ɪnə] adj.内部的; 内心的; 精神的 n.内部
- 69 **it** 2 [ɪt] pron.[指无生命的东西、动物、植物]它; 这; 那 pron.指已提到或将提及的事物、活动、经验、抽象观念等 pron.在不分性别或情况不详时指代 pron.作无人称动词的主语, 表示天气、时日、距离、状态、温度等等 abbr.信息技术 informationtechnology
- 70 **Kim** 2 [kɪm] n.金姆 (人名)
- 71 **look** 2 [lʊk] vt.看; 期待; 注意; 面向; 看上去像 vi.看; 看起来; 注意; 面向 n.看; 样子; 面容 n.(Look)人名; (瑞典)洛克; (英)卢克
- 72 **made** 2 [meɪd] adj.成功的; 创造的 v.做, 使, 安排 (make的过去式和过去分词) n.(Made)人名; (塞)马德
- 73 **Malachi** 2 ['mæləkai] n.玛拉基书 (希伯莱的先知)
- 74 **math** 2 [mæθ] n.数学 (等于mathematics) n.(Math)人名; (德)马特; (柬)马; (英)马思
- 75 **mostly** 2 ['məʊstli] adv.主要地; 通常; 多半地
- 76 **not** 2 adv.表示否定, 不 n.“非” (计算机中逻辑运算的一种)
- 77 **number** 2 ['nʌmbə] n.数; (杂志等的)期; 号码; 数字; 算术 vi.计入; 总数达到 vt.编号; 计入; 数...的数目; 使为数有限

- 78 **one** 2 [wʌn] pron. 一个人; 任何人 adj. 一的; 唯一的 n. 一 num. 一; 一个 n. (One) 人名; (老)温
- 79 **our** 2 [aʊə, ɑ:] pron. 我们的
- 80 **person** 2 [ˈpɜːsn] n. 人; 身体; 容貌, 外表; 人称 n. (Person) 人名; (法、俄、德)佩尔松; (瑞典)佩尔松; (英)珀森
- 81 **poor** 2 [puə, pɔ:] adj. 贫穷的; 可怜的; 贫乏的; 卑鄙的 n. (Poor) 人名; (英、伊朗)普尔
- 82 **press** 2 [pres] vt. 压; 按; 逼迫; 紧抱 vi. 压; 逼; 重压 n. 压; 按; 新闻; 出版社; [印刷]印刷机 n. (Press) 人名; (英、德、俄、西、瑞典)普雷斯
- 83 **psychologists** 2 n. 心理学家 名词psychologist的复数形式.
- 84 **rate** 2 [reɪt] n. 比率, 率; 速度; 价格; 等级 vt. 认为; 估价; 责骂 vi. 责骂; 被评价 n. (Rate) 人名; (法、塞)拉特
- 85 **reflection** 2 [rɪˈfleksjən] n. 反射; 沉思; 映象
- 86 **reported** 2 [rɪˈpɔːtɪd] adj. 报告的; 据报道的 v. 报道 (report的过去分词); 报告; 记录
- 87 **scholar** 2 [ˈskɒlə] n. 学者; 奖学金获得者
- 88 **serve** 2 [sɜːv] vt. 招待, 供应; 为...服务; 对...有用; 可作...用 vi. 服役, 服务; 适合, 足够; 发球; 招待, 侍候 n. 发球, 轮到发球 n. (Serve) 人名; (法)塞尔夫
- 89 **Sessions** 2 [ˈseʃənz] n. 塞申斯 (姓氏)
- 90 **state** 2 [steɪt] n. 国家; 州; 情形 vt. 规定; 声明; 陈述 adj. 国家的; 州的; 正式的 n. (State) 人名; (罗、瑞典)斯塔特; (英)斯泰特
- 91 **suicide** 2 [ˈsuɪsaɪd] n. 自杀; 自杀行为; 自杀者 adj. 自杀的 vt. 自杀 vi. 自杀
- 92 **systems** 2 [sɪstəms] n. 系统 (system的复数形式); 体制, 体系; 制度
- 93 **teachers** 2 [ˈti:tʃəz] n. 教师 (teacher的复数形式)
- 94 **teens** 2 [ˈtiːnz] n. 十多岁, 十几岁; 青少年
- 95 **there** 2 [ðeə, 弱ðə, ðr] adv. 在那里; 在那边; 在那点上 int. 你瞧 n. 那个地方
- 96 **these** 2 [ðiːz] pron. 这些 adj. 这些的
- 97 **third** 2 [θɜːd] num. 第三; 三分之一 adj. 第三的; 三分之一的
- 98 **this** 2 [ðɪs, 弱ðəs] pron. 这; 这个; 这里 adj. 这; 本; 这个; 今 adv. 这样地; 这么 n. (This) 人名; (法)蒂斯
- 99 **through** 2 [θruː] prep. 通过; 穿过; 凭借 adv. 彻底; 从头至尾 adj. 直达的; 过境的; 完结的
- 100 **was** 2 be的第一和第三人称单数过去式
- 101 **we** 2 [wiː, 弱wi] pron. 我们 (主格); 笔者, 本人 (作者或演讲人使用); 朕, 寡人 n. (We) 人名; (缅)韦
- 102 **where** 2 [hwɛə] adv. 在哪里 pron. 哪里 conj. 在...的地方 n. 地点
- 103 **who** 2 pron. 谁; 什么人
- 104 **about** 1 [əˈbaʊt] prep. 关于; 大约 adj. 在附近的; 四处走动的; 在起作用的 adv. 大约; 周围; 到处 n. 大致; 粗枝大叶; 不拘小节的人 n. (About) 人名; (法)阿布
- 105 **access** 1 [ˈækses, ˈæksəs, ækˈses] vt. 使用; 存取; 接近 n. 进入; 使用权; 通路
- 106 **activities** 1 英 [ækˈtɪvɪti] 美 [ækˈtɪvəti] n. 活动; 活跃 vt. 表演 adj. 厉害
- 107 **adapted** 1 [əˈdæptɪd] adj. 适合的 动词adapt的过去式和过去分词.
- 108 **addition** 1 [əˈdɪʃən] n. 添加; [数]加法; 增加物
- 109 **administrators** 1 [ədˈmɪnɪstreɪtəz] n. 管理员 名词administrator的复数形式.
- 110 **adolescent** 1 [ˌædəʊˈlesnt] adj. 青春期的; 未成熟的 n. 青少年
- 111 **adolescents** 1 [ˌædəˈlesnts] 青少年
- 112 **affected** 1 [əˈfektɪd] adj. 受到影响的; 做作的; 假装的 vt. 影响; 假装; 使...感动 (affect的过去式和过去分词)
- 113 **agency** 1 [ˈeɪdʒənsi] n. 代理, 中介; 代理处, 经销处
- 114 **ages** 1 [eɪdʒ] n. 年龄; 时代; 时期; 长时间 v. (使)变老; (使)陈化
- 115 **alongside** 1 [əˈlɒŋsaɪd] adv. 在旁边 prep. 在.....旁边
- 116 **also** 1 [ɔːlsəʊ] adv. 也; 而且; 同样 conj. 并且; 另外 n. (Also) 人名; (罗)阿尔索
- 117 **am** 1 abbr. 调频, 调谐, 调幅 (amplitudemodulation) vi. (用于第一人称单数现在时) aux. (与v-ing连用构成现在进行时, 与v-ed连用构成被动语态) n. (柬)安 (人名)
- 118 **anna** 1 [ˈænə] n. 安娜 (女子名)
- 119 **anymore** 1 [ˈeniˈmɔː] adv. 再也不, 不再
- 120 **area** 1 [ˈeəriə] n. 区域, 地区; 面积; 范围 n. (Area) 人名; (西)阿雷亚
- 121 **attend** 1 [ətend] vt. 出席; 上 (大学等); 照料; 招待; 陪伴 vi. 出席; 致力于; 照料; 照顾
- 122 **available** 1 adj. 可获得的; 可购得的; 可找到的; 有空的

- 123 **away** 1 [ə'weɪ] adv. 离去, 离开; 在远处
- 124 **based** 1 [beɪst] v. 立足于, 以...为基础 (base的过去式和过去分词) adj. 有根基的
- 125 **been** 1 [bi:n] v. 是, 有 (be的过去分词) n. (Been)人名; (挪)贝恩
- 126 **begin** 1 [brɪ'ɡɪn] vt. 开始 vi. 开始; 首先 n. (Begin)人名; (以、德)贝京; (英)贝让
- 127 **behavior** 1 [bi'heɪvjə] n. 行为, 举止; 态度; 反应
- 128 **bells** 1 [belz] n. 铃 (bell的复数形式); 排钟; 喇叭裤 v. 系铃于...; 鸣钟 (bell的第三人称单数形式)
- 129 **big** 1 [bɪg] adj. 大的; 重要的; 量大的 adv. 大量地; 顺利地; 夸大地 n. (Big)人名; (土)比格
- 130 **breaks** 1 [breɪks] n. 断裂 名词break的复数形式.
- 131 **breathe** 1 [bri:ð] vi. 呼吸; 低语; 松口气; (风)轻拂 vt. 呼吸; 使喘息; 流露; 低声说
- 132 **breathing** 1 ['bri:ðɪŋ] n. 呼吸; 瞬间; 微风 adj. 呼吸的; 逼真的 v. 呼吸 (breathe的现在分词)
- 133 **but** 1 [强 bʌt, 弱 bət, bʌt] conj. 但是; 而是; 然而 adv. 仅仅, 只 prep. 除...以外 n. (But)人名; (俄、罗)布特; (越)笔
- 134 **called** 1 [kɔ:l] vt. 呼叫; 打电话; 把...称为 n. 打电话; 访问; 召唤; 呼叫; 把...看作 vi. 呼叫; (短暂的)拜访
- 135 **careful** 1 ['keəfʊl] adj. 仔细的, 小心的
- 136 **centers** 1 英 ['sentə] 美 ['sentər] n. 中心; 集中点 v. 居中; 使集中 =centre<英>
- 137 **chime** 1 [tʃaɪm] vi. 鸣响; 和谐 vt. 打钟报时; 敲出和谐的声音 n. 钟声; 一套发谐音的钟; 和谐 n. (Chime)人名; (日)千绵(姓)
- 138 **chimes** 1 [tʃaɪm] n. 鸣; 钟; 和协 v. 鸣; 打; 和协
- 139 **city** 1 ['sɪti] n. 城市, 都市 adj. 城市的; 都会的
- 140 **classes** 1 [kla:sɪz] n. 级别, 阶级 (class复数形式)
- 141 **closed** 1 [kləʊzd] adj. 关着的; 不公开的 v. 关; 结束; 接近 (close的过去分词)
- 142 **Cohen** 1 ['kəʊn] 科恩 (姓氏)
- 143 **control** 1 [kən'trəʊl] n. 控制; 管理; 抑制; 操纵装置 vt. 控制; 管理; 抑制
- 144 **coping** 1 ['kəʊpɪŋ] n. 顶部; [口腔]顶盖; 墙顶 vt. cope的变形 vi. cope的变形
- 145 **country** 1 n. 国家, 国土; 国民; 乡下, 农村; 乡村; 故乡 adj. 祖国的, 故乡的; 地方的, 乡村的; 国家的; 粗鲁的; 乡村音乐的
- 146 **covid** 1 abbr. 冠状病毒 (Corona Virus Disease)
- 147 **daily** 1 ['deɪli] adj. 日常的; 每日的 n. 日报; 朝来夜去的女佣 adv. 日常地; 每日; 天天 n. (Daily)人名; (英)戴利
- 148 **days** 1 [deɪz] adv. 每天; 在白天 n. 天 (day的复数形式); 时期 n. (Days)人名; (英)戴斯
- 149 **deal** 1 [di:l] vt. 处理; 给予; 分配; 发牌 vi. 处理; 讨论; 对待; 做生意 n. 交易; (美)政策; 待遇; 份量 n. (Deal)人名; (英、西)迪尔
- 150 **difference** 1 n. 差异; 不同; 争执
- 151 **disease** 1 [dɪ'zi:z] n. 病, [医]疾病; 弊病 vt. 传染; 使...有病
- 152 **dr** 1 abbr. 速度三角形定位法 (deadreckoning); 数据记录器 (DataRecorder)
- 153 **educated** 1 ['edju:kəɪtɪd] adj. 受过教育的; 有教养的 v. 训练; 教导; 培育 (educate的过去分词形式)
- 154 **English** 1 ['ɪŋɡlɪʃ] adj. 英国人的; 英国的; 英文的 n. 英语; 英国人; 英文; 英格兰人 vt. 把...译成英语
- 155 **enough** 1 ['ɪnʌf] adv. 足够地, 充足地 n. 很多; 充足 adj. 充足的 int. 够了!
- 156 **especially** 1 [ɪ'speʃəli] adv. 特别; 尤其; 格外
- 157 **excellent** 1 ['eksələnt] adj. 卓越的; 极好的; 杰出的
- 158 **executive** 1 adj. 行政的; 经营的; 执行的, 经营管理的 n. 总经理; 执行委员会; 执行者; 经理主管人员
- 159 **eyes** 1 n. 眼睛 (eye的复数) n. (Eyes)人名; (英)艾斯
- 160 **face** 1 [feɪs] n. 脸; 表面; 面子; 面容; 外观; 威信 vi. 向; 朝 vt. 面对; 面向; 承认; 抹盖 n. (Face)人名; (法)法斯; (意)法切
- 161 **faced** 1 [feɪst] adj. 有某种面孔或表情的; 有...表面的 v. 面对 (face的过去分词)
- 162 **fastest** 1 ['fɑ:stɪst] adj. 最快的 形容词fast的最高级形式.
- 163 **father** 1 ['fɑ:ðə] n. 父亲, 爸爸; 神父; 祖先; 前辈 vt. 发明, 创立; 当...的父亲
- 164 **favorite** 1 ['feɪvərɪt] n. 幸运儿; 喜欢的事物; 特别喜欢的人 adj. 最喜爱的; 中意的; 宠爱的 n. (Favorite)人名; (英)费沃里特
- 165 **feel** 1 ['fi:l] vt. 感觉; 认为; 触摸; 试探 vi. 觉得; 摸索 n. 感觉; 触摸
- 166 **feelings** 1 ['fi:lɪŋz] n. 情感 名词feeling的复数形式.
- 167 **few** 1 [fju:] adj. 很少的; 几乎没有的 pron. 很少 n. 极少数 n. (Few)人名; (英)菲尤
- 168 **five** 1 [faɪv] n. 五, 五个; 五美元钞票 num. 五, 五个 adj. 五的; 五个的 n. (Five)人名; (挪)菲弗

- 169 **following** 1 [ˈfɒləʊɪŋ] adj. 下面的; 其次的, 接着的 n. 下列事物; 一批追随者 v. 跟随; 沿行 (follow的ing形式)
- 170 **foreheads** 1 n. 额 (forehead的名词复数)
- 171 **found** 1 [faʊnd] vt. 创立, 建立; 创办 v. 找到 (find的过去分词)
- 172 **give** 1 [ɡɪv] vt. 给; 产生; 让步; 举办; 授予 n. 弹性; 弯曲; 伸展性 vi. 捐赠; 面向; 有弹性; 气候转暖 n. (Give)人名; (意)吉韦
- 173 **grade** 1 [ɡreɪd] n. 年级; 等级; 成绩; 级别; 阶段 vt. 评分; 把...分等级 vi. 分等级; 逐渐变化 n. (Grade)人名; (英)格雷德; (法、德、西、葡、塞、瑞典)格拉德
- 174 **group** 1 [ɡrʊp] n. 组; 团体 adj. 群的; 团体的 vi. 聚合 vt. 把...聚集; 把...分组
- 175 **groups** 1 [ɡrʊ:p] n. 群; 组; 团体; 集团 v. 聚合; 成群; 组; 把...聚集; 把...分类
- 176 **growing** 1 [ˈɡrəʊɪŋ] adj. 发展的; 成长的 v. 生长 (grow的ing形式)
- 177 **guide** 1 [ɡaɪd] n. 指南; 向导; 入门书 vt. 引导; 带领; 操纵 vi. 担任向导 n. (Guide)人名; (法、葡)吉德
- 178 **guides** 1 [ɡaɪdz] n. 导架 名词guide的复数形式.
- 179 **had** 1 v. 有; 吃; 得到 (动词have的过去式和过去分词) aux. 已经 (用于过去完成时和过去完成进行时)
- 180 **Hai** 1 [haɪ] abbr. 国际保健行动 (HealthActionInternational); 自动调温式空气滤清器系统 (HotAirIntake) n. (Hai)人名; (阿拉伯、巴基)哈伊
- 181 **hearts** 1 英 [hɑ:t] 美 [hɑ:rt] n. 心; 内心; 中心; 要点; 红桃 v. 将...记在心里, 铭记; 鼓励
- 182 **helped** 1 [helpt] v. 帮助; 有助于; 促进; 擅自拿取; (不)能防止或避免某事物 n. 帮助; 援助; 帮手; 佣人; 仆人 int. 救命!
- 183 **her** 1 pron. 她 (she的宾格); 她的 (she的所有格); 她 (指某个国家; 一艘船) n. (法)埃尔 (人名)
- 184 **high** 1 [haɪ] adj. 高的; 高级的; 崇高的; 高音调的 n. 高水平; 天空; 由麻醉品引起的快感; 高压地带 adv. 高; 奢侈地 n. (High)人名; (英)海伊
- 185 **higher** 1 [ˈhaɪə(r)] adj. 更高的, 较高的 (high的比较级)
- 186 **him** 1 [hɪm, 弱ɪm] pron. 他 (宾格) n. (Him)人名; (东南亚国家华语)欣; (柬)亨; (中)谦 (广东话·威妥玛)
- 187 **home** 1 [həʊm] n. 家, 住宅; 产地; 家乡; 避难所 adv. 在家, 回家; 深入地 adj. 国内的, 家庭的; 有效的 vt. 归巢, 回家 n. (Home)人名; (德、芬)霍梅; (英、尼)霍姆
- 188 **hopelessness** 1 [ˈhəʊplɪsnɪs] n. 绝望, 无望; 不抱希望
- 189 **hour** 1 [aʊə] n. 小时; 钟头; 课时; ...点钟 n. (Hour)人名; (法)乌尔; (柬)胡
- 190 **hurry** 1 n. 匆忙, 急忙 v. 仓促 (做某事); 催促; (朝某方向)迅速移动; 迅速处理 n. (英)赫里 (人名)
- 191 **important** 1 [ɪmˈpɔ:tənt] adj. 重要的, 重大的; 有地位的; 有权力的
- 192 **include** 1 [ɪnˈklu:d] vt. 包含, 包括
- 193 **increased** 1 [ɪnˈkri:st] adj. 增加的 动词increase的过去式和过去分词.
- 194 **information** 1 n. 信息, 资料; 知识; 情报
- 195 **injure** 1 [ɪndʒə] vt. 伤害, 损害
- 196 **intelligent** 1 [ɪnˈtelɪdʒənt] adj. 智能的; 聪明的; 理解力强的
- 197 **into** 1 [ɪntu:, -tu, -tə] prep. 到...里; 深入...之中; 成为...状况; 进入到...之内 n. (Into)人名; (芬、英)因托
- 198 **introducing** 1 [ɪntrədʒu:sɪŋ] n. 引进 动词introduce的现在分词形式.
- 199 **Johnson** 1 [ˈdʒɒnsən] n. 约翰逊 (姓氏)
- 200 **Joli** 1 若利
- 201 **just** 1 [dʒʌst] adv. 只是, 仅仅; 刚才, 刚刚; 正好, 恰好; 实在; 刚要 adj. 公正的, 合理的; 正直的, 正义的; 正确的; 公平的; 应得的 n. (Just)人名; (英)贾斯特; (法)朱斯特; (德、匈、波、捷、挪)尤斯特; (西)胡斯特
- 202 **know** 1 [nəʊ] vt. 知道; 认识; 懂得 vi. 了解; 熟悉; 确信
- 203 **learning** 1 [ˈlə:nɪŋ] n. 学习; 学问 v. 学习 (learn的现在分词)
- 204 **leave** 1 [li:v] vt. 离开; 留下; 遗忘; 委托 vi. 离开, 出发; 留下 n. 许可, 同意; 休假
- 205 **left** 1 adj. 左边的; 左派的; 剩下的 adv. 在左面 n. 左边; 左派; 激进分子 v. 离开 (leave的过去式)
- 206 **less** 1 [les] adv. 较少地; 较小地; 更小地 adj. 较少的; 较小的 prep. 减去 n. 较少; 较小 n. (Less)人名; (德、意、匈、芬)莱斯
- 207 **levels** 1 [ˈlevəlz] n. 层次 名词level的复数形式. 动词level的第三人称单数形式.
- 208 **like** 1 [laɪk] vt. 喜欢; 想; 愿意 vi. 喜欢; 希望 prep. 像; 如同 adj. 同样的; 相似的 n. 爱好; 同样的人或物 adv. 可能 conj. 好像
- 209 **listen** 1 [ˈlɪsən] vi. 听, 倾听; 听从, 听信 n. 听, 倾听
- 210 **long** 1 n. 长时间; [语]长音节; (服装的)长尺寸; 长裤 adj. 长的; 过长的; 做多头的; 长时间的; 冗长的, 长音 vi. 渴望; 热望 adv. 长期地; 始终 n. (英、法、德、瑞典)朗 (人名); (柬)隆 (人名)
- 211 **lunchtime** 1 [ˈlʌntʃtaɪm] n. 午餐时间
- 212 **make** 1 [meɪk] vt. 使得; 进行; 布置, 准备, 整理; 制造; 认为; 获得; 形成; 安排; 引起; 构成 vi. 开始; 前进; 增大; 被制

造 n.制造；构造；性情 n.(Make)人名；(塞、南非)马克

- 213 **mandy** 1 ['mændi] n.曼蒂（女子名）；镇静片（等于Mandrax）
- 214 **matteo** 1 n.马泰奥
- 215 **me** 1 [mi:, mi] pron.我（宾格） n.自我；极端自私的人；自我的一部分 n.(Me)人名；(日)马(姓)；(朝)袂；(阿拉伯、柬、老)梅
- 216 **mind** 1 [maɪnd] n.理智，精神；意见；智力；记忆力 vt.介意；专心于；照料 vi.介意；注意
- 217 **minute** 1 ['mɪnɪt] n.分，分钟；片刻，一会儿；备忘录，笔记；会议记录 vt.将...记录下来 adj.微小的，详细的[maɪ'nju:t; US-'nu:t; maɪ'nʊt]
- 218 **moved** 1 [mu:vɪd] adj.感动的 动词move的过去式和过去分词。
- 219 **much** 1 [mʌtʃ] adv.非常，很 adj.大量的 n.许多，大量 pron.许多，大量 n.(Much)人名；(德)穆赫；(英)马奇
- 220 **myself** 1 [maɪ'self] pron.我自己；我亲自；我的正常的健康状况和正常情绪
- 221 **nationwide** 1 ['neɪʃənwaɪd] adj.全国范围的；全国性的 adv.在全国
- 222 **need** 1 [ni:d] n.需要，要求；缺乏；必要之物 vt.需要 vi.需要
- 223 **nine** 1 [naɪn] n.九，九个 num.九；九个 adj.九的，九个的 n.(Nine)人名；(塞)尼内
- 224 **no** 1 [nəʊ] adv.不 adj.没有；不是 n.不；否决票 abbr.数字（number）；元素锶（nobelium）的符号 n.(No)人名；(柬)诺；(越)努
- 225 **noticed** 1 ['nəʊtɪst] v.注意，通知，留意（动词notice的过去式和过去分词）
- 226 **Numbers** 1 n.民数记（旧约圣经的第四卷） n.Numbers表格
- 227 **old** 1 [əʊld] adj.陈旧的，古老的；年老的 n.古时 n.(Old)人名；(英)奥尔德
- 228 **only** 1 ['əʊnli] adv.只，仅仅；不料 adj.唯一的，仅有的；最合适的 conj.但是；不过；可是
- 229 **over** 1 ['əʊvə] adv.结束；越过；从头到尾 prep.越过；在...之上；遍于...之上 adj.结束的；上面的 vt.越过 n.(Over)人名；(俄、西、土)奥韦尔
- 230 **pandemic** 1 adj.（疾病等）（全国、全球i）流行的；普遍的 n.流行性疾病
- 231 **parts** 1 [pɑ:ts] n.[机]零件，部件 n.(Parts)人名；(瑞典)帕茨；(爱沙)帕尔茨
- 232 **pay** 1 vt.支付，付；偿还，补偿；给予 vi.付款；偿还 n.工资，薪水；付款；报答 adj.收费的；需付费的
- 233 **peaceful** 1 ['pi:sfʊl] adj.和平的，爱好和平的；平静的
- 234 **percent** 1 [pə'sent] n.百分比，百分率；部分；百分数 adj.百分之...的 adv.以百分之...地
- 235 **practices** 1 ['præktɪs] n.练习；实行；习惯；业务 v.练习；实践；开业；执业
- 236 **prevention** 1 [pri'venʃən, pri:-] n.预防；阻止；妨碍
- 237 **professionals** 1 [prə'feʃənl] adj.职业的；专业的 n.专家；内行
- 238 **programs** 1 [p'rɒɡræmz] n.程序；节目；课程（名词program的复数形式）
- 239 **psychologist** 1 [psai'kɒlədʒɪst] n.心理学家，心理学者
- 240 **quite** 1 [kwaɪt] adv.很；相当；完全
- 241 **racial** 1 ['reɪʃəl] adj.种族的；人种的
- 242 **reading** 1 ['ri:dn̩] n.阅读，朗读；读物；读数 adj.阅读的 v.阅读（read的ing形式）
- 243 **ready** 1 ['redi] adj.准备好；现成的；迅速的；情愿的；快要...的 n.现款；预备好的状态 adv.迅速地；预先 vt.使准备好 n.(Ready)人名；(英)雷迪
- 244 **real** 1 ['ri:əl, ri:] adj.实际的；真实的；实在的 adv.真正地；确实地 n.现实；实数 n.(Real)人名；(德、西、葡、法)雷亚尔；(英)里尔
- 245 **realize** 1 vt.实现；认识到；了解；将某物卖得，把(证券等)变成现钱；变卖
- 246 **really** 1 ['ri:əli, 'ri:li] adv.实际上，事实上；真正地，真实地；真的吗？（表语气）
- 247 **relax** 1 [rɪ'læks] vi.放松，休息；松懈，松弛；变从容；休养 vt.放松；使休息；使松弛；缓和；使松懈
- 248 **remember** 1 [rɪ'membə] vt.记得；牢记；纪念；代...问好 vi.记得，记起
- 249 **research** 1 n.研究；调查 vi.研究；调查 vt.研究；调查 [过去式researched过去分词researched现在分词researching]
- 250 **rex** 1 [reks] n.雷克斯（男子名）；国王；君主
- 251 **roberta** 1 [rəʊ'bɛtə] n.罗伯塔（女子名）
- 252 **sadness** 1 ['sædnɪs] n.悲哀
- 253 **say** 1 [sei] vt.讲；说明；例如；声称；假设；指明 vi.讲；表示；念；假定；背诵 n.(Say)人名；(土)萨伊；(法、老、柬)赛；(英)塞伊；(匈、罗)绍伊
- 254 **science** 1 ['saɪəns] n.科学；技术；学科；理科 n.(Science)人名；(英)赛恩斯
- 255 **scientist** 1 ['saɪəntɪst] n.科学家

- 256 **set** 1 [set] n.[数]集合；一套；布景；[机]装置 vt.树立；点缀；vi.(日,月)落沉；凝固；结果 adj.固定的；规定的；固执的 n.(Set)人名；(瑞典)塞特；(俄)谢特
- 257 **several** 1 [ˈsevrəl] adj.几个的；各自的 pron.几个；数个
- 258 **Sharon** 1 [ˈʃærən] n.莎伦（女子名）
- 259 **she** 1 [ʃiː] pron.她（主格）；它（用来指雌性动物或国家、船舶、地球、月亮等） n.女人；雌性动物 n.(She)人名；(中)余(普通话·威妥玛)
- 260 **shows** 1 [ˈʃəʊz] n.表明；说明；放映；展览 名词show的复数形式.
- 261 **since** 1 [sɪns] conj.因为；由于；既然；自...以来；自...以后 prep.自...以来；自...以后 adv.后来
- 262 **skills** 1 技能
- 263 **some** 1 adj.一些；某个；大约；相当多的 pron.一些；若干；其中的一部分；（数量不确切时用）有些人 adv.非常；相当；<美>稍微
- 264 **something** 1 [ˈsʌmθɪŋ] pron.某事；某物 n.重要的人；值得重视的事 adv.非常；有点；大约 adj.大约；有点象
- 265 **sound** 1 [saʊnd] vt.听（诊）；测量，测...深；使发声；试探；宣告 n.声音，语音；噪音；海峡；吵闹；听力范围；[医]探条 adj.健全的，健康的；合理的；可靠的；有效彻底的 adv.彻底地，充分地 vi.听起来；发出声音；回响；测深
- 266 **specializes** 1 [ˈspeʃəlaɪz] v. 专攻
- 267 **strain** 1 n.张力；拉紧；负担；扭伤；血缘 vi.拉紧；尽力 vt.拉紧；滥用；滤去；竭力 n.(Strain)人名；(英)斯特兰 n.（植物、动物的）品种；种类
- 268 **strained** 1 [streɪnd] adj.紧张的；勉强的；牵强附会的；滤过的 v.使紧张（动词strain的过去式和过去分词）
- 269 **struggles** 1 [ˈstrʌɡl] vi.努力；奋斗；斗争；挣扎 n.斗争；竞争；奋斗
- 270 **student** 1 [ˈstjuːdənt, 'stu:-] n.学生；学者 n.(Student)人名；(德)施图登特
- 271 **study** 1 [ˈstʌdi] n.学习，研究；课题；书房；学问 vt.学习；考虑；攻读；细察 vi.研究；用功 n.(Study)人名；(英)斯塔迪
- 272 **success** 1 [sək'ses] n.成功，成就；胜利；大获成功的人或事物
- 273 **suggested** 1 [sə'dʒestɪd] adj.建议的；暗示的 动词suggest的过去式和过去分词.
- 274 **suicidal** 1 [sjuː'saɪdəl] adj.自杀的，自杀性的；自我毁灭的；自取灭亡的
- 275 **summer** 1 [ˈsʌmə] n.夏季；全盛时期 vi.避暑；过夏天 adj.夏季的 n.(Summer)人名；(德)祖默；(英)萨默
- 276 **support** 1 [səˈpɔ:t] vt.支持，支撑，支援；扶持，帮助；赡养，供养 n.支持，维持；支援，供养；支持者，支撑物
- 277 **sure** 1 [ʃʊə, ʃɜ:] adj.确信的；可靠的；必定的 adv.当然；的确 n.(Sure)人名；(英)休尔
- 278 **taking** 1 [ˈteɪkɪŋ] n.取得；捕获；营业收入 adj.可爱的；迷人的；会传染的 v.拿；捕捉；夺取（take的ing形式）
- 279 **teacher** 1 [ˈti:tʃə] n.教师；导师 n.(Teacher)人名；(英)蒂彻
- 280 **teenagers** 1 [ˈtiːn, eɪdʒəz] n. 青少年 名词teenager的复数形式.
- 281 **tension** 1 [ˈtenʃən] n.张力，拉力；紧张，不安；电压 vt.使紧张；使拉紧
- 282 **term** 1 n.术语；学期；期限；条款；(代数式等的)项 vt.把...叫做 n.(Term)人名；(泰)丁
- 283 **thirds** 1 [θɜ:dz] n. 三号 名词third的复数形式.
- 284 **thought** 1 [θɔ:t] n.思想；思考；想法；关心 v.想，思考；认为（think的过去式和过去分词）
- 285 **thoughts** 1 [ˈθɔ:ts] n. 思维 名词thought的复数形式.
- 286 **thumbs** 1 [θʌm] n. 拇指 v. 翻阅；示意要求搭车
- 287 **times** 1 [taɪmz] prep.乘以 v.使...相乘（time的第三人称单数） n.时代（time的复数）；[数]次数
- 288 **told** 1 [tɔ:ld] v.告诉（tell的过去式）；讲述
- 289 **too** 1 [tu:] adv.太；也；很；还；非常；过度
- 290 **traditional** 1 [trə'dɪʃənəl] adj.传统的；惯例的
- 291 **treatment** 1 [ˈtri:tmənt] n.治疗，疗法；处理；对待
- 292 **two** 1 [tu:] n.两个 adj.两个的 num.二
- 293 **unfortunately** 1 [ˌʌn'fɔ:tʃənətli] adv.不幸地
- 294 **until** 1 [ˌʌntɪl] conj.在...以前；直到...时 prep.在...以前；到...为止
- 295 **us** 1 pron.我们
- 296 **use** 1 [ju:z] n.使用；用途；发挥 vt.利用；耗费 vi.使用，运用 n.(Use)人名；(德)乌泽
- 297 **vacation** 1 [və'keɪʃən] n.假期；（房屋）搬出 vi.休假，度假
- 298 **ve** 1 委内瑞拉 n.(Ve)人名；(挪)韦
- 299 **well** 1 [wel] adv.很好地；充分地；满意地；适当地 adj.良好的；健康的；适宜的 n.井；源泉 v.涌出 n.(Well)人名；(英、德、荷)韦尔

300 **white** 1 [hwaɪt] adj. 白色的；白种的；纯洁的 n. 白色；洁白；白种人

301 **Woods** 1 [wudz] n. [林]树林；森林；木头（wood的复数） v. 供以木材；用森林覆盖（wood的第三人称单数） n. (Woods)人名；(英、葡)伍兹

302 **words** 1 [wɜːdz] n. [计]字（word的复数）；话语；言语 v. 用言语表达（word的三单形式）

303 **would** 1 [wud, 弱wəd, əd, d] aux. 将，将要；愿意 v. will的过去式

304 **year** 1 n. 年；年度；历年；年纪；一年的期间；某年级的学生

305 **yoga** 1 [ˈjəʊɡə] n. 瑜伽（意为“结合”，指修行）；瑜伽术；联想可360°翻转的平板电脑

306 **young** 1 [jʌŋ] adj. 年轻的；初期的；没有经验的 n. 年轻人；（动物的）崽，仔 n. (Young)人名；(中)杨(广东话·威妥玛)；(东)永；(英、葡)扬

307 **youth** 1 n. 青年；青春；年轻；青少年时期 n. (Youth)《芳华》（电影名）

VOA慢速英语精听网 [www.voase.cn](http://www.voase.cn)