

2024-08-27 [Health and Lifestyle] For Exercising, When and How Should You Stretch 词汇表

- 1 **able** 1 [ˈeɪbl] adj.能; [经管]有能力的; 能干的 n.(Able)人名; (伊朗)阿布勒; (英)埃布尔
- 2 **about** 2 [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
- 3 **achieve** 1 vt.取得; 获得; 实现; 成功 vi.达到预期的目的, 实现预期的结果, 如愿以偿
- 4 **active** 1 [ˈæktɪv] adj.积极的; 活跃的; 主动的; 有效的; 现役的 n.主动语态; 积极分子
- 5 **activities** 3 英 [ækˈtɪvɪti] 美 [ækˈtɪvəti] n. 活动; 活跃 vt. 表演 adj. 厉害
- 6 **activity** 2 [ækˈtɪvəti] n.活动; 行动; 活跃
- 7 **adapted** 1 [ədˈæptɪd] adj. 适合的 动词adapt的过去式和过去分词.
- 8 **add** 1 [æd] vi.加; 增加; 加起来; 做加法 vt.增加, 添加; 补充说; 计算...总和 n.加法, 加法运算
- 9 **adds** 1 abbr. 高级数据显示系统(=Advanced Data Display System)
- 10 **adj** 4 abbr. (=adjuvant disease) 佐剂病; (=adjective) 形容词
- 11 **advice** 5 [ədˈvaɪs] n.建议; 忠告; 劝告; 通知
- 12 **aerobic** 2 [ˌeɪərəʊbɪk] adj.需氧的; 增氧健身法的
- 13 **after** 2 [ˈɑːftə, ˈæf-] adv.后来, 以后 prep.在.....之后 conj.在.....之后 adj.以后的
- 14 **agility** 2 [əˈdʒɪləti] n.敏捷; 灵活; 机敏
- 15 **ago** 1 [əˈɡəʊ] adv.以前, 以往 adj.以前的; 过去的 n.(Ago)人名; (英、西、意、塞、瑞典)阿戈
- 16 **albert** 1 [ˈælbət] n.艾伯特 (男子名)
- 17 **all** 1 [ɔːl] adj.全部的 adv.全然地; 越发 n.全部 pron.全部 n.(All)人名; (瑞典)阿尔; (英)奥尔
- 18 **almost** 1 [ˈɔːlməʊst] adv.差不多, 几乎
- 19 **also** 5 [ˈɔːlsəʊ] adv.也; 而且; 同样 conj.并且; 另外 n.(Also)人名; (罗)阿尔索
- 20 **always** 3 [ˈɔːlweɪz, -wɪz] adv.永远, 一直; 总是; 常常
- 21 **amount** 1 [əˈmaʊnt] vi.总计, 合计; 相当于; 共计; 产生...结果 n.数量; 总额, 总数
- 22 **an** 2 art.一 (在元音音素前)
- 23 **and** 17 [强ænd, 弱ənd, ən] conj.和, 与; 就; 而且; 但是; 然后 n.(And)人名; (土、瑞典)安德
- 24 **anna** 2 [ˈænə] n.安娜 (女子名)
- 25 **any** 2 [eni] adj.任何的; 所有的; 丝毫 pron.任何; 任何一个; 若干 adv.稍微; 少许 n.(Any)人名; (法、罗)阿尼
- 26 **are** 3 [强ɑː, 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
- 27 **arm** 1 n.手臂; 武器; 袖子; 装备; 部门 vi.武装起来 vt.武装; 备战
- 28 **around** 1 [əˈraʊnd] adv.大约; 到处; 在附近 prep.四处; 在...周围
- 29 **as** 6 [æz] conj.因为; 随着; 虽然; 依照; 当...时 prep.如同; 当作; 以...的身份 adv.同样地; 和...一样的
- 30 **associated** 2 [əˈsəʊʃi, eɪtɪd] adj.关联的; 联合的 v.联系 (associate的过去式和过去分词)
- 31 **at** 1 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]砷 (极不稳定放射性元素) abbr.密封的 (airtight); 气温 (airtemperature)
- 32 **athletes** 1 [ˈæθliːts] 运动员
- 33 **back** 1 n.后面; 背部; 靠背; 足球等的后卫; 书报等的末尾 vt.支持; 后退; 背书; 下赌注 vi.后退; 背靠; 倒退 adv.以前; 向后地; 来回地; 上溯; 回来; 回原处 adj.后面的; 过去的; 拖欠的 n.(Back)人名; (西、英、德、法、瑞典、捷)巴克
- 34 **band** 1 n.带, 环; [物]波段; (演奏流行音乐的)乐队 vi.用带绑扎; 给...镶边 n.n.乐队; 队; 一群
- 35 **barbells** 1 [ˈbɑːbelz] 杠铃
- 36 **be** 6 vt.是; 有, 存在; 做, 成为; 发生 n.(Be)人名; (緬)拜; (日)部(姓); (朝)培; (中非)贝
- 37 **because** 3 [bɪˈkɔːz] conj.因为
- 38 **been** 1 [biːn] v.是, 有 (be的过去分词) n.(Been)人名; (挪)贝恩
- 39 **before** 4 [bɪˈfɔː] prep.在...之前, 先于 adv.以前; 在前 conj.在...以前; 在...之前
- 40 **beforehand** 2 [bɪˈfɔːhænd] adv.事先; 预先 adj.提前的; 预先准备好的
- 41 **behm** 7 n. 贝姆

- 42 **being** 3 [bi:ɪŋ] n.存在；生命；本质；品格 adj.存在的；现有的
- 43 **bent** 1 [bent] n.爱好，嗜好 adj.弯曲的；决心的 n.(Bent)人名；(英、西、丹、挪、印)本特
- 44 **better** 4 [betə] n.长辈；较好者；打赌的人（等于bettor） adv.更好的；更多的；较大程度地 adj.较好的 vt.改善；胜过 vi.变得较好 n.(Better)人名；(西、瑞典、德)贝特尔
- 45 **body** 5 [bɒdi] n.身体；主体；大量；团体；主要部分 vt.赋以形体 n.(Body)人名；(英、法、罗)博迪
- 46 **bolt** 1 n.螺栓，螺钉；闪电，雷电；门闩；弩箭；(布的)一匹，一卷 vt.筛选；囫囵吞下；(把门、窗等)闩上；突然说出，脱口说出 vi.(门窗等)闩上，拴住；冲出，跳出；(马等的)脱缰；囫囵吞下 adv.突然地；像箭似地；直立地
- 47 **bone** 1 [英[bəʊn] 美[bɒn]] n.骨；骨骼 vt.剔去...的骨；施骨肥于 vi.苦学；专心致志 n.(Bone)人名；(英)博恩；(法、西、罗、塞)博内；(老)奔
- 48 **both** 2 [bəʊθ] adj.两个的；两者的 adv.并；又；两者皆 pron.双方都；两者都 conj.既...且... n.(Both)人名；(德、罗、捷、南非、匈)博特
- 49 **but** 2 [强 bat, 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
- 50 **by** 1 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
- 51 **can** 12 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
- 52 **Canada** 1 [kænədə] n.加拿大(北美洲国家)
- 53 **capable** 1 [keɪpəbl] adj.能干的，能胜任的；有才华的
- 54 **change** 1 [tʃeɪndʒ] vt.改变；交换 n.变化；找回的零钱 vi.改变；兑换
- 55 **changed** 1 [tʃeɪndʒd] adj.改变的 动词change的过去式和过去分词.
- 56 **changing** 1 [tʃeɪndʒɪŋ] vbl.变更；换车；兑换
- 57 **chest** 2 [tʃest] n.胸，胸部；衣柜；箱子；金库
- 58 **comment** 1 n.评论；意见；批评；描述 vt.发表评论；发表意见 vi.为...作评语 n.(Comment)人名；(德)科门特；(法)科芒
- 59 **comments** 1 [kɒments] n.评论；意见；注解；注释 名词comment的复数形式.
- 60 **conditions** 1 [kən'dɪʃnz] n.条件；情况；付款条件 名词condition的复数形式.
- 61 **confusion** 2 [kən'fju:ʒən] n.混淆，混乱；困惑
- 62 **connective** 1 [kə'nektɪv] adj.连合的，连接的 n.连接词；连接物
- 63 **consider** 1 [kən'sɪdə] vt.考虑；认为；考虑到；细想 vi.考虑；认为；细想
- 64 **cord** 1 [kɔ:d] n.绳索；束缚 vt.用绳子捆绑 n.(Cord)人名；(法)科尔；(英)科德
- 65 **cycling** 1 ['saɪklɪŋ] n.骑脚踏车消遣；骑脚踏车兜风
- 66 **David** 1 ['deɪvɪd] n.大卫；戴维(男子名)
- 67 **definition** 1 [ˌdefɪ'nɪʃən] n.定义；[物]清晰度；解说
- 68 **demand** 1 [dɪ'mænd, -mænd] vt.要求；需要；查询 vi.需要；请求；查问 n.[经]需求；要求；需要 n.(Demand)人名；(德)德曼德
- 69 **dense** 1 [dens] adj.稠密的；浓厚的；愚钝的
- 70 **designed** 1 [dɪ'zaind] adj.有计划的，原意的；故意的 v.设计；计划 (design的过去分词)
- 71 **did** 1 [dɪd] v.做 (do的过去式)
- 72 **difference** 1 n.差异；不同；争执
- 73 **different** 3 [dɪfərənt] adj.不同的；个别的，与众不同的
- 74 **direction** 1 [dɪ'rekʃən, daɪ-] n.方向；指导；趋势；用法说明
- 75 **do** 9 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
- 76 **doing** 1 ['du:ɪŋ] v.做；干 (do的ing形式) n.活动；所作所为
- 77 **don** 2 [dɒn] n.先生，阁下；指导教师，大学教师 vt.穿上 n.(Don)人名；(缅)顿；(英)唐(男子教名Donald的昵称)
- 78 **dumbbell** 1 [ˈdʌmbel] n.哑铃；蠢人
- 79 **dynamic** 2 [daɪ'naemɪk] adj.动态的；动力的；动力学的；有活力的 n.动态；动力
- 80 **each** 1 [i:tʃ] adj.每；各自的 adv.每个；各自 pron.每个；各自
- 81 **easily** 1 ['i:zɪli] adv.容易地；无疑地
- 82 **effective** 1 [ɪ'fektɪv] adj.有效的，起作用的；实际的，实在的；给人深刻印象
- 83 **English** 2 ['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
- 84 **equally** 1 ['i:kwəli] adv.同样地；相等地，平等地；公平地

- 85 **especially** 1 [ˈɪspeʃəli] adv. 特别; 尤其; 格外
- 86 **example** 1 [ɪɡˈzɑːmpəl] n. 例子; 榜样 vt. 作为...的例子; 为...做出榜样 vi. 举例
- 87 **exercise** 2 [ˈeksəsaɪz] n. 运动; 练习; 运用; 操练; 礼拜; 典礼 vt. 锻炼; 练习; 使用; 使忙碌; 使惊恐 vi. 运动; 练习
- 88 **exercises** 1 [ˈeksəsaɪz] n. 练习题, 演习; 运动
- 89 **exercising** 4 [ˈeksəsaɪzɪŋ] v. 锻炼, 训练, 练习 (exercise的现在分词)
- 90 **expand** 1 [ɪkˈspænd] vt. 扩张; 使膨胀; 详述 vi. 发展; 张开, 展开
- 91 **explosive** 2 [ɪkˈspləʊsɪv] adj. 爆炸的; 爆炸性的; 爆发性的 n. 炸药; 爆炸物
- 92 **expressions** 1 [ɪkˈsprefənz] n. [数]表达式; 表情; 公式; 表示式 (expression是复数形式)
- 93 **extent** 1 [ɪkˈstent] n. 程度; 范围; 长度
- 94 **extra** 1 [ˈekstrə] adv. 特别地, 非常; 另外 n. 临时演员; 号外; 额外的事物; 上等产品 adj. 额外的, 另外收费的; 特大的
- 95 **feel** 1 [fiːl] vt. 感觉; 认为; 触摸; 试探 vi. 觉得; 摸索 n. 感觉; 触摸
- 96 **feels** 1 [fiːl] v. 感觉; 觉得; 触摸; 摸起来; 认为; 摸索 n. 感觉; 触觉
- 97 **fine** 1 [faɪn] adj. 好的; 优良的; 细小的, 精美的; 健康的; 晴朗的 n. 罚款 vt. 罚款; 澄清 adv. 很好地; 精巧地 n. (Fine)人名; (意)菲内; (英)法恩
- 98 **first** 3 [fɜːst] adv. 第一; 首先; 优先; 宁愿 n. 第一; 开始; 冠军 adj. 第一的; 基本的; 最早的 num. 第一 n. (First)人名; (英)弗斯特; (捷)菲尔斯特
- 99 **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
- 100 **fixed** 2 adj. 确定的; 固执的; <美口>处境...的; 准备好的 v. 修理 (过去式)
- 101 **flexibility** 2 [ˌfleksɪˈbɪləti] n. 灵活性; 弹性; 适应性
- 102 **flexible** 2 [ˈfleksɪbəl] adj. 灵活的; 柔韧的; 易弯曲的
- 103 **foam** 1 [fəʊm] n. 泡沫; 水沫; 灭火泡沫 vi. 起泡沫; 吐白沫; 起着泡沫流动 vt. 使起泡沫; 使成泡沫状物
- 104 **follow** 1 [ˈfɒləʊ] vt. 跟随; 遵循; 追求; 密切注意, 注视; 注意; 倾听 vi. 跟随; 接着 n. 跟随; 追随
- 105 **for** 10 [强 fɔː, 弱 fɒ] prep. 为, 为了; 因为; 给; 对于; 至于; 适合于 conj. 因为
- 106 **form** 1 [fɔːm] n. 形式; 形状; 形态, 外形; 方式; 表格 vt. 构成, 组成; 排列, 组织; 产生, 塑造 vi. 形成, 构成; 排列 n. (Form)人名; (英)福姆; (法、德)福尔姆
- 107 **from** 3 [强 frɒm, 弱 frəm] prep. 来自, 从; 由于; 今后 n. (From)人名; (瑞典、丹、德)弗罗姆
- 108 **get** 1 vt. 使得; 获得; 受到; 变成 n. 生殖; 幼兽 vi. 成为; 变得; 到达
- 109 **go** 1 vi. 走; 达到; 运转; 趋于 n. 去; 进行; 尝试 vt. 忍受; 出产; 以...打赌 (复数goes第三人称单数goes过去式went过去分词gone现在分词going)
- 110 **going** 3 [ˈɡəʊɪŋ] n. 行为; 离去; 工作情况; 地面状况 adj. 流行的; 进行中的; 现存的 v. 前进; 出发; 运转 (go的ing形式) n. (Going)人名; (英)戈因
- 111 **golf** 1 [ɡɒlf] n. 高尔夫球; 高尔夫球运动 vi. 打高尔夫球 n. (Golf)人名; (西、挪)戈尔夫
- 112 **good** 2 [ɡʊd] adj. 好的; 优良的; 愉快的; 虔诚的 n. 好处; 善行; 慷慨的行为 adv. 好 n. (Good)人名; (英)古德; (瑞典)戈德
- 113 **great** 1 [ɡreɪt] adj. 伟大的, 重大的; 极好的, 好的; 主要的 n. 大师; 大人物; 伟人们
- 114 **gymnastics** 1 [dʒɪmˈnæstɪks] n. 体操; 体育; 体操运动
- 115 **have** 4 [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
- 116 **he** 9 [hiː, 弱 hi, i, i] n. 男孩, 男人; 它 (雄性动物) pron. 他 n. (He)人名; (日)户(姓); (朝)海; (柬)赫
- 117 **health** 3 [helθ] n. 健康; 卫生; 保健; 兴旺
- 118 **hear** 1 [hɪə] vt. 听到, 听; 听说; 审理 vi. 听; 听见
- 119 **heart** 1 [hɑːt] n. 心脏; 感情; 勇气; 心形; 要点 vt. 鼓励; 铭记 vi. 结心 n. (Heart)人名; (英)哈特
- 120 **help** 2 [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
- 121 **helps** 3 [ˈhelps] v. 帮助; 有助于; 促进 (动词help的第三人称单数形式)
- 122 **here** 1 [hɪə] adv. 在这里; 此时 int. 嘿!; 喂! n. 这里 n. (Here)人名; (罗)赫尔施
- 123 **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
- 124 **holding** 1 [ˈhəʊldɪŋ] n. 举办; 支持 v. 召开; 担任 (hold的ing形式); 握住 n. (Holding)人名; (英)霍尔丁
- 125 **how** 2 [haʊ] adv. 如何; 多少; 多么 n. 方法; 方式 conj. 如何 n. (How)人名; (英)豪
- 126 **however** 2 adv. 无论如何; 不管怎样 (接副词或形容词); 然而; 可是 conj. 无论以何种方式; 不管怎样
- 127 **human** 1 [ˈhjuːmən] adj. 人的; 人类的 n. 人; 人类 n. (Human)人名; (英)休曼

- 128 **hurt** 1 ['hɜ:ts] n. 伤害; 疼痛 名词hurt的复数形式.
- 129 **ice** 1 [[ais] n.冰; 冰淇淋; 矜持; (俚) 钻石 vt.冰镇; 结冰 vi.结冰 adj.冰的 n.(Ice)人名; (英)艾斯; (法)伊斯
- 130 **if** 8 [ɪf] conj. (表条件) 如果; 即使; 是否; (表假设) 假如 n.条件; 设想
- 131 **improve** 1 [ɪm'pru:v] vt.改善, 增进; 提高...的价值 vi.增加; 变得更好
- 132 **in** 10 [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)
- 133 **increase** 4 [ɪn'kri:s, 'ɪnkri:s] n.增加, 增长; 提高 vi.增加, 增大; 繁殖 vt.增加, 加大 n.(Increase)人名; (英)英克里斯
- 134 **increases** 2 [ɪn'kri:s] v. 增加; 提高 n. 增加; 增强; 提高
- 135 **injure** 1 [ɪndʒə] vt.伤害, 损害
- 136 **injuries** 1 [ɪndʒəri] n. 伤害; 损害
- 137 **injury** 3 [ɪndʒəri] n.伤害, 损害; 受伤处
- 138 **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
- 139 **involve** 1 [ɪn'vɒlv] vt.包含; 牵涉; 使陷于; 潜心于
- 140 **involves** 1 英 [ɪn'vɒlv] 美 [ɪn'vɑ:lv] vt. 包含; 使忙于; 牵涉; 使卷入; 使陷入
- 141 **is** 10 [ɪz, z, s] v.是 (be的三单形式) n.存在
- 142 **it** 13 [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 information technology
- 143 **jog** 1 [dʒɔŋ] vt.慢跑; 轻推; 蹒跚行进; 使颠簸 vi.慢跑; 轻推; 蹒跚行进; 颠簸着移动 n.慢跑; 轻推, 轻撞 n.(Jog)人名; (尼)乔格
- 144 **jogging** 1 [dʒɔŋɪŋ] n.慢跑 v.慢跑 (jog的ing形式); 轻推; 唤起
- 145 **john** 1 [dʒɒn] n.厕所
- 146 **joint** 1 [dʒɔɪnt] n.关节; 接缝; 接合处, 接合点; (牛, 羊等的腿) 大块肉 adj.共同的; 连接的; 联合的, 合办的 vt.连接, 贴合; 接合; 使有接头 vi.贴合; 生节 n.(Joint)人名; (法)茹安
- 147 **joints** 1 [dʒɔɪnt] adj. 联合的; 共同的; 连带的; 合资的 n. 关节; 接头; 接合处; 接缝; 夜总会 v. 贴合; 连接
- 148 **lacking** 1 ['lækɪŋ] adj.缺乏的; 没有的; 不足的 v.缺少; 不足 (lack的ing形式)
- 149 **lead** 3 [[li:d] [led]] n.领导; 铅; 导线; 榜样 vt.领导; 致使; 引导; 指挥 vi.领导; 导致; 用水砷测深 adj.带头的; 最重要的 n. (Lead)人名; (英)利德
- 150 **learning** 2 ['leənɪŋ] n.学习; 学问 v.学习 (learn的现在分词)
- 151 **led** 1 [led] v.领导; 通向; 指引 (lead的过去分词)
- 152 **leg** 1 [leg] n.腿; 支柱
- 153 **life** 1 [laɪf] n.生活, 生存; 寿命
- 154 **lifestyle** 2 ['laɪfstɑɪl] n.生活方式 保健的
- 155 **lifts** 1 [lɪfts] n. 脚手架工足; 起重机 名词lift的复数形式.
- 156 **light** 2 n.光; 光线; 灯; 打火机; 领悟; 浅色; 天窗 adj.轻的; 浅色的; 明亮的; 轻松的; 容易的; 清淡的 vi.点着; 变亮; 着火 vt.照亮; 点燃; 着火 adv.轻地; 清楚地; 轻便地 n.(Light)人名; (英)莱特
- 157 **like** 2 [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
- 158 **likely** 1 ['laɪkli] adj.很可能的; 合适的; 有希望的 adv.很可能; 或许
- 159 **limit** 1 ['lɪmɪt] n.限制; 限度; 界线 vt.限制; 限定
- 160 **links** 1 ['lɪŋks] n.[计]链接 (link的复数); 沙地; 沙丘
- 161 **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); (东) 隆 (人名)
- 162 **machines** 1 [mə'ʃi:n] n. 机器; 做事效率高的人; 工具; 车辆 v. 以机器制造
- 163 **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
- 164 **makes** 2 [meɪks] v. 做 动词make的第三人称单数.
- 165 **marked** 1 [mɑ:kt] adj.显著的; 有记号的 v.表示 (mark的过去分词); 作记号; 打分数
- 166 **matteo** 2 n. 马泰奥
- 167 **may** 1 [meɪ] aux.可以, 能够; 可能, 也许; 祝, 愿; 会, 能
- 168 **memorial** 1 [英 [mə'mɔ:riəl] 美 [mə'mɔ:riəl, -'mɔ:riəl] n.纪念碑, 纪念馆; 纪念仪式; 纪念物 adj.记忆的; 纪念的, 追悼的
- 169 **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

- 170 **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'nɪt]
- 171 **minutes** 1 ['mɪnɪts] n.分钟;会议记录 名词minute的复数形式.
- 172 **more** 5 [mɔː] 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
- 173 **motion** 6 n.动作;移动;手势;请求;意向;议案 vi.运动;打手势 vt.运动;向...打手势
- 174 **move** 1 n.移动;步骤;迁居;策略 vi.移动;搬家,迁移;离开 vt.移动;感动
- 175 **moved** 1 [muːvd] adj.感动的 动词move的过去式和过去分词.
- 176 **movement** 2 [muːvmənt] n.运动;活动;运转;乐章
- 177 **movements** 2 [muːvmənts] n.动作
- 178 **moving** 1 ['muːvɪŋ] adj.移动的;动人的;活动的 v.移动(move的ing形式)
- 179 **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
- 180 **muscle** 3 [mʌsl] n.肌肉;力量 vt.加强;使劲搬动;使劲挤出 vi.使劲行进
- 181 **muscles** 5 [mʌslz] n.肌肉 名词muscle的复数形式.
- 182 **necessarily** 1 [nesəsə'reɪli, nesəs'eri:li] adv.必要地;必定地,必然地
- 183 **need** 2 [ni:d] n.需要,要求;缺乏;必要之物 vt.需要 vi.需要
- 184 **Newfoundland** 1 [njuːfaund'lənd] n.纽芬兰(加拿大东部岛亦为加拿大省);纽芬兰犬(体大、力强、毛厚而光滑,原产于纽芬兰)
- 185 **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
- 186 **not** 7 adv.表示否定,不 n.“非”(计算机中逻辑运算的一种)
- 187 **of** 22 [ɒv, əv, v, f] prep.关于;属于;...的;由...组成的
- 188 **offers** 1 英['ɒfə(r)] 美['ɔ:fər] vt.提供;提出;(卖方)出价;贡献 vi.提议;出现;求婚 n.提议;出价
- 189 **On** 3 [ɒn, ɔ:n, ən, n] adv.向前地;作用中,行动中;继续着 prep.向,朝.....;关于;在.....之上;在.....时候 adj.开着的;发生着的,正在进行中 n.(On)人名;(日)温(姓、名);(緬、柬、印)翁
- 190 **one** 3 [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
- 191 **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
- 192 **or** 10 conj.或,或者;还是;要不然 n.(Or)人名;(中)柯(广东话·威妥玛);(柬)奥;(土、匈、土库、阿塞、瑞典)奥尔
- 193 **other** 1 [ʌðə] adj.其他的,另外的 pron.另外一个
- 194 **our** 1 [aʊə, ɑ:] pron.我们的
- 195 **out** 2 [aʊt] adv.出现;在外;出局;出声地;不流行地 adj.外面的;出局的;下台的 n.出局 prep.向;离去 vi.出来;暴露 vt.使熄灭;驱逐
- 196 **over** 2 [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
- 197 **overdoing** 1 [əʊvə'duː] vt.把...做得过分;使过于疲劳;对...表演过火;夸张 vi.做得过分;表演过火
- 198 **oxygen** 1 ['ɒksɪdʒən] n.[化学]氧气, [化学]氧
- 199 **pain** 1 [peɪn] n.疼痛;努力 vt.使...痛苦;使...烦恼 vi.感到疼痛;引起疼痛 n.(Pain)人名;(意)帕因;(俄)派因;(法)潘;(英)佩因
- 200 **part** 2 n.部分;角色;零件;一些;片段 vt.分离;分配;分开 vi.断裂;分手 adv.部分地 adj.部分的 n.(Part)人名;(英、瑞典)帕特;(泰)巴;(法)帕尔
- 201 **partly** 1 ['pɑ:tlɪ] adv.部分地;在一定程度上
- 202 **people** 4 ['pi:pəl] n.人;人类;民族;公民 vt.居住于;使住满人
- 203 **performance** 1 n.性能;绩效;表演;执行;表现
- 204 **physical** 1 adj.[物]物理的;身体的;物质的;根据自然规律的,符合自然法则的 n.体格检查
- 205 **place** 1 [pleɪs] n.地方;住所;座位 vt.放置;任命;寄予 vi.名列前茅;取得名次 n.(Place)人名;(罗)普拉切;(法)普拉斯;(英)普莱斯
- 206 **play** 1 [pleɪ] vt.游戏;扮演;演奏;播放;同...比赛 vi.演奏;玩耍;上演;参加比赛 n.游戏;比赛;剧本 n.(Play)人名;(法、瑞典)普莱
- 207 **playing** 1 ['pleɪɪŋ] n.比赛;演奏 v.玩耍(play的ing形式)
- 208 **point** 2 [pɔɪnt] n.要点;得分;标点;[机]尖端 vt.指向;弄尖;加标点于 vi.表明;指向 n.(Point)人名;(法)普安
- 209 **policy** 1 ['pɒlɪsi] n.政策,方针;保险单
- 210 **positions** 1 [pə'zɪʃənz] n.[水运]位置(position的复数);定位
- 211 **practice** 1 ['præktɪs] n.实践;练习;惯例 vi.练习;实习;实行 vt.练习;实习;实行

- 212 **prepare** 1 [pri'peə] vt. 准备; 使适合; 装备; 起草 vi. 预备; 做好思想准备
- 213 **press** 3 [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
- 214 **prevent** 2 [pri'vent, pri:-] vt. 预防, 防止; 阻止 vi. 妨碍, 阻止
- 215 **quality** 1 n. 质量, [统计]品质; 特性; 才能 adj. 优质的; 高品质的; <英俚>棒极了
- 216 **questions** 1 ['kwɛstʃənz] n. 问题, 疑问, 难题 名词question的复数形式.
- 217 **quickly** 1 ['kwɪkli] adv. 迅速地; 很快地
- 218 **range** 6 n. 范围; 幅度; 排; 山脉 vi. (在...内)变动; 平行, 列为一行; 延伸; 漫游; 射程达到 vt. 漫游; 放牧; 使并列; 归类于; 来回走动
- 219 **rate** 1 [reit] 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
- 220 **re** 4 [rei, ri:] prep. 再, 重新 abbr. 修订版 (revised edition); 回复, 答复 (reply) n.(Re)人名; (英、意、塞)雷
- 221 **reaching** 1 [ri:tʃ] v. 到达; 伸出; 达成; 取得联系; 延伸; (伸手)去够 n. 范围; 影响力; 河段; 等级
- 222 **real** 1 [ri:əl, ri:l] 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
- 223 **recovery** 1 [ri'kʌvəri] n. 恢复, 复原; 痊愈; 重获
- 224 **reduce** 1 [ri'dju:s, -dʌs] vt. 减少; 降低; 使处于; 把...分解 vi. 减少; 缩小; 归纳为
- 225 **regular** 1 ['regjʊlə] adj. 定期的; 有规律的; 合格的; 整齐的; 普通的 n. 常客; 正式队员; 中坚分子 adv. 定期地; 经常地 n. (Regular)人名; (以)雷古拉尔
- 226 **related** 1 [ri'reitid] adj. 有关系的, 有关联的; 讲述的, 叙述的 v. 叙述 (relate过去式)
- 227 **relating** 1 [ri'relɪŋ] adj. 关联的 动词relate的现在分词.
- 228 **repeated** 1 [ri'pi:tɪd] adj. 再三的, 反复的 v. 重复; 复述 (repeat的过去分词)
- 229 **report** 2 [ri'pɔ:t] n. 报告; 报道; 成绩单 vt. 报告; 报导; 使报到 vi. 报告; 报到; 写报导 n.(Report)人名; (匈)雷波特
- 230 **reported** 1 [ri'pɔ:tɪd] adj. 报告的; 据报道的 v. 报道 (report的过去分词); 报告; 记录
- 231 **require** 1 [ri'kwaɪə] vt. 需要; 要求; 命令
- 232 **researchers** 1 [ri'sɜ:tʃəz] n. 研发人员, 研究人员 (researcher的复数形式)
- 233 **researches** 1 [ri:si:tʃɪs] n. 研究; 调查 名词research的复数形式.
- 234 **resistance** 1 [ri'zɪstəns] n. 阻力; 电阻; 抵抗; 反抗; 抵抗力
- 235 **respiration** 1 [ˌrespə'reɪʃən] n. 呼吸; 呼吸作用
- 236 **rest** 1 [rest] vt. 使休息, 使轻松; 把...寄托于 n. 休息, 静止; 休息时间; 剩余部分; 支架 vi. 休息; 静止; 依赖; 安置 n.(Rest)人名; (英、德、俄、捷、荷)雷斯特
- 237 **resulting** 1 [ri'zʌltɪŋ] adj. 结果的 动词result的现在分词.
- 238 **results** 1 [ri'zʌltz] n. 结果
- 239 **rollers** 1 英 ['rɔʊləz] 美 ['rɔʊləz] n. 滚筒; 滚轴; 绷带卷 名词roller的复数形式.
- 240 **run** 1 vi. 经营; 奔跑; 运转 vt. 管理, 经营; 运行; 参赛 n. 奔跑; 赛跑; 趋向; 奔跑的路程 n.(Run)人名; (塞)鲁恩
- 241 **safely** 1 ['seɪfli] adv. 安全地 稳定地
- 242 **said** 2 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
- 243 **says** 7 [sez] v. 说 (第三人称单数)
- 244 **section** 1 n. 截面; 部分; 部门; 地区; 章节 vi. 被切割成片; 被分成部分 vt. 把...分段; 将...切片; 对...进行划分
- 245 **shape** 1 [ʃeɪp] n. 形状; 模型; 身材; 具体化 vt. 形成; 塑造, 使成形; 使符合 vi. 形成; 成形; 成长 n.(Shape)人名; (瑞典)沙佩
- 246 **short** 1 [ʃɔ:t] adj. 短的; 不足的; 矮的, 低的 n. 短; 缺乏; 短路; 短裤 adv. 不足; 突然; 唐突地 n.(Short)人名; (英)肖特
- 247 **should** 4 [ʃʊd, 弱 ʃəd, ʃd] aux. 应该; 就; 可能; 将要
- 248 **shown** 1 [ʃəʊn] v. 解释 (show的过去分词); 给予; 表露
- 249 **side** 1 [saɪd] n. 方面; 侧面; 旁边 vi. 支持; 赞助; 偏袒 adj. 旁的, 侧的 vt. 同意, 支持 n.(Side)人名; (英)赛德
- 250 **sides** 1 [saɪdz] n. 侧 名词side的复数形式.
- 251 **simple** 1 ['sɪmpl] adj. 简单的; 单纯的; 天真的 n. 笨蛋; 愚蠢的行为; 出身低微者 n.(Simple)人名; (法)桑普勒
- 252 **simply** 1 ['sɪmpli] adv. 简单地; 仅仅; 简直; 朴素地; 坦白地
- 253 **skating** 1 ['skeɪtɪŋ] n. 溜冰, 滑冰 v. 滑冰 (skate的ing形式)
- 254 **slow** 1 [sləʊ] adj. 慢的; 减速的; 迟钝的 vi. 变慢; 变萧条 vt. 放慢; 阻碍 adv. 慢慢地; 迟缓地 n.(Slow)人名; (英)斯洛
- 255 **small** 1 [smɔ:l] adj. 少的, 小的; 微弱的; 几乎没有的; 不重要的; 幼小的 adv. 小小地; 卑鄙地 n. 小件物品; 矮小的人 n.(Small)

人名; (英)斯莫尔

- 256 **so** 1 [ˈsəʊ, 弱 sə] adv.如此, 这么; 确是如此 conj.所以; 因此 pron.这样 n.(So)人名; (柬)索
- 257 **some** 6 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
- 258 **sounds** 1 [ˈsaʊndz] n. 声音, 响声 (名词sound的复数形式) v. 听起来; 感觉起来; 发出声音; 发音 (动词sound的第三人称单数形式)
- 259 **speaking** 1 [ˈspi:kiŋ] adj.演讲的; 富于表情的, 雄辩的 n.说话; 演讲 v.讲 (speak的ing形式)
- 260 **specific** 2 [spɪˈsɪfɪk] adj.特殊的, 特定的; 明确的; 详细的; [药]具有特效的 n.特性; 细节; 特效药
- 261 **speed** 1 [spi:d] vi.超速, 加速; 加速, 迅速前行; 兴隆 n.速度, 速率; 迅速, 快速; 昌盛, 繁荣 vt.加快...的速度; 使成功, 使繁荣 n.(Speed)人名; (英)斯皮德
- 262 **sport** 2 [spɔ:t] n.运动; 游戏; 娱乐; 运动会; 玩笑 vi.游戏 vt.游戏; 参加体育运动; 夸耀 adj.运动的
- 263 **sports** 3 n.运动; 运动会 (sport的复数); (报纸)体育版面; 突变; 娱乐 adj.运动的; 适用于运动的 v.娱乐; 戏弄 (sport的第三人称单数)
- 264 **sprint** 1 [sprɪnt] vi.冲刺, 全速跑 n.冲刺; 短跑 vt.全速奔跑
- 265 **st** 1 [es ti:] abbr.标准时间 (standardtime); Shipping装货单 (ShippingTicket)
- 266 **standing** 1 [ˈstændɪŋ] adj.长期的; 直立的; 固定的 n.站立; 持续; 身分 v.站立; 坚持不变; 坐落于 (stand的ing形式) n. (Standing)人名; (英)斯坦丁; (德)施坦丁
- 267 **start** 2 [stɑ:t] vt.开始; 启动 vi.出发 n.开始; 起点
- 268 **state** 1 [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
- 269 **static** 6 [stætɪk] adj.静态的; 静电的; 静力的 n.静电; 静电干扰
- 270 **story** 3 [ˈstɔ: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
- 271 **stretch** 9 vt.伸展, 张开; (大量地)使用, 消耗 (金钱, 时间); 使竭尽所能; 使全力以赴; vi.伸展; 足够买 (或支付) n.伸展, 延伸 n.(Stretch)人名; (英)斯特雷奇
- 272 **stretching** 17 [ˈstretʃɪŋ] n. 拉伸 动词stretch的现在分词形式.
- 273 **stronger** 1 [英[stɒŋə(r)] 美[stɹɒŋə]] adj.更强壮的
- 274 **studies** 3 [ˈstʌdɪz] 名词study的复数形式 动词study的第三人称单数
- 275 **stumm** 1 斯蒂姆
- 276 **such** 1 [sʌtʃ, səʃ] adj.这样的, 如此的 n.(Such)人名; (英)萨奇; (德)祖赫
- 277 **suggests** 3 [səˈdʒest] vt. 建议; 暗示; 使想起; 表明; 要求
- 278 **temporary** 1 [ˈtempərəri] adj.暂时的, 临时的 n.临时工, 临时雇员
- 279 **tendon** 2 [ˈtendən] n.[解剖]腱 n.(Tendon)人名; (法)唐东
- 280 **tendons** 1 腱
- 281 **that** 13 [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
- 282 **the** 22 [ði/ðə] art.这; 那 adv.更加 (用于比较级, 最高级前)
- 283 **their** 1 [ðeə, 弱 ðeə] pron.他们的, 她们的; 它们的 n.(Their)人名; (英)蒂尔; (芬、瑞典)泰尔
- 284 **them** 1 [ðem, 弱 ðəm, ðm] pron.他们; 它们; 她们 n.(Them)人名; (老)探
- 285 **then** 3 adv.然后; 那么; 于是; 当时; 此外 n.(Then)人名; (德)特恩
- 286 **there** 1 [ðeə, 弱 ðə, ðr] adv.在那里; 在那边; 在那点上 int.你瞧 n.那个地方
- 287 **thereby** 1 [ˌðeəˈbaɪ, ˈðeəbaɪ] adv.从而, 因此; 在那附近; 在那方面
- 288 **these** 2 [ði:z] pron.这些 adj.这些的
- 289 **they** 2 [ðeɪ, 弱 ðeɪ] pron.他们; 它们; 她们
- 290 **this** 7 [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
- 291 **those** 1 [ðəʊz] adj.那些的 pron.那些 (that的复数)
- 292 **thoughts** 1 [ˈθɔ:ts] n. 思维 名词thought的复数形式.
- 293 **tissue** 1 n.组织; 纸巾; 薄纱; 一套 vt.饰以薄纱; 用化妆纸揩去
- 294 **to** 33 [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; (柬)多; (中)脱 (普通话·威妥玛)
- 295 **topic** 1 [ˈtɒpɪk] n.主题 (等于theme); 题目; 一般规则; 总论
- 296 **tough** 1 [tʌf] adj.艰苦的, 困难的; 坚强的, 不屈不挠的; 坚韧的, 牢固的; 强壮的, 结实的 n.恶棍 vt.坚持; 忍受, 忍耐 adv.强硬地, 顽强地 n.(Tough)人名; (英)图赫

- 297 **traditional** 3 [trə'dɪʃənəl] adj.传统的; 惯例的
- 298 **train** 1 [treɪn] n.火车; 行列; 长队; 裙裾 v.培养; 训练; 瞄准 n.(Train)人名; (英)特雷恩; (法)特兰; (意)特拉因
- 299 **training** 1 [treɪnɪŋ] n.训练; 培养; 瞄准; 整枝 v.训练; 教养 (train的ing形式)
- 300 **trouble** 1 [trʌbl] n.麻烦; 烦恼; 故障; 动乱 vt.麻烦; 使烦恼; 折磨 vi.费心, 烦恼
- 301 **true** 1 [tru:] adj.真实的; 正确的 adv.真实地; 准确地 n.真实; 准确 vt.装准 n.(TRUE)人名; (英)特鲁
- 302 **turns** 1 ['tɜ:nz] n.转向 名词turn的复数形式.
- 303 **university** 1 [juːnɪ'vɜ:sətɪ] n.大学; 综合性大学; 大学校舍
- 304 **up** 6 [ʌp] adv.起来; 上涨; 向上 prep.在...之上; 向...的较高处 adj.涨的; 起床的; 向上的 n.上升; 繁荣
- 305 **us** 1 prɒn.我们
- 306 **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
- 307 **used** 1 adj.习惯的; 二手的, 使用过的 v.用 (use的过去式); (usedto) 过去常做
- 308 **using** 1 n.使用; 利用 v.使用 (use的ing形式)
- 309 **VOA** 2 英 [vi:əʊ'eɪ] 美 [oʊ] abbr. 美国之音 (=Voice of America).
- 310 **walking** 1 ['wɔ:kɪŋ] n.步行; 散步 v.步行 (walk的ing形式) adj.步行的
- 311 **want** 1 [wɒnt, wɔ:nt] vt.需要; 希望; 应该; 缺少 n.需要; 缺乏; 贫困; 必需品 vi.需要; 缺少
- 312 **warm** 7 [wɔ:m] adj.温暖的; 热情的 vi.同情; 激动; 变温暖 vt.使...兴奋; 使...温暖; 使...感兴趣 n.取暖; 加热 n.(Warm)人名; (英)沃姆; (德)瓦姆
- 313 **warns** 1 英 [wɔ:n] 美 [wɔ:rn] vt.警告; 告诫; 预先通知 vi.发出警告
- 314 **was** 1 be的第一和第三人称单数过去式
- 315 **way** 1 [weɪ] n.方法; 道路; 方向; 行业; 习惯 adv.大大地; 远远地 adj.途中的 n.(Way)人名; (中)见Wei; (英、緬)韦
- 316 **we** 1 [wi:弱wi] prɒn.我们 (主格); 笔者, 本人 (作者或演讲人使用); 朕, 寡人 n.(We)人名; (緬)韦
- 317 **weight** 1 [weɪt] n.重量, 重力; 负担; 砝码; 重要性 vt.加重量于, 使变重 n.(Weight)人名; (英)韦特; (捷)魏格特
- 318 **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
- 319 **what** 1 [hwɒt, hwɒt, 弱hwɒt] prɒn.什么; 多么; 多少 adj.什么; 多么; 何等 adv.到什么程度, 在哪一方面 int.什么; 多么
- 320 **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 prɒn.那时; 什么时候 n.时间, 时候; 日期; 场合
- 321 **where** 1 [hwɛə] adv.在哪里 prɒn.哪里 conj.在...的地方 n.地点
- 322 **whether** 1 ['weðə] conj.是否; 不论 prɒn.两个中的哪一个
- 323 **which** 2 [hwɪtʃ] prɒn.哪/那一个; 哪/那一些 adj.哪一个; 哪一些
- 324 **white** 1 [hwaɪt] adj.白色的; 白种的; 纯洁的 n.白色; 洁白; 白种人
- 325 **why** 1 [hwaɪ] int.哎呀! 什么? adv.为什么
- 326 **will** 1 [wɪl] n.意志; 决心; 情感; 遗嘱; 意图; 心愿 vt.决心要; 遗赠; 用意志力使 vi.愿意; 下决心 aux.将; 愿意; 必须
- 327 **with** 8 [wɪð, wɪθ] prep.用; 随着; 支持; 和...在一起 n.(With)人名; (德、芬、丹、瑞典)维特
- 328 **words** 1 [wɔ:dz] n.[计]字 (word的复数); 话语; 言语 v.用言语表达 (word的三单形式)
- 329 **years** 3 ['jɜ:z] n.很久; 年, 年度 名词year的复数形式.
- 330 **yes** 1 [jes] adv.是,是的 n.是 (表示肯定)
- 331 **you** 21 [ju:, 弱ju, jə] prɒn.你; 你们 n.(You)人名; (柬)尤; (东南亚国家华语)猷
- 332 **your** 8 [jɔ:, jəu, 弱jə] prɒn.你的, 你们的
- 333 **yourself** 1 [jɔ:'self, juə-, jə-] prɒn.你自己