

2025-01-14 [Health and Lifestyle] Advice on Successfully Keeping New Year's Promises 词汇表

- 1 **about** 5 [ə'baʊt] 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
- 2 **accountable** 3 [ə'kaʊntəbl] adj.有责任的; 有解释义务的; 可解释的
- 3 **achieve** 2 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 **action** 1 ['ækj(ə)n] n.行动; 活动; 功能; 战斗; 情节 n.(Action)人名; (英)埃克申
- 5 **actions** 1 ['ækj(ə)nz] n. 动作 名词action的复数形式.
- 6 **activities** 2 英 [æk'tɪvɪti] 美 [æk'tɪvəti] n. 活动; 活跃 vt. 表演 adj. 厉害
- 7 **adapted** 1 [əd'æptɪd] 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 **added** 1 [ə'dɪd] adj. 附加的; 增添的 动词add的过去式及过去分词.
- 10 **adj** 2 abbr. (=adjuvant disease) 佐剂病; (=adjective) 形容词
- 11 **adv** 1 [ædvɜ:b] abbr. 副词 (=adverb)
- 12 **advice** 3 [əd'vaɪs] n.建议; 忠告; 劝告; 通知
- 13 **afraid** 2 [ə'freɪd] adj.害怕的; 恐怕; 担心的
- 14 **after** 1 [ɑ:ftə, 'æf-] adv.后来, 以后 prep.在.....之后 conj.在.....之后 adj.以后的
- 15 **again** 1 adv.又, 此外; 再一次; 再说; 增加 n. (英、保) 阿盖恩
- 16 **all** 1 [ɔ:l] 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
- 17 **also** 3 [ɔ:lsəʊ] adv.也; 而且; 同样 conj.并且; 另外 n.(Also)人名; (罗)阿尔索
- 18 **American** 1 n.美国人, 美洲人; 美国英语 adj.美国的, 美洲的; 地道美国式的
- 19 **among** 1 [ə'mʌŋ] prep.在...中间; 在...之中
- 20 **an** 3 art.一 (在元音音素前)
- 21 **and** 15 [强ænd, 弱ənd, ən] conj.和, 与; 就; 而且; 但是; 然后 n.(And)人名; (土、瑞典)安德
- 22 **anna** 2 [ˈænə] n.安娜 (女子名)
- 23 **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
- 24 **as** 1 [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
- 25 **ask** 1 [ɑ:sk, æsk] vt.问, 询问; 要求; 需要; 邀请; 讨价 vi.问, 询问; 要求 n.(Ask)人名; (芬、瑞典)阿斯克
- 26 **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)
- 27 **association** 1 [ə,səʊsi'eɪʃən, ə,səʊʃi'eɪ-] n.协会, 联盟, 社团; 联合; 联想
- 28 **at** 2 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)
- 29 **attention** 1 [ə'tenʃən] n.注意力; 关心; 立正! (口令)
- 30 **avoid** 1 [ə'vɔɪd] vt.避免; 避开, 躲避; 消除
- 31 **bad** 3 [bæd] adj.坏的; 严重的; 劣质的 n.坏事; 坏人 adv.很, 非常; 坏地; 邪恶地 n.(Bad)人名; (罗)巴德
- 32 **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
- 33 **be** 14 vt.是; 有, 存在; 做, 成为; 发生 n.(Be)人名; (緬)拜; (日)部(姓); (朝)培; (中非)贝
- 34 **become** 2 [bɪ'kʌm] vi.成为; 变得; 变成 vt.适合; 相称
- 35 **begins** 1 [brɪ'ɡɪn] v.开始; 着手
- 36 **behavior** 4 [bɪ'heɪvjə] n.行为, 举止; 态度; 反应
- 37 **behavioral** 1 [bɪ'heɪvjərəl] adj.行为的
- 38 **behaviors** 1 [bɪ'heɪ'vi:əz] 行为
- 39 **being** 1 ['bi:ɪŋ] n.存在; 生命; 本质; 品格 adj.存在的; 现有的
- 40 **benefit** 1 n.利益, 好处; 救济金 vt.有益于, 对...有益 vi.受益, 得益
- 41 **benefits** 1 ['benɪfɪt] n. 利益; 津贴; 义演; 保险金; 借助 vt. 有益于; 得益
- 42 **better** 2 [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

- 43 **big** 2 [big] 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
- 44 **bigger** 1 [bɪgə] adj.更大的 形容词big的比较级.
- 45 **breaking** 1 ['breɪkɪŋ] n.破坏；阻断 v.破坏 (break的ing形式)
- 46 **British** 1 ['brɪtɪʃ] adj.英国的；英国人的；大不列颠的 n.英国人
- 47 **but** 1 [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
- 48 **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
- 49 **calendar** 2 ['kælɪndə] n.日历；[天]历法；日程表 vt.将...列入表中；将...排入日程表
- 50 **can** 7 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
- 51 **care** 1 [keə] n.关怀；照料；谨慎；忧虑 vi.照顾；关心；喜爱；顾虑 vt.在意；希望或喜欢 n.(Care)人名；(英)凯尔；(塞)察蕾
- 52 **caused** 1 [kɔːzd] v.引起；使发生 (动词cause的过去式与过去分词形式)
- 53 **causes** 1 [kɔːzɪz] n.原因，理由；事业 名词cause的复数形式.
- 54 **change** 4 [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 **changes** 5 [tʃeɪndʒɪz] n.改变 名词change的复数形式.
- 57 **changing** 1 [tʃeɪndʒɪŋ] vbl.变更；换车；兑换
- 58 **cheng** 1 中国姓氏成、程、曾、郑、岑的音译
- 59 **chocolate** 1 [tʃɒkəlɪt] n.巧克力，巧克力糖；巧克力色 adj.巧克力色的；巧克力口味的 n.(Chocolate)人名；(葡)绍科拉特
- 60 **choose** 1 [tʃuːz] vt.选择，决定 vi.选择，挑选
- 61 **chose** 1 [英[tʃəʊz] 美[tʃoʊz]] v.choose的过去式,选择 n.【法律】物体；动产 n.(Chose)人名；(法)肖兹
- 62 **city** 1 ['sɪti] n.城市，都市 adj.城市的；都会的
- 63 **class** 1 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)
- 64 **compared** 1 英[kəmpeɪ(r)] 美[kəmper] v.比较；对比；比喻 n.比较；对照
- 65 **compassion** 2 [kəmˈpæʃən] n.同情；怜悯
- 66 **compassionate** 1 [kəmˈpæʃənɪt] adj.慈悲的；富于同情心的 vt.同情；怜悯
- 67 **complete** 1 [kəmˈpli:t] adj.完整的；完全的；彻底的 vt.完成
- 68 **confidence** 1 ['kɒnfɪdəns] n.信心；信任；秘密 adj.(美)诈骗的；骗得信任的
- 69 **connected** 1 [kəˈnektɪd] adj.[计]连接的；有联系的；连贯的 v.连接 (connect的过去式)
- 70 **could** 3 [强 kud, 弱 kəd] aux.能够 v.能 (can的过去式)
- 71 **create** 1 [kriˈeɪt] vt.创造，创作；造成
- 72 **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
- 73 **daunting** 3 ['daʊntɪŋ] adj.使人畏缩的；使人气馁的；令人怯步的
- 74 **day** 3 [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
- 75 **decides** 1 [dɪ'saɪd] v.决定；判断；断定
- 76 **deed** 1 n.行动；功绩；证书；[法]契据 vt.立契转让
- 77 **deep** 1 [di:p] n.深处；深渊 adj.深的；低沉的；深奥的 adv.深入地；深深地；迟 n.(Deep)人名；(英)迪普
- 78 **depending** 1 [dɪˈpendɪŋ] n.依赖；信任；决定于 动词depend的现在分词形式.
- 79 **dessert** 3 [dɪˈzɜ:t] n.餐后甜点；甜点心 n.(Dessert)人名；(法)德塞尔
- 80 **develop** 1 [dɪˈveləp] vt.开发；进步；使成长；使显影 vi.发育；生长；进化；显露
- 81 **difficult** 3 ['dɪfɪkəlt] adj.困难的；不随和的；执拗的
- 82 **do** 3 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
- 83 **document** 1 n.文件，公文；[计]文档；证件 vt.记录，记载
- 84 **drive** 1 [draɪv] vi.开车；猛击；飞跑 vt.推动，发动(机器等)；驾驶(马车，汽车等)；驱赶 n.驱动器；驾车；[心理]内驱力，
推进力；快车道
- 85 **each** 2 [i:tʃ] adj.每；各自的 adv.每个；各自 pron.每个；各自

- 86 **eat** 1 [i:t] vt.吃, 喝; 腐蚀; 烦扰 vi.进食; 腐蚀, 侵蚀
- 87 **eaten** 1 [英 'i:tɪn] 美 ['i:tɪn] v.吃 (eat的过去分词)
- 88 **eating** 1 ['i:tɪŋ] adj.侵蚀的; 可生食的; 进餐用的 n.吃; 食物 v.吃 (eat的ing形式)
- 89 **effort** 1 ['efət] n.努力; 成就
- 90 **efforts** 1 ['efəts] 努力
- 91 **end** 2 [end] n.结束; 目标; 尽头; 末端; 死亡 vi.结束, 终止; 终结 vt.结束, 终止; 终结 n.(End)人名; (英、德)恩德
- 92 **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
- 93 **error** 1 ['erə] n.误差; 错误; 过失
- 94 **evening** 1 ['i:vniŋ] n.晚上; 傍晚; (联欢性的)晚会; 后期 adj.在晚上的; 为晚上的; 晚上用的 int.晚上好 (等于goodevening)
- 95 **event** 1 ['i:vent] n.事件, 大事; 项目; 结果
- 96 **every** 2 ['evri] adj.每一的, 每个的; 每隔...的 n.(Every)人名; (英)埃夫里
- 97 **example** 4 [ɪg'zɑ:mpəl] n.例子; 榜样 vt.作为...的例子; 为...做出榜样 vi.举例
- 98 **exercise** 2 ['eksəsaɪz] 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
- 99 **exercising** 2 ['eksəsaɪzɪŋ] v.锻炼, 训练, 练习 (exercise的现在分词)
- 100 **expect** 1 [ɪk'spekt] vt.期望; 指望; 认为; 预料 vi.期待; 预期
- 101 **experts** 4 英 [ˈɛkspɜ:t] 美 [ˈɛkspɜ:rt] n.专家; 能手 adj.熟练的; 内行的
- 102 **explained** 1 [ɪk'spleɪnd] v.解释; 说明 vbl.解释; 说明
- 103 **feeling** 1 ['fi:lɪŋ] n.感觉, 触觉; 感情, 情绪; 同情 adj.有感觉的; 有同情心的; 富于感情的 v.感觉; 认为 (feel的现在分词); 触摸
- 104 **feels** 2 [fi:l] v.感觉; 觉得; 触摸; 摸起来; 认为; 摸索 n.感觉; 触觉
- 105 **finance** 1 [faɪ'næns] n.财政, 财政学; 金融 vt.负担经费, 供给...经费 vi.筹措资金 n.(Finance)人名; (法)菲南斯
- 106 **finish** 1 ['fɪnɪʃ] vt.完成; 结束; 用完 vi.结束, 终止; 终结 n.结束; 完美; 回味 (葡萄酒)
- 107 **food** 1 [fu:d] n.食物; 养料
- 108 **foods** 1 [fu:dz] n.食品 名词food的复数形式.
- 109 **for** 19 [强 fɔ:, 弱 fə] prep.为, 为了; 因为; 给; 对于; 至于; 适合于 conj.因为
- 110 **found** 2 [faʊnd] vt.创立, 建立; 创办 v.找到 (find的过去分词)
- 111 **friends** 1 n.朋友 名词friend的复数形式.
- 112 **from** 4 [强 frɒm, 弱 frəm] prep.来自, 从; 由于; 今后 n.(From)人名; (瑞典、丹、德)弗罗姆
- 113 **fun** 1 [fʌn] n.乐趣; 玩笑; 有趣的人或事 adj.供娱乐用的 vi.开玩笑
- 114 **gave** 2 [geɪv] v.给予 (give的过去式) n.(Gave)人名; (塞内)加韦; (法)加夫
- 115 **give** 2 [gɪv] 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
- 116 **giving** 1 ['gɪvɪŋ] n.给予; 给予物 动词give的现在分词.
- 117 **goal** 3 [ɡəʊl] n.目标; 球门, 得分数; 终点 vi.攻门, 射门得分
- 118 **goals** 5 [ˈɡəʊlz] n.目标 名词goal的复数形式.
- 119 **going** 1 ['ɡəʊɪŋ] 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
- 120 **good** 4 [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
- 121 **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
- 122 **group** 4 [ɡru:p] n.组; 团体 adj.群的; 团体的 vi.聚合 vt.把...聚集; 把...分组
- 123 **growth** 1 [ɡrəʊθ] n.增长; 发展; 生长; 种植
- 124 **gym** 1 [dʒɪm] n.健身房; 体育; 体育馆
- 125 **habit** 1 ['hæbɪt] n.习惯, 习性; 嗜好 vt.使穿衣
- 126 **habits** 2 ['hæbɪt] n.习惯; 习性
- 127 **had** 3 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)
- 128 **happening** 1 ['hæpənɪŋ] n.事件; 意外发生的事 v.发生; 碰巧 (happen的ing形式)
- 129 **has** 2 v.有, 吃, 得到, 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
- 130 **have** 3 [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
- 131 **health** 5 [helθ] n.健康; 卫生; 保健; 兴旺

- 132 **healthy** 1 ['hi:θi] adj. 石南的; 石南似的; 灌木丛生的
- 133 **held** 2 v. 握住 (hold的过去分词); 举起, 抬起; 使升高; 展示; 提出(作为榜样)(后与as连用) n.(Held)人名; (英、瑞典)赫尔德; (德、捷)黑尔德; (罗、匈、塞)海尔德
- 134 **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
- 135 **helpful** 1 [helpful] adj. 有帮助的; 有益的
- 136 **helping** 1 [helpɪŋ] n. 帮助, 协助; 一份食物 adj. 辅助的; 给予帮助的 v. 帮助; 扶持 (help的ing形式)
- 137 **hold** 1 vt. 持有; 拥有; 保存; 拘留; 约束或控制 vi. 支持; 有效; 持续 n. 控制; 保留 n.(Hold)人名; (英、德、捷)霍尔德 又作“Hold住”使用, 中英混用词汇, 表示轻松掌控全局。[过去式held过去分词held或holden现在分词holding]
- 138 **if** 3 [ɪf] conj. (表条件) 如果; 即使; 是否; (表假设) 假如 n. 条件; 设想
- 139 **important** 1 [ɪm'pɔ:tənt] adj. 重要的, 重大的; 有地位的; 有权力的
- 140 **impossible** 1 [ɪm'pɔ:səbl] adj. 不可能的; 不可能存在的; 难以忍受的; 不真实的 n. 不可能; 不可能的事
- 141 **improve** 1 [ɪm'pru:v] vt. 改善, 增进; 提高...的价值 vi. 增加; 变得更好
- 142 **improvement** 3 n. 改进, 改善; 提高
- 143 **in** 8 [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); (柬)殷(用于名字第一节), 因; (日)寅(名)
- 144 **increase** 1 [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
- 145 **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
- 146 **involve** 1 [ɪn'vɒlv] vt. 包含; 牵涉; 使陷于; 潜心于
- 147 **involved** 1 [ɪn'vɒlvd] adj. 有关的; 卷入的; 复杂的 v. 涉及; 使参与; 包含 (involve的过去式和过去分词)
- 148 **involving** 2 [ɪn'vɒlvɪŋ] adj. 包括的 动词involve的现在分词.
- 149 **is** 11 [ɪz, z, s] v. 是 (be的三单形式) n. 存在
- 150 **it** 7 [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
- 151 **January** 2 [dʒænjuəri] n. 一月
- 152 **jar** 1 [dʒɑ:] n. 罐; 广口瓶; 震动; 刺耳声 vi. 冲突; 不一致; 震惊; 发刺耳声 vt. 震动; 刺激; 使震动 n.(Jar)人名; (罗)扎尔
- 153 **join** 1 [dʒɔɪn] vt. 参加; 结合; 连接 vi. 加入; 参加; 结合 n. 结合; 连接; 接合点 n.(Join)人名; (法)茹安
- 154 **judgmental** 1 [dʒʌdʒ'mentəl] adj. 审判的
- 155 **keep** 3 [ki:p] vt. 保持; 经营; 遵守; 饲养 vi. 保持; 继续不断 n. 保持; 生计; 生活费 n.(Keep)人名; (英)基普
- 156 **keeping** 2 [ki:pɪŋ] n. 保管; 一致; 协调; 遵守 v. 保持; 遵守 (keep的ing形式)
- 157 **kept** 1 [kept] adj. 受人资助控制的 v. 保持; 维持; 保管 (keep的过去式和过去分词)
- 158 **kind** 1 [kaɪnd] n. 种类; 性质 adj. 和蔼的; 宽容的; 令人感激的 n.(Kind)人名; (德、俄、法、捷)金德; (瑞典)欣德
- 159 **last** 2 [lɑ:st, læst] n. 末尾, 最后; 上个; 鞋楦(做鞋的模型) adj. 最后的; 最近的, 最新的; 仅剩的; 最不可能...的 vi. 持续; 维持, 够用; 持久 vt. 度过, 拖过; 使维持 adv. 最后地; 上次, 最近; 最后一点 n.(Last)人名; (英、德、葡、罗、瑞典)拉斯特
- 160 **learning** 2 ['lə:nɪŋ] n. 学习; 学问 v. 学习 (learn的现在分词)
- 161 **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
- 162 **life** 1 [laɪf] n. 生活, 生存; 寿命
- 163 **lifestyle** 2 ['laɪfstɑɪl] n. 生活方式 保健的
- 164 **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
- 165 **lives** 1 [laɪvz] n. 生活, [生物]生命 (life的复数) v. 生活 (live的三单形式); 居住
- 166 **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)
- 167 **lose** 2 [lu:z] vt. 浪费; 使沉溺于; 使迷路; 遗失; 错过 vi. 失败; 受损失 n.(Lose)人名; (英)洛斯; (德)洛泽
- 168 **loss** 1 [lɒs, lɔ:s] n. 减少; 亏损; 失败; 遗失 n.(Loss)人名; (匈)洛什; (法、德、意)洛斯
- 169 **Lynn** 1 [lɪn] n. 林恩(姓氏)
- 170 **made** 1 [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
- 171 **make** 10 [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
- 172 **makes** 2 [meɪks] v. 做 动词make的第三人称单数.
- 173 **many** 1 ['meni] pron. 许多; 许多人 adj. 许多的 n.(Many)人名; (法)马尼

- 174 **Maria** 1 [ˈriːˈmɛəriə] n. 玛丽亚 (女名)
- 175 **matteo** 2 n. 马泰奥
- 176 **meal** 1 [mi:l] n. 一餐, 一顿饭; 膳食 vi. 进餐
- 177 **meals** 1 [mi:lz] n. 伙食 名词meal的复数形式.
- 178 **meant** 1 [ment] v. 意味; 打算 (mean的过去式和过去分词); 表示...的意思
- 179 **mental** 2 [ˈmentəl] adj. 精神的; 脑力的; 疯的 n. 精神病患者
- 180 **might** 8 [maɪt] n. 力量; 威力; 势力 v. 可以; 或许 (may的过去式); 应该 aux. 可能; 也许 n. (Might) 人名; (英) 迈特
- 181 **mindset** 2 [ˈmaɪndset] n. 精神状态; 心态; 意向
- 182 **minutes** 1 [ˈmɪnɪts] n. 分钟; 会议记录 名词minute的复数形式.
- 183 **mistake** 1 [mɪˈsteɪk] n. 错误; 误会; 过失 vt. 弄错; 误解 vi. 弄错; 误解
- 184 **money** 1 [ˈmʌni] n. 钱; 货币; 财富 n. (Money) 人名; (英) 莫尼; (西、法) 莫内
- 185 **months** 2 [mʌnθs] 月份 (month的复数)
- 186 **more** 7 [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
- 187 **morning** 1 [ˈmɔːnɪŋ] n. 早晨; 黎明; 初期
- 188 **most** 3 [məʊst] adv. 最; 非常, 极其; 最多; 几乎 adj. 大部分的, 多数的; 最多的 n. 大部分, 大多数 n. (Most) 人名; (德、俄、法、芬、捷、英) 莫斯特
- 189 **motivation** 1 [ˌməʊtɪˈveɪʃən] n. 动机; 积极性; 推动
- 190 **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
- 191 **myself** 1 [maɪˈself] pron. 我自己; 我亲自; 我的正常的健康状况和正常情绪
- 192 **natural** 1 [ˈnætʃərəl] adj. 自然的; 物质的; 天生的; 不做作的 n. 自然的事情; 白痴; 本位音 n. (Natural) 人名; (西) 纳图拉尔
- 193 **nearly** 1 [ˈniəli] adv. 差不多, 几乎; 密切地
- 194 **never** 1 [ˈnevə] adv. 从未; 决不
- 195 **new** 7 [njuː, nuː] adj. 新的, 新鲜的; 更新的; 初见的 adv. 新近 n. (New) 人名; (英) 纽
- 196 **no** 2 [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
- 197 **not** 5 adv. 表示否定, 不 n. “非” (计算机中逻辑运算的一种)
- 198 **nothing** 1 [ˈnʌθɪŋ] neg. 没什么; 毫不 n. 无; 零; 不关紧要之事 adv. 毫不; 决不 pron. 无事; 无物 int. 什么也没有
- 199 **occasion** 1 [əˈkeɪʒən, əʊ-] n. 时机, 机会; 场合; 理由 vt. 引起, 惹起
- 200 **occasions** 1 [əˈkeɪʒn] n. 场合; 时机; 理由; 机会; 盛大场面 vt. 引起; 致使
- 201 **of** 17 [ɒv, əv, v, f] prep. 关于; 属于; ...的; 由...组成的
- 202 **offer** 1 [ˈɒfə] vt. 提供; 出价; 试图 n. 提议; 出价; 意图; 录取通知书 vi. 提议; 出现; 献祭; 求婚
- 203 **On** 6 [ɒn, ɔːn, 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); (缅、柬、印) 翁
- 204 **once** 1 [wʌns] adv. 一次; 曾经 conj. 一旦 n. 一次, 一回
- 205 **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
- 206 **ones** 1 [wʌnz] n. 刻录软件
- 207 **only** 1 [ˈəʊnli] adv. 只, 仅仅; 不料 adj. 唯一的, 仅有的; 最合适的 conj. 但是; 不过; 可是
- 208 **opportunity** 1 [ˌɒpəˈtjuːnɪti] n. 时机, 机会
- 209 **or** 11 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
- 210 **other** 3 [ˈʌðə] adj. 其他的, 另外的 pron. 另外一个
- 211 **others** 3 pron. 其他人
- 212 **our** 4 [aʊə, ɑː] pron. 我们的
- 213 **ourselves** 1 [ˌaʊəˈselvz, ,ɑː-] pron. 我们自己; 我们亲自
- 214 **own** 1 [əʊn] vt. 拥有; 承认 vi. 承认 adj. 自己的; 特有的 n. 自己的 n. (Own) 人名; (阿拉伯) 奥恩
- 215 **part** 1 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
- 216 **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
- 217 **people** 10 [ˈpiːpl] n. 人; 人类; 民族; 公民 vt. 居住于; 使住满人
- 218 **percent** 4 [pəˈsent] n. 百分比, 百分率; 部分; 百分数 adj. 百分之...的 adv. 以百分之...地

- 219 **perfection** 2 [pə'fɛkʃən] n.完善; 完美
- 220 **period** 1 [pɪəriəd] n.周期, 期间; 时期; 月经; 课时; (语法学)句点, 句号 adj.某一时代的
- 221 **personal** 1 [pɜːsənl] adj.个人的; 身体的; 亲自的 n.人事消息栏; 人称代名词
- 222 **piece** 1 [piːs] n.块; 件; 篇; 硬币 vt.修补; 接合; 凑合
- 223 **plan** 1 [plæn] n.计划; 平面图 vt.计划; 设计; 打算 vi.计划; 打算 n.(Plan)人名; (瑞典)普兰; (法)普朗
- 224 **planners** 1 [p'leɪnəz] 规划师
- 225 **plans** 1 [p'leɪnz] n. 预划; 平面图 名词plan的复数形式.
- 226 **popular** 1 [pɒpjulə] adj.流行的, 通俗的; 受欢迎的; 大众的; 普及的
- 227 **positively** 2 adv.肯定地; 明确地; 断然地; 乐观地
- 228 **pounds** 1 [paʊnd] n. 磅; 英镑 n. (汽车)扣押所; 宠物收留所 vt.捣碎; 敲打; 连续猛击 vi.咚咚地走; 怦怦地响
- 229 **powerful** 1 ['paʊəfʊl] adj.强大的; 强有力的 adv.很; 非常
- 230 **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
- 231 **promises** 2 [prɒmɪsɪz] n. 承诺 名词promise的复数形式.
- 232 **psychological** 2 [psaɪkə'lɒdʒɪkəl] adj.心理的; 心理学的; 精神上的
- 233 **psychologist** 1 [psaɪ'kɒlədʒɪst] n.心理学家, 心理学者
- 234 **published** 1 ['pʌblɪʃ] v. 出版; 发行; 公开发表
- 235 **put** 1 [put] vt.放; 表达; 移动; 安置; 赋予 vi.出发; 击; 航行; 发芽 n.掷; 笨蛋; 投击; 怪人 adj.固定不动的 n.(Put)人名; (泰、緬)布
- 236 **quit** 1 [kwɪt] vt.离开; 放弃; 停止; 使...解除 vi.离开; 辞职; 停止 n.离开; [计]退出 adj.摆脱了...的; 已经了结的 n.(Quit)人名; (英)奎特
- 237 **quite** 1 [kwaɪt] adv.很; 相当; 完全
- 238 **re** 1 [reɪ, ri:] prep.再, 重新 abbr.修订版 (revised edition); 回复, 答复 (reply) n.(Re)人名; (英、意、塞)雷
- 239 **reach** 1 [ri:tʃ] vi.达到; 延伸; 伸出手; 传开 vt.达到; 影响; 抵达; 伸出 n.范围; 延伸; 河段; 横风行驶 n.(Reach)人名; (柬)列
- 240 **reaching** 1 [ri:tʃɪŋ] 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
- 241 **realistic** 2 [ri:əlɪstɪk, ri:] adj.现实的; 现实主义的; 逼真的; 实在论的
- 242 **recently** 1 [ri:səntli] adv.最近; 新近
- 243 **reduce** 1 [rɪ'dju:s, -dʊ:s] vt.减少; 降低; 使处于; 把...分解 vi.减少; 缩小; 归纳为
- 244 **reminders** 1 [rɪ'maɪndəz] n. 提醒, 催函, 催款单 (reminder的复数形式)
- 245 **renewal** 1 [rɪ'nju:əl] n.更新, 恢复; 复兴; 补充; 革新; 续借; 重申
- 246 **repeated** 1 [rɪ'pi:tɪd] adj.再三的, 反复的 v.重复; 复述 (repeat的过去分词)
- 247 **report** 2 [rɪ'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
- 248 **reported** 1 [rɪ'pɔ:tɪd] adj.报告的; 据报道的 v.报道 (report的过去分词); 报告; 记录
- 249 **require** 1 [rɪ'kwaɪə] vt.需要; 要求; 命令
- 250 **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]
- 251 **resolution** 4 [ˌrezə'lju:ʃən, -lju:] n.[物]分辨率; 决议; 解决; 决心
- 252 **resolutions** 13 [ˌrezə'lju:ʃnz] n. 决心; 决定; 解决; 决议; 坚决; 分辨率
- 253 **responsible** 2 [rɪ'spɒnsəbl] adj.负责的, 可靠的; 有责任的
- 254 **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
- 255 **result** 1 [rɪ'zʌlt] n.结果; 成绩; 答案; 比赛结果 vi.结果; 导致; 产生
- 256 **review** 1 [rɪ'vju:] n.回顾; 复习; 评论; 检讨; 检阅 vt.回顾; 检查; 复审 vi.回顾; 复习功课; 写评论
- 257 **reviewing** 1 [rɪ'vju:] n. 复习; 回顾; 检讨; 评审 vt. 检阅; 评论; 温习; 检讨 vi. 写评论
- 258 **right** 1 [raɪt] adj.正确的; 直接的; 右方的 vi.复正; 恢复平稳 n.正确; 右边; 正义 adv.正确地; 恰当地; 彻底地 vt.纠正 n.(Right)人名; (英)赖特
- 259 **running** 1 [ˈrʌnɪŋ] n.运转; 赛跑; 流出 adj.连续的; 流动的; 跑着的; 运转着的 v.跑; 运转 (run的ing形式); 行驶 n.(Running)人名; (英)朗宁
- 260 **Russell** 4 [ˈrʌsəl] n.拉塞尔 (英国工程师, 整流器发明人)
- 261 **said** 7 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

- 262 **say** 3 [seɪ] vt. 讲；说明；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
- 263 **scientist** 1 [ˈsaɪəntɪst] n. 科学家
- 264 **scientists** 1 [ˈsaɪəntɪsts] n. 科学家 (scientist 的复数形式)
- 265 **season** 1 [ˈsiːzən] n. 时期；季节；赛季 vt. 给... 调味；使适应 vi. 变得成熟；变干燥
- 266 **see** 1 vt. 看见；理解；领会；觉察；拜访 vi. 看；看见；领会 n. (See) 人名；(英) 西伊；(柬) 塞；(德) 泽
- 267 **seem** 1 [siːm] vi. 似乎；像是；装作 n. (Seem) 人名；(英) 西姆
- 268 **self** 3 [self] n. 自己，自我；本质；私心 adj. 同一的 vt. 使自花授精；使近亲繁殖 vi. 自花授精 n. (Self) 人名；(英) 塞尔夫
- 269 **sense** 2 n. 感觉，功能；观念；道理；理智 vt. 感觉到；检测 n. 森斯 (人名)
- 270 **she** 5 [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)
- 271 **should** 1 [ʃʊd, 弱 ʃəd, ʃɪd] aux. 应该；就；可能；将要
- 272 **shown** 1 [ˈʃəʊn] v. 解释 (show 的过去分词)；给予；表露
- 273 **shows** 2 [ˈʃəʊz] n. 表明；说明；放映；展览 名词 show 的复数形式.
- 274 **sign** 1 n. 迹象；符号；记号；手势；指示牌 vi. 签署；签名 vt. 签署；示意
- 275 **simply** 1 [ˈsɪmpli] adv. 简单地；仅仅；简直；朴素地；坦白地
- 276 **situation** 2 [ˌsɪtʃuˈeɪʃən, -tʃu-] n. 情况；形势；处境；位置
- 277 **small** 2 [smɔːl] 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
- 278 **smaller** 2 [ˈsmɔːlər] adj. 较小的
- 279 **smartphone** 1 英 [ˈsmɑːtˌfəʊn] 美 [ˈsmɑːrtˌfoʊn] n. Microsoft 开发的新一代手机操作系统平台；智能手机
- 280 **so** 3 [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
- 281 **society** 1 [səˈsaɪəti] n. 社会；交往；社团；社交界
- 282 **some** 2 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
- 283 **someone** 1 [ˈsʌm,wʌn, -wən] pron. 有人，某人
- 284 **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
- 285 **special** 1 [ˈspeʃəl] n. 特使，特派人员；特刊；特色菜；专车；特价商品 adj. 特别的；专门的，专用的
- 286 **specific** 3 [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
- 287 **spent** 1 [spent] adj. 耗尽了；精疲力尽的 v. 花费 (spend 的过去分词)；浪费；耗费
- 288 **spring** 2 [sprɪŋ] n. 春天；弹簧；泉水；活力；跳跃 adj. 春天的 vi. 生长；涌出；跃出；裂开 vt. 使跳起；使爆炸；突然提出；使弹开 n. (Spring) 人名；(德) 施普林；(英、芬、瑞典) 斯普林
- 289 **start** 5 [stɑːt] vt. 开始；启动 vi. 出发 n. 开始；起点
- 290 **starts** 1 [sˈtɑːts] v. 开始；启动；开创 (start 的第三人称单数形式) n. 开始；开创 (名词 start 的复数形式)
- 291 **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
- 292 **story** 2 [ˈstɔːri] 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
- 293 **stress** 2 [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
- 294 **studies** 1 [ˈstʌdɪz] 名词 study 的复数形式 动词 study 的第三人称单数
- 295 **study** 2 [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
- 296 **succeed** 1 [səkˈsiːd] vi. 成功；继承；继任；兴旺 vt. 继承；接替；继... 之后
- 297 **successful** 1 [səkˈsesfʊl] adj. 成功的；一帆风顺的
- 298 **successfully** 1 [səkˈsesfʊli] adv. 成功地；顺利地
- 299 **suggest** 2 vt. 提议，建议；启发；使人想起；显示；暗示
- 300 **suggests** 2 [səˈdʒest] vt. 建议；暗示；使想起；表明；要求
- 301 **support** 1 [səˈpɔːt] 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
- 302 **sweet** 1 [swiːt] adj. 甜的；悦耳的；芳香的；亲切的 n. 糖果；乐趣；芳香；宝贝 (俚) 酷毙了 n. (Sweet) 人名；(英) 斯威特
- 303 **sympathy** 1 [ˈsɪmpəθi] n. 同情；慰问；赞同
- 304 **take** 1 vt. 拿，取；采取；接受 (礼物等)；买，花费；耗费 (时间等) vi. 拿；获得 n. 捕获量；看法；利益，盈益；(入场券) 售得金额
- 305 **tamara** 1 [təˈmæərə] n. 塔玛拉 (女子名)

- 306 **targets** 1 英 ['tɑ:ɡɪt] 美 ['tɑ:rdʒɪt] n. 目标; 对象; 靶 vt. 把 ... 作为目标; 瞄准
- 307 **task** 1 [tɑ:sk, tæsk] vt. 分派任务 n. 工作, 作业; 任务
- 308 **technology** 1 [tek'nɒlədʒi] n. 技术; 工艺; 术语
- 309 **tension** 1 ['tenʃən] n. 张力, 拉力; 紧张, 不安; 电压 vt. 使紧张; 使拉紧
- 310 **texts** 1 ['teksts] n. 正文; 原文; 课文; 课本 名词text的复数形式.
- 311 **than** 2 [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
- 312 **that** 12 [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
- 313 **the** 27 [ði/ðə] art. 这; 那 adv. 更加 (用于比较级, 最高级前)
- 314 **their** 2 [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
- 315 **them** 1 [ðem, 弱ðəm, ðm] pron. 他们; 它们; 她们 n. (Them)人名; (老)探
- 316 **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
- 317 **these** 1 [ði:z] pron. 这些 adj. 这些的
- 318 **they** 2 [ðei, 弱ðe] pron. 他们; 它们; 她们
- 319 **think** 3 [θɪŋk] vt. 想; 认为; 想起; 想像; 打算 vi. 想; 认为 n. 想; 想法 adj. 思想的
- 320 **thinking** 1 ['θɪŋkɪŋ] adj. 思考的; 思想的; 有理性的; 好思考的 n. 思考; 思想; 想法; 意见; 见解 v. 思考 (think的现在分词)
- 321 **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
- 322 **those** 1 [ðəʊz] adj. 那些的 pron. 那些 (that的复数)
- 323 **thus** 1 adv. 因此; 从而; 这样; 如此 conj. 因此
- 324 **time** 6 [taɪm] n. 时间; 时代; 次数; 节拍; 倍数 vt. 计时; 测定...的时间; 安排...的速度 adj. 定时的; 定期的; 分期的 n. (Time)人名; (俄)季梅; (英)泰姆; (罗)蒂梅
- 325 **timers** 1 n. 定时器; 计时器; 定时装置 (timer的复数形式)
- 326 **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
- 327 **to** 39 [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)
- 328 **towards** 1 [tə'wɔ:dz, tu-, 'təʊdz, twɔ:dz] prep. 朝, 向; 对于; 有助于
- 329 **trade** 1 [treɪd] n. 贸易, 交易; 行业; 职业 vi. 交易, 买卖; 以物易物 vt. 用...进行交换
- 330 **trying** 1 ['traɪɪŋ] adj. 难受的; 难堪的; 费劲的; 令人厌烦的 v. 尝试 (try的ing形式); 试验
- 331 **unhealthy** 1 [ˌʌn'helθi] adj. 不健康的; 危险的; 有害身心健康的
- 332 **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
- 333 **use** 3 [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
- 334 **using** 1 n. 使用; 利用 v. 使用 (use的ing形式)
- 335 **usually** 1 ['ju:ʒuəli] adv. 通常, 经常
- 336 **VOA** 2 英 [ˌvi:əʊ'eɪ] 美 [oʊ] abbr. 美国之音 (=Voice of America).
- 337 **want** 2 [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
- 338 **Washington** 1 [ˌwɒʃɪŋtən] n. 华盛顿 (美国州名, 美国城市名, 美国第一任总统, 姓氏)
- 339 **way** 2 [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、缅)韦
- 340 **ways** 1 [weɪz] n. 方法 (way的复数); 滑路 n. (Ways)人名; (吉布)瓦伊斯
- 341 **we** 6 [wi: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
- 342 **week** 1 [wi:k] n. 周, 星期
- 343 **weekends** 1 [ˌwi:k'ends, 'wi:kendz] adv. 在每周末 n. 周末 (weekend的复数)
- 344 **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
- 345 **what** 5 [hwɒt, hwat, 弱hwət] pron. 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
- 346 **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
- 347 **which** 1 [hwɪtʃ] pron. 哪/那一个; 哪/那一些 adj. 哪一个; 哪一些
- 348 **who** 5 pron. 谁; 什么人
- 349 **will** 4 [wɪl] n. 意志; 决心; 情感; 遗嘱; 意图; 心愿 vt. 决心要; 遗嘱; 用意志力使 vi. 愿意; 下决心 aux. 将; 愿意; 必须
- 350 **winter** 1 ['wɪntə] n. 冬季; 年岁; 萧条期 vi. 过冬 adj. 冬天的; 越冬的 n. (Winter)人名; (英、德、匈、罗、捷、西、芬、瑞典、法)

- 351 **with** 6 [wið, wiθ] prep.用；随着；支持；和...在一起 n.(With)人名；(德、芬、丹、瑞典)维特
- 352 **within** 1 [wi'ðin, wi'θin] prep.在...之内 adv.在内部 n.里面
- 353 **words** 1 [wɜ:dz] n.[计]字（word的复数）；话语；言语 v.用言语表达（word的三单形式）
- 354 **worked** 1 [wɜ:kt] adj.处理过的；制造好的；耕种过的 v.工作（work的过去式和过去分词）
- 355 **world** 1 n.世界；领域；世俗；全人类；物质生活
- 356 **worry** 1 [ˈwʌri, ˈwɜ:ri] n.担心；烦恼；撕咬 vt.担心；发愁；折磨 vi.担心；烦恼；撕咬
- 357 **would** 1 [wud, 弱wəd, əd, d] aux.将，将要；愿意 v.will的过去式
- 358 **wrong** 1 adv.错误地；邪恶地，不正当地 n.坏事；不公正 adj.错误的；失常的；不适当的 vt.委屈；无理地对待；诽谤 n.(Wrong)人名；(英)朗
- 359 **year** 8 n.年；年度；历年；年纪；一年的期间；某年级的学生
- 360 **York** 1 [jɔ:k] n.约克郡；约克王朝
- 361 **you** 13 [ju:, 弱ju, jə] pron.你；你们 n.(You)人名；(柬)尤；(东南亚国家华语)猷
- 362 **your** 14 [jɔ:, jəʊ, 弱jə] pron.你的，你们的
- 363 **yourself** 2 [jɔ:'self, juə-, jə-] pron.你自己