

2020-02-21 [Health and Lifestyle] Weight Loss Movement Battles Obesity in Malaysia 词汇表

- 1 **about** 3 [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 **across** 1 [ə'krɒs, ə'krɔːs] prep.穿过; 横穿 adv.横过; 在对面
- 3 **act** 1 n.行为, 行动; 法案, 法令; 假装; (戏剧, 歌剧等)一幕 v.做事, 行动; 假装; 扮演(戏剧, 电影中的角色); 充当, 起作用; 对...有影响 n.(ACT)美国大学入学考试, 全称是AmericanCollegeTesting
- 4 **active** 1 [æktiv] 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 **activity** 1 [æk'tɪvəti] n.活动; 行动; 活跃
- 6 **adapted** 1 [ədæptɪd] adj. 适合的 动词adapt的过去式和过去分词.
- 7 **added** 1 [ædɪd] adj. 附加的; 增添的 动词add的过去式及过去分词.
- 8 **adults** 1 [ædʌlts] n. 成年人; 成年动物; 成虫 名词adult的复数
- 9 **after** 1 [ɑːftə, 'æf] adv.后来, 以后 prep.在.....之后 conj.在.....之后 adj.以后的
- 10 **age** 1 [eɪdʒ] n.年龄; 时代; 寿命, 使用年限; 阶段 vi.成熟; 变老 vt.使成熟; 使变老, 使上年纪 n.(Age)人名; (瑞典)阿格; (日)扬(姓); (西、荷)阿赫
- 11 **air** 1 [eə] n.空气, 大气; 天空; 样子; 曲调 vt.使通风, 晾干; 夸耀 vi.通风
- 12 **Alice** 2 [ælis] n.爱丽丝(女子名)
- 13 **alone** 1 [ə'ləʊn] adj.独自的; 单独的; 孤独的 adv.独自地; 单独地
- 14 **also** 2 [ɔːlsəʊ] adv.也; 而且; 同样 conj.并且; 另外 n.(Also)人名; (罗)阿尔索
- 15 **amount** 2 [ə'maʊnt] vi.总计, 合计; 相当于; 共计; 产生...结果 n.数量; 总额, 总数
- 16 **an** 2 art.一(在元音音素前)
- 17 **and** 20 [强ænd, 弱ənd, ən] conj.和, 与; 就; 而且; 但是; 然后 n.(And)人名; (土、瑞典)安德
- 18 **approvingly** 1 [əp'ruːvɪŋli] adv.赞许地; 满意地
- 19 **are** 5 [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
- 20 **armed** 1 [ɑːmd] adj.武装的; 有扶手的; 有防卫器官的(指动物) n.(Armed)人名; (科摩)阿米德
- 21 **as** 3 [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
- 22 **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)
- 23 **average** 1 n.平均; 平均数; 海损 adj.平均的; 普通的; 通常的 vt.算出...的平均数; 将...平均分配; 使...平衡 vi.平均为; 呈中间色
- 24 **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
- 25 **baharudin** 7 巴哈尔丁
- 26 **bandwagon** 2 ['bænd,wæɡən] n.流行, 时尚; 乐队花车
- 27 **battles** 1 ['bætl] n. 战斗; 争斗 v. 与 ... 作战; 与 ... 竞争
- 28 **become** 1 [bɪ'kʌm] vi.成为; 变得; 变成 vt.适合; 相称
- 29 **becomes** 1 [bɪ'kʌm] v. 变成; 成为; 变得; 适合(某人); 使(人)显得漂亮
- 30 **beginning** 1 [bɪ'ɡɪnɪŋ] n.开始; 起点 v.开始; 创建(begin的ing形式)
- 31 **behaviors** 1 [bi'heɪ'vi:əʊz] 行为
- 32 **being** 1 ['bi:ŋ] n.存在; 生命; 本质; 品格 adj.存在的; 现有的
- 33 **blames** 1 [bleɪm] vt. 责备; 把 ... 归咎于 n. 责备; 过失
- 34 **body** 2 ['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
- 35 **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)
- 36 **Bryant** 2 ['braɪənt] n.布赖恩特(男子名, 等于Brian)
- 37 **but** 4 [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

- 38 **by** 2 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
- 39 **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
- 40 **calorie** 2 ['kæləri] n. 卡路里 (热量单位)
- 41 **camp** 1 [kæmp] vi. 露营; 扎营 vt. 扎营; 使扎营 n. 露营 n.(Camp)人名; (英)坎普; (瑞典)坎普; (法)康
- 42 **camps** 1 [kæmp] n. 野营; 帐篷; 营地 v. 宿营; 露营; 扎营
- 43 **can** 2 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
- 44 **centimeters** 2 ['sentɪmɪtəz] n. 厘米; 公分 名词centimeter的复数形式.
- 45 **change** 3 [tʃeɪndʒ] vt. 改变; 交换 n. 变化; 找回的零钱 vi. 改变; 兑换
- 46 **changes** 2 [tʃeɪndʒɪs] n. 改变 名词change的复数形式.
- 47 **changing** 1 [tʃeɪndʒɪŋ] vbl. 变更; 换车; 兑换
- 48 **cholesterol** 1 [kə'lestərɔ:l] n.[生化]胆固醇
- 49 **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)
- 50 **classes** 1 [kla:sɪz] n. 级别, 阶级 (class复数形式)
- 51 **clear** 1 [kliə] adj. 清楚的; 清澈的; 晴朗的; 无罪的 vt. 通过; 清除; 使干净; 跳过 vi. 放晴; 变清澈 adv. 清晰地; 完全地 n. 清除;
空隙 n.(Clear)人名; (英)克利尔
- 52 **client** 2 ['klaɪənt] n.[经]客户; 顾客; 委托人
- 53 **common** 1 ['kɒmən] adj. 共同的; 普通的; 一般的; 通常的 n. 普通; 平民; 公有地 n.(Common)人名; (法)科蒙; (英)康芒
- 54 **compared** 1 英 [kəm'peə(r)] 美 [kəm'per] v. 比较; 对比; 比喻 n. 比较; 对照
- 55 **condition** 1 [kən'dɪʃən] n. 条件; 情况; 环境; 身份 vt. 决定; 使适应; 使健康; 以...为条件
- 56 **conditions** 1 [kən'dɪʃnz] n. 条件; 情况; 付款条件 名词condition的复数形式.
- 57 **country** 2 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
- 58 **crisis** 2 ['kraɪsɪs] n. 危机; 危险期; 决定性时刻 adj. 危机的; 用于处理危机的
- 59 **dave** 1 [deɪv] n. 戴夫 (男子名)
- 60 **decided** 1 adj. 明确的; 显然的; 坚决的, 果断的 vt. 决定 (decide的过去式)
- 61 **desires** 1 英 [dɪ'zaɪə(r)] 美 [dɪ'zaɪər] n. 渴望; 愿望; 欲望 v. 渴望; 向往; 要求
- 62 **diabetes** 1 [daɪə'bi:tɪz] n. 糖尿病; 多尿症
- 63 **did** 2 [dɪd] v. 做 (do的过去式)
- 64 **diet** 3 ['daɪət] n. 饮食; 食物; 规定饮食 vi. 节食 vt.[医]照规定饮食 n.(Diet)人名; (法)迪耶
- 65 **disease** 1 [dɪ'zi:z] n. 病, [医]疾病; 弊病 vt. 传染; 使...有病
- 66 **do** 1 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
- 67 **doctor** 1 vt. 修理; 篡改, 伪造; 为...治病; 授以博士学位 n. 医生; 博士 vi. 就医; 行医
- 68 **doing** 1 ['du:ɪŋ] v. 做; 干 (do的ing形式) n. 活动; 所作所为
- 69 **drops** 1 [drɒps] n. 珠; 滴剂 (名词drop的复数形式) v. 滴, 滴下, 滴落 (动词drop的第三人称单数形式)
- 70 **during** 1 ['dʒuərɪŋ] prep. 在...的时候, 在...的期间 n.(During)人名; (法)迪兰; (瑞典、利比)杜林
- 71 **easy** 1 ['i:zi] adj. 容易的; 舒适的 adv. 不费力地, 从容地 vi. 停止划桨 vt. 发出停划命令
- 72 **eat** 1 [i:t] vt. 吃, 喝; 腐蚀; 烦扰 vi. 进食; 腐蚀, 侵蚀
- 73 **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)
- 74 **editor** 1 ['edɪtə] n. 编者, 编辑; 社论撰写人; 编辑装置
- 75 **energy** 1 ['enədʒi] n.[物]能量; 精力; 活力; 精神
- 76 **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
- 77 **enough** 1 [ɪ'nʌf] adv. 足够地, 充足地 n. 很多; 充足 adj. 充足的 int. 够了!
- 78 **every** 1 ['evri] adj. 每一的, 每个的; 每隔...的 n.(Every)人名; (英)埃夫里

- 79 **exercise** 5 [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
- 80 **exercises** 1 [ˈeksəsaɪz] n.练习题, 演习; 运动
- 81 **exercising** 1 [ˈeksəsaɪzɪŋ] v. 锻炼, 训练, 练习 (exercise的现在分词)
- 82 **expression** 1 [英 [ˈkʌkspreʃn] 美 [ˈkʌkspreʃən] n.表现, 表示, 表达; 表情, 脸色, 态度, 腔调, 声调; 式, 符号; 词句, 语句, 措辞, 说法
- 83 **fat** 2 [fæt] adj.肥的, 胖的; 油腻的; 丰满的 n.脂肪, 肥肉 vt.养肥; 在...中加入脂肪 vi.长肥 n.(Fat)人名; (法、西、塞)法特; (东南亚国家华语)发
- 84 **feel** 1 [fi:l] vt.感觉; 认为; 触摸; 试探 vi.觉得; 摸索 n.感觉; 触摸
- 85 **fit** 1 [fɪt] vt.安装; 使.....适应; 使.....合身; 与.....相符 vi.符合, 配合; 适合; 合身 adj.健康的; 合适的; 恰当的; 准备好的 n.合身; 发作; 痉挛 n.(Fit)人名; (捷、罗)菲特
- 86 **fitness** 4 [ˈfɪtnɪs] n.健康; 适当; 适合性
- 87 **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
- 88 **food** 2 [fu:d] n.食物; 养料
- 89 **foods** 1 [fu:dz] n. 食品 名词food的复数形式.
- 90 **for** 7 [强 fɔ:, 弱 fə] prep.为, 为了; 因为; 给; 对于; 至于; 适合于 conj.因为
- 91 **forces** 1 n.势力; 武装力量 (force的复数形式); 兵力
- 92 **founded** 1 [faʊnd] v. 建立; 创立; 创办; 熔铸; 找到, 发现 (动词find的过去式和过去分词)
- 93 **four** 1 [fɔ:] num.四; 四个 adj.四的; 四个的 n.(Four)人名; (西)福尔; (法)富尔
- 94 **from** 1 [强 frɒm, 弱 frəm] prep.来自, 从; 由于; 今后 n.(From)人名; (瑞典、丹、德)弗罗姆
- 95 **gain** 1 [geɪn] n.增加; 利润; 收获 vt.获得; 增加; 赚到 vi.增加; 获利 n.(Gain)人名; (英、匈、法)盖恩
- 96 **George** 1 [dʒɔ:dʒ] n.乔治 (男子名); 自动操纵装置; 英国最高勋爵勋章上的圣乔治诛龙图
- 97 **get** 1 vt.使得; 获得; 受到; 变成 n.生殖; 幼兽 vi.成为; 变得; 到达
- 98 **getting** 1 [ˈgetɪŋ] n. 获得 动词get的现在分词.
- 99 **goal** 1 [gəʊl] n.目标; 球门, 得分; 终点 vi.攻门, 射门得分
- 100 **goals** 1 [ˈgəʊlz] n. 目标 名词goal的复数形式.
- 101 **group** 1 [gru:p] n.组; 团体 adj.群的; 团体的 vi.聚合 vt.把...聚集; 把...分组
- 102 **groups** 1 [gru:p] n. 群; 组; 团体; 集团 v. 聚合; 成群、组; 把 ... 聚集; 把 ... 分类
- 103 **grow** 1 [grəʊ] vi.发展; 生长; 渐渐变得... vt.使生长; 种植; 扩展 n.(Grow)人名; (英)格罗
- 104 **grunebaum** 1 格鲁内鲍姆
- 105 **has** 1 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
- 106 **have** 2 [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
- 107 **he** 1 [hi:, 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; (东)赫
- 108 **healthier** 2 [ˈhelθiə] adj. 更健康的, 更健壮的 (形容词healthy的比较级)
- 109 **healthy** 2 [ˈhelθi] adj.健康的, 健全的; 有益于健康的
- 110 **heart** 2 [hɑ:t] 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
- 111 **heat** 1 [hi:t] n.高温; 压力; 热度; 热烈 vt.使激动; 把...加热
- 112 **heavily** 1 [ˈheɪvɪli] adv.沉重地; 猛烈地; 沉闷地
- 113 **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
- 114 **helping** 1 [ˈhelpɪŋ] 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)
- 115 **her** 8 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)
- 116 **high** 3 [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
- 117 **his** 1 [hɪz, 弱 ɪz] pron.他的 n.(His)人名; (法)伊斯
- 118 **human** 1 [ˈhju:mən] adj.人的; 人类的 n.人; 人类 n.(Human)人名; (英)休曼
- 119 **husband** 1 [ˈhʌzbənd] vt.节约地使用 (或管理) n.丈夫 n.(Husband)人名; (英)赫斯本德
- 120 **hypertension** 1 [ˌhaɪpəˈtenʃən] n.高血压; 过度紧张

- 121 **illness** 1 ['ɪlnɪs] n. 病; 疾病
- 122 **illnesses** 2 ['ɪlnəsɪz] n. 疾病 名词illness的复数形式.
- 123 **improving** 1 [ɪm'pru:vɪŋ] n. 改良; 改进 动词improve的现在分词形式.
- 124 **in** 9 [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)
- 125 **indicate** 1 ['ɪndɪkeɪt] vt. 表明; 指出; 预示; 象征
- 126 **influencer** 1 ['ɪnfluəns] v. 影响; 感染; <美俚> 在 (饮料) 中加烈酒 n. 影响力; 影响; 权势; 势力; 有影响的人 (或事物)
- 127 **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
- 128 **is** 15 [ɪz, z, s] v. 是 (be 的三单形式) n. 存在
- 129 **it** 5 [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
- 130 **its** 1 [ɪts] pron. 它的 n. (Its) 人名; (俄) 伊茨
- 131 **join** 2 [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
- 132 **jom** 3 n. 工作的业务手册 (与工作有关的手册)
- 133 **jump** 2 [dʒʌmp] n. 跳跃; 暴涨; 惊跳 vt. 跳跃; 使跳跃; 跳过; 突升 vi. 跳跃; 暴涨; 猛增 n. (Jump) 人名; (英) 江普
- 134 **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
- 135 **kevin** 2 ['keɪvɪn] n. 凯文 (男子名)
- 136 **kilograms** 2 ['kɪləgræm] 千克; 公斤
- 137 **kilos** 1 英 [kɪ'ləʊs] 美 [kɪ'loʊs] n. 千克; 公斤 名词kilo的复数形式.
- 138 **knows** 1 英 [nəʊ] 美 [noʊ] v. 了解; 知道; 认识 n. 知情
- 139 **kurus** 3 ['kʊru:] n. 新几内亚震颤病; 苦鲁病 n. (Kuru) 人名; (土、芬、印、瑞典) 库鲁; (日) 久留 (名)
- 140 **last** 1 [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
- 141 **lead** 1 ['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; 用水砣测深 adj. 带头的; 最重要的 n. (Lead) 人名; (英) 利德
- 142 **leading** 3 ['li:dɪŋ] adj. 领导的; 主要的 n. 领导; 铅板; 行距 v. 领导 (lead 的 ing 形式)
- 143 **learn** 1 [lɜ:n] vt. 学习; 得知; 认识到 vi. 学习; 获悉
- 144 **learning** 1 ['lɜ:nɪŋ] n. 学习; 学问 v. 学习 (learn 的现在分词)
- 145 **leg** 1 [leg] n. 腿; 支柱
- 146 **legs** 2 ['legz] n. 腿 名词leg的复数形式.
- 147 **let** 2 [let] vt. 允许, 让; 出租; 假设; 妨碍 vi. 出租; 被承包 n. 障碍; 出租屋 n. (Let) 人名; (缅) 莱; (俄) 莱特
- 148 **lies** 1 [laɪ] v. 躺下; 位于; 在于; 平放; 存在; 延伸; 说谎 n. 谎言
- 149 **life** 1 [laɪf] n. 生活, 生存; 寿命
- 150 **lifelong** 1 ['laɪflɒŋ] adj. 终身的
- 151 **lifestyle** 2 ['laɪfstɑɪl] n. 生活方式 保健的
- 152 **lifestyles** 2 ['laɪfstɑɪlz] [法] 生活方式
- 153 **lifetime** 1 ['laɪftaɪm] n. 一生; 寿命; 终生; 使用期 adj. 一生的; 终身的
- 154 **lift** 1 [lɪft] vt. 举起; 提升; 鼓舞; 空运; 抄袭 vi. 消散; 升起; 耸立 n. 电梯; 举起; 起重机; 搭车
- 155 **lifts** 2 [lɪfts] n. 脚手架工足; 起重机 名词lift的复数形式.
- 156 **living** 1 ['lɪvɪŋ] adj. 活的; 现存的; 活跃的; 逼真的 n. 生活; 生存; 生计 v. 生活; 居住 (live 的 ing 形式); 度过 n. (Living) 人名; (英) 利文
- 157 **local** 1 ['ləʊkəl] n. [计] 局部; 当地居民; 本地新闻 adj. 当地的; 局部的; 地方性的; 乡土的
- 158 **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)
- 159 **lose** 1 [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
- 160 **loss** 2 [lɒs, lɔ:s] n. 减少; 亏损; 失败; 遗失 n. (Loss) 人名; (匈) 洛什; (法、德、意) 洛斯

- 161 **make** 2 [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
- 162 **Malay** 1 [mə'leɪ; 'meɪleɪ] adj.马来人的; 马来语的; 马来西亚的 n.马来语; 马来人
- 163 **Malaysia** 3 [mə'leɪzə; mə'leɪziə] n.马来西亚; 马来群岛
- 164 **Malaysian** 5 [mə'leɪzən; -ziən] adj.马来西亚的; 马来西亚人的 n.马来西亚人 (等于Malay)
- 165 **means** 1 n.手段; 方法; 财产 v.意思是; 打算 (mean的第三人称单数) [复数means]
- 166 **measuring** 1 ['meɪzərɪŋ] n.测量; 衡量 v.测量 (measure的ing形式) adj.测量用的
- 167 **media** 1 ['mi:diə] n.媒体; 媒质 (medium的复数); 血管中层; 浊塞音; 中脉
- 168 **medical** 2 ['medɪkəl] adj.医学的; 药的; 内科的 n.医生; 体格检查
- 169 **meet** 1 [mi:t] vt.满足; 遇见; 对付 vi.相遇; 接触 n.集会 adj.合适的; 适宜的 n.(Meet)人名; (英)米特
- 170 **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
- 171 **minded** 1 ['maɪndɪd] adj.有意的; 有思想的; 具有意志的 v.介意; 照顾 (mind的过去式)
- 172 **Mohammad** 1 n.穆罕默德 (穆斯林真主); (阿拉伯)穆罕默德 (男子名)
- 173 **more** 2 [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
- 174 **movement** 2 ['mu:vmənt] n.运动; 活动; 运转; 乐章
- 175 **multiple** 1 ['mʌltɪpl] adj.多重的; 多样的; 许多的 n.倍数; [电]并联
- 176 **my** 1 [maɪ; 弱mi] pron.我的 int.哎呀 (表示惊奇等); 喔唷 n.(My)人名; (越)美; (老、柬)米
- 177 **nation** 1 ['neɪʃən] n.国家; 民族; 国民 n.(Nation)人名; (英)内申
- 178 **need** 1 [ni:d] n.需要, 要求; 缺乏; 必要之物 vt.需要 vi.需要
- 179 **new** 1 [nju:, nu:] adj.新的, 新鲜的; 更新的; 初见的 adv.新近 n.(New)人名; (英)纽
- 180 **news** 1 [nju:z, nu:z] n.新闻, 消息; 新闻报导
- 181 **normally** 1 ['nɔ:nəmlɪ] adv.正常地; 通常地, 一般地
- 182 **not** 4 adv.表示否定, 不 n.“非” (计算机中逻辑运算的一种)
- 183 **now** 1 [naʊ] adv.现在; 如今; 立刻 adj.现在的 n.现在; 目前 conj.由于; 既然
- 184 **nutrition** 1 [nju:'trɪʃən] n.营养, 营养学; 营养品
- 185 **obese** 1 [əu'bi:s] adj.肥胖的, 过胖的
- 186 **obesity** 6 [əu'bi:səti, -'be-] n.肥大, 肥胖
- 187 **objectives** 1 [əbdʒektɪvz] n.目标; 宗旨 名词objective的复数形式.
- 188 **of** 17 [ɒv, əv, v, f] prep.关于; 属于; ...的; 由...组成的
- 189 **On** 4 [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); (缅、柬、印)翁
- 190 **once** 1 [wʌns] adv.一次; 曾经 conj.一旦 n.一次, 一回
- 191 **one** 4 [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
- 192 **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
- 193 **or** 3 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
- 194 **organization** 1 [ɔ:ɡənə'zeɪʃən, -nɪ'z-] n.组织; 机构; 体制; 团体
- 195 **other** 1 [ʌðə] adj.其他的, 另外的 pron.另外一个
- 196 **overweight** 1 [əʊvəweɪt, 'əʊvə'weɪt, ,əʊvə'weɪt] adj.超重的; 过重的 vt.使负担过重 n.超重
- 197 **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
- 198 **particular** 1 [pə'tɪkjələ] adj.特别的; 详细的; 独有的; 挑剔的 n.详细说明; 个别项目
- 199 **pays** 1 n.(法)国家; [劳经]报酬 (pay的复数) v.支付 (pay的第三人称单数) n.(Pays)人名; (法)佩伊
- 200 **people** 5 [pi:pəl] n.人; 人类; 民族; 公民 vt.居住于; 使住满人
- 201 **percent** 2 [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
- 202 **person** 3 [pə:sn] 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

- 203 **physically** 2 [ˈfɪzɪkli] adv. 身体上, 身体上地
- 204 **popular** 1 [ˈpɒpjələ] adj. 流行的, 通俗的; 受欢迎的; 大众的; 普及的
- 205 **prevents** 1 [prɪˈvent] v. 预防; 防止, 阻止; 挡住
- 206 **produce** 1 vt. 生产; 引起; 创作; 生育, 繁殖 n. 农产品, 产品 vi. 生产, 创作
- 207 **professional** 1 [prəˈfeʃənəl] adj. 专业的; 职业的; 职业性的 n. 专业人员; 职业运动员
- 208 **program** 1 [ˈprɒɡræm, -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
- 209 **programs** 1 [ˈprɒɡræmz] n. 程序; 节目; 课程 (名词program的复数形式)
- 210 **pushing** 1 [ˈpuʃɪŋ] adj. 奋斗的; 莽撞的; 有精力的; 富有进取心的 n. 推挤; 推人犯规 (篮球术语) v. 推; 促进; 逼迫 (push的ing形式)
- 211 **pushup** 1 [ˈpuʃʌp] n. [计算机]先进先出; 俯卧撑
- 212 **rates** 1 [reɪt] n. 比率; 速度; 价格; 费用; 等级 v. 认为; 估价; 定等级; 值得; 怒斥; 责骂
- 213 **real** 1 [rɪəl, 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
- 214 **recent** 1 [rɪˈsɪnt] adj. 最近的; 近代的
- 215 **regular** 1 [ˈregjələ] 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
- 216 **regularly** 1 [ˈregjələli] adv. 定期地; 有规律地; 整齐地; 匀称地
- 217 **related** 1 [rɪˈleɪtɪd] adj. 有关系的, 有关联的; 讲述的, 叙述的 v. 叙述 (relate过去式)
- 218 **reported** 1 [rɪˈpɔ:tɪd] adj. 报告的; 据报道的 v. 报道 (report的过去分词); 报告; 记录
- 219 **retired** 1 [rɪˈtaɪəd] adj. 退休的; 退役的; 幽闭的 v. 退休 (retire的过去分词)
- 220 **routine** 1 [ruːˈti:n] n. [计]程序; 日常工作; 例行公事 adj. 日常的; 例行的
- 221 **sarah** 3 [ˈsærə] n. 莎拉 (女子名); 萨拉 (《圣经》中的人物)
- 222 **says** 5 [sez] v. 说 (第三人称单数)
- 223 **served** 1 英 [sɜ:v] 美 [sɜ:rv] v. 服务; 侍候; 担任; 可作...用; 度过; 对待 n. 发球
- 224 **services** 1 [ˈsɜ:vɪsɪz] n. 服务; 公共机构; 宗教礼拜; 维修, 保养; 发球 (service的复数形式)
- 225 **several** 1 [ˈsevrəl] adj. 几个的; 各自的 pron. 几个; 数个
- 226 **share** 1 [ʃeə] vt. 分享, 分担; 分配 vi. 共享; 分担 n. 份额; 股份 n. (Share)人名; (阿拉伯)沙雷
- 227 **she** 8 [ʃi:] 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)
- 228 **shouts** 1 [ʃaʊt] v. 呼喊; 高声呼叫 n. 呼喊; 大声叫
- 229 **similar** 1 [ˈsɪmɪlə] adj. 相似的 n. 类似物
- 230 **six** 2 [sɪks] num. 六, 六个 n. 六, 六个 n. (Six)人名; (法、德)西克斯
- 231 **small** 2 [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
- 232 **so** 2 [səʊ, 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
- 233 **social** 1 [ˈsəʊʃəl] adj. 社会的, 社交的; 群居的 n. 联谊会; 联欢会
- 234 **somebody** 1 [ˈsʌm,bɒdi, -bʌ-, -bə-] n. 大人物; 重要人物 pron. 有人; 某人
- 235 **specific** 1 [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
- 236 **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
- 237 **stretches** 1 [ˈstretʃ] v. 伸展; 延伸; 张开; 夸大 n. 伸展; 张开; 弹性; 一段时间; <俚>刑期 adj. 可伸缩的
- 238 **strong** 1 [strɒŋ, strɔ:n] adj. 坚强的; 强壮的; 牢固的; 擅长的 adv. 强劲地; 猛烈地 n. (Strong)人名; (英)斯特朗
- 239 **struggles** 1 [ˈstrʌɡl] vi. 努力; 奋斗; 斗争; 挣扎 n. 斗争; 竞争; 奋斗
- 240 **success** 1 [səkˈses] n. 成功, 成就; 胜利; 大获成功的人或事物
- 241 **such** 1 [sʌtʃ, sʌtʃ] adj. 这样的, 如此的 n. (Such)人名; (英)萨奇; (德)祖赫
- 242 **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
- 243 **tall** 2 [tɔ:l] adj. 高的; 长的; 过分的; 夸大的 adv. 夸大地 n. (Tall)人名; (马里、阿拉伯)塔勒; (芬、罗、瑞典)塔尔; (英)托尔; (土)塔勒

- 244 **targeted** 1 英 ['tɑ:ɡɪt] 美 ['tɑ:rgɪt] n. 目标; 对象; 靶 vt. 把 ... 作为目标; 瞄准
- 245 **that** 8 [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
- 246 **the** 18 [ði/ðe] art. 这; 那 adv. 更加 (用于比较级, 最高级前)
- 247 **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
- 248 **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
- 249 **these** 1 [ði:z] pron. 这些 adj. 这些的
- 250 **they** 2 [ðei, 弱ðe] pron. 他们; 它们; 她们
- 251 **thin** 1 [θɪn] adj. 薄的; 瘦的; 稀薄的; 微弱的 vt. 使瘦; 使淡; 使稀疏 vi. 变薄; 变瘦; 变淡 adv. 稀疏地; 微弱地 n. 细小部分 n. (Thin) 人名; (越) 辰; (柬) 廷
- 252 **this** 4 [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
- 253 **thousands** 1 ['θaʊzndz] n. 数千
- 254 **through** 1 [θru:] prep. 通过; 穿过; 凭借 adv. 彻底; 从头至尾 adj. 直达的; 过境的; 完结的
- 255 **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
- 256 **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; (柬) 多; (中) 脱 (普通话·威妥玛)
- 257 **traditional** 1 [trə'dɪʃənəl] adj. 传统的; 惯例的
- 258 **trainer** 1 n. 助理教练; 训练员; 驯马师; 飞行练习器; 运动鞋 n. (Trainer) 人名; (英、德) 特雷纳
- 259 **treat** 1 [tri:t] vt. 治疗; 对待; 探讨; 视为 vi. 探讨; 请客; 协商 n. 请客; 款待 n. (Treat) 人名; (英) 特里特
- 260 **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
- 261 **unit** 1 ['ju:nɪt] n. 单位, 单元; 装置; [军] 部队; 部件
- 262 **used** 1 adj. 习惯的; 二手的, 使用过的 v. 用 (use的过去式); (used to) 过去常做
- 263 **very** 3 ['veri] adj. 恰好是, 正是; 甚至; 十足的; 特有的 adv. 非常, 很; 完全 n. (Very) 人名; (英) 维里
- 264 **VOA** 1 英 [ˌvi:əʊ'eɪ] 美 [oʊ] abbr. 美国之音 (=Voice of America).
- 265 **was** 2 be的第一和第三人称单数过去式
- 266 **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
- 267 **week** 3 [wi:k] n. 周, 星期
- 268 **weighing** 1 ['weɪɪŋ] n. 称(量重); 权衡; 权重 动词weigh的过去式和过去分词.
- 269 **weighs** 1 [weɪ] v. 衡量; 称(重量); 重达 ...
- 270 **weight** 5 [weɪt] n. 重量, 重力; 负担; 砝码; 重要性 vt. 加重量子, 使变重 n. (Weight) 人名; (英) 韦特; (捷) 魏格特
- 271 **what** 1 [hwət, 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
- 272 **which** 1 [hwɪtʃ] pron. 哪/那一个; 哪/那一些 adj. 哪一个; 哪一些
- 273 **while** 1 [hwaɪl] conj. 虽然; 然而; 当.....的时候 n. 一会儿; 一段时间 vt. 消磨; 轻松地度过
- 274 **who** 2 pron. 谁; 什么人
- 275 **will** 3 [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
- 276 **with** 1 [wɪð, wɪθ] prep. 用; 随着; 支持; 和...在一起 n. (With) 人名; (德、芬、丹、瑞典) 维特
- 277 **woman** 1 ['wʊmən] n. 妇女; 女性; 成年女子
- 278 **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)
- 279 **working** 1 ['wɜ:kɪŋ] adj. 工作的; 操作的; 可行的 n. 工作; 活动; 制作; 操纵 v. 工作; 影响; 受雇用 (work的ing形式) n. (Working) 人名; (英) 沃金
- 280 **year** 1 n. 年; 年度; 历年; 年纪; 一年的期间; 某年级的学生
- 281 **years** 3 [jɜ:z] n. 很久; 年, 年度 名词year的复数形式.
- 282 **yes** 2 [jes] adv. 是, 是的 n. 是 (表示肯定)
- 283 **you** 2 [ju:, 弱ju, jə] pron. 你; 你们 n. (You) 人名; (柬) 尤; (东南亚国家华语) 猷
- 284 **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); (柬) 永; (英、葡) 扬
- 285 **your** 1 [jɔ:, jəʊ, 弱jə] pron. 你的, 你们的

