

2020-04-28 [Health and Lifestyle] Exercise During the Pandemic 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 **active** 2 [æktɪv] 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
- 4 **activities** 2 英 [æk'tɪvɪtɪ] 美 [æk'tɪvətɪ] n. 活动; 活跃 vt. 表演 adj. 厉害
- 5 **activity** 2 [æk'tɪvətɪ] n.活动; 行动; 活跃
- 6 **adapted** 1 [əd'æptɪd] adj. 适合的 动词adapt的过去式和过去分词.
- 7 **adj** 2 abbr. (=adjuvant disease) 佐剂病; (=adjective) 形容词
- 8 **adjusting** 1 [ədʒʌstɪŋ] n. 调节; 校准; 调整; 调制 动词adjust的现在分词形式.
- 9 **advice** 1 [əd'vaɪs] n.建议; 忠告; 劝告; 通知
- 10 **advise** 1 [əd'vaɪz] vt.建议; 劝告, 忠告; 通知; 警告 vi.建议; 与...商量
- 11 **affects** 1 [ə'fekt] vt. 影响; 感动; 作用
- 12 **after** 1 [ɑːftə, 'æf-] adv.后来, 以后 prep.在.....之后 conj.在.....之后 adj.以后的
- 13 **against** 1 [ə'ɡeɪnst, ə'geɪnst] prep.反对, 违反; 靠; 倚; 防备 adj.不利的; 对立的
- 14 **agency** 2 ['eɪdʒənsɪ] n.代理, 中介; 代理处, 经销处
- 15 **also** 1 [ɔːlsəʊ] adv.也; 而且; 同样 conj.并且; 另外 n.(Also)人名; (罗)阿尔索
- 16 **amount** 1 [ə'maʊnt] vi.总计, 合计; 相当于; 共计; 产生...结果 n.数量; 总额, 总数
- 17 **an** 5 art.一 (在元音音素前)
- 18 **and** 24 [强ænd, 弱ənd, ən] conj.和, 与; 就; 而且; 但是; 然后 n.(And)人名; (土、瑞典)安德
- 19 **anna** 2 [ˈænə] n.安娜 (女子名)
- 20 **any** 1 [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
- 21 **ap** 1 abbr.美国联合通讯社 (AssociatedPress); 空气污染 (AirPollution); 大气规划 (AirProgram); 汇编程序 (AssemblyProgram) n.(Ap)人名; (中)鸭(广东话·威妥玛)
- 22 **apart** 2 [ə'pɑːt] adv.相距; 与众不同地; 分离着 adj.分离的; 与众不同的
- 23 **appeal** 1 [ə'piːl] vi.呼吁, 恳求; 上诉; 诉诸, 求助; 有吸引力, 迎合爱好; (体育比赛中)诉诸裁判 n.呼吁, 请求; 吸引力, 感染力; 上诉; 诉诸裁判 vt.将...上诉, 对...上诉
- 24 **are** 19 [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
- 25 **area** 4 [ˈeəriə] n.区域, 地区; 面积; 范围 n.(Area)人名; (西)阿雷亚
- 26 **areas** 2 [ˈeəriəs] n. 区域 名词area的复数形式.
- 27 **as** 7 [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
- 28 **associated** 2 [ə'səʊʃɪ'eɪtɪd] adj.关联的; 联合的 v.联系 (associate的过去式和过去分词)
- 29 **at** 7 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)
- 30 **authorities** 1 [ɔː'θɒrətɪs] n. 当局; 官方 名词authority的复数形式.
- 31 **authority** 1 [ɔː'θɒrətɪ] n.权威; 权力; 当局
- 32 **banned** 1 [bænd] v. 禁止; 剥夺权利 n. 禁令; 禁止
- 33 **basketball** 1 ['bɑːskɪtbɔːl, 'bæs-] n.篮球; 篮球运动
- 34 **bay** 1 [beɪ] n.海湾; 狗吠声 vt.向...吠叫 vi.吠叫; 大声叫嚷 n.(Bay)人名; (越)七; (英、老)贝; (德、意、罗、捷、土、丹)巴伊; (匈)鲍伊; (瑞典)巴伊
- 35 **be** 4 vt.是; 有, 存在; 做, 成为; 发生 n.(Be)人名; (緬)拜; (日)部(姓); (朝)培; (中非)贝
- 36 **beaches** 1 [biːtʃ] n. 海滩; 海滨; 沙滩 vt. 拖(船)上岸
- 37 **because** 1 [bi'koz] conj.因为

- 38 **been** 1 [bi:n] v.是, 有 (be的过去分词) n.(Been)人名; (挪)贝恩
- 39 **before** 1 [bi'fɔ:] prep.在...之前, 先于 adv.以前; 在前 conj.在...以前; 在...之前
- 40 **behavior** 1 [bi'heivjə] n.行为, 举止; 态度; 反应
- 41 **berglin** 1 贝里林
- 42 **beth** 1 [betθ, beθ] n.希伯来文的第二个字母
- 43 **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 n.(Better)人名; (西、瑞典、德)贝特尔
- 44 **between** 1 [bi'twi:n] prep.在...之间 adv.在中间
- 45 **bicycle** 1 ['baɪsɪkl] n.自行车 vi.骑脚踏车 vt.骑自行车运送
- 46 **body** 1 ['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
- 47 **boot** 2 [bu:t] vt.引导; 踢; 解雇; 使穿靴 n.靴子; 踢; 汽车行李箱 n.(Boot)人名; (英)布特; (德)博特
- 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 **break** 2 vi.打破; 折断; 弄坏; 削弱 vt.(使)破; 打破(纪录); (常指好天气)突变; 开始 vi.(噪音)突变; 突破; 破晓; (价格)突然下跌 n.破裂; 间断; (持续一段时间的状况的)改变; 间歇
- 50 **building** 1 ['bɪldɪŋ] n.建筑; 建筑物 v.建筑; 建立; 增加 (build的ing形式)
- 51 **bureau** 1 ['bjʊərəʊ] n.局, 处; 衣柜; 办公桌 n.(Bureau)人名; (法)比罗
- 52 **businesses** 1 ['bɪznəsɪz] n.店铺, 商行 (名词business的复数形式)
- 53 **but** 5 [强 bat, 弱 bət, bət] 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
- 54 **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
- 55 **camp** 2 [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
- 56 **can** 6 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
- 57 **centers** 3 英 ['sentə] 美 ['sentər] n.中心; 集中点 v.居中; 使集中 =centre<英>
- 58 **changed** 2 [tʃeɪndʒd] adj.改变的 动词change的过去式和过去分词.
- 59 **changing** 3 [tʃeɪndʒɪŋ] vbl.变更; 换车; 兑换
- 60 **charitable** 2 [tʃærətəbl] adj.慈善事业的; 慷慨的, 仁慈的; 宽恕的
- 61 **chief** 1 [tʃi:f] n.首领; 酋长; 主要部分 adj.首席的; 主要的; 主任的 adv.主要地; 首要地
- 62 **children** 3 [tʃɪldrən] n.孩子们 (child的复数)
- 63 **classes** 6 [kla:sɪz] n.级别, 阶级 (class复数形式)
- 64 **Cleveland** 1 ['kli:vlənd] n.克利夫兰 (美国城市)
- 65 **clinic** 1 ['kλɪnɪk] n.临床; 诊所
- 66 **closed** 3 [klaʊzd] adj.关着的; 不公开的 v.关; 结束; 接近 (close的过去分词)
- 67 **come** 1 [kʌm] vi.来; 开始; 出现; 发生; 变成; 到达 vt.做; 假装; 将满 (...岁) int.嗨! n.(Come)人名; (英)科姆; (阿尔巴)乔梅
- 68 **comes** 1 ['kʌmɪs] v.来自; 从...来 (come的三单形式) n.伴引血管; 伴星 n.(Comes)人名; (法)科姆; (德、西、意)科梅斯
- 69 **companies** 2 [kʌmpəni:s] n.公司; 企业 名词company的复数形式.
- 70 **company** 1 ['kʌmp(ə)ni] n.公司; 陪伴, 同伴; 连队 vi.交往 vt.陪伴 n.(Company)人名; (西)孔帕尼; (英)康帕尼
- 71 **completely** 1 [kəm'pli:tli] adv.完全地, 彻底地; 完整地
- 72 **complex** 1 ['kɒmpleks] adj.复杂的; 合成的 n.复合体; 综合设施
- 73 **concern** 1 vt.涉及, 关系到; 使担心 n.关系; 关心; 关心的事; 忧虑
- 74 **conflicting** 1 [kən'fliktɪŋ] adj.冲突的; 相矛盾的; 不一致的 v.冲突; 争执 (conflict的ing形式)
- 75 **consider** 1 [kən'sɪdə] vt.考虑; 认为; 考虑到; 细想 vi.考虑; 认为; 细想
- 76 **contacted** 1 英 ['kɒntækt] 美 ['kɑ:ntækt] n.接触; 联系; 熟人 v.(与)联系; (与)接触 adj.接触的
- 77 **continued** 1 [kən'tɪnju:d] adj.继续的; 持久的 v.继续; 逗留; 维持原状 (continue的过去分词)
- 78 **coronavirus** 1 [kə,rəʊnə'vaɪərəs] n.冠状病毒; 日冕形病毒
- 79 **cost** 1 vt.花费; 使付出; 使花许多钱; 估价, 估算成本 vi.花费 n.费用, 代价, 成本; 损失

- 80 **courts** 1 英 [kɔ:t] 美 [kɔ:rt] n. 法院; 庭院; 宫廷; 球场; 奉承 v. 献殷勤; 追求; 招致; 设法获得
- 81 **criticism** 1 ['krɪtɪsɪzəm] n. 批评; 考证; 苛求
- 82 **crowd** 1 ['kraʊd] n. 群众, 一伙; 一堆, 许多, 大众 v. 拥挤, 挤满, 挤进 vt. 挤满, 将...塞进; 催促, 催逼 vi. 挤, 拥挤, 聚集
- 83 **crowded** 1 ['kraʊdɪd] adj. 拥挤的; 塞满的 v. 拥挤 (crowd的过去分词)
- 84 **current** 2 ['kʌrənt] adj. 现在的; 流通的, 通用的; 最近的; 草写的 n. (水, 气, 电) 流; 趋势; 涌流 n. (Current) 人名; (英) 柯伦特
- 85 **customers** 2 ['kʌstəməz] n. 顾客; <口> 家伙 名词 customer 的复数形式
- 86 **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
- 87 **dance** 1 [dɑ:ns, dæns] n. 舞蹈; 舞会; 舞曲 vi. 跳舞; 跳跃; 飘扬 vt. 跳舞; 使跳跃 adj. 舞蹈的; 用于跳舞的 n. (Dance) 人名; (英) 丹斯; (法) 当斯
- 88 **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
- 89 **defenses** 1 [dɪ'fens] n. 防卫; 防卫物; 辩护 vt. 防守
- 90 **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)
- 91 **difficult** 3 ['dɪfɪkəlt] adj. 困难的; 不随和的; 执拗的
- 92 **director** 1 [dɪ'rektə] n. 主任, 主管; 导演; 人事助理 n. (Director) 人名; (英) 迪雷克托
- 93 **disease** 2 [dɪ'zɪz] n. 病, [医] 疾病; 弊病 vt. 传染; 使...有病
- 94 **distancing** 4 [dɪ'stæns] n. 距离; 路程; 远方 vt. 与...保持距离; 把(对手)甩在后面
- 95 **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
- 96 **doctor** 2 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
- 97 **doctors** 1 英 ['dɒktə(r)] 美 ['dɑ:ktər] n. 博士; 医生 v. 篡改, 伪造; 阉割
- 98 **does** 1 [dʌz] v. 做; 工作; 有用 (do的第三人称单数形式) n. (Does) 人名; (荷) 杜斯
- 99 **doing** 1 ['du:ɪŋ] v. 做; 干 (do的ing形式) n. 活动; 所作所为
- 100 **done** 3 adj. 已完成的; 做好了; 煮熟的; 合乎礼仪的; 合乎规矩 int. 表示接受建议 v. 做 (do的过去分词) n. (西、罗) 多内 (人名); (英) 多恩 (人名)
- 101 **down** 1 [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
- 102 **during** 4 [dʒuərɪŋ] prep. 在...的时候, 在...的期间 n. (During) 人名; (法) 迪兰; (瑞典、利比) 杜林
- 103 **earlier** 1 adj. 早的; 初期的 (early的比较级) adv. 早地; 早先的时候
- 104 **editor** 1 ['edɪtə] n. 编者, 编辑; 社论撰写人; 编辑装置
- 105 **enforced** 1 [ɪn'fɔ:st] adj. 实施的; 强制执行的 v. 执行 (enforce的过去分词)
- 106 **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
- 107 **enjoyment** 1 [ɪn'dʒɔɪmənt] n. 享受; 乐趣; 享有
- 108 **enough** 1 [ɪ'nʌf] adv. 足够地, 充足地 n. 很多; 充足 adj. 充足的 int. 够了!
- 109 **environment** 1 [ɪn'vaɪrənmənt] n. 环境, 外界
- 110 **equipment** 1 [ɪ'kwɪpmənt] n. 设备, 装备; 器材
- 111 **essential** 2 [ɪ'senʃəl] adj. 基本的; 必要的; 本质的; 精华的 n. 本质; 要素; 要点; 必需品
- 112 **etc** 1 adv. 等等, 及其他
- 113 **even** 2 ['i:vən] adj. [数] 偶数的; 平坦的; 相等的 adv. 甚至; 即使; 还; 实际上 vt. 使平坦; 使相等 vi. 变平; 变得可比较; 成为相等 n. (Even) 人名; (法) 埃旺; (德) 埃文; (英) 埃文
- 114 **exercise** 19 [ɪk'sɜ:sɪz] 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
- 115 **exercising** 3 [ɪk'sɜ:sɪzɪŋ] v. 锻炼, 训练, 练习 (exercise的现在分词)
- 116 **expand** 1 [ɪk'spænd] vt. 扩张; 使膨胀; 详述 vi. 发展; 张开, 展开
- 117 **extreme** 1 [ɪk'stri:m] adj. 极端的; 极度的; 偏激的; 尽头的 n. 极端; 末端; 最大程度; 极端的事物
- 118 **extremely** 1 [ɪk'stri:mli] adv. 非常, 极其; 极端地
- 119 **family** 1 n. 家庭; 亲属; 家族; 子女; [生] 科; 语族; [化] 族 adj. 家庭的; 家族的; 适合于全家的
- 120 **feel** 1 [fi:l] vt. 感觉; 认为; 触摸; 试探 vi. 觉得; 摸索 n. 感觉; 触摸

- 121 **feet** 2 [ˈfi:t, fi:t] n.脚 (foot的复数形式); 尺; 韵脚
- 122 **finding** 1 [ˈfaɪndɪŋ] n.发现; 裁决; 发现物 v.找到; 感到 (find的ing形式); 遇到
- 123 **fitness** 8 [ˈfɪtnɪs] n.健康; 适当; 适合性
- 124 **flock** 1 [flɒk] n.群; 棉束 (等于floc) vt.用棉束填满 vi.聚集; 成群而行 n.(Flock)人名; (德、瑞典)弗洛克
- 125 **flocked** 1 英 [flɒk] 美 [flɑ:k] n.一群; 兽群; 大堆; 群众; 羊群 v.聚集; 成群而行
- 126 **Florida** 1 [ˈflɒrɪdə] n.佛罗里达 (美国东南部的州)
- 127 **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
- 128 **following** 2 [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)
- 129 **food** 1 [fu:d] n.食物; 养料
- 130 **for** 13 [强 fɔ:, 弱 fə] prep.为, 为了; 因为; 给; 对于; 至于; 适合于 conj.因为
- 131 **form** 1 [fɔ:m] 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
- 132 **forms** 1 [ˈfɔ:mz] n.表格; 形式; 年级 名词form的复数形式.
- 133 **founders** 1 英 [ˈfaʊndə(r)] 美 [ˈfaʊndər] n.创立者 v.摔倒; 失败; 沉没; 弄跛
- 134 **four** 2 [fɔ:] num.四; 四个 adj.四的; 四个的 n.(Four)人名; (西)福尔; (法)富尔
- 135 **Francisco** 1 [frænˈsɪskəʊ] n.弗朗西斯科 (男子名, 等于Francis)
- 136 **free** 2 [fri:] adj.免费的; 自由的, 不受约束的; [化学]游离的 vt.使自由, 解放; 释放 adv.自由地; 免费 n.(Free)人名; (英)弗里
- 137 **French** 2 [frentʃ] adj.法国的; 法语的; 法国人的 n.法国人; 法语
- 138 **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
- 139 **fuel** 1 [ˈfjuəl] vi.得到燃料 vt.供以燃料, 加燃料 n.燃料; 刺激因素
- 140 **fun** 1 [fʌn] n.乐趣; 玩笑; 有趣的人或事 adj.供娱乐用的 vi.开玩笑
- 141 **gather** 2 [ˈgæðə] vt.收集; 收割; 使...聚集; 使...皱起 vi.聚集; 化脓; 皱起 n.聚集; 衣褶; 收获量 n.(Gather)人名; (德)加特
- 142 **gathering** 1 [ˈgæðərɪŋ] n.聚集; 集会; 收款 v.聚集 (gather的ing形式)
- 143 **gatherings** 1 [ˈgæðərɪŋz] n.聚集, 集会 (名词gathering的复数形式)
- 144 **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
- 145 **getting** 3 [ˈgetɪŋ] n.获得 动词get的现在分词.
- 146 **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
- 147 **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
- 148 **gone** 1 [ɡɒn] adj.离去的; 死去的; 用光的 v.去 (go的过去分词)
- 149 **government** 1 [ˈɡʌvnmənt] n.政府; 政体; 管辖
- 150 **group** 1 [ɡru:p] n.组; 团体 adj.群的; 团体的 vi.聚合 vt.把...聚集; 把...分组
- 151 **groups** 2 [ɡru:p] n.群; 组; 团体; 集团 v.聚合; 成群; 组; 把...聚集; 把...分类
- 152 **grow** 1 [ɡrəʊ] vi.发展; 生长; 渐渐变得... vt.使生长; 种植; 扩展 n.(Grow)人名; (英)格罗
- 153 **gyms** 1 n.健身房; 体育馆 (gym的复数)
- 154 **had** 2 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)
- 155 **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
- 156 **have** 8 [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
- 157 **having** 1 [ˈhævɪŋ] n.所有; 持有; 占有 adj.具有的; 所有的 v.有 (have的ing形式)
- 158 **health** 2 [helθ] n.健康; 卫生; 保健; 兴旺
- 159 **healthy** 2 [ˈhelθi] adj.健康的, 健全的; 有益于健康的
- 160 **heart** 1 [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
- 161 **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
- 162 **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)
- 163 **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)

- 164 **home** 5 [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.归集, 回家 n.(Home)人名; (德、芬)霍梅; (英、尼)霍姆
- 165 **homes** 1 英 [həʊm] 美 [hoom] n.家; 家庭; 收容所; 栖息地; 发源地 adv.在家; 回家; 在国内; 回国; 正中目标 adj.家用的; 国内的; 总部的; (比赛)主场的 v.提供住处; 朝向
- 166 **how** 1 [haʊ] adv.如何; 多少; 多么 n.方法; 方式 conj.如何 n.(How)人名; (英)豪
- 167 **however** 1 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
- 168 **if** 2 [ɪf] conj. (表条件) 如果; 即使; 是否; (表假设) 假如 n.条件; 设想
- 169 **imagine** 1 vt.想象; 猜想; 臆断 vi.想象; 猜想; 想象起来
- 170 **important** 3 [ɪmˈpɔ:tənt] adj.重要的, 重大的; 有地位的; 有权力的
- 171 **in** 20 [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)
- 172 **include** 1 [ɪnˈklu:d] vt.包含, 包括
- 173 **increased** 1 [ɪnˈkri:st] adj.增加的 动词increase的过去式和过去分词.
- 174 **indoors** 1 [ɪnˈdɔ:z] adv.在室内, 在户内
- 175 **industry** 2 [ɪnˈdʌstri] n.产业; 工业; 勤勉
- 176 **instruction** 1 [ɪnˈstrʌkʃən] n.指令, 命令; 指示; 教导; 用法说明
- 177 **involved** 1 [ɪnˈvɒlvd] 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)
- 178 **is** 13 [ɪz, z, s] v.是 (be的三单形式) n.存在
- 179 **issues** 1 英 [ɪʃu:z] 美 [ɪʃjɔz] n.议题; 债券; 发行物; 子嗣 名词issue的复数形式.
- 180 **it** 3 [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
- 181 **Joe** 1 [dʒəʊ] n.乔 (男子名)
- 182 **jogging** 1 [ˈdʒɔ:gɪŋ] n.慢跑 v.慢跑 (jog的ing形式); 轻推; 唤起
- 183 **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
- 184 **keep** 1 [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
- 185 **large** 2 [lɑ:dʒ] adj.大的; 多数的; 广博的 adv.大大地; 夸大地 n.大 n.(Large)人名; (英)拉奇; (法)拉尔热
- 186 **launched** 1 [lɔ:ntʃ] v.发起; 推出 (新产品); 发射; 使(船)下水 n.发射; 产品推介
- 187 **learning** 3 [ˈlɜ:nɪŋ] n.学习; 学问 v.学习 (learn的现在分词)
- 188 **least** 1 [li:st] adj.最小的; 最少的 (little的最高级) adv.最小; 最少 n.最小; 最少
- 189 **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
- 190 **lifestyle** 1 [ˈlaɪfstɑɪl] n.生活方式 保健的
- 191 **longer** 1 [ˈlɒŋgə, ˈlɒŋ-] 长的 (long的比较级)
- 192 **lot** 1 n.份额; 许多; 命运; 阄 adv. (与形容词和副词连用) 很, 非常; (与动词连用) 非常 pron.大量, 许多 vt.分组, 把...划分 (常与out连用); 把 (土地) 划分成块 vi.抽签, 拈阄
- 193 **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
- 194 **making** 1 [ˈmeɪkɪŋ] n.发展; 制造; 形成 v.制作 (make的现在分词)
- 195 **many** 3 [ˈmeni] pron.许多; 许多人 adj.许多的 n.(Many)人名; (法)马尼
- 196 **matteo** 2 n. 马泰奥
- 197 **may** 3 [meɪ] aux.可以, 能够; 可能, 也许; 祝, 愿; 会, 能
- 198 **media** 1 [ˈmi:diə] n.媒体; 媒质 (medium的复数); 血管中层; 堵塞音; 中脉
- 199 **medical** 1 [ˈmedɪkəl] adj.医学的; 药的; 内科的 n.医生; 体格检查
- 200 **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
- 201 **member** 1 [ˈmembə] n.成员; 会员; 议员
- 202 **mental** 1 [ˈmentəl] adj.精神的; 脑力的; 疯的 n.精神病患者
- 203 **mentally** 1 [ˈmentəli] adv.精神上, 智力上; 心理上
- 204 **meters** 2 英 [ˈmi:tə(r)] 美 [ˈmi:tər] n.公尺; 米 n. 计量器; 计时器 vt. (用仪表)测量

- 205 **Miami** 1 n.迈阿密 (美国美国佛罗里达州东南部港市)
- 206 **Michelle** 1 [mi:'ʃel] n. 米歇尔(女子名)
- 207 **might** 1 [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
- 208 **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]
- 209 **model** 1 ['mɒdəl] n.模型; 典型; 模范; 模特儿; 样式 vt.模拟; 塑造; 模仿 vi.做模型; 做模特儿 adj.模范的; 作模型用的 n.(Model)人名; (德、俄、英)莫德尔
- 210 **more** 3 [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
- 211 **mornings** 1 ['mɔːnɪŋz] adv.每天早晨
- 212 **most** 2 [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
- 213 **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
- 214 **moved** 1 [muːvd] adj.感动的 动词move的过去式和过去分词.
- 215 **moving** 2 ['muːvɪŋ] adj.移动的; 动人的; 活动的 v.移动 (move的ing形式)
- 216 **much** 1 [mʌʃ] 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
- 217 **must** 1 [mʌst, 弱məst, məs, mst, ms] aux.必须, 一定; 可以, 应当; 很可能 n.绝对必要的事物; 未发酵葡萄汁 n.(Must)人名; (匈)穆什特; (俄、瑞典)穆斯特
- 218 **named** 1 [neɪmd] adj.命名的; 指定的; 被指名的 v.命名; 任命 (name的过去分词); 称呼
- 219 **natural** 1 ['nætʃərəl] 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
- 220 **nature** 1 ['neɪtʃə] n.自然; 性质; 本性; 种类 n.(Nature)人名; (法)纳蒂尔
- 221 **necessary** 1 ['nesɪsəri] adj.必要的; 必需的; 必然的 n.必需品 n.(Necessary)人名; (英)内塞瑟里
- 222 **new** 4 [njuː, nuː] adj.新的, 新鲜的; 更新的; 初见的 adv.新近 n.(New)人名; (英)纽
- 223 **news** 3 [njuːz, nuːz] n.新闻, 消息; 新闻报导
- 224 **non** 1 [nɒn] adv.非, 不 n.投反对票的人, 反对票 n.(Non)人名; (柬)嫩; (俄)诺恩
- 225 **not** 7 adv.表示否定, 不 n.“非”(计算机中逻辑运算的一种)
- 226 **noted** 2 ['nəʊtɪd] adj.著名的; 显著的; 附有乐谱的 v.注意; 记下 (note的过去式和过去分词)
- 227 **now** 3 [naʊ] adv.现在; 如今; 立刻 adj.现在的 n.现在; 目前 conj.由于; 既然
- 228 **number** 1 ['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; 使为有限
- 229 **obe** 1 英 [.əʊbi:'i:] 美 [.oo] abbr. 荣获英帝国勋章的军官(=Officer of the Order of the British Empire) abbr. (美国商业部)商业经济管理局(=Office of Business Economics)
- 230 **occurrence** 1 ['ɒkə'rens, -'kʌ] n.发生; 出现; 事件; 发现
- 231 **of** 20 [ɒv, əv, v, f] prep.关于; 属于; ...的; 由...组成的
- 232 **offering** 2 ['ɒfəriŋ, 'ɔː-] n.提供; 祭品; 奉献物; 牲礼 v.提供 (offer的ing形式)
- 233 **offerings** 1 ['ɒfəriŋz] n.提供之物
- 234 **officials** 2 ['ɒfɪjls] n.官员 名词official的复数形式.
- 235 **Ohio** 1 [əu'haɪəʊ] n.俄亥俄州 (美国一个州)
- 236 **old** 1 [əʊld] adj.陈旧的, 古老的; 年老的 n.古时 n.(Old)人名; (英)奥尔德
- 237 **On** 2 [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); (緬、柬、印)翁
- 238 **one** 1 [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
- 239 **online** 9 adj.联机的; 在线的 adv.在线地
- 240 **only** 2 ['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
- 241 **open** 1 ['əʊpən] adj.公开的; 敞开的; 空旷的; 坦率的; 营业着的 vi.开始; 展现 vt.公开; 打开 n.公开; 空旷; 户外
- 242 **opportunity** 2 [ˌɒpə'tjuːnɪti] n.时机, 机会
- 243 **or** 16 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
- 244 **order** 2 ['ɔːdə] n.命令; 顺序; 规则; [贸易]定单 vt.命令; 整理; 订购 vi.命令; 定货
- 245 **ordered** 1 ['ɔːdəd] adj.[数]有序的; 整齐的; 安排好的 v.命令; 点餐 (order的过去式和过去分词)

- 246 **orders** 2 英 ['ɔ:də(r)] 美 ['ɔ:rdə(r)] n. 顺序; 条理; 订单; 命令; 秩序; 阶层; [生]目; 点的东西 v. 命令; 订购; 调整; 整理; 点餐; 预定, 订货
- 247 **other** 4 [ʌðə] adj. 其他的, 另外的 pron. 另外一个
- 248 **others** 1 pron. 其他人
- 249 **outdoors** 2 [ˈaʊtˈdɔ:z] adv. 在户外 n. 户外 adj. 户外的 (等于 outdoor)
- 250 **outside** 5 [ˈaʊtˈsaɪd, ˈaʊtˈsaɪd] adj. 外面的, 外部的; 外来的 n. 外部; 外观 adv. 在外面, 向外面; 在室外 prep. 在...范围之外
- 251 **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
- 252 **pandemic** 7 adj. (疾病等) (全国、全球i) 流行的; 普遍的 n. 流行性疾病
- 253 **parents** 1 [ˈpeərənts] n. 父母; 双亲 名词parent的复数形式.
- 254 **Paris** 1 [ˈpærɪs] n. 巴黎 (法国首都); 帕里斯 (特洛伊王子)
- 255 **Parisian** 1 [pəˈrɪzjən] adj. 巴黎人的; 巴黎的 n. 巴黎人
- 256 **Parks** 1 n. 帕克斯 (人名)
- 257 **part** 4 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
- 258 **particular** 1 [pəˈtɪkjələ] adj. 特别的; 详细的; 独有的; 挑剔的 n. 详细说明; 个别项目
- 259 **people** 21 [ˈpi:pl] n. 人; 人类; 民族; 公民 vt. 居住于; 使住满人
- 260 **period** 1 [ˈpiəriəd] n. 周期, 期间; 时期; 月经; 课时; (语法学) 句点, 句号 adj. 某一时代的
- 261 **periods** 1 [ˈpiəriədz] n. 周期 名词period的复数形式.
- 262 **permitted** 3 英 [pəˈmɪt] 美 [pərˈmɪt] n. 许可证; 执照 v. 允许; 许可
- 263 **person** 2 [ˈpɜ:sən] 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
- 264 **physical** 2 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
- 265 **physically** 1 [ˈfɪzɪkli] adv. 身体上, 身体上地
- 266 **place** 2 [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
- 267 **places** 2 [ˈpleɪsɪz] n. 地点, 地方; 位置; 位数 (名词place的复数形式.) v. 放置 (动词place的第三人称单数形式)
- 268 **playgrounds** 2 [ˈpleɪgraʊndz] 游戏场地
- 269 **playing** 1 [ˈpleɪɪŋ] n. 比赛; 演奏 v. 玩耍 (play的ing形式)
- 270 **police** 1 [pəˈli:s] n. 警察, 警方; 治安 vt. 监督; 管辖; 维持治安; 为...配备警察 adj. 警察的; 有关警察的
- 271 **politicians** 1 [ˌpɒlɪˈtɪʃnz] 政治家
- 272 **poor** 1 [puə, pɔ:] adj. 贫穷的; 可怜的; 贫乏的; 卑鄙的 n. (Poor)人名; (英、伊朗)普尔
- 273 **possible** 1 [ˈpɒsəbl] adj. 可能的; 合理的; 合适的 n. 可能性; 合适的人; 可能的事物
- 274 **power** 1 n. 力量, 能力; 电力, 功率; 政权, 势力; [数]幂 vt. 激励; 供以动力; 使...有力量 vi. 快速前进 adj. 借影响有权势人物以操纵权力的 n. (Power)人名; (英、葡)鲍尔
- 275 **prepared** 1 adj. 准备好的 v. 准备 (prepare的过去分词)
- 276 **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
- 277 **product** 1 [ˈprɒdʌkt, -akt] n. 产品; 结果; [数]乘积; 作品
- 278 **program** 1 [ˈprɒgræm, -græm] 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
- 279 **programs** 1 [ˈprɒgræmz] n. 程序; 节目; 课程 (名词program的复数形式)
- 280 **quickly** 1 [ˈkwɪkli] adv. 迅速地; 很快地
- 281 **quinn** 3 n. 奎恩 (姓氏)
- 282 **raises** 1 [ˈreɪzɪz] n. 加薪; 增加 名词raise的复数形式.
- 283 **reason** 1 [ˈri:zən] n. 理由; 理性; 动机 vi. 推论; 劝说 vt. 说服; 推论; 辩论 n. (Reason)人名; (英)里森
- 284 **received** 1 [rɪˈsi:vɪd] adj. 被一般承认的; 被认为标准的 v. 收到; 接受; 迎接 (receive的过去分词)
- 285 **recently** 2 [ˈri:səntli] adv. 最近; 新近
- 286 **recreation** 5 [ˌrekrɪˈeɪʃən, -kri:-] n. 娱乐; 消遣; 休养

- 287 **reduced** 1 [ri'dʒʊst] adj.减少的; [数]简化的; 缩减的
- 288 **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
- 289 **relax** 1 [ri'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
- 290 **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
- 291 **reported** 2 [ri'pɔ:tɪd] adj.报告的; 据报道的 v.报道 (report的过去分词); 报告; 记录
- 292 **representatives** 1 [reprɪ'zentətɪvz] n.众议院议员; 代表 名词representative的复数形式.
- 293 **requests** 1 [rɪ'kwest] n.请求; 要求 vt.请求; 要求
- 294 **require** 1 [rɪ'kwaɪə] vt.需要; 要求; 命令
- 295 **restrictions** 7 [rɪ'strɪkʃn] n.限制; 约束
- 296 **reuters** 1 [ˈrɔɪtəz] n.路透社 (英国)
- 297 **riding** 1 [ˈraɪdɪŋ] n.骑马; 骑术 v.骑; 乘坐 (ride的现在分词) n.(Riding)人名; (英)赖丁
- 298 **room** 1 n.房间; 空间; 余地; 机会; 房间里所有的人 vt.为...提供住处; 租房, 合住; 投宿, 住宿; 留...住宿 vi.居住; 住宿 n. (英)鲁姆 (人名); (俄)罗姆 (人名)
- 299 **routine** 4 [ru:'ti:n] n.[计]程序; 日常工作; 例行公事 adj.日常的; 例行的
- 300 **rules** 1 n.[数]规则; 条例 (rule的复数形式) v.统治; 支配; 裁定 (rule的第三人称单数形式)
- 301 **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
- 302 **San** 1 [sæn] abbr.存储区域网 (StorageAreaNetworking) n.(San)人名; (泰)汕; (俄、罗、刚)萨恩; (土、柬)桑; (缅)山
- 303 **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
- 304 **seem** 2 [si:m] vi.似乎; 像是; 装作 n.(Seem)人名; (英)西姆
- 305 **service** 1 [ˈsɜ:vɪs] n.服务, 服侍; 服役; 仪式 adj.服务性的; 耐用的; 服现役的 vt.维修, 检修; 保养 n.(Service)人名; (英)瑟维斯
- 306 **she** 4 [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)
- 307 **show** 1 [ʃəʊ] vt.显示; 说明; 演出; 展出 vi.显示; 说明; 指示 n.显示; 表演; 炫耀 n.(Show)人名; (中)邵(普通话·威妥玛); (英)肖
- 308 **showed** 1 v.显示; 表现; 展示 (show的过去式)
- 309 **shut** 1 [ʃʌt] vt.关闭; 停业; 幽禁 vi.关上; 停止营业 n.关闭 adj.关闭的; 围绕的 n.(Shut)人名; (俄)舒特; (中)室(广东话·威妥玛)
- 310 **sick** 1 adj.厌恶的; 病态的; 不舒服; 渴望的; 恶心的; 生病的 n.病人 n.(Sick)人名; (德、西)西克 vt.使狗去咬; 呕吐; 追击
- 311 **silicon** 1 [ˈsɪlɪkən, -kɒn] n.[化学]硅; 硅元素
- 312 **simple** 1 [ˈsɪmpl] 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
- 313 **simply** 3 [ˈsɪmplɪ] adv.简单地; 仅仅; 简直; 朴素地; 坦白地
- 314 **situation** 2 [ˌsɪtʃu'eɪʃən, -tʃu-] n.情况; 形势; 处境; 位置
- 315 **six** 1 [sɪks] num.六, 六个 n.六, 六个 n.(Six)人名; (法、德)西克斯
- 316 **smaller** 1 [ˈsmɔ:lə] adj.较小的
- 317 **so** 4 [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
- 318 **social** 4 [ˈsəʊʃəl] adj.社会的, 社交的; 群居的 n.联谊会; 联欢会
- 319 **some** 11 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
- 320 **something** 2 [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
- 321 **sounds** 1 [saʊndz] 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)
- 322 **spaces** 1 n.空格; 空间 名词的space复数形式.
- 323 **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
- 324 **specialist** 1 [ˈspeʃəlist] n.专家; 专门医师 adj.专家的; 专业的
- 325 **sports** 2 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)
- 326 **spreads** 1 [sprɛd] v.传播; 展开; 散布; 铺开; 伸展; 涂撒 n.范围; 传播; 差额; 幅度; 盛宴

- 327 **States** 1 n.州, 国家 (state的复数形式) vt.声明 (state的第三人称单数形式); 陈述
- 328 **stay** 6 [steɪ] vi.停留; 坚持; 暂住; 停下 vt.坚持; 暂住; 抑制 n.逗留; 停止; 支柱
- 329 **staying** 2 英 ['steɪn] 美 ['steɪn] n. 拉线(撑; 刚性结合); 停留 动词stay的现在式和现在分词形式。
- 330 **still** 1 [stɪl] adv.仍然; 更; 静止地 adj.静止的, 不动的; 寂静的, 平静的; 不起泡的 n.寂静; 剧照; 蒸馏室 conj.仍然; 但是; 尽管如此 vt.蒸馏; 使...静止; 使...平静下来 vi.静止; 平静; 蒸馏 n.(Still)人名; (英、芬、瑞典)斯蒂尔; (德)施蒂尔
- 331 **stores** 1 ['stɔːz] 名词store的复数形式
- 332 **story** 2 ['stɔːri] 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
- 333 **strength** 1 [streŋθ, streŋkθ] n.力量; 力气; 兵力; 长处
- 334 **strengthen** 1 [streŋθən, 'streŋkθən] vt.加强; 巩固 vi.变强; 变坚挺
- 335 **studies** 1 ['stʌdɪz] 名词study的复数形式 动词study的第三人称单数
- 336 **studio** 1 ['stjuːdiəʊ, 'stuː-] n.工作室; [广播][电视]演播室; 画室; 电影制片厂
- 337 **studios** 2 英 ['stjuːdiəʊ] 美 ['stuːdiəʊ] n. 画室; 工作室; 播音室; 制片厂; 摄影场
- 338 **style** 1 [stɑɪl] n.风格; 时尚; 类型; 字体 vt.设计; 称呼; 使合潮流 vi.设计式样; 用刻刀作装饰画 n.(Style)人名; (英)斯泰尔
- 339 **such** 1 [sʌtʃ, sʌtʃ] adj.这样的, 如此的 n.(Such)人名; (英)萨奇; (德)祖赫
- 340 **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; (入场券的)售得金额
- 341 **taking** 1 ['teɪkɪŋ] 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)
- 342 **target** 1 n.目标, 指标; (攻击的)对象; 靶子 v.把...作为目标; 面向, 对准(某群体) n.(Target)美国塔吉特公司
- 343 **team** 1 [tiːm] n.队; 组 vt.使合作 vi.合作 n.(Team)人名; (柬)甸
- 344 **than** 2 [ðən, 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
- 345 **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
- 346 **the** 35 [ði/ðə] art.这; 那 adv.更加(用于比较级, 最高级前)
- 347 **their** 7 [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
- 348 **them** 3 [ðəm, 弱ðəm, ðm] pron.他们; 它们; 她们 n.(Them)人名; (老)探
- 349 **themselves** 1 [ðəm'selvz, ðəm-] pron.他们自己; 他们亲自
- 350 **these** 2 [ðiːz] pron.这些 adj.这些的
- 351 **they** 5 [ðeɪ, 弱ðeɪ] pron.他们; 它们; 她们
- 352 **things** 1 [θɪŋz] n.事物(thing的复数形式); 用品; 形势
- 353 **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
- 354 **those** 2 [ðəʊz] adj.那些的 pron.那些(that的复数)
- 355 **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
- 356 **throughout** 1 [θruː'aut] adv.自始至终, 到处; 全部 prep.贯穿, 遍及
- 357 **time** 1 [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
- 358 **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
- 359 **to** 19 [强tuː, 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)
- 360 **told** 1 [tɔːld] v.告诉 (tell的过去式); 讲述
- 361 **trainers** 1 ['treɪnəz] n.教练员; 练习器; <英>运动鞋 名词trainer的复数形式
- 362 **training** 3 ['treɪnɪŋ] n.训练; 培养; 瞄准; 整枝 v.训练; 教养 (train的ing形式)
- 363 **trains** 1 [treɪn] n.列车; 火车; 行列; 一系列 vt.训练; 培训; 瞄准 vi.进行锻炼, 接收训练; 练习
- 364 **trial** 2 ['traɪəl] n.试验; 审讯; 努力; 磨炼 adj.试验的; 审讯的 n.(Trial)人名; (法)特里亚尔
- 365 **try** 1 [traɪ] vt.试图, 努力; 试验; 审判; 考验 vi.尝试; 努力; 试验 n.尝试; 努力; 试验 n.(Try)人名; (英、印尼)特里; (柬)德里
- 366 **turning** 1 ['tɜːnɪŋ] n.转向; 旋转; 回转; 转弯处 v.旋转 (turn的ing形式)
- 367 **two** 2 [tuː] n.两个 adj.两个的 num.二
- 368 **under** 1 ['ʌndə] prep.低于, 少于; 在...之下 adv.在下面; 在下方 adj.下面的; 从属的

- 369 **united** 1 [ju:'naɪtɪd] adj.一致的, 统一的; 团结的, 和睦的
- 370 **up** 1 [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
- 371 **us** 1 pron.我们
- 372 **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
- 373 **using** 2 n.使用; 利用 v.使用 (use的ing形式)
- 374 **valley** 1 ['vælɪ] n.山谷; 流域; 溪谷 n.(Valley)人名; (英)瓦利; (法)瓦莱
- 375 **very** 2 ['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
- 376 **VOA** 4 英 [ˌvi:əʊ'eɪ] 美 [oo] abbr. 美国之音 (=Voice of America).
- 377 **walk** 1 [wɔ:k] n.步行, 走; 散步 vt.散步; 走过 vi.走, 步行; 散步 n.(Walk)人名; (德、葡)瓦尔克; (英)沃克
- 378 **walking** 2 ['wɔ:kɪŋ] n.步行; 散步 v.步行 (walk的ing形式) adj.步行的
- 379 **was** 1 be的第一和第三人称单数过去式
- 380 **Washington** 1 ['wɒʃɪŋtən] n.华盛顿 (美国州名, 美国城市名, 美国第一任总统, 姓氏)
- 381 **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、缅)韦
- 382 **ways** 3 [weɪz] n.方法 (way的复数); 滑路 n.(Ways)人名; (吉布)瓦伊斯
- 383 **we** 1 [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
- 384 **week** 1 [wi:k] n.周, 星期
- 385 **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
- 386 **were** 3 [wə:, wɜ] v.是, 在 (are的过去式) n.(Were)人名; (英、肯)沃尔
- 387 **when** 1 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
- 388 **where** 2 [hweə] adv.在哪里 pron.哪里 conj.在...的地方 n.地点
- 389 **which** 3 [hwɪtʃ] pron.哪/那一个; 哪/那一些 adj.哪一个; 哪一些
- 390 **who** 3 pron.谁; 什么人
- 391 **wide** 1 [waɪd] adj.广泛的; 宽的, 广阔的; 张大的; 远离目标的 adv.广泛地; 广阔地; 充分地 n.大千世界 n.(Wide)人名; (瑞典、芬)维德
- 392 **with** 4 [wɪð, wɪθ] prep.用; 随着; 支持; 和...在一起 n.(With)人名; (德、芬、丹、瑞典)维特
- 393 **without** 2 [wɪ'ðaʊt, -'θaʊt] prep.没有; 超过; 在...外面 adv.户外; 在外面; 没有或不显示某事物 n.外部; 外面
- 394 **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)
- 395 **workout** 2 ['wɜ:kaut] n.锻炼; 练习; 试验
- 396 **world** 1 n.世界; 领域; 世俗; 全人类; 物质生活
- 397 **worried** 1 ['wʌrɪd, 'wɜ:riɪd] adj.担心的
- 398 **wrote** 1 [rəʊt] v.写 (write的过去式)
- 399 **years** 1 ['jɜ:z] n.很久; 年, 年度 名词year的复数形式.
- 400 **you** 4 [ju:, 弱 ju, jə] pron.你; 你们 n.(You)人名; (柬)尤; (东南亚国家华语)猷
- 401 **younger** 1 ['jʌŋə, 'jʌŋgə] n.年纪较小者; 幼辈 adj.较年轻的 n.(Younger)人名; (英)扬格