

IELTS 4.0 • Exam 1 词汇记忆本（艾宾浩斯记忆法）

使用方法： **第一步** 看中文释义 → 在「默写 ①」写出英文； **第二步** 盖住中文 → 看英文在「默写 ②」写中文； **第三步** 按顶部打卡日期（第1/2/4/7/15天）反复复习，错词打 △ 重点回看。

一、高频词汇 High-Frequency Words · 49 条

复习打卡（艾宾浩斯记忆曲线）： 第1天 第2天 第4天 第7天 第15天

#	英文单词 / 词组	中文释义	默写 ①	默写 ②
1	writer n.	作家		
2	real adj.	真实的		
3	steal v.	偷		
4	prison n.	监狱		
5	believe v.	相信		
6	learn v.	学习		
7	sudden adj.	突然的		
8	surprise n.	惊讶		
9	exciting adj.	令人兴奋的		
10	understand v.	理解		
11	helicopter n.	直升机		
12	paint v.	绘画		
13	genius n.	天才		
14	inventor n.	发明家		
15	scientist n.	科学家		
16	notebook n.	笔记本		
17	drawing n.	图画		
18	artist n.	艺术家		
19	master n.	大师		
20	excellent adj.	卓越的		
21	athlete n.	运动员		
22	sensitive adj.	敏感的		
23	talent n.	天赋		
24	idol n.	偶像		
25	challenge n.	挑战		
26	determination n.	决心		

#	英文单词 / 词组	中文释义	默写 ①	默写 ②
27	courage n.	勇气		
28	tournament n.	锦标赛		
29	ranking n.	排名		
30	encourage v.	鼓励		
31	online adj.	在线的		
32	survey n.	调查		
33	percent n.	百分比		
34	focus v.	专注		
35	attention n.	注意力		
36	communicate v.	交流		
37	interaction n.	互动		
38	concern n.	关心		
39	advantage n.	优势		
40	save v.	节省		
41	travel v./n.	旅行		
42	freely adv.	自由地		
43	pianist n.	钢琴家		
44	dangerous adj.	危险的		
45	traveller n.	旅行者		
46	safe adj.	安全的		
47	popular adj.	受欢迎的		
48	avoid v.	避免		
49	publish v.	出版		

二、常用词组 Common Phrases · 47 条

复习打卡 (艾宾浩斯记忆曲线) : 第1天 第2天 第4天 第7天 第15天

#	英文单词 / 词组	中文释义	默写 ①	默写 ②
1	a pen name	笔名		
2	short stories	短篇小说		
3	be born	出生		
4	teach oneself	自学		
5	go missing	丢失, 不见了		
6	send sb. into prison	把某人送进监狱		
7	learn to do sth.	学会做某事		
8	go on writing	继续写作		
9	the life of the poor	穷人的生活		
10	to one's surprise	令某人惊讶的是		
11	an answer to	的答案		
12	in the world	在世界上		
13	for example	例如		
14	of course	当然		
15	by the time	到.....的时候		
16	a master painter	大师级画家		
17	one of the most famous	最.....之一		
18	more about the human body	更多关于人体		
19	as he got older	随着他长大		
20	do well in	擅长, 表现好		
21	be sensitive to	对.....敏感		
22	take part in	参加		
23	be full of	充满		
24	ups and downs	起起伏伏		
25	set goals for oneself	为自己设定目标		
26	hold on to	坚持, 抓住		
27	stay focused	保持专注		
28	at the top of	在.....的顶部		

#	英文单词 / 词组	中文释义	默写 ①	默写 ②
29	the reserve squad	预备队		
30	take classes	上课		
31	focus on	专注于		
32	communicate with	与.....交流		
33	hand in homework	交作业		
34	instead of	而不是		
35	compared with	与.....相比		
36	watch over again	重新再看一遍		
37	come up with	想出（答案）		
38	for short	简称		
39	at that time	在那时		
40	such as	例如		
41	gas station	加油站		
42	become popular	变得受欢迎		
43	avoid dangerous places	避开危险之地		
44	be named after	以.....命名		
45	a piece of history	一段历史		
46	from... to...	从.....到.....		
47	there was a time when	曾有一段时间		