

IELTS 4.5 • 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	familiar adj.	熟悉的		
2	textbook n.	教科书，课本		
3	prose n.	散文		
4	master n.	大师，能手		
5	dynasty n.	朝代，王朝		
6	official n./adj.	官员；官方的		
7	challenge n./v.	挑战；向.....挑战		
8	demote v.	贬谪，降级		
9	distant adj.	遥远的，偏远的		
10	however adv.	然而，不过		
11	brave adj.	勇敢的		
12	nickname n./v.	绰号，别号；给.....起绰号		
13	invent v.	发明，创造		
14	dialect n.	方言		
15	local n./adj.	当地人；当地的		
16	valuable adj.	宝贵的，贵重的		
17	cultural adj.	文化的		
18	heritage n.	遗产，传统		
19	encourage v.	鼓励，鼓舞		
20	hopeful adj.	抱有希望的		
21	optimist n.	乐观主义者，乐天派		
22	admire v.	钦佩，仰慕		
23	research v./n.	研究；调查		
24	chimpanzee n.	黑猩猩		
25	wild adj.	野生的；野外的		
26	discovery n.	发现		

#	英文单词 / 词组	中文释义	默写 ①	默写 ②
27	interview n./v.	采访; 面试		
28	reporter n.	记者		
29	opportunity n.	机会		
30	advantage n.	优势; 有利条件		
31	advice n.	建议 (不可数)		
32	differently adv.	不同地		
33	scientist n.	科学家		
34	personality n.	个性; 性格		
35	feeling n.	感情; 感觉		
36	luckily adv.	幸运的是		
37	proud adj.	自豪的; 骄傲的		
38	kingdom n.	王国; (动物) 界		
39	separate adj./v.	分离的; 分开		
40	career n.	职业; 事业		
41	volunteer v./n.	自愿做; 志愿者		
42	university n.	大学		
43	straight adv./adj.	直接地; 直的		
44	encouragement n.	鼓励		
45	childhood n.	童年		
46	strong-willed adj.	意志坚定的		
47	ancient adj.	古代的		
48	famous adj.	著名的		
49	miracle n.	奇迹		

二、常用词组 Common Phrases · 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	be familiar to sb.	对某人来说熟悉		
2	be remembered as	被人们铭记为.....		
3	one of the + 最高级 + 复数	最.....的之一		
4	face challenges	面临挑战		
5	speak badly of sb.	说某人坏话		
6	as a result	结果, 因此		
7	be demoted to	被贬到.....		
8	remain brave	依然勇敢		
9	through difficulties	在困难中, 度过艰难		
10	be sent to	被派往, 被贬到		
11	It' s said that ...	据说.....		
12	around that time	大约在那时		
13	give up	放弃		
14	set up	创办, 建立		
15	make friends with	与.....交朋友		
16	leave behind	留下, 遗留		
17	encourage sb. to do sth.	鼓励某人做某事		
18	stay hopeful	保持希望		
19	even in hard times	即使在艰难时刻		
20	be written by	由.....所写		
21	be known for	因.....而闻名		
22	be famous for	因.....而著名		
23	in the wild	在野外		
24	be the first to do sth.	第一个做某事的人		
25	have an interview with sb.	采访某人		
26	work with animals	和动物打交道		
27	work hard	努力工作 / 学习		
28	take advantage of	利用 (机会等)		

#	英文单词 / 词组	中文释义	默写 ①	默写 ②
29	never give up	永不放弃		
30	laugh at	嘲笑		
31	instead of	而不是; 代替		
32	talk about	谈论		
33	be proud of	为.....感到自豪		
34	part of	的一部分		
35	be separate from	与.....分离 / 分开		
36	look for	寻找		
37	go straight into	直接进入		
38	have got to do sth.	必须做某事		
39	an opportunity for doing sth.	做某事的机会		
40	in ancient China	在古代中国		
41	a famous doctor	一位名医		
42	be named Hua Tuo	名叫华佗		
43	during the Three Kingdoms period	在三国时期		
44	the "miracle doctor"	"神医"		
45	cure many difficult diseases	治愈许多疑难病症		
46	come to see sb.	来看某人 (看病)		
47	be wounded by an arrow	被箭射伤		
48	be stuck deep inside	深深扎在里面		
49	take it out	把它取出来		