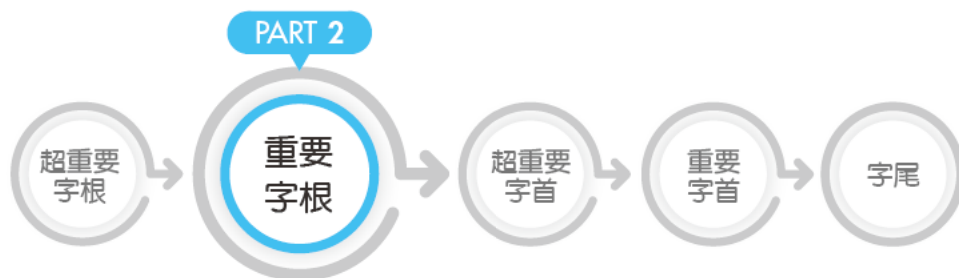


目錄

學習計畫	20
在學習本書前應該知道的五種習慣法則	22
有效學習本書的八個原則	24



DAY 1	cap ¹ cap ² cede	26
DAY 2	duc fac	33
DAY 3	fer graph ject	40
DAY 4	log mit	47
DAY 5	pend plic	52
DAY 6	pos press	58
DAY 7	scrib spec	64
DAY 8	spir sta	70
DAY 9	sta	76
DAY 10	tain tract vis	82

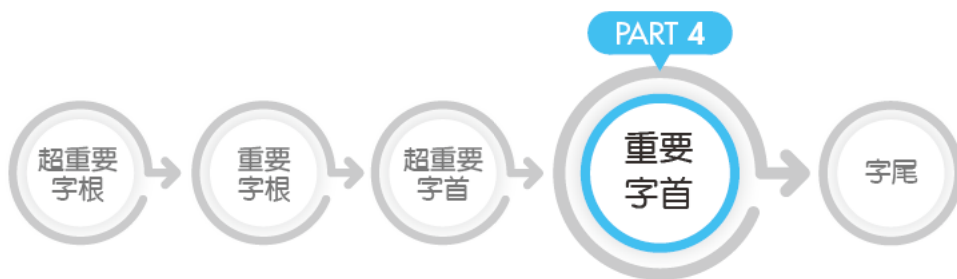


DAY 11	act alter ama ann apt arm art astro	91
DAY 12	audi bar base bat board break	99
DAY 13	camp can car cast centr cern cert	106
DAY 14	cid cide circul cit civi claim clin	114
DAY 15	clos cogn commun cord corpor count	121
DAY 16	cover crea cred cult cur dam dem	129
DAY 17	dict doc don equ ess estim	136
DAY 18	fa fall fare fend fest fid fil fin	144
DAY 19	firm flect flict flu form fort frag	153
DAY 20	fund fus gar gard gener gest	161
DAY 21	grad grat grav hab hand hap	170
DAY 22	heal hered horr host hum ide insula it	179
DAY 23	journ junct just kin labor lav lax lect	187
DAY 24	leg lev liber lic lig limin lin lingu liter	195
DAY 25	loc long lud lumin mag mand manu	204
DAY 26	mater mechan medi medic memor ment	213
DAY 27	merc merg meter migr min mir mod	221
DAY 28	mort mot mount mut nat	229
DAY 29	nav neg nerv nom norm nounc nov numer	236
DAY 30	nutr oper opt ordin organ ori pan	243
DAY 31	par para part pass	252
DAY 32	path patr ped pel pen	258

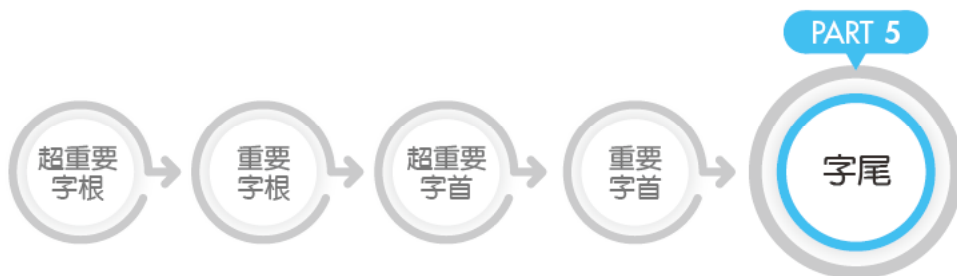
DAY 33	per pet phas phon ple plore point	266
DAY 34	polic popul port potprehend prim	274
DAY 35	priv prob put quir rad rang	282
DAY 36	rect rot rupt scend sci sect	289
DAY 37	sens sequ serv sid sign	297
DAY 38	simil soci solv soph spon stick	305
DAY 39	strict struct sult sum tact	312
DAY 40	techn tect temper tempt tend term terr	320
DAY 41	test text tom ton tort tribut	328
DAY 42	tru tum turb us vac vad val	335
DAY 43	vent vert vest via vict	343
DAY 44	viv voc vol volv vot war	351



DAY 45	pro pre re	359
DAY 46	in ¹ ex	365
DAY 47	out over	372
DAY 48	com inter trans	380
DAY 49	ad sub	387
DAY 50	de dis	395
DAY 51	un	404
DAY 52	in ²	412



DAY 53	fore ante post up under by extra	421
DAY 54	non anti counter with mal mis	431
DAY 55	bio dia eco geo micro tele auto	440
DAY 56	ob ab se syn bene	447
DAY 57	super per en a	455
DAY 58	mono uni bi du twi tri multi	464



DAY 59	名詞字尾	474
	動詞字尾	
DAY 60	形容詞字尾	480
	副詞字尾	
附錄：用字源搞定多義字		486
INDEX		497
66 天英文單字習慣養成月曆		509

★ 本書記號說明

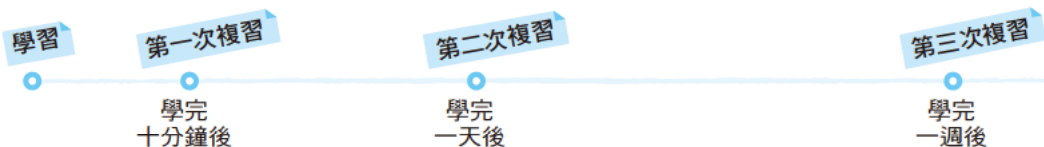
- ▶ 名 名詞 動 動詞 形 形容詞 副 副詞 介 介系詞 連 連接詞
- ▶ 名尾 名詞字尾 動尾 動詞字尾 形尾 形容詞字尾 副尾 副詞字尾
- ▶ = 同義詞 ↔ 反義詞

學習計畫

1 + 3 學習法

「複習」是必要的工作，有的學生會反覆複習五遍甚至是十遍。但是，如果等看完整本書後，才開始複習，結果會如何？想必大部分的單字早已忘光，又得從頭開始唸起。現在開始使用「1 + 3 學習法」，讓你不再重蹈覆轍。

「1 + 3 學習法」指的是「第一次學完後，再複習三次」的法則。這三次的複習不能隨便帶過，得按照間隔效應（spacing effect）的最佳複習週期，在首次學習十分鐘過後進行第一次複習，盡可能要快速複習完畢。之後，便能拉長複習的間隔時間，在一天過後、以及一週後複習。複習到三次看似很多，其實一點也不多，因為要在完全忘光以前的最佳時間點進行複習，才能得到最佳的效果。只要實際嘗試，你便會發現你能輕鬆回答出大部分單字的中文解釋，也不需要花非常多時間。完成第一遍的複習後，從第二遍複習開始，你會發現在自我測驗時，已經能答對大部分的單字，因此轉眼間便能看完整本書。



66 天習慣養成月曆

建議讀者參考下方月曆，按照最佳複習週期使用本書，並趁這個機會養成唸書習慣。本書將內容分成 60 天份，若使用「1 + 3 學習法」學習加上複習，共計需要 66 天的時間。只要善加利用本書第 509 頁的〈66 天英文單字習慣養成月曆〉，便能養成唸書的習慣。既然都要開始學習英文單字了，不如就趁此機會培養良好習慣，相信對各位的人生會有所幫助。

		第 1 天	第 2 天	第 3 天	第 4 天	第 5 天	第 6 天	第 7 天	第 8 天	第 9 天	第 10 天
用 66 天 完成一個 學習循環	學習	DAY 1	DAY 2	DAY 3	DAY 4	DAY 5	DAY 6	DAY 7	DAY 8	DAY 9	DAY 10
	第一次複習 (學完十分 分鐘後)	DAY 1	DAY 2	DAY 3	DAY 4	DAY 5	DAY 6	DAY 7	DAY 8	DAY 9	DAY 10
	第二次複習 (學完一天 後)		DAY 1	DAY 2	DAY 3	DAY 4	DAY 5	DAY 6	DAY 7	DAY 8	DAY 9
	第三次複習 (學完一週 後)							DAY 1	DAY 2	DAY 3	DAY 4

© COSMOS CULTURE LTD

學習計畫 TIP

用 66 天培養學習英文的習慣！

- **第 1 天**：按照習慣養成月曆，第 1 天學習 DAY 1 的內容，接著在學完的十分鐘後，馬上複習一遍 DAY 1 的內容。由於十分鐘前才看過，絕對不用花很多時間。
- **第 2 至第 6 天**：到了第 2 天，學習 DAY 2 的內容。和前一天的方法相同，在學完的十分鐘過後，馬上複習 DAY 2 的內容。接著再複習 DAY 1 的內容，由於前一天已經看過兩遍，這次的複習一樣不會花太多時間。第 3 天也採用相同方式，先學習 DAY 3 的內容，在學完的十分鐘過後，馬上複習 DAY 3 的內容。接著再複習前一天學過的 DAY 2。第 2 天到第 6 天都是按照這個模式學習，學完當天內容後接著再複習一次，同時第二次複習前一天的內容。
- **第 7 至第 60 天**：第 7 天開始稍微有點變化。先學習 DAY 7 的內容，十分鐘後再複習一遍 DAY 7，再複習前一天 DAY 6 的內容，接著要回頭複習一週前學過的 DAY 1。雖然是一週前學習的內容，但是首次學習加上之後的複習，等於已經看過三遍了，所以這次複習一樣不會花太多時間。
- **第 61 至第 66 天**：第 7 天至第 60 天都採前述方式學習，從第 61 天開始只要複習就好。因此正確來說，要完全精讀 DAY 60 的份量，得花上 66 天的時間，完成最佳複習週期的第一個循環。事實上，按照這個方式學習，就算各位只完成第一個循環，也能達到通曉書中英文單字的程度。
- 但不是 66 天就結束了！如同本書第一頁的表格，建議各位以少則三遍、多則五遍的循環為目標來學習。第二遍開始其實會變得很輕鬆，不像第一遍得花上 66 天的時間。由於你已經學會書中大部分的單字，快的話甚至半天就能看完一整本單字書。只要完成五遍的循環，相信各位就能完整的將所有單字牢牢記在腦海當中。

第 57 天	第 58 天	第 59 天	第 60 天	第 61 天	第 62 天	第 63 天	第 64 天	第 65 天	第 66 天
DAY 57	DAY 58	DAY 59	DAY 60						
DAY 57	DAY 58	DAY 59	DAY 60						
DAY 56	DAY 57	DAY 58	DAY 59	DAY 60					
DAY 52	DAY 53	DAY 54	DAY 55	DAY 56	DAY 57	DAY 58	DAY 59	DAY 60	

在學習本書前應該知道的

五種習慣法則

法則一 66 天不斷反覆

想要成功，就得從養成好習慣開始。習慣是什麼？就是在想到應該要做某事之前，就已經自動自發著手的反應。為了征服英文，我們一定要養成背誦單字的習慣，而這將會自然而然地進行。請記住，學習不是由我們自己，而是由我們養成的習慣去完成的。不管是什麼事，只要每天一次不漏地去做，就會成為習慣。不過，光是這樣講太漫無目的了，所以必須訂出一個範圍才行。

因此，我們需要跟著做的習慣法則，第一個就是「66 天讀書法」。根據英國倫敦大學珍妮·沃德爾（Jane Wardle）教授研究團隊發表的「習慣的秘密」，人類若要將一個行為變成習慣，需要花費 66 天。英文學習也是一樣。只要反覆 66 天，就可以養成英文學習的習慣。



這樣做就對了！

本書由 60 個 DAY 組成，再運用「1 + 3 學習法」複習的話，讀完一次正好需要 66 天。在這段期間內，不只是英文單字，連讀書習慣也可以確實掌握。

法則二 像玩遊戲一樣學習

遊戲之所以有趣，是因為可以看得見成果。等級上升獲得道具，並且提高經驗值，都是立即可以看到的，當然會覺得有趣。但是，學習的成果並不是肉眼可見的。今天讀了一個小時，平均分數就能提高一分嗎？並不會，我們只是在默默耕耘而已。所以，學習是世界上最枯燥乏味的事情。

把讀書的進行過程具象化吧！下定決心貫徹習慣，然後每天在習慣月曆上記錄實踐的過程。如此一來，你便可以一天一天、一點一點地獲得形成習慣的成就感和自信，並感到幸福。事實上，感覺到自己正在成長，就是幸福的核心要素。



這樣做就對了！

本書提供〈66 天英文單字習慣養成月曆〉。在實踐「1 + 3 讀書法」的那天以打勾標示，享受一下那份滿足感吧！

法則三 在反覆的日常生活中，加上「英文學習」吧！

為什麼藥一定要在飯後 30 分鐘內服用呢？其實，不一定要在那時吃也可以。大部分需要在

© COSMOS CULTURE LTD 只要配合藥效的持續時間，每天吃三次就好了。但是，如果讓自己隨便找三個時間服藥，我們通常會忘記。所以，在已經像習慣一樣反覆的日常生活（吃飯），直接附加上新的習慣（服藥），我們就不會忘記按時吃藥。

我們也像服藥一樣地讀書就可以了。在起床、回家、吃飯、移動時間等已經在反覆的例行公事上，再加上學習的習慣吧！



這樣做就對了！

將〈字根字首字尾一覽表〉影印幾份，貼在 K 書中心的書桌上、房間裡和廁所裡吧！這樣一來，每當進入 K 書中心、回房間、上廁所的時候都能看得到，英文學習和日常生活中的行動便能合為一體。說不定都還沒開始學習，單字就已經背下來了。

法則四 一定要抓住早晨時光

假設有兩家咖啡廳在店門口發集點卡，咖啡廳 A 的集點卡有 10 格，上面沒有任何章；而咖啡廳 B 的集點卡有 12 格，但拿到時上面已經有 2 個章了。一樣都是需要再收集 10 個章才能免費再喝一杯咖啡，但是收到咖啡廳 B 的集點卡，比較有可能集滿 10 個章，這是因為已經蓋了 2 個章，所以等於已經進入「開始」的狀態。同樣的，就算只花一點點時間，在早晨時間從事具生產性工作的人，就像是在一天開始之前，已經先在集點卡上蓋了 2 個章一樣。不要熬夜讀書，活用早晨的時光吧。



這樣做就對了！

把單字書或口袋單字書放在床頭，早上一起床就拿起來讀。鬧鐘就設定成單字 MP3 自動播放，在起床的同時就開始讀書，也不失為一個好方法，可以充實地度過一天。

法則五 從小的地方開始

我們之所以無法養成習慣，有個致命的問題，就是不配合自己的程度來學習。不考慮自己現在的水準在哪裡，看到全校第一名在背超難的單字書，就跟著買來讀；或是買了 10 本五花八門的模擬試題，但是才開始短短三天就放棄，跑到網咖裡打電動。一開始把目標訂得太高，才無法持續下去。我們必須從小的地方開始才能持續進行，持續進行才能成為習慣。



這樣做就對了！

本書在介紹每個超重要字根字首時，都挑出具有代表性的單字，這些單字大部分是我們已經知道，或就算不知道，也可以輕鬆學起來的單字。而每一個重要字根字首的第一個單字，大部分也像代表單字一樣簡單。以此開始來學習字源，並自然而然地理解由這個字源衍生出的眾多單字吧！你們一定會非常驚訝地發現，自己正在毫無壓力、自然而然地征服無數的單字。

有效學習本書的八個原則

1. 先打開書

手上拿著本書，就等於已經抓住成功的機會。

2. 不要死背，要理解單字

不管學什麼，首先都得理解。如果理解字源，英文單字不需要特別死背，也能自然而然地記起來。

3. 用有趣的方式讀

單字旁邊的**字源解說**是本書最重要的部分。請仔細閱讀，但是不要有負擔。

4. 從已經知道的單字出發

若從已經知道的單字開始，理解從該字源衍生的無數單字，可以讓字彙能力瞬間暴增。

5. 一邊聽一邊確認發音

學習英文需要五感並用。播放 MP3 聽聽看正確的發音，重新與單字做連結。

6. 只看過一次，不算看過

用「1 + 3 學習法」反覆複習，把這本書讀過五次。

7. 養成習慣

利用本書的〈66 天英文單字習慣養成月曆〉，寫上開始學習的日期，檢視自己的學習行動是否漸漸成為習慣。

8. 在日常生活中無限重複學習

隨時隨地帶著**口袋單字書**，〈**字根字首字尾一覽表**〉也印多張一點，貼在各個地方。讀書不是只能在書桌前才能做的事。

PART

1

超重要字根

DAY 1-10

單字裡最重要的部分就是字根 (Root)，
單字主要的意思便由字根來決定！
〈超重要字根〉篇中，彙整出最常使用的字根。
只要學會這些超重要字根，
就能衍生並理解數千數萬個單字。

DAY 1

001

cap¹

變化形 cip, ceive, cept

抓住 (hold)
拿出 (take)

capture

捕捉；抓住

“ 這個字根很簡單，意思為用手「抓住」。用手抓住什麼東西，也有「捕獲」或「獲得」的意思。若延伸至較為抽象的概念，則可以用來表示「發想」。

01 capable**

[ˈkeɪpəbl̩]

形 能夠……的；能幹的

capability** 名 能力；能幹

capacity*** 名 容量；水量；能力

a very **capable** attorney

一位非常能幹的律師

cap + able
抓住 可以……的

⇒ 可以抓住的

可以抓住目標，表示「可以做到的」的意思。任何事都能辦到的人，便是「有能力的」人。

02 capture**

[ˈkæptʃə]

動 捕捉；抓住

名 俘虜；捕捉；截取（圖片）

captive* 形 受俘的；受控制的

captivity* 名 囚禁；束縛

captivate 動 使著迷

be **captured** on police video cameras

被警方監視錄影機捕捉到

cap + ture
抓住 名詞

⇒ 抓住的動作

觀看手機或電腦時，若出現想要「擷取」的畫面，便會做出「截圖」的動作，來「捕捉」畫面中的東西。

03 anticipate*

[ænˈtɪsəˌpet]

動 預期；預測

anticipation* 名 預期；預測

unanticipated

形 不受期待的；未預料到的

anticipate the future

預測未來

anti + cip + ate
之前 (ante) 拿出 動詞

⇒ 提前拿出想法

在事情發生「之前」預先「拿出」想法，指的是「預期」的意思。

04 participate**

[pɑːˈtɪsəˌpet]

動 參與；參加

participation* 名 參與；參加

participant* 名 參加者

participate more actively in class
在課堂上更加積極參與

part(i) + cip + ate
部分 抓住 動詞

⇒ 占一部分

在聚會或比賽中，「抓著」其中一個「部分」，表示「參加」的意思。

05 **conceive***

[kən'si:v]

動 懷有(想法);想;懷孕

concept*** 名 概念;觀念

conception**

名 想法;構想;理解

conceit

名 自傲;(詩)誇張的比喻

conceive a passion for music

懷有對音樂的熱情

con + ceive
完全 (com) 拿出

⇒ 拿出一個想法

com 除了有「全部」、「一起」的意思,還可表示「完全」。該單字指的是「確實有這個想法」。另外,還有「懷孕」的意思,可想成「獲得」小孩,「一起」在同個身體裡。

06 **deceive***

[di'si:v]

動 欺騙;欺瞞;欺詐

deception* 名 欺騙;欺瞞;欺詐

deceit* 名 欺騙;欺詐

deceptive* 形 騙人的;欺詐的

deceive the public for years

欺騙大眾多年

de + ceive
離開;不好的 拿出

⇒ 拿出不好的東西

de 指的是離開、向下,帶有負面的意思。該單字指的是用「不好的」方法「拿取」別人的金錢或物品。

07 **perceive****

[pə'si:v]

動 察覺;感知

perception** 名 看法;認知

perceptual* 形 感知的;知覺的

perceive reality accurately

正確地感知現實

per + ceive
完全 抓住

⇒ 完全抓住感覺

per 指「穿過」,也可表示「全部」。「完全抓住」後,變成自己的東西,表示澈底理解,也就是「察覺」。

近義詞 具有「察覺」之意的單字

perceive [per+ceive → 完全抓住感覺] 察覺;感知

realize [real+ize → 化作現實] 領悟;了解;察覺

appreciate [ap+prec(i)+ate → 制定價格] 察覺;欣賞

recognize [re+co+gn+ize → 再次了解到] 認出;認可;察覺

08 **receive****

[ri'si:v]

動 收到;接受

receipt* 名 收據;領取

reception** 名 接待處;歡迎

receptive*

形 能容納的;善於接受的

You will receive an email with your

audition time and place. 你會收到一

封電子郵件,上面有你試鏡的時間地點。

re + ceive
再次 抓住

⇒ 收到某人給的東西

re 的意思為「向後;再次」。「再次抓住」某人給的東西,表示「收到」的意思。衍生字 receipt 表示收到錢後才收到的東西,所以是指「收據」。

09 **accept****

[ək'sept]

動 同意;接受

acceptable**

形 令人滿意的;可以接受的

acceptance** 名 認可;接受

accept a job offer from Dr. Glibber

接受吉爾伯博士提供的工作機會

ac + cept
朝向(ad) 拿出

⇒ 朝我的方向拿

拿到東西後,「朝」我的方向,表示「同意」或「接受」的意思。

10 **contraception***

[ˌkɒntrəˈsepʃən]

名 避孕

one of the most effective methods
of **contraception**
最有效的避孕方法之一

contra + **cept** + **ion**
抵抗 拿出 名詞

⇒ 無法接受

counterattack 的意思為「反擊」，經常用於遊戲當中，而 **contra** 便是 **counter** 的變化形。因此，在發生性關係時「無法接受」，表示「避孕」的意思。

11 **except****

[ɪkˈsept]

介 連 除了……之外

exception** 名 例外
exceptional** 形 例外的

The store is open every day
except Sunday.
這家店除了星期日之外每天都開。

ex + **cept**
向外 拿出

⇒ 掏出

小孩偏食的話，會把討厭的食物從碗中掏出來。把它「向外拿出」的動作，指的就是「除外」。

12 **intercept***

[ˌɪntəˈsept]

動 攔截；阻止

interception 名 攔截

intercept a secret message
攔截一則機密訊息

inter + **cept**
之間 拿出

⇒ 從中攔截拿出

inter 的意思為「之間」。有人從「中間」攔截，把東西「拿出」，指的是「妨礙」、「阻止」。

13 **susceptible***

[səˈseptəbəl]

形 易受影響的；敏感的

Teenagers are more **susceptible**
to pop culture.
青少年較容易受流行文化的影響。

sus + **cept** + **ible**
下面 (sub) 抓住 可以……的

⇒ 可以在下面抓住的

當我們提到受到什麼東西的影響時，會講在它的影響之「下」。「可以在下面抓住的」，代表受了某人或某事物的「影響」之意。容易受影響，就等同於「敏感的」。

近義詞 具有「易受影響的」之意的單字

susceptible [sus+cept+ible → 可以在下面抓住的] 易受影響的；敏感的
receptive [re+cept+ive → 再次抓住的] 能容納的；善於接受的
responsive [re+spons+ive → 反應的] 即刻反應的；應答的；響應的
sensitive [sens(it)+ive → 感覺發達的] 敏感的；靈敏的

cap²

頭 (head)

cap
帽子

變化形 cab, chief, chiev, chef

“ cap 單字本身的意思為「帽子」，指的是常見的棒球帽。cap 還有「蓋子」的意思，可樂瓶蓋的外型就像是瓶子的帽子一樣。另外，頭頂代表人體最高的地方，所以它也有「最高限度」的意思。captain 的意思為船長，字根同樣是 cap。所以其實我們早就知道 cap 這個字根的意思了。”

01 capital^{***}

[ˈkæpɪtəl]

名 首都；大寫字母；資本
形 大寫字母的；最重要的；死刑的

capitalism^{**} 名 資本主義capitalist^{**}

名 資本主義者；資本家

private capital

私人資本

cap(it) + al
頭 名詞

⇒ 成為頭

「頭」表示最重要的部位，最重要的都市為「首都」；一句話的開頭則為「大寫字母」。

02 cap^{*}

[kæp]

名 帽子；蓋子；限度
動 覆蓋；超過

a blue baseball cap

藍色的棒球帽

cap
頭

⇒ 戴在頭上的東西

戴在「頭」上的「帽子」，英文就是 cap。蓋在瓶子上的「帽子」，則是「瓶蓋」。無法再往頭上延伸，則是表示「限度」的意思。

03 cape

[keɪp]

名 披肩；斗篷；海角

Keith was wearing a new cape.

凱斯穿了一件新的披肩。

cap(e)
頭

⇒ 蓋著頭的東西

衣服從「頭」開始蓋住，指的是「披肩」。呈頭形、往海邊延伸的地形為「海角」，headland (頭形土地) 的意思也是「海角」。

04 **cabbage**

[ˈkæbɪdʒ]

名 高麗菜

Wash the **cabbage** in cold water.
用冷水把高麗菜洗一洗。

cab(b)	+	age
頭		名詞

⇒ 形狀像頭的東西

「高麗菜」的形狀類似「頭」的形狀。可將高麗菜的菜葉想像成頭髮蓋住頭的樣子，來幫助記憶。

05 **chief****

[tʃif]

形 主要的 (= major) ; 首席的

名 首領 ; ……長
(= head, leader, director)

the **chief** executive officer
執行長 (CEO)

chief
頭

⇒ 為首的

團體或聚會的頭頭，為「領袖」。chief 指的是為首的人，表示「主要的」人物的意思。

06 **achieve****

[əˈtʃi:v]

動 達成 ; 實現 ; 成就

achievement 名 成就 ; 成果

achieve a high degree of
transparency
達到高程度的透明

a	+	chiev(e)
在 (ad)		頭

⇒ 成為首領

成為首要人物，等同於取得成功，表示成功「達成」目標的意思。

近義詞 具有「實現」之意的單字

achieve [a+chiev(e) → 成為首領] 達成 ; 完成 ; 實現

accomplish [ac+compl+ish → 被完成] 完成 ; 達到 ; 實現

fulfill [ful+fill → 完全填滿] 實現 ; 履行 ; 執行

attain [a(t)+tain → 抓住、摸到] 達到 ; 獲得 ; 實現

07 **chef**

[ʃef]

名 廚師 ; 主廚

our **chef's** famous tomato soup
本店主廚有名的番茄湯

chef
頭

⇒ 重要的人

相信應該沒有人不知道 **chef** 的意思為「主廚」。**chef** 也可以稱作 **head cook**，指的是廚師中的「頭」，也就是「主廚」的意思。