



累積一萬單字極速系統 訓練營

2023/9/7 金牌2.0公開課



1



假設要背100個單字(新舊混合)

你目前的方法 vs 高嫻健身操法

- 背100個單字的時間:
7天以上 也沒法背完
- 背單字狀況:
第1-2天很積極, 但第3天就無力...
- 7天進度:
背不到3成的量



2



假設要背100個單字(新舊混合)

你目前的方法 vs 高嫻健身操法

- 背100個單字的時間:
- 背單字狀況:
- 7天進度:



3



Part 1 U25 暖身

每5單字1組		單字號碼	9/7你的時間
1組	5個單字	no.1 - no.5	
2組	10個單字	no.6 - no.10、no.11 - no.15	
4組	20個單字	no.16 - no.20、no.21 - no.25、 no.26 - no.30、no.31 - no.35	



4



Part 2 U26 實際執行

		單字號碼	9/7你的時間
8組	40個單字	no.1 - no.5、no.6 - no.10 no.11 - no.15、no.16 - no.20 no.21 - no.25、no.26 - no.30 no.31 - no.35、no.36 - no.40	



5



2.上課學習新單字 或 第一次接觸到生字時

你的現況 vs



6



3.如何準備考試?

你目前的現況 vs **define** 界定後



7



8

高嫚單字 Unit 25

【名詞篇】

1.mile	[maɪl]	英里
2.milk	[mɪlk]	牛奶
3.milk shake	[mɪlk] [ʃeɪk]	奶昔
4.million	[ˈmɪljən]	一百萬
5.minor	[ˈmaɪnə]	未成年者
6.minute	[ˈmɪnɪt]	分鐘
7.mirror	[ˈmɪrə]	鏡子
8.Miss	[mɪs]	小姐
9.mistake	[mɪˈsteɪk]	錯誤
10.mix	[mɪks]	混在一起
11.model	[ˈmɒdl]	模型/榜樣
12.moment	[ˈmɒmənt]	片刻
13.Monday	[ˈmʌndeɪ]	週一
14.money	[ˈmʌni]	金錢
15.monkey	[ˈmʌŋki]	猴子

國中兩千單字滿分學院

16.monster	[ˈmɑnstə]	怪物
17.month	[mʌnθ]	月
18.moon	[mun]	月亮
19.moon cake	[mun][kek]	月餅
20.morning	[ˈmɔrnɪŋ]	早晨
21.mosquito	[məˈkɪto]	蚊子
22.mother	[ˈmʌðə]	母親
23.motion	[ˈmoʃən]	動作
24.motorcycle	[ˈmɒtəˌsaɪkl̩]	機車
25.mountain	[ˈmaʊntn]	山
26.mountain-climbing	[ˈmaʊntn][klaɪmɪŋ]	爬山
27.movement	[ˈmʊvmənt]	(社會) 運動
28.movie	[ˈmuvi]	電影
29.Mr.	[ˈmɪstə]	先生
30.Mrs.	[ˈmɪsɪz]	太太
31.mouse	[maʊs]	老鼠
32.mouth	[maʊθ]	嘴巴

【代名詞篇】

33.mine	[maɪn]	我的 (東西)
---------	--------	---------

【動詞篇】

34.mind	[maɪnd]	在乎 介意
35.move	[muv]	移動

【形容詞篇】

36.minus	[ˈmaɪnəs]	減.負的
37.missing	[ˈmɪsɪŋ]	不見的
38.modern	[ˈmɑdə-n]	現代的
39.more	[mɔr]	更多的
40.most	[mɔst]	大部分的



【高嫚精選諺語格言篇】

1. Misfortunes never come alone/single. 禍不單行。
2. Misfortunes come on wings and depart on foot. 遭禍容易脫禍難。
3. Misfortunes tell us what fortune is. 不經災難不知福。

高嫚單字



PK 賽 25

- | | | |
|--------------|-----|-----------|
| 1.milk shake | () | 1. 減.負的 |
| 2.million | () | 2. 鏡子 |
| 3.minor | () | 3. 山 |
| 4.minute | () | 4. 一百萬 |
| 5.mirror | () | 5. 摩托車 |
| 6.minus | () | 6. 不見的 |
| 7.missing | () | 7. 動作 |
| 8.motion | () | 8. 分鐘 |
| 9.motorcycle | () | 9. 未成年者 |
| 10.mountain | () | 10. 奶昔 |
| 11.Miss | () | 11. 週一 |
| 12.mistake | () | 12. 模型/榜樣 |
| 13.mix | () | 13. 混在一起 |
| 14.model | () | 14. 片刻 |
| 15.moment | () | 15. 現代的 |
| 16.Monday | () | 16. 更多的 |
| 17.modern | () | 17. 大部分的 |
| 18.more | () | 18. 小姐 |
| 19.most | () | 19. 電影 |
| 20.movie | () | 20. 錯誤 |
| 21.mouse | () | 21. 先生 |
| 22.Mr. | () | 22. 金錢 |
| 23.Mrs. | () | 23. 猴子 |
| 24.money | () | 24. 女士 太太 |
| 25.monkey | () | 25. 老鼠 |

高嫚單字 Unit 26

【名詞篇】

1.MRT		捷運
2.Ms.	[mɪz]	女士
3.MTV	Music Television	音樂電視
4.mud	[mʌd]	泥土
5.museum	[mjuːziəm]	博物館
6.music	[ˈmju:zɪk]	音樂
7.musician	[mjuːzɪjən]	音樂家
8.nail	[neɪ]	指甲
9.name	[neɪm]	名字
10.napkin	[ˈnæpkɪn]	餐巾
11.nation	[ˈneɪʃən]	國家
12.nature	[ˈneɪtʃə]	大自然
13.neck	[nek]	脖子
14.necklace	[ˈneɪklɪs]	項鍊
15.needle	[ˈni:dl]	針

國中兩千單字滿分學院

16.neighbor	[ˈneɪbə]	鄰居
17.news	[njuːz]	新聞
18.niece	[niːs]	姪女/外甥女
19.night	[naɪt]	夜
20.nephew	[ˈneɪfju]	姪子 外甥
21.nest	[nest]	窩

【代名詞篇】

22.my	[maɪ]	我的(I 的所有格)
23.myself	[maɪˈself]	我自己(反身代名詞)

【動詞篇】

24.must	[mʌst]	必須/一定
25.need	[niːd]	需要

【形容詞篇】

26.much	[mʌtʃ]	許多的
27.narrow	[ˈnæroʊ]	窄的
28.natural	[ˈnætʃərəl]	自然的
29.naughty	[ˈnɔːti]	頑皮的
30.near	[nɪr]	近的
31.necessary	[ˈnesəˌsɛri]	必要的

國中兩千單字滿分學院

32.negative	[ˈnɛɡətɪv]	否定的/負面的
33.nervous	[ˈnɜːvəs]	神經的/不安的
34.new	[nju]	新的
35.next	[ˈnɛkst]	下一個
36.nice	[naɪs]	好的/親切的

【副詞篇】

37.nearly	[ˈnɪrli]	幾乎.差不多.
38.never	[ˈnevə]	決不/從未

【連接詞篇】

39.neither	[ˈniðə]	也不.兩者都不
40.nor	[nɔː]	也不



【高嫚精選諺語格言篇】

1. Nothing great was ever achieved without enthusiasm.
無熱情成就不了偉業。
2. Nothing is impossible to a willing heart.
只要有一顆意志堅強的心，沒事不成。
3. Out of sight, out of mind.
眼不見，心不念。

高嫚單字



PK 賽 26

- | | |
|-------------|----------------|
| 1.necessary | ()1. 泥土 |
| 2.nervous | ()2. 博物館 |
| 3.mud | ()3. 音樂 |
| 4.museum | ()4. 音樂家 |
| 5.negative | ()5. 指甲 |
| 6.name | ()6. 名字 |
| 7.napkin | ()7. 餐巾 |
| 8.music | ()8. 必要的 |
| 9.musician | ()9. 否定的/負面的 |
| 10.nail | ()10. 神經的/不安的 |
| 11.nation | ()11. 必須/一定 |
| 12.nature | ()12. 新的 |
| 13.neck | ()13. 針 |
| 14.necklace | ()14. 幾乎.差不多. |
| 15.needle | ()15. 脖子 |
| 16.new | ()16. 下一個 |
| 17.next | ()17. 好的/親切的 |
| 18.nice | ()18. 國家 |
| 19.nearly | ()19. 項鍊 |
| 20.must | ()20. 大自然 |
| 21.never | ()21. 需要 |
| 22.need | ()22. 姪女/外甥女 |
| 23.neighbor | ()23. 鄰居 |
| 24.news | ()24. 新聞 |
| 25.niece | ()25. 決不/從未 |

高嫚單字 Unit 27

【名詞篇】

1.nine	[naɪn]	九
2.nobody	[ˈnɒbɒdɪ]	沒人
3.noise	[nɔɪz]	噪音
4.none	[nʌn]	沒有人
5.noodle	[ˈnuːdl]	麵條/傻瓜
6.noon	[nuːn]	中午
7.nose	[noʊz]	鼻子
8.note	[nɒt]	筆記
9.notebook	[ˈnɒt,bʊk]	筆記本
10.nothing	[ˈnʌθɪŋ]	沒事/沒有事情
11.notice	[ˈnɒtɪs]	注意
12.November	[noʊvembə]	十一月
13.number	[ˈnʌmbə]	數字
14.nurse	[nɜːs]	護士
15.nut	[nʌt]	堅果/難題

國中兩千單字滿分學院

16.object [ˈɒbdʒɪkt] 物體

17.ocean [ˈoʊən] 海洋

18.o'clock [əˈklɒk] 點鐘

19.October [ɒkˈtəʊə] 十月

20.office [ˈɒfɪs] 辦公室

21.officer [ˈɒfɪsə] 警官

22.oil [ɔɪl] 油

23.one [wʌn] 一

【代名詞篇】

24.oneself [wʌnˈself] 自己本身(反身代名詞)

【動詞篇】

25.nod [nɒd] 點頭

26.obey [əˈbeɪ] 聽從

27.offer [ˈɒfə] 提供

28.omit [oˈmɪt] 省去

【形容詞篇】

29.nineteenth [ˈnaɪnˈtiːnθ] 第十九個

30.ninth [naɪnθ] 第九個

31.noisy [ˈnɔɪzi] 吵鬧的

32.north [nɔːrθ] 北方的

國中兩千單字滿分學院

33.OK [o ke] 好/可以/沒問題

34.old [old] 老的

【副詞篇】

35.now [naʊ] 現在

36.off [ɔf] 離開/走開/關掉

37.often [ˈɔfən] 常常

38.once [wʌns] 一次 n.d./一旦 c.

【介系詞篇】

39.of [ɒv] ...的

40.on [ɒn] 在...上面



【高嫚精選諺語格言篇】

1. Never try to prove what nobody doubts. 此地無銀三百兩。
2. Advice when most needed is least heeded. 忠言逆耳。
3. Man are best loved farthest off. 久別勝新歡。