

cnn10 2026-09-10 August 2026: Your 10 out of 10 Moments 词频表

- 1 **of** 8 [ɒv, əv, v, f] prep.关于；属于；...的；由...组成的
- 2 **and** 7 [强ænd, 弱ənd, ən] conj.和，与；就；而且；但是；然后 n.(And)人名；(土、瑞典)安德
- 3 **the** 6 [ði/ðə] art.这；那 adv.更加（用于比较级，最高级前）
- 4 **it** 4 [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
- 5 **so** 4 ['sau, 弱sə] adv.如此，这么；确是如此 conj.所以；因此 pron.这样 n.(So)人名；(东)索
- 6 **their** 4 [ðeə, 弱ðər] pron.他们的，她们的；它们的 n.(Their)人名；(英)蒂尔；(芬、瑞典)泰尔
- 7 **we** 4 [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
- 8 **you** 4 [ju:, 弱ju, jə] pron.你；你们 n.(You)人名；(东)尤；(东南亚国家华语)猷
- 9 **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
- 10 **in** 3 [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)
- 11 **is** 3 [ɪz, z, s] v.是（be的三单形式） n.存在
- 12 **this** 3 [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
- 13 **to** 3 [强tu:, 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；(东)多；(中)脱(普通话·威妥玛)
- 14 **with** 3 [wɪð, wɪθ] prep.用；随着；支持；和...在一起 n.(With)人名；(德、芬、丹、瑞典)维特
- 15 **are** 2 [强ɑ:, 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
- 16 **Delaware** 2 ['deləweə] n.特拉华州（位于美国东部）
- 17 **for** 2 [强fɔ:, 弱fə] prep.为，为了；因为；给；对于；至于；适合于 conj.因为
- 18 **her** 2 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）
- 19 **let** 2 [let] vt.允许，让；出租；假设；妨碍 vi.出租；被承包 n.障碍；出租屋 n.(Let)人名；(缅)莱；(俄)莱特
- 20 **month** 2 [mʌnθ] n.月，一个月的时间
- 21 **our** 2 ['aʊə, ɑ:] pron.我们的
- 22 **says** 2 [sez] v.说（第三人称单数）
- 23 **school** 2 [sku:l] n.学校；学院；学派；鱼群 vt.教育
- 24 **she** 2 [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)
- 25 **state** 2 [steɪt] n.国家；州；情形 vt.规定；声明；陈述 adj.国家的；州的；正式的 n.(State)人名；(罗、瑞典)斯塔特；(英)斯泰特
- 26 **these** 2 [ði:z] pron.这些 adj.这些的
- 27 **was** 2 be的第一和第三人称单数过去式
- 28 **where** 2 [hweə] adv.在哪里 pron.哪里 conj.在...的地方 n.地点
- 29 **year** 2 n.年；年度；历年；年纪；一年的期间；某年级的学生
- 30 **able** 1 ['eɪbl] adj.能；[经管]有能力的；能干的 n.(Able)人名；(伊朗)阿特勒；(英)埃布尔
- 31 **academy** 1 [ə'kædəmi] n.学院；研究院；学会；专科院校
- 32 **accomplishment** 1 [ə'kʌmplɪʃmənt, ə'kɒm-] n.成就；完成；技艺，技能
- 33 **after** 1 [ɑ:ftə, 'æf] adv.后来，以后 prep.在.....之后 conj.在.....之后 adj.以后的
- 34 **all** 1 [ɔ:l] adj.全部的 adv.全然地；越发 n.全部 pron.全部 n.(All)人名；(瑞典)阿尔；(英)奥尔
- 35 **an** 1 art.一（在元音音素前）
- 36 **basketball** 1 ['bɑ:skɪtbɔ:l, 'bæs-] n.篮球；篮球运动
- 37 **be** 1 vt.是；有，存在；做，成为；发生 n.(Be)人名；(缅)拜；(日)部(姓)；(朝)培；(中非)贝
- 38 **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
- 39 **brought** 1 [brɔ:t] v.带来（bring的过去分词）
- 40 **Bucharest** 1 ['bjʊ:kərest] n.布加勒斯特（罗马尼亚的首都）
- 41 **can** 1 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

- 42 **celebrated** 1 ['selibreɪtɪd] adj.著名的; 有名望的 v.庆祝 (celebrate的过去式和过去分词)
- 43 **celebrating** 1 ['selibreɪtɪŋ] v. 庆祝; 庆贺; 颂扬
- 44 **china** 1 n.瓷器 adj.瓷制的 n.China, 中国 adj.China, 中国的
- 45 **Christian** 1 ['krɪstjən; -tʃən] n.基督徒, 信徒 adj.基督教的; 信基督教的
- 46 **comes** 1 ['kʌmɪz] 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
- 47 **congratulations** 1 英[kən,grætʃə'leɪʃənz] 美[kən,grætʃə'leɪʃənz] n. 祝贺; 贺词
- 48 **could** 1 [kʊd, 弱 kəd] aux.能够 v.能 (can的过去式)
- 49 **countries** 1 ['kʌntrɪz] n. 国家 名词country的复数形式.
- 50 **culture** 1 ['kʌltʃə] n.文化, 文明; 修养; 栽培 vt.[细胞][微]培养 (等于cultivate)
- 51 **Dagsboro** 1 [地名] [美国] 达格斯伯勒
- 52 **dance** 1 [dɑːns, 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
- 53 **did** 1 [dɪd] v.做 (do的过去式)
- 54 **different** 1 ['dɪfərənt] adj.不同的; 个别的, 与众不同的
- 55 **diverse** 1 [daɪ'vɜːs, di-] adj.不同的; 多种多样的; 变化多的
- 56 **dream** 1 [dri:m] vi.梦想; 做梦, 梦见; 想到 n.梦想, 愿望; 梦 vt.梦想; 做梦; 想到 adj.梦的; 理想的; 不切实际的
- 57 **entrance** 1 ['entrəns] n.入口; 进入 vt.使出神, 使入迷
- 58 **everyone** 1 ['evriwʌn] pron.每个人; 人人 n.每个人
- 59 **exam** 1 [ɪg'zæm] n.考试; 测验
- 60 **fans** 1 [fæns] n. 狂热者; 崇拜明星的人 名词fan的复数形式.
- 61 **far** 1 [fɑː] adv.很; 遥远地; 久远地; 到很远的距离; 到很深的程度 adj.远的; 久远的 n.远方 n.(Far)人名; (德、西、塞)法尔
- 62 **favorite** 1 ['feɪvərɪt] n.幸运儿; 喜欢的事物; 特别喜欢的人 adj.最喜爱的; 中意的; 宠爱的 n.(Favorite)人名; (英)费沃里特
- 63 **festival** 1 ['festɪvəl] n.节日; 庆祝, 纪念活动; 欢乐 adj.节日的, 喜庆的; 快乐的
- 64 **finally** 1 ['faɪnəli] adv.最后; 终于; 决定性地
- 65 **food** 1 [fu:d] n.食物; 养料
- 66 **fought** 1 [fɔ:t] v.战斗 (fight的过去分词); 打架
- 67 **furry** 1 ['fɜːri] adj.毛皮的; 盖着毛皮的; 似毛皮的 n.(Furry)人名; (英)弗里
- 68 **getting** 1 ['getɪŋ] n. 获得 动词get的现在分词.
- 69 **go** 1 vi.走; 达到; 运转; 趋于 n.去; 进行; 尝试 vt.忍受; 出产; 以...打赌 (复数goes第三人称单数goes过去式went过去分词gone现在分词going)
- 70 **graduate** 1 ['grædʒʊət, -cit, 'grædʒʊeɪt, -dʒu-] vt.授予...学位; 分等级; 标上刻度 vi.毕业; 渐变 n.研究生; 毕业生 adj.毕业的; 研究生的
- 71 **happy** 1 ['hæpi] adj.幸福的; 高兴的; 巧妙的 n.(Happy)人名; (英、瑞典、喀)哈皮
- 72 **hard** 1 adj.努力的; 硬的; 困难的; 辛苦的; 确实的; 严厉的; 猛烈的; 冷酷无情的 adv.努力地; 困难地; 辛苦地; 接近地; 猛烈地; 牢固地 n. (Hard) 人名; (英、芬、瑞典)哈德
- 73 **head** 1 [hed] n.头; 头痛; 上端; 最前的部分; 理解力 vt.前进; 用头顶; 作为...的首领; 站在...的前头; 给...加标题 vi.出发; 成头状物; 船驶往 adj.头的; 主要的; 在顶端的 n.(Head)人名; (英)黑德
- 74 **here** 1 [hɪə] adv.在这里; 此时 int.嘿! ; 喂! n.这里 n.(Here)人名; (罗)赫尔施
- 75 **highlighting** 1 ['haɪlaɪtɪŋ] n. 加亮 动词highlight的现在分词形式.
- 76 **home** 1 [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.归巢, 回家 n.(Home) 人名; (德、芬)霍梅; (英、尼)霍姆
- 77 **hosts** 1 英[həʊst] 美[hoost] n. 主人; 主持人; 主办方; 大量; 寄主; 主机 v. 主办; 主持; 做东
- 78 **importantly** 1 [ɪm'pɔːtntli] adv.重要地; 大量地; 有名望地; 自命不凡地
- 79 **Indian** 1 ['ɪndiən] adj.印度的; 印第安人的; 印第安语的 n.印度人; 印第安人; 印第安语
- 80 **international** 1 n.国际组织; 国际体育比赛; 外国居留者; 国际股票 adj.国际的; 两国 (或以上) 国家的; 超越国界的; 国际关系的; 世界的
- 81 **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
- 82 **kick** 1 [kɪk] vt.踢; 反冲, 朝后座 n.踢; 反冲, 后座力 vi.踢; 反冲 n.(Kick)人名; (德)基克
- 83 **ling** 1 [lɪŋ] n.鳕鱼; 石南的一种; 一种似雪鱼的食用鱼 n.(Ling)人名; (英、德)林; (俄、瑞典)林格

- 84 **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
- 85 **love** 1 [lʌv] n.恋爱；亲爱的；酷爱；喜爱的事物 vt.喜欢；热爱；爱慕 vi.爱 n.(Love)人名；(英)洛夫
- 86 **maynard** 1 ['meɪnəd] n.梅纳德（男子名）
- 87 **means** 1 n.手段；方法；财产 v.意思是；打算（mean的第三人称单数）[复数means]
- 88 **medals** 1 abbr. 模数工程制图和程序库系统(=Modular Engineering Draughting and Library System)
- 89 **moment** 1 n.片刻，瞬间，时刻；重要，契机 n.(Moment)人名；(英)莫门特
- 90 **momentous** 1 [məʊ'mentəs] adj.重要的；重大的
- 91 **moments** 1 英 ['məʊmənt] 美 ['moʊmənt] n. 片刻 名词moment的复数形式.
- 92 **Monday** 1 ['mʌndɪ] n.星期一
- 93 **more** 1 [mɔ:] 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
- 94 **most** 1 [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
- 95 **mr** 1 ['mɪstə(r)] abbr.先生（Mister）
- 96 **mrs** 1 ['mɪsɪz] n.太太；夫人（用于已婚妇女姓名前的尊称）
- 97 **my** 1 [maɪ; 弱mi] pron.我的 int.哎呀（表示惊奇等）；喔唷 n.(My)人名；(越)美；(老、柬)米
- 98 **national** 1 ['næʃənəl] adj.国家的；国民的；民族的；国立的 n.国民
- 99 **neither** 1 ['naɪðə, 'ni:-] conj.也不；既不 adv.两个都不；既不.....也不 adj.两者都不的 pron.两者都不
- 100 **next** 1 [nekst] adv.然后；下次；其次 adj.下一个的；其次的；贴近的 n.下一个 prep.靠近；居于...之后
- 101 **not** 1 adv.表示否定，不 n.“非”（计算机中逻辑运算的一种）
- 102 **off** 1 [ɔ:f, ɔf] prep.离开；脱落 adv.切断；走开 adj.远离的；空闲的
- 103 **offer** 1 ['ɒfə] vt.提供；出价；试图 n.提议；出价；意图；录取通知书 vi.提议；出现；献祭；求婚
- 104 **olympians** 1 奥运选手
- 105 **olympics** 1 英 [ɒ'lɪmpɪks] 美 [oo'lɪmpɪks] n. 奥林匹克运动会 =Olympic Games.
- 106 **out** 1 [aʊt] adv.出现；在外；出局；出声地；不流行地 adj.外面的；出局的；下台的 n.出局 prep.向；离去 vi.出来；暴露 vt.使熄灭；驱逐
- 107 **passed** 1 [past] adj.已经通过的；已经过去的；已被传递的 v.通过；传递（pass的过去分词）；超过
- 108 **perfect** 1 ['pə:fɪkt, pə'fekt] adj.完美的；最好的；精通的 vt.使完美；使熟练 n.完成式 n.(Perfect)人名；(英)珀费克特
- 109 **photos** 1 英 ['fəʊtəʊ] 美 ['foʊtoʊ] n. 照片 v. 拍照
- 110 **post** 1 [pəʊst] n.岗位；邮件；标杆 vt.张贴；公布；邮递；布置 vi.快速行进 n.(Post)人名；(英、西、捷、瑞典、荷)波斯特
- 111 **proud** 1 [praʊd] adj.自豪的；得意的；自负的 n.(Proud)人名；(英)普劳德
- 112 **proudest** 1 [praʊd] adj. 自豪的；自尊的；自傲的；壮观盛大的
- 113 **received** 1 [rɪ'si: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）
- 114 **represented** 1 [,reprɪ'zent] vt. 表现；表示；描绘；代表；象征；说明；阐明 vi. 提出异议
- 115 **right** 1 [raɪt] adj.正确的；直接的；右方的 vi.复正；恢复平稳 n.正确；右边；正义 adv.正确地；恰当地；彻底地 vt.纠正 n.(Right)人名；(英)赖特
- 116 **rise** 1 [raɪz, raɪs] vi.上升；增强；起立；高耸 vt.使...飞起；使...浮上水面 n.上升；高地；增加；出现
- 117 **river** 1 ['rɪvə] n.河，江 n.(River)人名；(英)里弗
- 118 **Romania** 1 [raʊ'meɪnjə] n.罗马尼亚（欧洲巴尔干半岛东北部国家）
- 119 **seeing** 1 ['si:ɪŋ] n.看见；视觉；观看；视力 conj.因为；由于；鉴于 adj.看见的；有视觉的 v.看见（see的ing形式）
- 120 **share** 1 [ʃeə] vt.分享，分担；分配 vi.共享；分担 n.份额；股份 n.(Share)人名；(阿拉伯)沙雷
- 121 **shared** 1 英 [ʃeəd] 美 [ʃerd] adj. 共享的；共用的 v. 分享，共享；分配；共有（动词share的过去式和过去分词）
- 122 **sharing** 1 英 [ʃeərɪŋ] 美 [ʃerɪŋ] n. 共享；分配 动词 share的现在分词.
- 123 **silver** 1 ['sɪlvə] n.银；银器；银币；银质奖章；餐具；银灰色 adj.银的；含银的；有银色光泽的；口才流利的；第二十五周年的婚姻 vi.变成银色 vt.镀银；使有银色光泽 n.(Silver)人名；(法)西尔韦；(英、德、芬、瑞典)西尔弗
- 124 **some** 1 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
- 125 **songs** 1 ['sɒŋz] n. 歌曲 名词song的复数形式.
- 126 **special** 1 ['speʃəl] 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

- 127 **States** 1 [sæt̩, sɒt̩] 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
- 128 **story** 1 [ˈstɔːri] 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
- 129 **student** 1 [ˈstjuːdnt, ˈstuː-] n.学生；学者 n.(Student)人名；(德)施图登特
- 130 **students** 1 [stˈjuːdnts] 学生
- 131 **submission** 1 [səbˈmɪʃən] n.投降；提交（物）；服从；（向法官提出的）意见；谦恭
- 132 **submissions** 1 [səbˈmɪʃnz] 稿件
- 133 **such** 1 [sʌtʃ, sʌtʃ] adj.这样的，如此的 n.(Such)人名；(英)萨奇；(德)祖赫
- 134 **teachers** 1 [ˈtiːtʃɜːs] n.教师（teacher的复数形式）
- 135 **team** 1 [tiːm] n.队；组 vt.使合作 vi.合作 n.(Team)人名；(柬)甸
- 136 **thank** 1 [θæŋk] vt.感谢 n.感谢 int.谢谢
- 137 **that** 1 [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
- 138 **top** 1 [tɒp] n.顶部，顶端；上部；首席；陀螺 vi.高出，超越；结束；达到顶点 vt.超越，超过；给...加盖；达到...的顶端 adj.最高的，顶上的；头等的 n.(Top)人名；(英、土、意)托普
- 139 **tournament** 1 [ˈtuənəmənt, ˈtɔː-, ˈtəː-] n.锦标赛，联赛；比赛
- 140 **two** 1 [tuː] n.两个 adj.两个的 num.二
- 141 **unified** 1 [ˈjuːnɪfaɪd] adj. 统一的 动词unify的过去式和过去分词.
- 142 **united** 1 [juːˈnaɪtɪd] adj.一致的，统一的；团结的，和睦的
- 143 **university** 1 [ˌjuːnɪˈvɜːsəti] n.大学；综合性大学；大学校舍
- 144 **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
- 145 **viewers** 1 [ˈvjuːəz] n. 观看者；观察者 名词viewer的复数形式.
- 146 **way** 1 [wei] 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
- 147 **week** 1 [wiːk] n.周，星期
- 148 **which** 1 [hwɪtʃ] pron.哪/那一个；哪/那一些 adj.哪一个；哪一些
- 149 **whole** 1 [həʊl] adj.完整的；纯粹的 n.整体；全部
- 150 **yes** 1 [jes] adv.是,是的 n.是（表示肯定）
- 151 **your** 1 [jɔː, jəʊ, 弱jə] pron.你的，你们的

听力特快 www.listeningexpress.com