

名师介绍背托福单词方法托福考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/582/2021_2022__E5_90_8D_E5_B8_88_E4_BB_8B_E7_c81_582998.htm 编辑推荐：2009年托福机经大汇总 “高”手过招高中生如何迎战托福 从一上大学起，我就执着地认为，英语问题就是单词问题。你看，无论是精读还是泛读，大量的生词扑面而来，我想，如果这些单词都认识的话，一切不都迎刃而解了吗？刚开始背单词，我也不得其法，功夫下了不少，但是效果甚微。又发现班里有些同学，似乎很容易地就记住了许多单词，心里有些懊恼，常想，上天不公啊，为何我的记忆力就如此这般地差。我打小memory就很poor, 常为老师和同学所取笑，早已习以为常。所以在中学时，对历史和地理课一筹莫展，记不住啊。但我政治总是能考得很高，因为我很重视，考前的几天我反复背诵，直到记住为止，此所谓“驽马十驾，功在不舍”。政治的高分给了我许多信心，让我明白意志力比记忆力更重要。刚上大一，我又以这种锲而不舍的精神向单词关发起了冲锋，结果是屡背屡忘，常令人沮丧不已。多少次，我孤独地望着窗外，觉得英语单词仿佛是遥远天际的一片片云朵，让我可望而不可即。曾国藩“屡败屡战”的故事激励了我，也启发了我。做任何事都要讲方法，讲策略，才能达到事半功倍的成效。后来我就摸索出了一种独特的方法，不妨就叫“胡氏超级背单词法”。经过我自己的亲身实践，感到效果奇佳，短短几个月时间内，让我的单词量剧增。我常做这样的类比：李四光的新理论摘掉了中国贫油国的帽子，而我的超级单词法我成为当时数学系的walking dictionary。在这里，我

把该方法详细描绘如下，希望大家能从中有所受益。现要声明一下，该方法不适合记忆力好的朋友，memory犹如陈寅恪、钱钟书者，就不必浪费你的眼神。而对于记忆力差的人，不啻是一大福音；而且记忆力越差，就越能体现方法之功用。

胡氏超级背单词法来源：www.examda.com

1. 每天记忆单词的最佳量应在200到300之间
2. 先选择一本托福/GRE单词书，然后以一周为一个单位，进行记忆
3. 周一看每页的第一个单词，换句话说要翻200页才能完成记忆200个单词任务量
4. 翻页的速度要快，每个单词就是扫一眼，不能留恋。保证用5分钟把这200个单词翻完
5. 一天选择十个这样的5分钟，来对这200个单词进行反复记忆。这十个5分钟一定不是连续的，而是一天中不同时间、不同场景的十个5分钟，场景越特殊，效果越好
6. 不要用正规时间来背单词；一般人每天要浪费20个以上的5分钟，把其中十个捡回来，做记忆单词用；正规时间用来学习其它知识，而且正规时间记单词的效果最差(这是心理原因)
7. 周二看每页的第二个单词，同时用余光斜一眼第一个单词。不准再用正光看第一个，否则时间就无法控制在5分钟之内。
8. 以此类推，到周五时，就过了一千个单词，周六和周日复习一下；下一周开始新的一千个，一定要向前走。
9. 三周过后，一本托福单词书就背完了，达到的效果是大概认识了其中20%(假设本来一个都不认识)，甚至不到。但不可重新背该书，一定要换书，换另一版本的托福书(这对心理很重要)
10. 基础好的朋友换到第三本书的时候，基本就OK了；基础弱一些的，可能要换到第五本。当你换到第五本的时候，会非常欣喜地发现，这书还没背呢，这么多都认识，心中欣喜异常

该方法的最紧要之处：200个单词翻一遍的时间一

定要控制在5分钟之内，否则该方法崩溃。5分钟的意义在于：

- 1) 在你厌烦之意产生之前，一遍已经扫完，常有意犹未尽的感觉
- 2) 在我们的生活学习过程中，随时都有不经意流失掉的5分钟，找出十个这样的场合和机会很容易
- 3) 5分钟的时间，给我们一种很随意的感觉；迅速的翻书给我们一种不求甚解的感觉；恰恰是这种感觉让我们觉得背单词不再是枯燥乏味的事情，而是一种心情的调节、注意力的转移、甚至精神的寄托

换书的意义在于：重复背同一本书，给人以挫败感，觉得很多单词又忘掉了；而换一本书，会觉得，还没有背，竟然有不少单词认识，给人以极大的鼓励。其实学习就是一种感觉，感觉好了，越学越有劲，感觉差了，坚持下来很难。

还有选择单词书的问题(比如说托福单词书)，对这个方法来说很不重要。在我看来托福单词书没有优劣之分，区别就是选词的多少和范围略有不同；而关键在于换书，几个版本的都背了，自然就背全了。事先不要把5本书都买了，这样会给精神带来压力，让我们感觉不好。背完一本，然后兴冲冲地去买下一本，感觉相当美妙，不会觉得是个沉重的任务，而是一种时尚的追求。

二百个单词，你今天背了没有？

进一步解释来源:百考试题网

- 1.有很多记单词的方式，没有最好的方法，只有最合适的方法。往往别人的方法还要结合自身特质，最后变形成为最适应自己的方法。
- 2.该方法可以迅速提高可识别的单词量，的确不能完全解决拼写问题。
- 3.在记忆单词时，心里进行了默读。但会读一个单词，并不能完全保证拼写正确；所以考试前一天，建议默写作文中可能用到的高档词汇。
- 4.几个人形成一个竞争小组，一起比赛记单词，效果特好。当时我用此法狂背单词之时，整个宿舍为之动

容。连从来不学英语的人都买了两本托福单词书，至今想起来都很funny(因为他几乎从来没翻过，最后因为英语没过，没拿到毕业证书)。而另两个同学，与我同呼吸、共记忆，最后我们都通过了六级(当时六级的通过率极低极低)形成背单词小组后，还可以互相交换单词书，更加刺激了竞争性，顺便还节约了成本。

5.记得当时，记忆了一个月后，觉得单词量大涨，很是得意，故意挑衅班里其他同学，号称某本书上的单词我全认识，很多人自然是不信，于是与我打赌，以饭票为赌注。那几个月，我的饭票实在是吃不完啊，还帮助了班里一些困难的学生。

6.自从单词量解决后，我觉得英语的其他困难都迎刃而解了，单词的确是英语学习中的无法绕过的一关，但一旦通过了它，前面道路相对平坦。

7.很多同学会发现，有些单词总是记不住，往往是些很重要的面貌平常的动词和形容词，怎么办呢？我把它们写到了数学课本每一页的四个角上，所以平时听专业课，就顺便扫一眼，效果奇佳。但当时数学学得很不佳。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com