

经验分享：史上最详细的单词记忆方法 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/644/2021\\_2022\\_\\_E7\\_BB\\_8F\\_E9\\_AA\\_8C\\_E5\\_88\\_86\\_E4\\_c86\\_644757.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/644/2021_2022__E7_BB_8F_E9_AA_8C_E5_88_86_E4_c86_644757.htm) 作者曾创下10天背完1万GRE单词的惊人记录，目前在美国留学的她为网友们总结了巨细靡遗的背单词方法，为单词痛苦的你还不快进来看看? 因为单词是万事的基础，所以决定把单词提到前面来写。

1. 考拉的背词经历：本文来源:百考试题网 最开始背单词的时候，郑老师扔给我们三个人一人一本专四单词，说，背吧，每天背100个单词，一周背700个单词，下周我检查你们。我们三个人直接傻了，心想：天啊，以前高中看单词都是一次10个20个，最多30个，怎么可能一天100个啊?但是也没办法啊，老师直接发话了，下周就要查，没办法，我和脏兮兮每天吃完中午饭，开始埋头背单词。一开始觉得那简直就是不可能完成的任务，刚看到第50个单词，就已经把第7个单词忘得一干二净了。后来两个人决定实行监督制，在老师检查我们之前，我们要先互相检查。凡是被对方查住的，就要画住，然后死死的再看它20眼。后来慢慢的，发现一天100个单词其实是自己完全能消化掉的。我们几乎每天都是走着看单词，坐着看单词，上课不听课也在看单词，吃饭时互相考单词，梦里梦到的都是单词，手上写的是单词，铅笔盒打开也是写着单词的小纸条，每天基本单词书就是我俩的男朋友，那个时候恨不得和单词书过一辈子。每周郑老师检查我们单词的时候，规矩是这样的，错一个单词，罚一分。攒够5块钱的时候，请彼此吃个盒饭。于是为了不请别人吃饭，我们连哪怕一个单词都不敢放过。所以那个时候，觉得背单词的时候

有一个伴是挺好的，可以互相激励，互相惩罚，互相督促对方别放弃。因为背单词是很枯燥的，很容易放弃。后来养成了以天为单位高数量背词的习惯，后来背专八的时候，每天背500个单词貌似也不觉得有什么了。所以发现人的潜力真的是无穷的。后来到了研究生(论坛)的时候，要背GRE单词，虽然GRE单词在第一次考G的时候已经背过了，但是因为那是三年半前的事情，也已经几乎都忘光了。于是第二次背G词的时候，那是拿出了十二万分的信心和勇气，决定誓死要拿下这个拦在我出国之路上的大老虎!那个时候也很幸运，我有我的GRE飞跃小分队做伴，大家背词的热情很高涨。王思思说她是单词女王，我说我是单词皇后，虽然皮诺曹同学并没有给自己任何封号，但他貌似认为自己是GRE单词国王... ...大家每天貌似都会花两三个小时甚至更多的时间在单词上。我们把自己的红宝书几乎已经磨的不像样了，我的红宝书更是被我拆成了四分五裂。每天中午和晚上吃饭的时候最高兴，因为我们终于可以互相考对方单词了，只要考住对方，就觉得自己很牛，然后借故狂鄙视对方一下。谁要是被鄙视，谁就会更加努力的背单词。啊，想想那个时候的日子真的是很有意思。GRE单词攻坚战打到最后的时候，我有那么四百个左右的单词永远都记不住，于是我就把它们打到了电脑里，正反页的，正面是英文单词，反面是它相对应的中文意思，那两张A4的纸几乎成了我永远不离手的伙伴了。后来在我的死磨硬泡下，终于是把最后这几百个不认识的单词拿下了。

2. 考拉的背词方法：考拉的方法是，反复看，反复看，重复啊重复，重复啊重复，重复啊重复，直到吐了为止。当然不是真吐，只是感觉像吐。就像看广告一样，广告看多了

，听多了，自己无意识地最后就都会说那广告词了。总结为一句话，我觉得背单词的精髓，就是重复重复加重重复，一遍又一遍的重复，而且是短时间内高效率的重复，这样最容易记住。系统的方法是：拿到一本新的单词书以后，第一步：先看一下一共有多少个单词(基本每个书前言的地方都会写明白这里有多少单词的，不用自己数)。然后定一下目标，大概自己要花多久背完这本书。例如人家有3000单词量，自己打算花30天背完，那就很容易了，一天背100个单词。第二步：开始做一件很有意思的工作，打开书，从A的第一个单词数起(这就要真的去数了!)，数到第100个，画一条横线与下面的单词截断，横线上面用醒目的笔写：“2010年1月2日之前完成”，然后从第101个单词数起，数100个，第200个单词的地方拿横线截断，横线上写“2010年1月3日之前完成”，以此类推。等把3000个单词都画完，基本就知道自己的日程如何安排了。这样的方法一是可以让自己知道每天到底要背多少单词，背到哪里，第二是可以时刻监督自己按时完成计划，如果你完不成，你看着那几个“几几年几月几日之前完成”的字样、却没有完成，心里也不舒服吧。所以背单词就是个苦差事，不要总是太惯着自己。第三步：一件更有意思的事情：再把书从头看一遍，这次的任务是划去自己已经认识了单词。因为我们背单词的时候，总是该有基础的吧，有些词本来已经认识了，就没有必要每次看到它时再在它上面停留几秒钟。认识的词一律划掉，要划的很狠，用荧光笔或者彩色笔划掉。事实证明，如果你以前根本就一直认识这个单词，那么你忘掉这个单词的意思的可能性很小了。这样从头到尾把整个书划一遍，心情是很愉快的!!因为发现自己原来认

识这么多词!!哈哈~~但是当然了，划GRE这样的书基本就没什么意义了，因为基本都不认识.....写着写着，突然想到，为什么当时自己背单词的时候，第二步和第三步没有合并成一部做呢，因为边数的时候完全可以同时把认识的词划掉啊，还省得麻烦要把书来回折腾两遍了。。但是现在觉得，也许这就是在要开始一项巨大工程之前，给自己做的缓冲吧。好歹还觉得自己竟然不知不觉已经把单词书过了两遍了呢，哈哈~ 第四步：开背!划完认识的单词以后，基本就可以开始背单词了。背单词的时候，我并没有看到第一个词就“apple, apple, apple, apple”的读，我觉得那样速度又慢，效率又低，读着又口渴，还容易影响到别人，等读到第99个单词的时候，时间也过去一大半了。我背单词的时候从来没有重复地读，也没有重复地写，只是重复地看，看啊看啊，从头看到尾，再看回来。(Step 1) 把第1到100个单词，先慢速的背一遍，背的时候要用自己的方法尝试记住它们。记单词的时候，可以尽情发挥自己所知道的所有的背单词的方法，比如联想法啊，读音规律法啊，词根词缀法啊，只要你觉得哪种方法能把它的意思记对了，记准了，你统统都可以把这些方法用上。(Step 2) 第100个单词看完以后，马上回头继续重新从第一个看起。这次要全部堵住中文意思(拿电话卡堵，电话卡既可以堵意思，又可以当书签，一举两得。不要问是否可以用书签、或者格尺、或者其他东西堵。。只要能起作用，统统可以用。。)堵住中文意思，就是要考核自己第一次初记的效果怎么样。从第一个一直到第一百个，堵住意思过一遍。这一遍下来的效果，很有可能是100个单词你记住了12个，剩下八十多个一个都没记住(数字只是随机写的，不是真的那

么回事)。遇到这样的情况，千万别郁闷。这是正常的。背单词的情况是这样的：记不住单词是正常的，如果你一次性都记住了，你不是人，洗洗睡吧。 Step 1 Step 2 被我称为初记。(Step 3) 第二遍记忆的方法要这样：首先在这一百个单词中，把第一次就记住了意思的单词用铅笔轻轻划去(注意不要用同步步骤三里的荧光笔划，要用铅笔划，因为你这次虽然记住了，只是你暂时记住了，与你永远记住的那些单词性质不一样。你这次记住了，不等于你睡一觉第二天起来一样能记住!所以别用荧光笔，要用铅笔。。当然你想用油笔之类的也可以，只要和步周三里的笔不一样就行了。)用铅笔划去初记时竟然记住了的单词，然后开始第二遍记忆。这次要更加认真的看自己在第一遍时没有记住的单词，问问自己怎么就没记住呢?看到那个单词的时候，先想想自己刚才初记的时候用的什么方法，自己没记住它是因为自己把方法忘记了?还是因为那个方法不够有效?如果没有效，就换一种方法，试试别的方法。如此类推，二记很快就过去了。(Step 4) 二记结束以后，马上重头开始看第一个单词，用电话卡/书签/格尺等堵住中文意思，检验一下自己记的效果。注意这次检验的时候，虽然之前用铅笔划掉了一部分单词，但检验的时候要100个单词全部检验。效果检验完以后，你很有可能万念俱灰的发现，不但没记住几个单词，反而初记的单词又忘了那么几个。。不要郁闷，事情就是这样的，谁让它是外国字呢?那如果是中国字你岂不是都记住啦!?所以别郁闷，重头再来。 Step 3 Step 4 被我称为二记。(Step 5) 重复Step 3和Step 4。 ..... 这个过程要一直重复，直到你要么把这100个单词全部都记住了，要么你规定的背单词时间到了。记不住的单词，要用另外不同以上

任何一种笔的颜色标出来，或者你可以单独把不会的单词写在一个小本上。这些单词你要对其格外提高警惕，因为它们实在太贱了！你背了这么多遍，都没有背住。基本其实如果你非常用心地背的话，这样的单词不会超过单词总量的10%的。比如GRE那会儿全本书将近一万的单词量，后来只有400个单词是死都记不住的，才占4%。但这4%也在后来的攻坚战中背战胜了。所以，只要用心记，基本是没有记不住的单词的。因为一定要相信，单词是死的，你是活的。活的东西一定能战胜死的东西。如果战胜不了它，那就洗洗睡吧。

3. 关于背单词的方法：以上所有所有我讲述的背单词的方法，都是我自己的方法，姑且称之为考拉背词法吧。这一套方法是在常年背单词的艰苦战斗中自己不断总结出来的。经过实践检验，它是对我自己最有效、最快捷、最能在短时间内攻克大量单词量的方法。我并不是在广而告之地推荐这个方法，我只是在分享我的经验。背单词的方法有成百上千，你可以大声朗读，你可以无数遍的抄写，你可以听写单词。背单词并无固定的方法，你可以用任何方法来背单词，只要你觉得对你有效，统统可以为之一用。

4. 关于背会的单词如何运用：关于背会的单词如何运用，这个完全跟你所背的单词的级别、以及你想怎么用它有关系。比如四六级的单词，适合运用于口语和写作中，托福雅思的单词也可以用在口语和写作中，GRE的单词可以用在写作中，但是要用在口语中，就有一定难度了，不是不可能，是有难度。要想将背会的单词运用起来，首先需要自己对单词的掌握程度已经非常非常好才行，因为当单词进入你大脑的单词储备库里，你必须在对它很熟悉的程度下才能在你需要它的时候对它进行轻松调配。这

个问题其实我并没有很好的经验可以分享，因为记得当时背完单词以后，在写作的过程中一直都是想到一个词的意思，立马可以把刚背的一个单词迅速运用上来，貌似也没有经过很痛苦的挣扎。但是在口语的过程中，这点我做的一直都不好，也一直是我自己有待加强的一个地方。这跟口语的临场性有很大的关系。但是我可以分享一个我同学的经验，她当时为了要将背好的单词运用起来，专门为整本书自己进行了同义词、反义词的归类，她是自己归的类，不是买的归类书，因为她长期在做这件事，后来搞得她一说一个形容词，就能把整本书跟这个形容词意思有关系的词如数家珍般地说出来。说一个动词，她就可以把整本书的相似涵义的动词都说出来。这样，在写作的时候，她再也不用枯燥地只用那么几个动词或者形容词了，她可以找很多背过的同义词来替换。所以事实证明你功夫下到了哪里，哪里就会有长进。这就是传说中的积累。

### 5. 关于一词多义、词组和例句。来源

：[www.examda.com](http://www.examda.com) 非常非常感谢一个网友的提问，因为我差点儿忘记了这个问题，就是一词多义时该背哪个意思，以及词组和例句。先说一词多义的情况。有一些单词因为过于专业化，所以只有一个固定的意思，这样的情况比较好背，但是越过简单的单词意思越多，这样的時候，最好是按照单词书排列的单词意思来背诵。但由于这样的单词本身它最基本的意义比较好记，所以你只需要担心如何背住较难的意思就可以了。有些单词较难的意思比较变态，比如我给大家举个例子，是我参加密苏里州社工学会会长演讲时听到的。他的演讲主要是关于新的社工职业考核的新标准，但这个新标准对于很老很老的社工不适用，也就是说这帮

老头老太太级的社工并不受新标准的束缚，他们被“赦免”了。在他的演讲辞中，他反复提到一个词，说：“If you're grandfathered, then you do not need to blah blah blah..”我刚听到这个词的时候，先是怀疑自己是不是听错了，但听来听去发现绝对是grandfather这个词。。心里纳闷，怎么这个词还能当动词用?!用手机一查，果然是“不受新规则限制”的意思。。所以，筒子们!!!到底该如何背这种貌似简单、但背后却隐含着很阴险的意思的词呢?方法是：读第一遍单词书的时候，就一定要读的很认真很仔细，把单词的所有意思都读一遍，如果碰到自己觉得很纳闷、从来没有见过的意思，例如这个grandfather竟然有动词形式，那么一定要用红笔画下划线，每次看到这个词的时候，就要把这个稀奇的意思在心中重复，久而久之就会背住了。关于词组和例句，背的方法也同上，遇到自己本来会的词组就划去，遇到自己不会的就要每次都背一遍背一遍。对于例句我倒是没有多背过，因为有的例句觉得很牵强，反正就凭自己的感觉有取舍吧。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](http://www.100test.com)