

一、单词篇

从现在开始，**拿起初中英语书、高中目前你已经学过的英语书，翻到附录词汇表，开始背单词。**不要好高骛远，视自己的能力，先把初中的每天背一册，背完之后，高中的每天 1~3 个 unit，同时今天要复习昨天背过的。所有书全部背完后，再根据情况进行循环。

就这么简单，高考你能把初中英语书词汇表中的词汇、高中英语书词汇表中的词汇都熟练掌握，绝对是足够了。

有人可能会好奇，“学长你在忽悠我吗？为啥还要背初中英语单词表？”其实你拿出初中英语词汇表看看，还真不一定你每个单词都认识呢，而且，更重要的在于，很多单词在词汇表中都有多个含义，我们背的时候仅仅掌握了一个，那这些都会成为未来试卷中的潜在障碍。

有人可能会问，“学长那单词要背到什么程度啊？”抽象来说，就是你问心无愧的程度，也就是说，即便你想到老师明天要听写，你也丝毫不发虚，可以达到 90 分以上（我们高中听写 90 分及格，有时候甚至 95 分，而且几乎都涉及词组、造句、变形，还有的听写不常见含义）。具体来说，就是你能脱口而出**黑体单词的拼写、所有汉语含义**，对于**较难的单词能够看到拼写脱口而出其常见汉语含义**，并且经过短暂思考可以答出不常见含义，看见汉译可以经过短暂思考拼出单词。

当然了，罗马不是一天建成，纯熟不是一天练成，背单词要有追剧的毅力，更新过程中必须一直在追，一集不落；更新完后还要二刷、三刷，最终方能修成正果。

至于记忆方法，我另一个答案中有涉及，现引用如下

1. 筛选记词法

我高中从来没有为单词发过愁，现在想来应该是得益于这个方法。我当年的同学们背单词的时候，无不是痛苦地拿起单词表，从头啃到尾，但是我觉得这样既浪费了时间又浪费了精力，其实很多单词我们都是已经熟悉的了，只是大脑没有经过确信（Confirmation），所以我们总是想，“哎呀，这个单词我是不



是还没记熟？好像是，赶紧再看一遍”。其实只需要我们在背单词的时候拿一支铅笔，对于遮住单词能拼写，遮住汉译能解释的单词，直接在左边画一个小“×”，每次过单词表的时候就把这些单词跳过就可以了，同时随着重复次数的增加，画“×”的单词就越来越少，当剩下 5~10 个单词的时候，就不要再叉掉这些单词，这些单词就是你无论如何重复都难以进入短期记忆的“顽固单词”，此后无论是听写、考试之前，时间如果不够，就专门强化这些单词就可以了，这样坚持几个单元，你的单词表就变成了一个你的定制单词书，比扇贝还懂你。

那么在背单词中还有一个问题，需不需要额外背单词呢？

我的答案是，如果你目前课内单词表还没记完，那一个课外单词也不用记。

如果你课内单词表已经比较熟练了，那就开始在阅读、完型中积累有眼缘的生词，所谓眼缘，就是感觉貌似经常见到、看上去也不难、译成汉语也是生活常见词、次常见词的这类词汇。

这些你都做的差不多了，那么很大程度上你英语成绩能上 130 就有保证了，后面就是水到渠成，顺水推舟的事了。

1, 单词方面。我的方法是把高一到高三的英语书的单词表全部撕下来订成一册，方便随时查阅与背诵。背诵的方法，我从不拼读单词，都是单词放到例句中，让词义鲜活起来，甚至写作的时候曾经背到的例句也能用上。背例句不要背那种超过 10 个单词的，这只会加大你的记忆量。比如 cover 这个多义词，要记忆如下几个例句，the newspaper covers this accident (报纸报道了这起事故)，they covered several miles (他们走了好几里路)，cover this table with cloth (吧桌布盖到桌子上)，cover me (掩护我！)。如果你手上只有那种般若心经一般臭长的例句，那就把它掐头去尾只留下主谓宾把长度压缩到 10 字以内再进行背诵，如果这个单词本身就是定状补那就不要删它了.....

如：In general, women's friendships with each other rest on shared emotions and support, but men's relationships are marked by shared activities. (NMET2001. E 篇) (一般来说，女人相互的友谊基于相互分享的情感和互相支持，但男人间的关系以共同参与社会活动为特征。)

假设需要学习的单词为 rest on (依靠)，那么压缩这句话就成为了



“women's friendships rest on shared emotions”（女人的友谊基于相互分享的情感）

关于大家最关注的单词量，请看这篇回答的评论二有做详细解答。

我和我的英语笔记本们

那我们就先来谈谈英语。要想分提上去，我们需要简单了解英语学习的两个切入点——词汇和语法

词汇量——英语的敲门砖

就像学习语文前老师要教我们认字、读字一样，要想英语好，词汇不能少。

可能有人会问：*我们什么时候背？*

英语学习，其实完全可以充分利用碎片化时间学习。比如早读、课间、路上、学别的科目累了的时候或者是你的睡前时光。

早读一定要利用好，保证你的大脑高效率运转。可能有很多同学说有的时候默背和大声背的效果差不多，但是注意了这是早读哦。一日之计在于晨，在早读出声背的原因有这么几个：①很多人早晨这个时间段都是不太清醒的（反正我和我的同桌容易犯困哈哈），出声背有利于提振整个人的精气神。让你整个人元气 up uo up!②不少人到现在为止，依然为发音和听力而抓耳挠腮。因为我们老师上课喜欢互动，就经常会让大家来回答问题，并且希望我们都能流畅地回答出来。每次到了这激动人心的时刻，我们班就是最安静的时候。当然，这时候就总会有几位同学被叫到办公室喝茶。其实啊，怎么背英语单词才是有效的呢？最最最基本的前提就是会读。只有在会读的情况下，这个单词才可能会在脑海中形成记忆，也才能为你记它的意思、它的用法、它的搭配作铺垫。还有一个好处，你如果自己反复的去读（这里的读就是出声念哦）英语课文、文章的话，对个人的语感的提升是很有帮助的！这时候你可以根据自我感觉调整音量，不一定读的非要多么大声，这里强调的是**重复**！记住，学习需要重复。（个人觉得，重复**七遍**以上差不多就可以产生记忆）重复产生熟练，熟练会让你的大脑产生记忆。对英语学习，语感也是相当重要的。语感除了对你的做题非常非常有帮助之外，还会提升你的信心以及对这门课的兴趣哦！

除了早读，课余时间或者是你学累了的时候，就可以看两眼单词书，然后仰望天空揉揉眼睛，（不要以为只是单纯的“看两眼”哦，你可以在脑海中默背默记，只要反复几遍效果也会不错的）

我记得我当时就是喜欢在学别的科目学累了之后脑子里过一过英语单词，每天多一点，这百天左右能积



累的词汇可真不容小觑。

我们背什么？

我想问问大家，大家背单词都是在背什么？为什么看起来都在背的两个人，最终的结果却天差地别？

对于高三学生来说，现在每分每秒都是相当宝贵，每分钟都要有它使用的意义。那么我们怎么才能爆炸式积累单词？

单纯的死记硬背很难形成长期记忆，需要不断地复习和反复记忆，耗费很多的时间和精力，其实在背单词这一块也有很多的技巧和方法，找到适合自己的方法可能在背单词这一块能做到事半功倍。

如果大家没有比较好的方法的话，我建议可以借助外力，专业的老师能帮助你少走很多的弯路。这边有一个还不错的体验课，老师会讲解很多英语单词的背诵技巧，还有英语的一些得分小妙招，适合英语不是太好的同学，我把课程放下面了，大家可以按需自取哈↓

根据我自己的学习也整理了一些背诵单词的技巧，大家可以选择适合自己的~

想必大家都知道数学上讲过一个函数——**指数函数**，又称“爆炸函数”。把其原理迁移过来，背词根以及前后缀就是实现词汇量成指数增长的不二法门。通过记忆词根、前后缀，不仅可以实现一个单词的量的增长，还可以实现自主学习：我掌握了词根，又知道什么地方大概用什么前后缀，我难道还不能大概知道这个单词怎么拼吗？真的，这个方法简单易行，亲测有效。

以前缀为例

我们怎么背？

怎么背？很多人都说，这些单词就像天书，本来就很难背，就算背了过一会儿也就忘到九霄云外去了。其实还是因为只是简单机械记忆，并没有让它真正的成为你脑子中的“永久居民”。瞬时记忆不仅没用，而且浪费时间。在这不到一百天内，我们能抢时间就抢，怎么舍得把这时间白白浪费掉呢？大家背单词的时候要学会联想和归纳。联想归纳，一个发散一个收敛，两者相得益彰，遥相辉映。联想法的要义就是多问：这个单词是什么意思？这个东西用英语怎么说？这个单词有几个意思？它能有几种表达方式？哪些词是它的近义词、同义词、和反义词？它们之间又有着怎样的关联？



有什么相同点有什么不同点？等等，这些都是调动你个人思维的活跃度的绝佳方法：连连设问。这样问下来，单词不仅背下来，还都连成知识链，并且存在“深深的脑海里”发散完我们要注意收敛，两者要有机结合哦。这就像是“先把书读厚，再把书读薄”。这一个个单词就像一颗颗珍珠，发散的时候它们都出来了，收敛的时候就需要我们把它串成链。这时候需要我们去总结，去归纳其中的一般与特殊规律。

还有人经常会纠结，我到底应该背正序还是乱序版？这个其实并不重要，重要的是你自己要知道哪种有利于你的学习。两者各有千秋。正序版有利于我们系统化梳理记忆单词，但它不灵活，还很容易让我们仅仅停留在 A 篇；乱序版有利于我们跳跃性思辨记忆单词，但它容易让人难以把它回想起来，因为背的单词之间都差得十万八千里。所以，这个还是需要结合个人的习惯与偏好。（如果有时间，为什么不正序乱序各来个十遍八遍的呢(●'◡'●)）

还有一种情况就是，啊这个单词好长，我不想背我背不过。音标就在这个时候显得尤为重要。可以根据音节划分单词部分，比如 advertisement [əd'vɜ:tɪsmənt]我们就可以分为三部分：ad、vertise、ment

上面提到了背单词的具体方法

下面我们谈谈我们通过什么方式还可以积累单词

高中英语只要求掌握 3500 词，但其中有 1000+词初中已经掌握，剩下的无非一些高中之后接触的那些看似比较陌生的词汇罢了

然而在新接触的那些词汇中，你真正能够在英语作文里用到的不超过 1000 个，换句话说，需要你**完全彻底掌握**的高中英语词汇不超过 1000。

那有人肯定会问，如果按照这种说法，只把那 1000 次词掌握了不就完事了嘛？干嘛还要浪费脑力和精力去多记其他的，是不是傻？！

记住！

我上面说的是**需要完全彻底掌握**的是 1000 词，不是**只要掌握** 1000 词！！

其他那些也需要掌握，但不要求你彻底掌握！你只需要看到其他那些词汇的时候能够快速反应出它的意思，以及能够正



确判断它在文章中的意思就 OK 了！

兄弟，你懂我的意思吗？明白我所表达的那个意思吗？！不明白我再讲一遍！明白的给我在在弹幕区里扣 1

（嗯？不好意思哈，搞错了！原来没在直播啊，我还以为我在直播.....上头了上头了，有点小尴尬！emmm.....）

🌿单词记忆法

- ①词根词缀记忆法

建议在某宝上购买《词根词缀+思维导图 巧记妙用高考 3500 词汇》，价格不算很高，跟其他的高考 3500 词汇本差不多，但性价比超高！

正常情况下，应该是用一本笔记本，自己根据不同的词根词缀分类，再进行收集整理，这样会让你的印象更深刻，记忆更牢固，但耗费的成本太高了，你不配！

所以，我还是建议你利用现成的、别人已经帮你归纳整理好的，直接上手，降低你的时间成本，短期内将你的利益最大化。

- ②单词卡片记忆法

在某宝上购买随身携带的单词卡片，尽可能购买体积小、方便携带的单词卡片，能够随时拿在手上，或者方便放在口袋里的都 OK.

具体怎么操作呢？

i. 一个卡片只允许记一个单词，正面记英文和词性，背面记中文



意思（尽可能把所有的中文意思都记上，避免出现熟悉生意的情况时束手无策）；

ii.如果涉及到**相同意思的单词**，**建议放在同一位置**，高效记忆且多维度拓展，增加作文**高级词汇**的使用频率；

iii.单词卡片**随时带在身上**，不管是平时上课还是日常刷题的时候，遇到生词或者见过但不熟悉的词都往单词卡片上整理；日常积累，增大词汇量，提高阅读速度

iv.**每天的任务安排结束之后**，把当天新增的单词卡片**重新整理一遍**，重新回顾一次，这个单词从哪里积累来的，怎么使用怎么让它成为提分的亮点；

v.**每三天对单词卡片再重整**，把前面已经熟练掌握的单词卡片拆卸下来，放到一个专门装单词卡片的小盒子里；记住！每三天整理一次！

vi.每周结束后，周日当天再将小盒子里的单词卡片**重新拿出来进行复盘**，再重新演绎一下当时记下这个单词的整个过程

• ③零碎时间记忆法

建议在某宝上购买**乱序版**的高考英语 3500 词汇，一定是乱序版！乱序版！乱序版！（如果是正序版，那你永远只会停留在 A 的部分）

合理利用碎片时间对英语单词进行高效记忆，碎片时间都有哪些呢？

比如：

课间的十分钟、大课间的三十分钟、上课前的二十分钟、等待伙伴的几十分钟、排队打饭的十几分钟、睡前的几十分钟、甚至是课堂是老师讲废话的几十分钟.....

这些都是完全可以被高效利用的碎片时间，如果能够好好把握住，那长期坚持下来，最后的进步一定会相当明显，你跟同学的差距不会缩小，只会越来越



越大！

对于每个碎片化的时间都有一个合理的安排和预估，不能高估自己的能力，也不要增加思维的惰性！

举个例子！

十分钟的课间，除去上厕所和走动的四五分钟，那你还剩大概五分钟，对于记忆能力好的同学，五分钟记 25 个单词完全没有问题；对于记忆力不是很好的同学，那就记 10 个，并且五分钟记 10 个单词是最低底线，不能越过底线！

如果刚开始没有办法做到，那就给自己设置一个梯度增加的慢过程，逐渐增加自己的词汇量，提高自己的要求。

如果长期都没办法到达最低要求，那就通过惩罚机制来倒逼自己必须努力达成任务。

第一阶段

① 背单词。

A	B	C	D	E	F	G
11.6	11.7	11.8	11.9	11.1	11.11	
1.1~1.4	1.1~1.4	2.4~3.2	3.3~4.1	4.2~4.5	5.1~5.4	
	1.5~2.3	1.5~2.3	1.1~1.4	3.3~4.1	4.2~4.5	
			2.4~3.2	1.5~2.3	2.4~3.2	
11.12	11.13	11.14	11.15	11.16	11.17	11.18
5.5~6.3	6.4~7.2	7.3~8.1	8.2~8.5	8.2~8.5	7.3~8.1	8.2~8.5
5.1~5.4	5.5~6.3	6.4~7.2	7.3~8.1	6.4~7.2		
3.3~4.1	4.2~4.5	5.1~5.4	5.5~6.3			

这是我原来的用的一个图，上面是日期，下面是你需要背的单词 1.1 就是必修一第一单元。

这个东西改改时间随时可以拿来用。

总共十五天



背完之后，你的英语会迅速从蒙的二三十分，变成 70 来分，如果你还有一点语感，会迅速变成 90 来分。意思是，如果你本来就有这个分数，说明你单词是过关的，不用再花时间在单词上了。

至于你说阅读理解还有不会的单词，还是看不懂，还是会出错。

那是两个方面的原因---1，阅读速度。2，应试能力。

不是单词的问题，不要在沉浸在自我欺骗里了，以为是单词的问题。反复的背着那些无用的单词，也没见的你成绩能有多少进步！实在是浪费时间！

因为事实上，即使你把单词全都记住了，阅读理解也总有你不会的单词，总结也永远总结不完。即使你扩宽到了四级的词汇量，该不会的还是不会。

所以压根不是单词的问题！

还有的人总是在纠结，是不是以前背的单词忘了，所以我才提高到这个分数就止步不前了。

很多人甚至到了 110 还有这个疑问，所以就在那里重复的背单词，反复的做无用功。

这是著名的“**单词陷阱**”【指的是某些人高中三年都反反复复背单词，但总是觉得自己记得不牢固，认为英语不能提高问题就出在单词上，然后逃避最困难的背课文。最后刷题，背单词，成绩没有丝毫提高。这就是假性努力的一种表现！】

事实上，只要你英语能考到七八十，而且分数主要由阅读构成，不是蒙的。就是四篇阅读，你错 8 个左右。就说明你单词已经基本过关了。

剩下的，就是其余能力的问题了。

② 背课文



这个非常简单，每天背一单元 reading 总共有两篇又臭又长的英语课文，我知道你很恶心，但是这是想提高阅读速度和巩固之前背单词的必由之路。

很多人想偷懒，问我，背**新概念 3**行不行？不行！**新概念 3**和当今高考只有一部分重合，语法，单词，都照顾不到。而且量太少，完全不足以满足英语提升的要求。

欲做精金美玉的人品，定从烈火中锻来，思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过

万事万物皆是如此，想进步，尤其是英语，应试考试，不吃苦，你在想屁吃？这大概需要四十天，可以和背单词交替进行，因为那十五天记住的，会产生大量的遗忘，所以可以再来一次。

在①②两个步骤里，你会发现每天除了背单词，背课文其实很难在干别的事情了。

这就对了，这是最快速打基础的办法。相当于把你高中三年该干的事情，压缩成四十天。不疯狂就有鬼了！

如果你只背单词，你就会发现慢慢的你的成绩就很难提高了，用刷题卡在 90 分左右就撑死了。但是背了课文不一样。他会给你一种总体的语感。

让你各个方面都能够显著地并且持续的提升。

当你课文全都背完的时候，你会发现，虽然阅读还是有不认识的单词，但是其实并不影响你做题了。所以阅读也不用总结不认识的单词了。

所以一旦你单词课文背完，我们就可以进入下一个阶段，查漏补缺。

第二阶段 查漏补缺

听力，反复听，听够 40 套，反复重复以及到了恶心一



样的反复听。里面每个人说了上句你就知道他下一句说什么。像歌词一样你完全记得是怎么回事就行！

短文填空 **短文改错** 每个各刷够 100 篇，用五三就挺好的，再买两本专题书去针对性进行训练

分专题总结 名词，动词，**非谓语动词**，从句，介词等等应该总共有十种分类左右。

这两个东西你合起来只能扣 2~3 分。

完形填空，集中力量也是干它 100 篇，也要进行专项总结。做题规律，常见短语，语法知识 **【词语辨析】**。具体的文章剧情不用管。里面出现的不认识的也要进行总结。

这个过程大概需要十五天左右。分别练到听力错一个，完型平均错 4 个，后面两个只扣 3 分就可以了，也就是十分。这个时候你的阅读应该还要错 3,4 个。

这也就是我们要训练的最后一步。应试能力。

单词：

我是开学后才有意识的加强自己单词的掌握。相信大家高中都有那个小本本，3500 词汇。揣兜里，天天背。有空就背。而且一定要看**英语反映出来汉语意思**，也就是说把汉语盖住，而不是盖住英语。

曾经我和很多同学一样，喜欢捂着英语，看着汉语说英语单词，然而对于高考这种目的性很强的考试来说，这样做是出力不讨好。

我的建议是，在你看到这个英语单词立刻能反映出来汉语意思的时候，你再看汉语说英语。

此外，一定要注意词性和用法。

很多单词后面跟着一长串汉语意思，不用管，只记住最



常用的。其余的那些意思，以后做题碰到了再记。

这样其实那个小本本会让你词汇刷的非常快。推荐买那种高频到低频的。记起来非常爽。

怎么也记不住的单词，用铅笔勾一下就不管了，继续往下背。

一旦硬着头皮刷完一遍，二刷三刷会让你感觉非常愉快！

如果你的语法体系比较完整，这时候就是你英语成绩突飞猛进的时候。

1. 单词

单词亦是基础也是根本。

前面说了，背好 3500 个单词，刷刷题也就只能 110 的水平。

想在突破 120，130 分，需要背一些额外的单词，四级词汇就是必要的。

大概长这个样。

方法：

① 固定时间背

每天抽出固定的半个小时拿来背单词，这个过程是很枯燥，但是必须要经历的。



可以是早上也可以是晚上。总之就是你觉得那个时间是自己觉得记忆力最好的时候背就行了。

②碎片化时间背书

可以在你吃饭排队，星期一晨会的时候背，也可以在你上厕所等公交的时候背，我一般老是喜欢在上课背。

比如数学课讲什么压轴题不想听或者已经会了，语文课老师讲废话，我就会开始背背单词或者语文古诗，给自己换个脑子。(嘿嘿，大家最好不要学我哦，抓到可就惨了)

③定期复习

根据遗忘曲线，人体的记忆是会不断遗忘的。前面也说了要给自己不断洗脑，重复。

因为人类的本质就是复读机。

你可以每个星期周末或者一个月时间，抽空复习一次。

当然也可以拿前面说的零碎时间去复习。

复习的时候不要背新单词！

复习你这星期最近记的单词和你刷题里面的陌生单词，还有词组哦！

对了，安利一个资料。专门用来默写单词的，可以节约你很多的时间。

④归类整理

买个小本子，巴掌那么大的那种。

把你平时考试的试卷或者刷题资料里的相近单词，易混单词以及词组搭配，整理归类，放在一起。这样会方便你记忆区分。



这个整理对于做完型填空最有帮助了。

不行你回头自己看看吧。

Part1:高考考得多的词汇排在了前面，这样可以快速地认识**高频词汇**。

Part2:高分攻略最关键词汇：这些单词主要就是不常用，只要记住意思就可以啦

Part3:过滤初中已学的基础词汇

Part4:课标外超重要词汇

我最先买这本，然后高一每天大课间的时候我就把这本拿出来看一看，记一记，也积累了不少的词汇。

好！高中第一本词汇书介绍完毕！上第二本！

2号:就是那本天利词汇，十块钱那本！

这个是以以前拿来过滤不会的词汇的，但是我还没过滤完就不想用了。一个是因为它太无聊了，只有词汇和一点补充。这样真的不方便记忆或是知识扩充。

再来一本，

3号:《**高考英语词汇**》这本我也挺喜欢的，（也是绿卡图书的）是假期补课老师推荐买的。但是高一那会儿十多天要我记完3500:)我记了也忘了，所以，不要拔苗助长！！

它是按顺序来排的，和上一本有所不同的是它的内容更丰富。

很多单词都有例句；

还有很多的补充内容，是你学习的好帮手！



高三的时候老师进行一二轮的词汇排查，我就舍弃了 2 号，用的这个。

有易混词辨析；

有高分增补词汇（就是高中新课标与大学四级的差距词汇，及常考的超纲词汇）

4 号:小甘图书的一本词汇书。

按照教材顺序排列的，可能因为学校英语课都不怎么上教材，再加上这是我在书店抽奖抽到的，（不是亲生的）我就没怎么用

最后关于词汇的一点碎碎念：词汇我是高一就开始记了，而且不仅仅是在词汇书上看来去地记，而是在做题，读文章，读报纸的过程中记忆。遇到不会，不熟悉的单词要查字典！查字典！查字典！加深印象！不要因为懒就不去查！

这样慢慢地积累起词汇了，可能不仅仅是 3500，还会积累一些高级一点的词汇。到高三老师每天进行英语词汇排查的时候，很多同学还在苦苦地记单词，（说实话，那段时间量挺大的）我就轻松多啦，偶尔遇到一些不熟悉的单词，记一记就好。我也会像下面这样把不熟的单词给写下来。所以在高一高二真的多记单词没有坏处，好处到了高三你就知道了。

如果你已经到高三了，也没有关系，一轮复习的时间足够了，只是看你愿不愿意花时间去问题。

再补充一下：有次年级上英语课代表学习交流的时候，我们市英语第一的大佬说了一句话我记得很清楚：“看到了一个英语单词就可以知道是 3500 还是四六级。”这真的是建立在对 3500 词汇的高度熟悉之上的。

单词~

英语提分最重要的就是打下单词基础，词汇量不够再多的技巧也无处施展。我之前背单词的时候总是第二天就将前一天的单词忘了一大半，然后还得重新再记一遍，效率炒鸡低、效果也不好。后来辉哥教我了一个背单词的好方法，掌握技巧以后单词



记得牢多。

提前准备：真题+词典+单词本

步骤 1

真题里遇到的“生词”，只要不知道意思或者不确定意思，（哪怕刚看过），都算是生词，这些都要在词典里找出来。查到之后，在词典里把这个词标记一下！！把这个单词的意思抄到【单词本】上，不用都抄，“单词+汉语意思”就够了，如果会音标的可以把音标也注释上。

步骤 2

做完一套真题，在这个过程中你只需要把生词查出来记到【单词本】上，然后尽力读懂这篇文章。单词都记住了，再难懂的句子反复读几遍也都能懂，只要打好单词的基础，后面会有很大的提升。

步骤 3

这样做几套真题你就会发现，词典里已经有几十个动词和形容词被你标记了，单词的意思也被你抄了十几次。容易忘记刚背的单词是正常现象！只要反复记忆就一定会记住~再结合原文句子和语境一定会帮助你更好的记忆这些单词。

步骤 4

通过以上的办法处理真题，你会发现，厚厚的词典里，被经常标记的生词仅仅只有两三百个，这些都是核心中的核心，这些单词对理解文章起到了决定性的作用，而这也就是阅读中的重点词汇。

步骤 5

做完十套题，时间紧迫的话可以少做几套。你会发现那些核心的词汇你已经很熟悉了，所以你只需要反复记忆【单词本】上的内容。

原则：只看被标记的单词，没标记



的一律略过！

用这个方法，能够节省下来很多时间，做题效率也会有所提升。当然辉哥不仅分享过记忆单词的技巧，还有写作的技巧等等。大家直接去听辉哥的公开课吧，去选择最适合你的方法。

2, **词汇运用 (30分)**，有两部分，虽然考试放在一类，但是我想分开讲，两个部分还是有些不同的。

单选 (10分) 主要涉及一些近义词和词组，这个就看我们对单词意思的掌握啦，单词的话，在后面我会附上链接，在初中英语里我有回答，掌握单词这个，初高中差别不大。只要词汇掌握了，能够区别意思，这个就是送分题，尽量拿到 9-10 分。

| 单词语法思维

这一点其实不能怪作为学生的各位，它其实是目前英语教育的一个普遍误区。

单词语法思维，简单来说就是将单词当做一个个积木，语法就是堆积的规则。其逻辑是，只要有足够的材料（单词），有正确的规则（语法），最终你就能拼凑出来正确以及优美的句子、文章。这听起来非常符合逻辑。但是，真的是这样吗？

我能够断言的是，这种做法唯一的好处是让我们能够快速入门（小学阶段）。在掌握基本的单词与语法后，我们可以马上进行基本的阅读，拼凑简单的句子。

但我们越学到后期，就会越发现这种**积木拼凑式**的思维有多么的反人类。

在我看来，其最大的坏处就是导致我们理解及组织语言的时间变得非常长。人的大脑容量（感兴趣的同学可以去了解工作记忆）是有限的，在理解与组织语言时，如果从单词和语法这样的基本单元开始，你就会出现半天蹦不出一个字情况。比如你想表达“她不知道”，你可能需要先翻译单词：知道——“know”与她——“she”，然后你会开始想语法：这里是一个**动词否定**，因此是“don't”，但由于是**第三人称单数**，因此是“doesn't”。最后，你在脑子里兜了一大圈，蹦出来三个词“she doesn't know”，这荒不荒唐？

如果是英语母语者，他们会直接把这个搭配放在一块，以后要用就会直接拿出来用。也就是说，他们会记住每当他们要表达“她不知道”这个意思是，他们的嘴里就应该蹦出三个词“she doesn't know”。这个过程中，非常快，没有单词，没有语法。



大坏处，就是会让学习英语本身变得极为枯燥。你是否记得当初你下定决心背三遍一本单词书，最后却仍停留在 A-C 的 lists? 其原因不是别的，就是因为背单词本身真的很无聊。在背单词时，你完全看不到背这些东西有什么意义，你也不知道自己背过之后隔几天是否真的能够想得起来。因此，你本能地就会对它产生厌恶。

除了这两大之外，当然还有其他不少坏处。比如，由于你是通过英翻中记的单词，你在写作中完全无法用到；比如，由于一个词的中文意思有多个，在一段话中你根本不知道取哪一个意思；比如，一个句子里面的单词你每个都认识，但你发现你还是读不懂；.....

E-我就是背不住单词（词组、句型）怎么办？

单词非常重要，非常非常重要，只要能把考纲内的单词都记住认全，就很容易答题了，词汇量太少，文章就读不懂，作文自然也写不出来。

但同时他们本身也很枯燥，所以背单词也需要敲门——结合阅读背单词，在文章中学习。很多同学习惯于拿着**单词表**一遍一遍的死记硬背，一来，没有语境，只是单纯的背，你就算今天记住了，过不了一个星期你准忘。二来，如果一个人拿着一本单词书死背的话，他很快就会厌烦的。

而把单词放到文章中去，这样的记忆更加深刻，通过做阅读不断加深印象，那么背起来就会简单很多，平时从文章中积累单词，运用**联想记忆法**也会更加容易，甚至你都可以刻意地把词义记得模糊一些，这样有利于对单词的拓展延伸，有利于**一词多义**的记忆，一词多义会帮助你考研英语的复习，虽然这是几年后的事情。

1.单词（背完的朋友请略过）

这个是基础中的基础，你别告诉我你做高考卷子前了连高中词汇都没背完。这个我建议你**越早背越好，不要跟着学校的蜗牛进度走！**因为这些单词确实很多你都或多或少见过了，所以并不难

下面阐述一下背单词的**方法论**:①一天过三十个单词，第一遍没背过的单词用铅笔在单词旁标个黑点②第二天重点过黑点，然后再往下继续过单词。

这个方法既能保证你过的时候不是盲目过，不是读几遍就过，也能让你对生词更眼熟（这在考试中炒鸡有用）



推一下背单词工具，记住高中只买一本!!! 买多了浪费!

这本书我前前后后过了 n 遍，当然如果你已经大部分单词已经掌握了可以暂停背诵高中英语词汇，转战下个战场了。

作为一个很讨厌背单词的人，我来谈谈怎么**高效搞定单词迅速提分**吧。我坚信：**所有不以提分为目标的背单词行为都是耍流氓**。一旦不提分，缺乏了正向反馈，就很难再有心力支持自己走下去。这篇文章是写给曾经像我一样鼓起勇气背单词但没坚持下来，以及想要学会怎么**更高效提分**的你们。在这篇文章里，我将把**题型**逐个剖析，用最功利的角度去看待单词这个小妖精。但首先，让我们先了解**正向反馈**以及单词的关系。（实在着急的话可以跳到解决方案那边）

作为一个八年都没认真打过游戏的人，我常常被人问到哪来那么好的**自控力**。而我的回答是：**因为我菜**。记得有次和九岁的小侄儿玩吃鸡，我不到三十秒就被别人爆了头。不服，再来。然后被爆了六次。

气得我干脆把小侄儿手机上的吃鸡也删了。

你看，在缺乏正向反馈的情况下，即便是本来好玩的游戏也变得令人气恼。更何况本身过程就挺无聊的背单词呢？如果我们背了单词却没有提分，会不会也和我一样有想放弃的冲动？

所以不是我不爱打游戏，是我不擅长。你也不是不喜欢背单词，是背了没效果。

成就感让我们每个人本能的会喜欢自己擅长的东西。Edward Thorndike's Law 提出那些带来好结果的过程会更易被重复，而坏结果的则会被减少。这就是为什么我们坚持不下来背单词的**关键原因**。每次看到网上大佬们的速成法（3 天搞定 3500，背完课文就封神等等）都热血沸腾，仿佛再用一个月背完了单词就能脱胎换骨。但即便我们真的拥有超强意志力，每天抱着单词书啃两三个小时，**考试成绩**出来了只要没提分，都会怀疑自己：**我是不是不够好？是不是天生记忆力不行？**

如果真的想长期坚持背单词，我们首先要意识到**单词应该是提分的工具，而不是终极目的**。铭记这点后，再从题型考点和自身分数来做打算，**功利而有技巧**的去背单词。只有这样才能为我们带来最大的收益，为我们提供走下去的勇气。

我把**最考词汇**的阅读、完形、作文各自的考点以及对应的解决方法都为大家分析和梳理出来了。目前我还没看到有任何一个答案或者教辅这样做过，所以请你为了你自己得分，认真拿笔记下来。只要你学会这个，一步步地去做，你就可以提分，而且是短



时间提分。

考点 01: 选项单词

完形填空看起来最可怕的就是一排排密密麻麻的单词。然而这些单词都是在 3500 里的，背他们的性价比极高。认真按照方法刷下来一个月，基本上之后再去刷完形就很难再有恐惧感了。而且这些单词对于记忆的要求往往不高，除了少数区别高分和低分选手的难题，一般只需要记住他们的中文意思即可。

解决方案：做题前把不认识的单词先查出来背一遍再去刷题

为了更快更好的掌握单词，我们需要应用。不，并不需要你做任何额外的工作。还记得老师常告诉你做完卷子要整理单词吗？嗯，更高效的做法其实是在做卷子前就先背一遍。对于那些吓住我们的单词，如果能在刷题之前就背一遍，那么在做题的时候不仅能够巩固单词，还会有一种“啊原来这就是明白单词的快感”给你提供正向反馈，从而越刷越爽。

由于这些单词属于 3500 里的高频词，最好是直接用 app 背然后每天坚持复习。【平时接触不到手机的同学私信问我】

考点 02: 混淆词汇

为了考察你的英文到底地不地道，考官往往会在一道题里放上四个长得很像/意思很像的词汇。比如 Observe, watch, look, search 都有‘看’的意思。但具体区别在哪？用法差别是什么？这个考点如果只是像考点 1 那样简单背释义就不够用了。原因在于中文和英文本就发源于两种截然不同的文化体系，单纯用中文释义去理解往往抓不住他们的细微差别。而且很多词汇书为了省事，每个单词只给你最简单的几个字解释。所以就算认真背了，还是会在这边丢分。

解决方案：通过具体例句把握细微差别

遇到这种题一定要把四个选项分别查出来对比他们的例句。边看边问自己：这个动作是主动还是被动？用在什么情景？除此之外，最好是自己造一个仿句，这样你才有确定是否已经掌握了的机会。单单看的话，你的眼睛可能懂了，但脑子没懂。



如果在这类题型真的丢分格外严重，可以考虑购入这本书，里面大致解释了常见**混淆词汇**的区别并给出了例句。但这本书有些解释的不是特别深入，仅供参考吼。

注意事项：

- 无论是 A 篇还是 C 篇，**所有专业名词都不要背！**99%的概率你不会再遇见他们了，背了也没用。因为这些名词都是根据题材出现的，换个题材就没了。这也就是为什么我**特别不赞同学生背词典**的做法。里面至少 80%的单词是你这辈子都不会遇见和使用的，你背他干嘛？折磨自己吗？
- 高考阅读说明文和议论文有个套路，他们会给你一个**很难的词吓懵你**，但后面会直接附上**解释和事例**。只要你学会推理这个套路，就能轻松绕过高难度单词这道坎。
- **无论你怎么背，阅读本身就故意有 3%的单词是让你读不懂的。**【不信你去看考纲】更重要的是**学会分析结构，合理推断**，最重要的是稳住性子。我发现很多自己说做不来的学生，在跟我上课的时候**冷静分析**都能做对。那么你也可以。

考点 01：选项单词

既然前面提到文章里出现看不懂单词大多是通过上下文来推断的，那么**决胜负的就在选项单词里了**。如果选项单词撇开专业名词都不明白的话，就很难再做对题。

解决方案：

检索所有选项，排除专业名词后如果还有不懂的单词一定要第一时间查出来背住再去做题。一般要注意**动词和形容词**。

考点 02：熟词生义

3500基本上都是英文日常使用里频率最高的词了，所以随着那么多人使用它们，以及年代变迁对**单词释义的改变**，意思自然就变多了。比如 look，除了常见的‘看’，还有相貌的意思。很多同学在背的时候为了**追求多背几个单词**，往往只背其中一个，然后考试的时候恰好碰到另外一个意思，导致**整句理解错误**。

解决方案：

以**词根词缀**为基准，从一个单词的起源来理解和想象它的各个释义。我发现作为一个英文接近母语的人，我会在看到一个单词的时候很容易的将它具象化并联想到它的各个意思。我觉得这可能是因为了解它的起源，所以也就更能理解为什么它



是这些意思吧。

比方说 **distinguish**，它的释义是区分，辨别，使杰，使表现突出。如果要死记硬背的话，前两个和后两个感觉差的意思还挺大的。但如果从词根来理解呢？**di**（分开）+**sting** 刺 +**u + ish** = 用刺将自己与（普通的人）分开 = **v.** 区分，辨别，使杰出。因为当我把自己和你们分开的时候，我是在进行一个‘区分’的动作。那什么样的人可以和普通人区分开呢？当然是杰出的人了。

通过这样的方法去深入理解一个单词，熟词生义还用死记硬背么？

考点 01：专有名词

无论是邀请信还是演讲稿，最近的高考都会要求你针对某个领域进行比较详细的介绍。也就是说，你需要知道大致考哪些领域，每个领域的专有名词有哪些。近几年他们喜欢考中国传统文化。比如 **papercut** 剪纸，**lion dance** 舞狮，**fireworks** 烟花。缺少了这些专有名词写出来的东西就很空洞了。

解决方案：背中译英，而非英译中

大家在打草稿的时候都是用中文打的。如果背英文，往往那个时候想不起来要写啥。所以正确操作是背中文，到时候起草到那个词就能轻松想起。建议每个单元自己整理一份名单，左边写中文，右边写英文释义。复习的时候拿一张 A4 纸盖住右边的，挨个写一遍。

中文	英文
剪纸	Papercut
舞狮	Lion dance
烟花	Fireworks
农历新年	Lunar New Year
春节	Spring Festival

考点 02：常见词搭配及应用

很多同学都问过我为什么背了模板和高级词汇但还是没办法写出高分作文呢？因为你们被 **double penalty** 了。也就是说，本



来这些高级词汇是应该给你的文字加分的，但用的不恰当，不仅文字没加分，整体的分数也被卡死了。相当于被扣了两次分。

解决方案：注意具体搭配，看例句

比如你想背 superior（更高级）普通做法是直接背这三个字，那可能用出来会是 He is superior than her. 然而正确用法是 superior to（固定搭配）且一般来说后面是跟领域而非一个人。意思是在某某方面更强，而不是整个人更强。想要解决这个问题，我个人很喜欢的方法是写日记，或者给爱豆写一封信。在写东西的过程中努力应用你新学到的词汇再拿给你的老师改。

一、英语单词

1、查询勤归纳法

这种方法即勤于查词典。遇到不会的单词先猜，猜不出再查。查的过程中，切忌仅仅限于所查的单词。譬如在查 absent 的时候，就应该做到“一目十行”。此时一定要勤。也就是在查该单词的时候，应该注意它的前后几个单词。因为它的前后几个往往就是它的派生词或形近词，这样查一个就能记住好几个，做到事半功倍。你要准备一至两个本子，专门记录下自己背了还忘的整脚单词，以及难于区分词性、词义的形近词、近义词等。这种复习方法在整个复习进行到第二轮及冲刺时期时，对考生的帮助会很大。平时的积累，可以让后面的复习重点更加明确，攻克的内容更加具体。

优点：对记忆单词最好的学习途径就是文章和字典，所以通过这个方法学习到的单词完整程度是非常高的，也是非常科学的。

弊端：这同样是一个“天道酬勤”的方法，虎头蛇尾的同学同样不适用。

2.卡片标记识记法

背词汇的时间不一定非要固定。只要你想要学习，随时随地都可以将零散的那部分时间利用起来。这里向大家介绍一种利用零散时间背记单词的方法——卡片识记法。具体方法是，把白纸裁成名片大小的纸片，一面写满词汇，另一面写满与词汇对应的汉语意思。卡片可以随身携带，拿出卡片看到单词要在头脑里反应出其意思，看到意思要能反应出单词拼写、词性及相关意思的单词。这是一种既节省时间又短期高效的记背方法。只要你有毅力坚持，短期内极易见效。



优点：充分利用零散时间的好方法，也能很快的分类自己识记程度不高的词汇。

弊端：可能会花费一定的时间在制作卡片上。

3.句意语境记忆法

背诵记忆的同时，要根据所背诵的单词组成一个简单句子，这样容易记忆深刻，达到可以用自己的语言，完整、准确地说出来，并在脑海中形成用法记录，知道这个词都有怎样的用法;在怎样的句子中是怎样翻译的等等。

优点：用此方法背单词的过程其实也是训练文章跳读能力的过程、遣词造句的过程和背诵优秀例句的过程，对阅读、翻译、写作的能力都是种提高。

弊端：记忆量的要求增大，对只要求识记程度的单词来说，必要性不大。

第一步、如何高效记住所有单词

秘法一 追溯词源

想要掌控一件事物，先去了解这件事物

背单词也是这样，想要记住一个单词，就要去了解这个单词的背后，也就是追溯词源，说得实用一点呢，就是去了解**词根+词缀**的由来，以及为什么如此派生？

举个例子

以 **tele-**开头的单词很多，但是你知道 **tele-**这个词源是什么意思吗？

Tele-来源于希腊词根，意思是距离 **distance**，那么一切就变得容易起来了...

Television 电视，隔着距离的观看



Telemetry 遥测技术，metry 的意思是测量

Telemarketing 电话推销，marketing 的意思是市场营销

这样你记住的就不只是一个单词，而是一大串儿单词，这不香吗？

但是单词那么多，我怎么一个个去追溯词源呢？

我个人采用的最好方法是，读这本英语作品

第一次读这本书堪称打开了新世界的大门，这本书相当于**英文版的说文解字**，作者是一位词源学家和词典编撰者

这本书给我们介绍的词汇记忆方式以**词源学+背景知识**为基础，在有效扩充词汇量的同时，塑造你的英语思维

如果你现在高一高二，我强烈推荐你一定看看这本书！**如果你现在高三**，看书需要太长时间积累，但高三时间太宝贵了，我们就只能**纯为应试而应试了**

作为一个优秀的家教，本喵找了很多很多资料，最后让我两个学生都听了这一套课程

（课程已经不能薅羊毛了，需要的话可以找我）

讲授的重点就是**追溯词源法**，这下不用我们自己去总结、授课老师**直接告诉你**归纳的词源，我们**直接拿来理解记忆单词**就行了，大大节省了时间

限量免费的课程，需要的话赶紧领了，下次想听的时候要花钱了多心塞唉～

秘法二 二次架构

上面那个方法就足够你记住大量单词，但这还没完，我还要告诉你最重要的一个法门



记完一个单词，不要扔到脑子里就不管了，离家出走倒是不会，就是你想用它的时候，找不到这个单词了！这和没背有什么区别？

（详情参考大型连续剧“妈！我帽子呢？”）

那么为什么妈妈能找到帽子？啊不对！为什么我能找到想用的单词呢？

帽子就在那儿，为什么妈妈能找到、你找不到呢？

因为做了整理工作的，是妈妈

如果你想学好英语，做整理工作的就必须是你

其实做起来也很简单——二次架构

你背完的一个个单词相当于一堆树叶，你需要为它们创建一个骨架，一棵大树才能被创造出来，才能为你所用

比如，例词简单点吧我们只求理解方法

Biosphere、television、lithosphere、biology、litho、rock、telephone、viewer

对它们进行二次架构一般有两种方式

1.词根架构：

Bio: biosphere、biology

Sphere: biosphere、lithosphere

Tele: television、telephone、television



View: viewer

Litho、rock

2.释义架构

(1) 术语类: biosphere 生物圈 lithosphere 岩石圈 biology 生物学

(2) 名词类: television 电视 telephone 电话 viewer 观众

(3) 同义类: litho 岩石 rock 岩石

很简单对不对? 没错就是这么几个简单的小细节, 可以让你记住并使用自如这些单词

可难的地方在于, 你能不能坚持认真去做

就像收拾房间, 明明很简单, 可我们就是懒着不做, 只能依靠妈妈~

总结一下打造记忆之树具体操作:

(1) 可以类比成思维导图, 根据不同的性质特点内在联系, 为你所记住的单词分类创建不同的索引;

(2) 每背完一次单词就进行归纳整理、根据索引, 把相应的单词进行骨架填充;

(3) 每隔一段时间呢, 还要修剪枝叶, 对所有单词进行重新分类, 让记忆更简单高效

也就是对所



有单词进行一次复习，对一些**冗余的索引分类**，就可以去掉或者进行合并

比如 **bank** 有两个释义 银行、河岸

相差很远，如果它们在不同的分类里面那么只记一个释义肯定是不行的，那这个时候就可以进行合并，把 **bank** 单独摘出来识记

像 **captial** 首都；资本；大写字母 也是这个道理

更多的例子呢，我这样干说没有体会也没法很好地理解，需要你在**实操中去体会**，所以啊，看完方法记得开始行动！

遇到实际问题可以再来问我嘎~刚开始做肯定会有点难，尝试过几次就能轻易做到了

还不点赞吗？本喵连打造记忆之树这个宝藏法门都告诉你了呢

秘法三 听力辅助

很多专家总是在强调 英语的学习环境，说了很多高端的东西，当然这些东西都是对的，只不过需要钱~

对于我们没有足够条件的呢，也可以拥有英语的学习环境啊——创造一个听力场景来辅助我们

最基础的场景，单词的发音。背一个单词的时候，不要只关注那一个个字母，更要关注它们的发音，这样才能记得住

比如 **angle**，你要是 a-n-g-l-e 地记，这难度太大了，但是根据发音结合着记就简单多了，an 发一个音，gle 发一个音别杠！你说我不用发音也能记住，试试这个单词？

pneumonoultramicroscopicsilicovolcanoconiosis

更高阶的场景就是看英文电影、听英文歌曲了，让自己



逐渐适应英语的口语环境，对英文单词的各个释义有更加深入接地气的了解，真正搞懂一个单词

但是呢！我不建议你直接跳到这一步，因为难度太大。为什么这么说？我亲身实践证明的啊～

因为河南高考英语不考听力，所以我对英语场景的适应也一直停留在单词+语句上，但是我是怎么做到**四级听力 220+**的呢？

到了大学开始练听力，英文电影和歌曲都试了，当时的我？？？它们说的这是什么玩意？**不能说不是英语，起码不是人话！**

这能得到什么提高？但没办法啊，听力还是要练的。

从基础场景到高阶场景的过渡，主要分为这几个层次，大家按水平循序渐进

(1) 首先你要自己去发音，多读多说单词，背单词的时候尝试大声朗诵，哑巴英语对背单词可一点都不行，这样也能让我们对单词更加熟悉，有利于下面的升阶操作

(2) 接着就一点点地加长，从朗诵一个单词延长到读一整个句子，多次重复不断增强自己的语感

(3) 接下来就可以听英文歌了，可不是让你纯享受听歌的快乐哈~看着歌词听！并且试着跟原声一起唱。什么时候能看着歌词跟着流利地唱下来就可以进阶了

(4) 最高阶的部分来了，看英文原版电视。刚开始看还是会感觉有点不适应，他们说得太快了~就像汉语，朗诵和我们平时说话语速还是差很多的

但是呢，不要因为觉得快就 0.5 倍速播放，尝试一点一点跟上他们的语速，可以通过按暂停键来让自己的思路跟得上电视进程

过程就是这样，通过这个方法不止整体对英语单词的理解深度、对英语思维的掌握程度会得到提升



对听力得分也大有作用，所以这个方法也带我们走入了破解题型的道路

一、单词

单词就像人体的细胞一样，是构成英语存在的核心。

2020 高考的准高三生，在暑假一定要利用一切可能的时间来搞定单词。每天背 20 个单词，最好早晨背，晚上默写一遍。把不会的单词继续安排在第二天的复习中。

单词有很多种背诵方法，死记硬背，按课本单元记，按首字母顺序记，按词性记。总之，适合自己的方法都是好的。

今天学长要给大家分享的是，利用词缀记单词，我个人喜欢收集一些有趣的东西，在学英语方面，我喜欢定期总结一些有意思的单词，直到现在，还保留着这个习惯，有兴趣的同学不妨也试一试。

这个方法使用于英语基础不好，非常不好；背不进去单词，背单词非常困难的学生。成绩好的同学可能背多了也能找到这个规律（so 这类同学可以直接跳过这一节）。

开始举个栗子：

再比如：

Culture,名词，文化。形容词就是把 e 变为 al,有文化的。（类似的还有 propose—proposal, origine—original）。

Culture,名词，文化。加 agri-, 田地，两个合并在一起——田地文化，即名词，农业。按照上边的方法，变为形容词，农业的——agricultural。

最后一个栗子：



这几个单词都是围绕“fair”展开的。

还有一个很有趣的，“Un”开头的那一系列单词，大家先不看单词，直接看意思：

都含有“不”，所以“un-”作为单词前缀，含有否定意思，可以忽略不背。

3500 个单词，按照这样分类，其实你只需要背 300 个左右的单词。

二、词组、短语

单词用于解阅读，此组合短语就用来解完形和改错。

我接触过的一些同学，短语、词组倒是没少总结，但是完形填空和改错仍然是他们的软肋。原因在哪呢？

他们是这样记笔记的：

Look forward to 期待、期盼

Can't help 情不自禁

In order to 为了

Be good at 擅长

Same as 一样

.....

我竟无言以对！



这位同学看起来是在认真做笔记，学习很认真，学习的要领都 **get** 到了。

然鹅，一切只是徒劳。

对于词组、短语，记笔记的时候尽量把结构补充完整，也可以加一个例句：

Sb look forward to doing sth 期待、期盼.....

I am looking forward to getting rich. 我想成土豪。

Sb can't help to doing sth 情不自禁.....

I can't help to laughing. 我情不自禁地笑了。

In order to doing sth 为了.....

Most people have to work in order to make a living .大多数人必须工作以维持生活。

Be good at doing sth 擅长.....

I am good at writing. 我擅长写作。

Sb/sth be the same as sb/sth.与.....一样

The whether in Beijing is the same as that in Tianjin. 北京的天气和天津的一样。

1、单词

单词是一切的基础。首先，要知道背哪些词。其次，要知道怎么背。下面混合着讲。



一般说，高考英语需要掌握 3500 单词，这是最基本的要求，难一点的单词高考英语会给你标记中文释义，比如：

There are three books I reread annually. The first, which I take to reading every spring is Ernest Hemingway's *A Moveable Feast*. Published in 1964, it's his classic memoir of 1920s Paris. The language is almost intoxicating (令人陶醉的), an aging writer looking back on an ambitious yet simpler time. Another is Annie Dillard's *Holy the Firm*, her poetic 1975 ramble (随笔) about everything and nothing. The third book is Julio Cortazar's *Save Twilight: Selected Poems*, because poetry.

--2020 年高考英语全国一卷·阅读

但是，随便在这段文字中找几个略微难一点的单词，就会超出《高考英语核心词汇 3500》的范围，比如 annually、memoir、aging、ambitious、poetic、poetry，这些单词说难也不难吧，高中生认识也不为过吧，但是都不在这 3500 词当中，可见 3500 词真的是最基本的要求。

所以，背高考单词可以分两步：

Step1: 《高考英语核心词汇 3500》+ 《人教版初高中词汇全表》

第一个文件可以到我的公众号 EnglishBuddy 回复关键词「高考 3500」获取，分为《高考英语核心词汇 3500·正序版》和《高考英语核心词汇 3500·乱序版》。第二个文件只要拿出初一到高三的课本，翻到最后找到 12 本书每一本的词汇表，撕下来订在一起。

这两个文件，为了图快基本上也就只能用死记硬背的方法了，具体来说就是快速、重复，参考我另外一个回答。



因为其中的词大多数你都已经认识了，所以直接用笔勾出不认识的词，看一眼就能说出词义才算认识，需要想个一两秒才能说出词义就算不认识。然后就多次重复地背，每天早中晚三次重复（入睡前背单词有奇效），每次用一个不同的符号或不同颜色的笔去标记。如下图：

不但要认识，还要也认识。我已经给《高考英语核心词汇 3500·正序版》和《高考英语核心词汇 3500·乱序版》各做了一个音频——正序版按字母顺序分文件，乱序版分为 7 个 List。

可以在放音频的时候，先找张纸盖住单词，等念完这个单词再看单词，听到就能反应出词义的就算认识。一般来说，耳朵认识的，肯定认识。然后，就是一样的背诵。多次早中晚重复，过一段时间再用音频文件检查一遍，直到认识所有单词为止，然后还要复习，一直复习到高考进场前！

Step2: 真题+词典/翻译笔

如前所述，《高考英语核心词汇 3500》只是最基本要求，《人教版初高中词汇全表》也不行，都不能涵盖高考真题中会出现的词，所以还要在真题中背单词。每一次月考、模考，都要分析错题，题目、文章、听力文本中的生词都要查。可以用纸质词典查，也可以用手机查，但是纸质词典太慢，手机容易分心，而且很多学校不准带手机，可以像我给外甥买的一样，买支讯飞 AI 翻译笔，然后就查，查完就写在试卷空隙处。

复习的时候，只要去读原文，能看懂整个句子，单词就可以视为记住了——每份试卷都可以找一份空白试卷来检查能不能看懂。这样有上下文地背单词，就是**活学活背**，远比死记硬背要更牢靠的。

一般来说，真题当中的生词，我是不建议再去抄到一个生词本上的，不是生词本不好，而是手动整理生词本太浪费时间，高三那么忙，哪有时间去再摘抄生词本。如果想要记录自己的进步，可以利用讯飞翻译笔自带的生词本功能，有时间就复习复习，高效利用碎片化时间。也可以云同步导出来打印成册，然后像上面《高考英语核心词汇 3500》一样去快速、重复地背。

另外，查词的时候，可以打开翻译笔的自动读词功能，听听准确的发音，这样有助于眼睛认识，耳朵也认识，十分有助于听力的提高（这个到听力部分细讲）。

一、如何高效背单词？

（一）避开背单词误区



1、误区一：企图把所有词汇都背完

【错误做法】：单词是分频次的，按照用到的频率，分为高频、中频和低频。低频单词是很少用到的，出现的次数接近0。既然如此，何必浪费那么多时间背诵完全用不到的单词呢？

【正确做法】：根据我整理的资料，常见词汇为几千个。因为**低频词**出现的次数少，对我们来说也更陌生，背诵难度也更大，需要花费更多时间背诵，性价比太低了。因此，我们要把有限的精力投入到中高频词汇上，争取以最小的投入获得最大的产出。

英语单词是无穷无尽的，多达几十万，背诵一定要有针对性。只要我们把高频词汇掌握好了，应对考试也就没有问题了，提升英语水平就是水到渠成的事情了。大家可以去**免费领取**一下下面的**英语高频词汇**，这些单词是最常见、应用最多的词汇，是我们学习英语必须掌握的，它是你**提高阅读、口语、听力甚至是写作的基础**，只要把这些单词掌握了，你的英语能力肯定会得到很大的提升。打好基础，再去同步提升听说读写各项英语能力，就事半功倍了！

领取方式：点开下方回答，点击文中卡片，然后点击免费参与，扫码添加助教微信即可获取

2、误区二：用手机 APP 背单词

【错误做法】：很多人背诵喜欢用手机 APP 背单词，也坚持了很久，但是效果不太好，为什么？因为对于大部分人来说，手机是要远离的而不是用来学习的。一方面，手机诱惑太大，背着背着就容易陷入玩手机-背单词-再玩手机-再背单词的死循环；另一方面，手机有太多的干扰信息，很容易走神，走神后再集中注意力背单词很耗费时间。

【正确做法】：不是说不建议使用手机背单词，而是不建议完全依赖手机背单词，平时用吃饭后、睡觉前等零碎时间背背还是不错的。要系统背单词，还是要**准备一本完整的单词书和不同颜色的笔**，一边背诵，一边在单词书上标注和记笔记，这样效果才是最好的，也更能集中注意力。

3、误区三：单词背了，但在文章里还是不认识

为什么明明是一模一样的一个单词，放在单词书里面，我们就认识，而再把它放到阅读文章里面，我们就不认识了？

【原因分析】：因为单词所处的**环境和位置变了**，在单词书中，这个单词不认识，但你记得前后的单词，进而也能反应出这个单词。



而在阅读中则是被千军万马形形色色的单词包围了，周围单词的顺序也是随机排布，所以你不认识了，归根结底还是你没有完全掌握这个单词。你觉得你背会了，其实是依靠它在单词书中位置的熟悉感来记住了它的意思。

【正确做法】：那么如何对抗这种位置熟悉感带来的错觉呢？一个方法是换一本单词书，一本单词书背完几轮之后，大部分的单词已经被掌握了，剩下的单词是屡背屡忘的那种，很大程度上都是依靠位置的熟悉感，一到那个位置，不用看就知道这个单词的意思了。换一本新的单词书，背诵效果就会好很多，更有助于攻克那些我们最不擅长的单词。另一个方法就是在文章中背单词，在具体的语境中，一次背住就再也不会忘了。

4、误区四：按字母顺序背单词

大家回忆一下，从小到大我们背的单词表，是不是很常见的都是按照单词字母顺序开始的呢？甚至很多同学开玩笑说第一个单词就是放弃——abandon。这还背什么了？直接放弃。

开个玩笑，不过话说回来，大家背单词最常见的一个误区就是，按字母顺序背单词，如下：

- absent
- amount
- attribute
- accelerate
- accord
- array
-

这么背单词是没有道理的，因为我们在阅读、在生活中遇到的单词，并不是按照首字母排列的顺序出现的。把 absent 和 amount 放到一起，看似有序，实则对大脑来说杂乱无章。

【正确方法】：人脑对语境更加敏感，在语境下，单词有了具体的含义和生命，更好理解、也更好记忆；如果脱离语境，单词只是一堆乱码。所以我们要在背诵中应用，在背单词中就考虑到语境语法，并且把单词应用到我们平时的学习和生活中，把单词学活。



另外，大家也要注意，现在还流行“**乱序法**背单词”和“**A4纸背单词法**”，其实都是换汤不换药，乱序背单词，跟**按字母表顺序背单词**，有什么区别？对大脑来说都是一堆乱码。**A4纸背单词**，实际上还是把单词孤零零地排列到一起记忆。

有人说这两个方法“有效”，我不否认它的效果，只是这是一个**事倍功半**的方法。打个比方，你从北京出发，目的地是上海，你可以坐京沪线直达上海，也可以先坐到广州，再折回上海，同样能达到，但你会选择哪条道路呢？“有效”并不意味着“高效”，**不要用战术的努力，掩盖战略上的懒惰。**

5、误区五：按**形近词**辨析背诵

有的同学喜欢把形近词放到一起背，比如：

- adept
- adopt
- adapt
-
- averse
- adverse
-
- announce
- denounce
- pronounce
- **announce**
-

把长得相似的放到一起，**不背还可以**，一背发现**全搞混了**。大家也有这样的感受把？

本来拿出来一个单词还知道叫什么意思，但是自从按照**相近单词**



分类背诵后，发现形近词已经完全回忆不出来是什么了。

【有效方法】：其实形近词不用刻意区分，它们同时出现的概率很小，只要放到语境中学习，完全不会混淆。

我们用汉语类比一下，“今”和“令”这两个字，如果我们按照形近字的方式背：

- 今：本义是指现在，也指现代、当代；引申为副词，即将、立刻、马上。
- 令：上级对下级发出的指示。

很难记住，而且也容易搞混。时间一久，我们忘了“今”指“现代”，还是“令”指现代。

如果我们放到语境中：

- 今：今天我喝了红酒。
- 令：皇帝老儿颁布了一道**悬赏令**。

只要把这两个例句背过，我们自然就掌握了这两个字的含义和用法。人类的大脑，对具体画面更加敏感。

（二）用单词书背诵 VS 在文章中背诵？

一般，背单词有两种方法，一种是用单词书背单词，另一种是用阅读文章背单词，两种方法都有大量的人使用。那么，两种方法哪种更适合我们呢？下面我来详细分析一下。

1、用单词书背单词

【优点】：用单词书背诵，先背诵完 3000 词再去做阅读、读文章，做阅读的时候就不用再花费额外的时间在单词上了。这么做的好处一是后面做阅读时能更专心，将精力放在解题技巧上面而非记忆单词，二是打牢了基础之后，后面的阅读和作文复习会更加轻松。

【缺点】：前期



通过大量的时间背单词，复习过程很单一，而英语复习包括听、说、读、写，而你只停留在背诵上面，也无法通过单词对阅读的帮助及解题正确率的变化来给你及时的反馈。背了一段时间，也不知道效果如何，哪些地方是薄弱点，最终导致单词背诵效率低下，甚至很多人看到单词就烦躁、犯困就是这个道理。

【适用人群】：适用于复习时间较多（至少五个月）、基础较差、毅力较强的小伙伴们。如果你的复习时间较为充裕，在六个月以上，基础也一般，但有恒心有毅力，不会三天打鱼两天晒网和半途而废，那这个方法很适合你。虽然整个过程很煎熬，但是只要坚持下来，你就会获得巨大的收获。

2、用阅读文章背单词

【优点】：抛弃单词书，直接在阅读中背单词，在刷阅读的过程中，摘录出阅读过程中遇到的全部生词，加以分类，然后背诵。这种方法的好处一是**背诵效果特别好**，因为是刷题过程中遇到的生词，有了具体的语境，记忆会更深刻和难忘；二是**针对性也很强**，圈出来的都是我们不熟悉或者不认识的词汇，直接过滤掉了已经掌握的单词，效率更高。

【缺点】：对提高阅读解题技巧和正确率不利。刷阅读是为了研究出题人的出题思路、解题技巧和设置坑点等，如果没有前期的单词作为基础，文中很多句子都读不懂，自然也就无法读懂文章，更别提研究文章的行文逻辑和解题策略了。

【适用人群】：适用于复习时间较少（五个月以内）、基础较好的小伙伴们。

3、到底该使用哪种方法？

【我的观点】：其实，两种方法都是可行的，也适用不同的人群，不能单一看待。当然，最好的办法是将这两种办法结合起来，而不是仅仅使用一个，这么做的效果会翻倍。只要复习时间稍微充裕一点，都可以将两种方法一起使用。

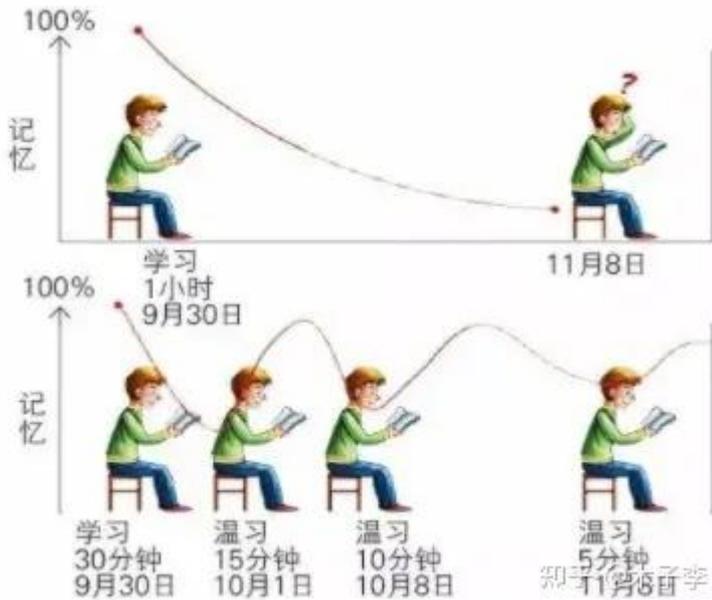
【正确做法】：前期以单词书为主，花费 1-2 个月（复习时间多的可 3-4）把单词背完几轮。有了一定基础后，中后期则以阅读文章为主，一边限时做题，做完题后把读不懂的长难句和单词圈出来，然后再背诵和研究阅读解题思路，从而达到背单词和有效刷题的双重效果。

（三）如何让单词记得更牢固？

1、重复！重复！重复！用重复对抗快速遗忘



按照德国心理学家艾宾浩斯的理论：人的记忆量是随着时间的推移逐渐降低的，如下图所示。因此，我们可以从遗忘曲线中掌握遗忘规律并加以利用，从而提升记忆能力。



单词容易遗忘的根本原因是重复的次数不够，在单词快要遗忘的时候去复习，就可以很好地抵抗遗忘。记住，没有人是真的过目不忘，只不过是重复！重复！重复！然后才深深印在脑子里。

下面这个是学长当时背单词自制的表格，大家可以参考一下。接下来，学长手把手教你如何利
用“艾宾浩森记忆曲线”规律背单词：



背诵内容	背诵时间	单词复习周期						
		30分钟	6-8小时	1天	2天	4天	7天	15天
Unit1	月 日	Unit1复	Unit1复	/	/	/	/	/
Unit2	月 日	Unit2复	Unit2复	Unit1复	/	/	/	/
Unit3	月 日	Unit3复	Unit3复	Unit2复	Unit1复	/	知乎：木子李	
Unit4	月 日	Unit4复	Unit4复	Unit3复	Unit2复	/	/	/
Unit5	月 日	Unit5复	Unit5复	Unit4复	Unit3复	Unit1复	/	/
Unit6	月 日	Unit6复	Unit6复	Unit5复	Unit4复	Unit2复	/	/
Unit7	月 日	Unit7复	Unit7复	Unit6复	Unit5复	Unit3复	/	/
Unit8	月 日	Unit8复	Unit8复	Unit7复	Unit6复	Unit4复	Unit1复	/
Unit9	月 日	Unit9复	Unit9复	Unit8复	Unit7复	Unit5复	Unit2复	/
Unit10	月 日	Unit10复	Unit10复	Unit9复	Unit8复	Unit6复	Unit3复	/
Unit11	月 日	Unit11复	Unit11复	Unit10复	Unit9复	Unit7复	Unit4复	/
Unit12	月 日	Unit12复	Unit12复	Unit11复	Unit10复	Unit8复	Unit5复	/
Unit13	月 日	Unit13复	Unit13复	Unit12复	Unit11复	Unit9复	Unit6复	/
Unit14	月 日	Unit14复	Unit14复	Unit13复	Unit12复	Unit10复	Unit7复	/
Unit15	月 日	Unit15复	Unit15复	Unit14复	Unit13复	Unit11复	Unit8复	/
Unit16	月 日	Unit16复	Unit16复	Unit15复	Unit14复	Unit12复	Unit9复	Unit1复
Unit17	月 日	Unit17复	Unit17复	Unit16复	Unit15复	Unit13复	Unit10复	Unit2复
Unit18	月 日	Unit18复	Unit18复	Unit17复	Unit16复	Unit14复	Unit11复	Unit3复
Unit19	月 日	Unit19复	Unit19复	Unit18复	Unit17复	Unit15复	Unit12复	Unit4复
Unit20	月 日	Unit20复	Unit20复	Unit19复	Unit18复	Unit16复	Unit13复	Unit5复
Unit21	月 日	Unit21复	Unit21复	Unit20复	Unit19复	Unit17复	Unit14复	Unit6复
Unit22	月 日	Unit22复	Unit22复	Unit21复	Unit20复	Unit18复	Unit15复	Unit7复
Unit23	月 日	Unit23复	Unit23复	Unit22复	Unit21复	Unit19复	Unit16复	Unit8复
Unit24	月 日	Unit24复	Unit24复	Unit23复	Unit22复	Unit20复	Unit17复	Unit9复
Unit25	月 日	Unit25复	Unit25复	Unit24复	Unit23复	Unit21复	Unit18复	Unit10复
Unit26	月 日	Unit26复	Unit26复	Unit25复	Unit24复	Unit22复	Unit19复	Unit11复
Unit27	月 日	Unit27复	Unit27复	Unit26复	Unit25复	Unit23复	Unit20复	Unit12复
Unit28	月 日	Unit28复	Unit28复	Unit27复	Unit26复	Unit24复	Unit21复	Unit13复

【如何使用】：我们可以将 5500 个常见词汇分为 30-50 个 Unit，每天背诵一个 Unit（100-200 个单词），一个月就可以完成一轮背诵，然后第二、三个月进行第二轮、三轮巩固复习。当然，每天早上背完一个新的 Unit 之后，我们需要在第 30 分钟、晚上、第 2 天、第 4 天、第 7 天、第 15 天及第 30 天、对每个单元进行及时重复复习。

【具体方



法】：早上：拿一张白纸挡住中文意思，只看英文单词开始背诵，勾出不认识的单词。背完一个 Unit 之后，立刻把勾出的单词再背一遍（依旧遮住中文意思），如果还是有某个但系不认识，就再打勾背诵；**30 分钟后**：把勾出来的单词重新自测一遍；**晚上**：睡前把打了 2 次及以上勾的单词重新自测一遍。以此类推，反复记忆。

【注意要点】：一定要严格按照表格重复，**不要偷懒！不要偷懒！不要偷懒！**如果偷懒一次，漏下一两个单元，今天耽误了，那明天想补救就会很难。比如，你 3 月 20 号背诵了 Unit 12，你不仅要在 30 分钟后和晚上睡觉之前复习两遍 Unit 10，你还需要在背完 Unit 12 后同步复习之前背过的 Unit 9、Unit 8、Unit 6、Unit 3。

2、复述！复述！复述！快速反应出单词的中文意思

只要看到英文单词能够立刻反应出常见的几个中文意思就可以了，没有必要一边背诵边默写，这样太浪费时间了，纯粹是多此一举。

不需要默写，但是我们要学会不断地复述！复述！复述！除了用单词书背诵以外，**嫌麻烦的同学可以把 5500 个常见词汇打印出来**（学长就是这样，也省了买单词书的钱），分成 30~50 个单元，左边英文单词一列，右边中文意思一列，然后用 A4 纸遮住中文意思，开始快速背诵即可。

背过程中，用不同颜色的笔在打印的单词纸上做标注和打勾，一个 Unit 每天至少背诵 3 遍，重点是背诵标注出的陌生词汇和反复都背不下来的词汇。**如果一个单词背诵了 3 遍以上还是没记住，就把它摘抄到 A4 纸上。**按照打勾（没背下来）的次数分类摘抄，对这些单词重点背诵，最后的成果就是满满的几页纸，全是你多次背不下来的单词。彻底记住一个，划掉一个，满满的成就感。

3、语境！语境！语境！用语境让记单词更加深刻

上文也讲了两种背单词的方法，中后期一定要以真题阅读为核心，毕竟单词本质上还是为了看懂真题阅读。因此，背完 2-3 轮之后，就可以开始刷真题了，在具体的语境中背单词。

一方面，同一个单词在不同的真题阅读中含义是不同的。为什么单词背了好几遍，到了具体的阅读中，单词也认识，阅读还是看不懂呢？因为你掌握的语义不一定就是这个单词在这篇阅读中的意思，语境变了，意思也变了。因此，在阅读语境中背单词很重要，很多阅读往往会考熟悉**辟意**，导致你原来背诵的意思反而成了干扰项。

另一方面，利用语境对单词



进行记忆强化。比如，以考研为例，常见词汇一共 5500 个，但是真题就有 20 多套，总计出现的词汇就有 54000 个。也就是说，平均每个常见词出现的频率是 18 次。在我们阅读文章的过程中，常见词汇没出现一次，大脑就会强化记忆一次，刷阅读可以不断地进行强化记忆，直到记得很牢固。

总结单词背诵的科学方法：利用记忆规律重复背诵+在语境中背诵+复述快速反应。

像学长之前使用的**艾斯宾浩计划表+常见词汇表+经典文章语境词汇表**，比普通的背单词方法优点在于：

- 每天循环定期背诵不同词汇，同一词汇反复背诵，记忆效率更高，也很难忘掉；
- 有针对性背诵常见词汇，平时使用频率高，有针对性记忆！
- 最重要的是，还能在经典的阅读文章语境中背诵之前记忆过的单词，在加强记忆的同时还能了解文章中词汇的特点

如果大家需要领取学长的这些备考资料的话，学长就把链接免费分享给大家，大家可以在下面的回答免费领取。**雅思前考官 Paul 大佬（也是曼切斯特大学语言学教授）**亲自为大家讲解最实用的单词技巧和背诵方法，精选雅思 8000 高频词，配合地道例句讲解，用英式思维秒记单词。**Paul 老师**不仅会讲解词根词缀法及一些普遍的方法如何真正有效使用，还给大家发放他自己编写的**词根词缀表/高频核心词表等英语核心资料**。

除了词汇课程以外，训练营还会提供听说读写四门课程的周周轮播课，将词汇、阅读、写作、听力以及阅读等不同项目学习全部囊括在内，真正全方位帮助大家构建起英语学习的架构体系，从根本上提升听说读写能力，比如写作中的框架结构/口语表达论述的逻辑形式等等，都能从不同角度加深词汇的理解能力~

领取方式：点开下方回答，点击文中卡片，然后点击免费参与即可获取

（四）如何让背单词更高效？

1、谐音记忆法

【此法原理】：谐音法（The homophonic



memory) 就是按照单词的读音来进行编码, 将读音换成我们形象的中文意思。这种方法我们应该很熟悉, 小时候刚接触英文的时候, 我们用的就是这种办法, 不会读, 只能用中文意思把读音翻译出来。

【此法优点】: 这种方法**幽默风趣**, 让人**过目不忘**。例如 thank you, 谐音法可翻译为“三克油”, 记忆的时候记为“谢谢你给了我三克油”。

【此法缺点】: 一是如果对单词**发音的规则掌握得不好的话**, 即使知道怎么读, 却不一定能够按照发音规则写得出相应的字母。二是如果没有掌握好正确的单词发音, 就用谐音法来代替标准的发音, 这对于英语口语来说是一个非常不好的习惯。

举几个例子:

- abolish (废除、取消) ——啊: **暴力须废除**。
- pest (害虫) ——青菜上一个巨大的害虫: **拍死它! 拍死它!**
- economic (经济) ——中国的农村经济发展: **依靠农民**
- ambulance (救护车) ——有一个人在救护车里大喊: **俺不能死! 俺不能死!**
- ambition (野心) ——有野心的人总喜欢挥着拳头大叫: **俺必胜! 俺必胜!**

2、词根词缀记忆法

背单词时, 我们经常会见到一些常见的**词根词缀**, 有时候虽然单词数量多, 但是大多数都是由一个我们熟知的单词加上特定的**词根词缀**组成, 比如 like, dislike; agree, disagree 等。

它是由原词加上一个否定前缀-dis 来合成的, 这样的单词算不上是生词, 而只是衍生词。所以, 如果我们一旦识别了这样的词缀, 那么生词的数量对于我们来说将会大大下降。比起记忆浩如烟海的单词来说, 记忆几个词根词缀就简单很多了。

(1) 比如, 常见的前缀

- ab 表示反常, 如: absent 缺席 abnormal 不正规的
- bi 表示两、重, 如: bicycle 自行车 bigamy **重婚**



- com 表示共同，如：combine 联合 compete 相争
- im 表示不，如：impossible 不可能的 immoral 不道德的
- in 表示不、向内，如：informal 非正式的 inhuman 不人道的
- non 表示无 如：nonparty 无党派的 nonmetal 非金属
- pro 表示向前，如：progress 进步 prognostic 预兆

(2) 比如，常用的后缀

- cy 表示状态、职位，如：bankruptcy 破产 captaincy 船长
- er 表示人、物，如：teacher 老师 cooker 厨具
- able 表示可能的，如：movable 可移动的 passable 可通行的
- ful 表示充满，如：beautiful 美丽的 useful 有用的
- ist 表示人，如：copyist 抄写员 socialist 社会主义者
- ment 表示行为，如：enjoyment 娱乐 movement 运动
- ing 表示令人，如：exciting 令人兴奋的 interesting 令人有兴趣的

less 表示没有的，如：resistless 不抵抗的 homeless 无家可归

3、经典拼读法

下面介绍的方法是背单词的**基本方法之一**。这种方法**很简单**，就是将单词**按音节拆分成几个部分**，**根据读音进行记忆**。该方法主要适合**记单词拼写**，而且对于**记比较长的单词非常有用**。

以 deteriorate 这个词为例，我们可以将这个**词按音节拆分成 de-te-ri-o-rate**，然后根据读音 /di-'tɪə-riə-rett/ **记忆不同音节对应的字母组合**，比如 /di/ 对应 de， /rett/ 对应 rate 等。

这样一来，我们只要知道**某个单词的读音**，就能拼写出**整个单词**。我们按照这个方法记忆的单词越多，对于不同读音对应的字母组合就**越熟悉**，记起长单词来也**越容易**。



我建议大家在采用该方法记单词时边读边记，不要默读，也不要只是在纸上拼写单词，而是一定要大声读出来，因为只有这样才能完成“从输入到输出”的学习过程。该方法也有利于大家备考听力，一举两得，这是因为大家如果对单词的读音比较熟悉，那听到单词就能反应过来。

一、 单词篇

二、 1. 重视单词的词性

三、 很多同学在学习、记忆单词的过程中往往会忽视单词的词性，然而单词的词性对于掌握一个单词来说是非常重要的。

四、 例如：Like

五、 这个非常常见的单词，现在请你在脑海中回忆一下它有多少种词性。动词？名词？其实 like 还可以作介词，形容词，副词，连词，一共六种词性：

六、 动词 vt. 喜欢;想做

七、 She doesn't like anyone interfering in her plans.

八、 她不喜欢任何人干扰她的计划。

九、 名词 n. 爱好，嗜好

十、 Your likes and dislikes are no concern of mine.

十一、 你的好恶与我无关。

十二、 介词 prep. 像，似；与.....一样

十三、 His new novel is like nothing he's ever written before.

十四、 他的新小说跟他以前写的迥然不同。

十五、 形容词 adj. (作定语) 同样的；(作表语) 相似的，相像的

十六、 We are all of like purpose here.

十七、 我们都为同样的目的来到这儿。

十八、 They are like as two peas in a pod.

十九、 他们俩长得一模一样（像一个豆荚里的两颗豆子）。

二十、 连词 conj. 如同，像；好像，似乎

二十一、 Like I said last year, we're not moving from here.

二十二、 正如我去年所说的那样，我们打算从这搬走。

二十三、 When she touched me, it felt like her hands were on fire.

二十四、 当她碰到我时，我感觉她的手像火一样烫。

二十五、 副词 adv. ((口)) (用作思考间隙插入的连接语，无实意) 怎么说才好呢，那个

二十六、 She said like, you know, like, she never wants to see you again.

二十七、 她吧，你也知道，那个，说根本不想再见到你。

二十八、 (Tip: 虽然有些词有很多词性，但是并不意味着它的每个词性都很重要，所以只需要记住其常用的词性即可)

二十九、 是不是被吓了一跳了呢？like 这个单词虽然很简单，但是包含的含义却是很多的，尤其是它有 6 种词性。在长期的英语学习生涯中，我们会碰到非常多的像 like 这样的多词性的单词，因此掌握每个单词的各个词性是学好单词的基本要求。

三十、

三十一、 2. 通过例句进一步掌握单词

三十二、 前边提到一个单词可能会有多种词性、词义，并且不同词性的意思可能会相差很大，所以伴随而来的是各种语意，其中还会捆绑着其相对应的短语搭配或是语法句式，因此通过学习例句来掌握一个单词是非常必



要的。

三十三、 例: Shelter

三十四、 名词 n. 居所

三十五、 Human beings need food, clothing and shelter.

三十六、 人类有衣、食、住的需求。

三十七、 名词 n. 避难所; (无家可归者或受虐待者的) 收容所

三十八、 We use bricks and branches of trees to form a simple shelter.

三十九、 我们用砖和树枝搭成一个简陋的避难所。

四十、 名词 n. 遮蔽, 遮蔽物

四十一、 Many are sleeping in the open because they have no shelter.

四十二、 很多人因为没有栖身之所, 只好露宿在外。

四十三、 They have dragged themselves thither for shelter.

四十四、 他们费力地挪动到那边躲避。

四十五、 动词 vt. 掩蔽; 庇护; 保护;

四十六、 There aren't enough tents to shelter them all.

四十七、 没有足够的帐篷供他们容身。

四十八、 动词 vi. 遮蔽; 遮挡

四十九、 A large green awning is set over the glass window to shelter against the sun.

五十、 在玻璃窗上装了个绿色的大遮棚以遮挡阳光。

五十一、 动词 vi. 躲避; 避难;

五十二、 Twelve Cubans left the embassy after sheltering there for several days.

五十三、 12 名古巴人在大使馆藏身了几天后离开了。

五十四、 动词 vt. 为(受到警察或其他人追捕的人)提供避难所; 窝藏; 庇护

五十五、 A neighbor sheltered the boy for seven days.

五十六、 一个邻居收留了这个男孩在他家藏了 7 天。

五十七、 3. 提高记单词效率

五十八、 对于很多同学来说, 记单词是一件非常痛苦的事情, 一是很枯燥, 二是经常刚记又忘了, 却又不想再从头记一遍。其实记单词是没有想象中的那么难, 但是却有很多细节方面的东西需要注意去做好。

五十九、 a) 问题一: 只看不读, 不背

六十、 在我的高中, 有这样一个传统: 大家在做早操前十分钟就会相继地拿着一本书走到自己的位置站好, 看书。在这个时间段, 很多同学都是在记单词, 因为老师说: “每天十分钟, 能记十个单词, 那一年下来起码就有三千个了。”这样说确实没错, 并且很多同学都坚持下来了, 但是到了高三后期, 通过平时的各种测试, 我观察到我们班里那些这样坚持做的同学在单词基础上仍然跟我还有很大差距。通过与我自身学习单词方法的对比, 我发现了这样记单词的弊端。而最明显的缺点就是记忆效率低, 首先我们先想想, 记忆一样事物的过程是怎样的? 或者我从另一个方面举例子, 如果让你在最短的时间内记住一段短文你会采取什么样的办法? 我想很多人都会说: 把它背下来。大脑在尝试将一段文字背诵出来的这个过程中, 会同时受到视觉, 听觉方面的刺激, 并且眼睛, 耳朵, 嘴同时进行工作帮助记忆。

六十一、 b) 问题二: 不舍得花时间

六十二、 这样的情况经常出现在一些英语基础比较薄弱, 但是又想急于求成或是放弃治疗的同学身上, 因为觉得自己找不到突破口让自己的英语成绩提高, 便不想花时间在记忆上, 反而是把学习英语的时间全用在了做题上。然而记忆是一个反复的过程, 必须经常复习自己所学的知识这样才能保持长久的记忆。

六十三、 4. 查缺补漏记单词

六十四、 a) 从听力查

六十五、 正常情况下, 在高考英语听力材料当中(包括试卷上的问题), 应该



是不会有非大纲单词出现的，换句话说也就是高考听力中的单词都是学过的，这意味着平时在做完听力训练后，必须把自己在听力材料中看不懂的单词统统记下来（除特殊人名、地名或专有名词），并搞定它们，否则长期积累下来就很难解决了。

六十六、 b) 从完型填空中查

六十七、 与听力一般，完形填空中的单词必须每个都懂，包括选项中的四个单词/短语（重中之重），并且应当将选项中的单词作为重点单词来对待。

六十八、 c) 从阅读理解中查

六十九、 与听力和完型不一样，阅读理解的材料中可能经常含有非大纲词以及不常用的生僻词汇，因此无须全部弄懂，但是关于提问部分的单词必须全部弄懂。我们需要注意的是那些看似熟悉的单词，原则上是如果发现了自己看着很眼熟却认不出来的单词，就必须马上把它记录下来；如果这样的单词对你来说太多，那么可以退而求其次，每次碰到眼熟的生词时，可以暂时不管，但是当你第二次碰到它或者觉得它出现的频率非常高时，这时必须马上记下它！因为它既然会出现第二次，就有很大的几率会再次出现，所以不能再将其放任不管。

七十、 5. 对于工具书的选用（只针对单词方面）

七十一、 前面提到了同学们在学习单词的过程中常常会忽视单词的词性，那么这样的现象为什么会这么普遍呢？其实原因很简单，从大家普遍的学习习惯来看，绝大部分同学都是通过背单词表上的单词来夯实单词基础，这一点并没有错，但是同时也存在着问题，一是单词表上本身所含的内容只包含单词的拼写，词性简写以及部分含义，所含的内容实在太少，所以并不是同学们故意忽视单词的词性，而是在学习单词的过程中没有找到途径对单词的理解层次进行拓展，换句话说你就是想多学一些关于这个单词的更深层次的知识，可整天面对冷冰冰的单词表你又无能为力，所以这时候我们就需要工具书来进行辅助学习。

七十二、 a) 英语词典

七十三、 在高中时期，我看到身边的很多同学都买了牛津高阶词典。以我个人的观点来看，这种类型的词典是完全不适合高中生使用的，一是因为这本词典的中文注释过于少，连词义都是英文解释，完全不适合中学生查阅和理解。二是这本词典虽然内容非常多，但同时也包含着非常多的冷门知识，然而这些东西都不是我们需要的，所以这本词典完全不适合中学生。并且对于非英语专业的大学生来说基本上也用不到这样的词典。在这里我给大家推荐《英汉多功能词典》（外研社出版，ISBN 编号: 9787560076379），我非常喜欢这本词典，一是因为这本词典对于每个单词的词性都标注得很清楚；二是有非常多的例句、对比单词或是图解辅助理解；三是整本书的排版使人看着很舒服，非常适合中学生（详情见附录）。

七十四、 b) 其他辅助工具书

七十五、 我在高中时期还另外使用了两本英语工具书来辅助我学习单词，一本是《无敌高中英语单词全解》（外文出版社，ISBN 号：9787119069951），另一本是《无敌高中英语词组全解》（外文出版社，ISBN 编号：9787119070063）。我比较推荐这两本教辅书是因为这两本书实用性都比较强，两本书的内容结构都是一样的：第一部分为基础单词/词组积累，第二部分为重点单词/词组详解，第三部分为同义、相似单词/词组辨析，更重要的是每个版块里的知识都包含有例句，另外《单词全解》的单词详解部分也注重了单词词性的区分（详情见附录）。

1. 单词积累的方法：（如果题主的单词量足够，做题无障碍，可无视此段）

一个坎，是英语最基础的，所以必须把绝大部分单词都弄懂，直到不懂的单词完全不影响我做题的地步。不仅是单词，还包括了一些词组和固定搭配(如 make up)。做到这一点，光背完课本的“New Words & Expressions”是不够的。

但是我只是凡人，无法压迫自己去啃单词书，对照着几个字母的组合和旁边的几个中文词就把两者之间的关系记下来，太枯燥而痛苦了。反正您还有一年时间，也不需要什么高效短期速成地背单词，不妨试试这 2 个方法中的一个：

a)我高中时的方法：找本**牛津英汉双解词典**，准备个**单词本**（能放口袋的）平时做题时就把不认识的单词划起来，做完题总结完之后一个个查，查它的以下几点，记在单词本里：

i)音标：脑中默念单词读音，依靠多一层感官记忆，更容易记下来。有 100 分水平的话我相信你的英文底子还是不错的。

ii)词性：最好能像词典本身一样，细致到，例如动词又分为多少种情况（1.后面可以跟名词；2.加个介词后再跟动词；3.跟形容词，如 taste good；4.只跟一个介词，整体表一义，如 make up 的化妆义；等等）。这些词典前言部分会讲清楚分类法。

iii)词义：应该以英文解释为主，中文为辅，这样更能理解它的含义。如果多词义的话，猜哪几个意思高考会考。

iv)例句：提供上下文，帮助记忆。

这个单词本平时一直放口袋里吧，平时在**零碎时间就翻看**（在宿舍-饭堂-课室之间往返的路上；乘车回家路上），翻看次数自己估摸，记得住就好。

优点：1>记忆很深刻，到大学也能记住，而不像**新东方**那本传说中的红宝书，很多都背完考完，不久就忘了。2>整理的过程其实做下来会觉得挺有趣的，不会枯燥。

缺点：花时间是硬伤。（但我觉得高考也就那么些词了，花的这些时间提高的分数是值得的吧）

b)我大学时的方法：由于在宿舍学不了习，又懒得把词典背到图书馆，所以就依靠了**某手机 app 的内置单词本**功能了（某道词典。非广告啊），查完单词后点“加入单词本”就 ok 了。

优点是携带方便，查找也很快速。缺点就是丢



失了上一个方法中的很多个性化的东西，复习的时候只能看到 app 官方给的中文释义，记忆也就没那么深刻了，需要复习更多次才能记下一个词。

1. 单词量

看起来简单，不就是背嘛，但是有多少人做到了？？？

很多人连题目都看不懂，怎么下笔？？？ 怎么思考？？？

有句话说的：钱可以解决人生 80% 的问题。

同样，强大的单词量可以解决高考英语 80% 的问题。

所以要每天花很多时间背。

2. 怎么背单词

我不建议用单词软件背。

你需要的东西：一个按字母顺序排列的、没有释意的**单词表**；一本按字母顺序排列的**单词书**；比你手机还小的、可随身带的**小本本**。

我背单词的时候，考纲已经下来了，学校发下来有一本书，叫《**考生必读**》，感觉类似于考纲，每个学生都有一本。

这本书里面有当年高考英语的词汇范围，一个按字母顺序排列的、没有释意的单词表。

大概长这样：

我把这本书上的词汇表撕下来了，这样用起来方便。因为这个单词表于我有纪念意义，所以现在都还在。



如果你们现在手上没有这个词汇表，我建议去找高年级的复印一下，或者在网上找你所在省份往年的词汇，自己用 **word** 做一个词汇表，每页分三栏比较合适。

至于我当时用的“一本按字母顺序排列的单词书”是哪本，我已经找不到了，当时是老师统一买的，封面上标明了包含**考纲词汇**和一些**超纲词汇**。我只找到两本比较类似的：

接下来我告诉你怎么用这个词汇表和单词书。

把词汇表分成大约 15 个部分（这取决于你用的哪种词汇表）。

以我自己用的《考生必读》中的词汇表举例，一共 27 页，我每天会背 2 页词汇表，13 天左右可以背完一遍，第二遍的时候倒序背

第一步，是**看**这两页词汇表（注意，不是背）。如果这个单词认识就不做任何标记，不会的用**铅笔**画一个勾勾在前面，记得有些模糊的也画勾勾。勾勾多不要紧，当年我背第一遍的时候大部分单词都被画了勾勾。

第二步，快速**浏览**一遍单词书上今天看的单词，是浏览所有单词，不只是看你不会的，因为有些单词你以为你会，可是你记得的是错的。如果浏览中发现你以为你会，却是错的的时候，别忘了在词汇表上给这个单词画一个勾勾。

第三步，才到重点**背**你画了勾勾的单词。（ps.只需要你看到这个单词的时候，能知道其意思，不需要能一个字母不错地拼写出来）

第一天背 1、2 页，第二天背 3、4、1、2 页，第三天背 5、6、1、2、3、4 页，第四天.....相当于每天除了背新的两页，还要把之前背过的再重复一边，但在重复时就不需要浏览单词书这步了，直接看词汇表上画了勾勾的单词认不认识，认识的话就过，不认识的话再加画一个勾勾，再看单词书上的意思，继续背。

当勾勾积累到四个的时候就把勾勾擦了，画一个**五角星**（想画什么图形大家随意），并且把这个单词和其意思记录到小本本的后面（为什么从小本本后面开始写？因为还有其他的从前面开始写啊，后面讲语法部分的时候会提到），随身带着小本本，随时拿出来瞄两眼。

在背的时候会发现很多单词形近，自己很容易弄混，就在容易弄混的单词后面写上联系“某某”，如：



adapt 区别 adopt

accuse 区别 accuse...of...和 charge...with...。accustomed 联系 used

我前面发的大图，是我用这种方法背第二轮的时候的记录（第一轮勾勾、五角星已经擦了，不然到处是勾勾、五角星，看起来不知道多壮观），二轮背时对很多单词都还是很模糊，所以还是有勾勾，但这时候背起来就很快了，也很容易回忆起来。

至于背单词的时间，我的建议是每个课间，白天用一整段时间背的话很容易疲惫，课间的时间刚刚好。晚自习时，可以再花点时间在上面。

把所有零碎时间加起来，估计我每天花在单词上的时间在 2 小时左右。过程必然是很累的，但所带来的收获却是巨大的。

上大学后对英语研究得更多后，发现有一本书所说的方法和我当时用的方法超级像!!!叫《17天搞定 GRE 单词》，虽然名字很花哨，但这是一本讲方法的书，里面提到的方法很好!!!高中生也适用!!!大家可以去找个 pdf 版本、或者去书店看下，没必要买，看一遍就行了，里面太多鸡汤，看多了浪费时间。如果没时间去看，就去豆瓣搜这本书，书评里面有人把这本书的精华都抠出来了，看起来比较节省时间。

我自己用的方法是，每天重复前面背过的所有单词，越背到后面越想 shi，但效果是显著的。《17天搞定 GRE 单词》的方法背得要少些。大家自己斟酌用哪种。我自己当然更推荐我的方法，但很累。

核心：词汇+语法+做题+写作。（由于河南不考

听力，所以听力没有发言权哈哈哈哈哈）首

先明确高中阶段的英语是所有科目中最容易提

分的，只要你肯下功夫，英语最终一定不会辜

负你，它与口语等日常英语运用能力基本无关

（当然课余时间练就一口流利



的英语也能提升

你的语感，这是一种内在的提升，是一种分数

之外的提升)。下面围绕这 4 个方面展开。高三

时最喜欢的两句名言送给大家。

Those who sow with tears will reap with songs of joy.

Penny and penny laid up will be many.

一. 词汇

核心：词汇书+科学的背单词方法+口袋本+持之以恒的积累+超前意识=降维打击

词汇书（词汇来源）

首先课本单词要掌握，这是最基本的。学

有余力用高中英语三千五。想要更高层次就直

接上六级词汇（我是这么过来的）。当我背完

六级之后，阅读理解的词义猜测题有些情况下

不用看文章就能选出来啦。最后就是平常见到

的生词，建议用牛津高阶英汉双解查（下面会

讲到关于牛



津的用法)。

背单词方法

- 1.对我来说,最科学管用的方法就是用**传统的纸质词汇媒介**,我觉得纸质更高效,更少受到干扰(不推荐百词斩等,这些软件更偏向于短期记忆)。
- 2.背单词时,我喜欢把每个**新单词都抄在一张纸上**(带上词性变化,相关短语,一定不要抄汉语),像这样。然后合上单词书,对照刚刚抄的单词进行检测,发现有没记住的翻开单词书查看,并用荧光笔做上记号,方便以后检测,之后背单词时就专攻这些你好多次都没记住的单词就可以。
- 3.背单词需要**重视遗忘规律**。我的检测周期有1天,3天,7天,14天。经过这么一轮背记,很多单词都可以掌握住了(然而那些我第一轮就没记住的单词到后面几轮还是记不住,可能是命里没有这个单词吧哈哈哈哈哈)。
- 4.重视**词缀记忆法**。能大大提高背单词的效率,达到举一反三的效果。

口袋本使用

口袋本发挥一个日常积累和兜底的作用。

- 1.日常积累。单词(熟词生义,近反义词联想等等),短语,牛津推进等等。
- 2.兜底作用。兜课本单词,兜做题中见到的生词,兜牛津中的重点词。

Tips: 牛津高阶的用法

- 1.关注单词的英文释义。有很多单词汉语意思一样,但是用在英语中会有区别(情感褒贬倾向,语气程度等),英文释义可以不背,但是一定要看,要读,重要的单词最好抄在口袋本上,对于提升单词运用的地道程度、提升语感有很大帮助。
- 2.近反义词。我喜欢用约等号给它联系起来。



3.扩充词汇量。早在高二的时候我就有一个宏伟的想法：高考前把这 2400 多页的牛津翻两遍。但是由于各种原因，最后只翻了 400 多页就搁浅了。用它提升词汇量，并不是每页每个单词都要掌握，你需要自己判断这个词在什么情况下可能会出（我的判断标准是出在完型和阅读理解的词义猜测，主要积累形容词和动词），一页一页翻就好啦。

不知道大家背单词的时候有没有体验过心流状态，就是越背越快乐，越背越想背，越背越兴奋，停不下来那种，我已经好久没有体会到过那种状态了 555~

（1）单词

很多高赞文章说的很简单：英语嘛，不就背单词吗，110 分以下就背单词就行。然后再讲背单词的方法 blablabla 但是呢，他们的花里胡哨的方法大多收效甚微，很多同学还是苦恼于不知如何高效背单词

背了就忘！背的速度慢，考试的时候每次都遇到好多生词！！阅读、七选五文章看不懂做不了题。完形更惨，有时候连选项的单词都看不懂。。。

没戳！是刚上高三的我了！憋说辽

我一路英语逆袭中也总结了快速高效的背单词大法，这里分享给大家

首先必须先背过 3500 基础词汇（3500 词之后再背一些可能会考的超纲词，数量上也不是很多，几百到一千个词左右）准备一本乱序的高考 3500 词，一定要乱序的，按字母排序的词汇书容易把长得像的单词放在一起，背着背着就混了.....

- ①每天给自己规定背至少 70（或者 100）个单词

一听一天 70 个，我估计有人就想打退堂鼓了。你要说你一天 30 个都背不下来是吧？别跟我说你背不完！我不想听！你要是想快速提高英语成绩就得这样背！你要是真有逆袭的决心就别矫情！

一般来说，那 70 个乱序单词里你不怎么熟悉的（真正需要背的）不可能超过 50 个，因为其中类似 do, on, but 之类的超简单词根



本不用背

- ②具体方法：读写 + 自己给自己考试 + 循环

亲身实测，网上那些花里胡哨的方法效率都不高，大道至简，最传统的“边读边写”的单词背诵反而最实在，背的最扎实最高效。所以具体方法其实很简单：不用刻意改变背单词的方法，在“花时间”和“重复”上面下功夫

- 读写：

每天把 70 个单词顺着背一遍，不仅看得懂最好还要会拼写（有些难词就不用会拼写了），然后用纸挡住单词单独看汉语，汉译英看看自己是否记住了单词，再复写一遍作为检测。过程中需要朗读，读的时候手也别闲着，抄一遍记忆效果更佳，核心就是简单粗暴的重复。

- 第二天背单词前花 15 分钟先考考自己昨天的单词记得怎么样

（考查方法：遮住英语看中文回忆单词的拼写），有记不住的很正常，不要自我怀疑不要焦虑，赶紧重新背一遍

- 一周 7 天背单词花 5 天，周末两天全部用来复习。

周六先自己给自己考试，把这一周背过的所有单词遮住英语只看中文，然后脑海里回想单词的拼写。考查的时候你一定会发现很多又忘记了，还是没关系，多大个事儿？把忘了的继续背一遍，重新记就行了。周天重复周六的工作，这时候你就发现这周背的 350 个单词其实七成以上已经记得差不多了，剩下的三成周天紧急突击一下

- 下一周新计划刚开始的时候，把上周天考查的时候不太会的单词再拿出来背一遍

对于单词这种枯燥无味、毫无逻辑联系的东西，人的大脑特性注定会经常遗忘，所以记不住不要怪自己不聪明、脑子笨记不住，从一开始就要做好打持久战的准备，要不停的循环复习，这样才能真正的扎实地掌握高考英语单词。

只要只要你能够保持住这个频率，50 天背完加上复习一共 60 天就能走完一遍 3500 词（快一点的甚至可以一个月过完这 3500 个单词），走完一遍立马开始过第二遍，第二遍每天加量到 300 个（觉得自己不行的至少加量到每天 200 个），第二遍过完走第三



遍，每天再加量，半年下来 3500 词你将循环四五次，最终的结果就是每个词在你眼里都和 apple 这种超简单的词没有任何区别，这时候你的成绩应该稳定在 120+了，可以说是大功初成。

最后再给大家提个醒打个鸡血，背单词这个事，背诵的难度其实不大，但是抗住遗忘的挫败感、坚持不放弃地继续背下去执行自己的计划是最难的。

你看看你身边的同学，有多少人买了 3500 的词汇书背了几天就坚持不下去把书扔到角落里吃灰就知道，只要你能坚持推进并完成自己背单词的计划，就轻而易举地超越了不知道多少人。

所以少年，加油吧，背单词是持久战，坚持就是胜利！

都看到这里，花了我整整一个星期梳理相关内容，记得花 0.01s 帮我左下角点个赞噢~ 据说多多点赞，知乎才会把更优质内容推荐给你呀！

（2）短语

短语难点其实不在背诵，而在于积累。

市面上很少有非常优秀的“高考必备短语”这样的书或电子资料，所以可以买一本这样的书，但不能指望他解决百分之百的问题，重点还是自己要在刷真题、刷模拟题的过程中去积累短语，创建自己的短语库

（比如说，21 年甲卷完形考的 hat in hand 这样的短语，我之前从未在任何短语大全这样的书里见到过，但是模拟题里确实有不少类似考英语谚语的完形）

具体做法是：

先找一份高考必备短语大全，用他作为掌握短语的核心，以他为基础再拓展自己的短语库。短语数量大约也就 600 个左右

背诵的方法和单词一样，规定自己每天在背诵 70 个单词的同时再背诵 10 个（20、30 个都行，看自己）短语，60 天作为一个循环。

对核心的短语进行反复的滚动复习，直到把这



些短语都记得滚瓜烂熟

除此之外（这也是重点），学习过程（主要是刷题）中遇到了新的好短语同样积累到短语库（准备一个本子专门记这种短语）上随时复习

现在，单词和短语的重点内容我们已经搞定了，但要想英语出人头地我还建议你在小笔记本上开第四个板块——专门用来做单词和短语辨析

大家心知肚明，英语里有很多易混的单词和短语，可能是形近，可能是音近，可能是含义接近，也可能是应用场景接近...但语言学家说“世界上不存在两个意义完全相同的词语。”如果两个词语完全一样，那么第二个词的出现就毫无意义。

所以当你发现两个词语相近你不仅不应该松懈反倒应该提高警惕去仔细辨析，尤其是那些常出现易混的、近似的、同义但有使用场景区分的、简单却含有其他含义的词语...相近意味着易混，易混意味着易考。

灵活在小笔记本上绘制归类大括号和对比表格，只要你意识到“哎！这几个词好像有放在一起归类梳理的必要！”

或者“这几个词我老是弄混，今天一定要好好整理整理！”，那么请你立刻停下手中的其他事情开始梳理和对比。注意！一定是立即停下去梳理，很多时候冲动一过你就再也不会去整理了。也不要担心自己的梳理完不完善甚至都不用刻意在乎你的归类对比是不是足够合理，这个笔记本是你自己的，你觉得有帮助那就是有帮助。但凡能通过这样的方式帮你理清了哪怕一点点思路那就是值得。

学习的很多事情不求一步到位，但做了总比没做好，而差距往往就是从那些一点点细节的差距拉开的。

以下是关于单词注意的点

1.形近词

你能分清 **continent** 和 **content** 吗？

board aboard broad abroad



medal model metal

desire deserve desert dessert

contact contrast contract

sacred scar scare

不要小看形近词，有时候就是你拿不准的单词是 **key point**，影响文章的理解而且在考试时纠结很影响心态，所以在练习时一定要能够要弄懂分清易混淆的单词

2. 词组问题

名词和动词词组大部分都是约定俗成的，掌握好单词后才能掌握好词组。词组的记忆也需要技巧，否则很容易就遗忘。

动词词组一般都是 **v+prep**，词组意思可根据介词辅助记忆。

如 **put up**，张贴举起，挂起，借宿留宿，**up** 向上就容易联想到举起挂起

get over 克服，恢复，痊愈 **over** 就有穿过通过的意思，故可联想到克服，进而引申为恢复痊愈

名词性词组 比如 **out of question** 【毫无疑问】 **out of the question** 【不可能】

我把他记忆为两个词组中单词少的中文意思长

总之，有技巧的记忆会记忆深刻得多（插一句，我高中老师教的“小偷的妻子拿着半片树叶做成的小刀向狼刺去”也很有用—

thief wife half leaf wolf 复数把 f 变 ves



3. 近义词的辨析

考察点主要位于完形填空在平时做题时或者是读英语短文时做到不轻松的阅读，要多思考，与这个单词相关的词组；这个单词能否用其他词组替代，替换词和原词又有着怎样的差别

eg: **citizen** 与 **civilian** 都指公民人民,但前者更加正式，侧重国籍归属

award 与 **reward** 都指奖励 前者侧重于因做出贡献，赢得比赛而得奖，授予一

tuyouyou was awarded as the distinguished scientist award，而后者侧重于酬谢，犒奖，因感激而奖励

如果你按照我说的用手机或电子词典查词，很容易找到像这样的相关内容，一定要留心自己不熟悉的，做到不轻松的阅读

辨析近义词可以帮助我们更加细致的了解近义词之间释义的微弱差别，甚至判断感情色彩。

在完型填空中，就需要利用判断感情色彩来排除或确定选项。

在写作文中，同一个意思可以有多个表述，辨析近义词让我们所选的词更加地道，符合外国人的表达习惯。

比如表达收到别人的好消息很开心，可以用 **surprised** 或 **delighted** 但很明显是后者更好，因为 **surprised** 的意思惊喜重点在于惊而不是喜

4. 一词多义

这个问题我就不在赘述了，很玄学，一个单词的词义很多，平时的模拟考你也不知道他会考什么生僻引申义。

但为了应付高考，最有效的就是背简单单词的所有意思，再说一遍，就是记背你平时认为常见词的~~生义~~，所谓熟词生义一直是高考出题人的最爱。



单词篇

背单词有两个原则：①“四位一体”、②“快”。

(1) 所谓**四位一体**，即在背一个单词时，要把**拼写、音标、词性、中文释义**一起背。

我们背单词要背到一个什么程度呢？

拼写是记住一个单词的基础，高考英语里会考到单词拼写的地方就是短文填空。

有人可能会问，为什么要背音标呢？其实对于认识音标的同学，也就是我和我身边的同学，一般只要会读一个单词，那么这个单词 70% 的概率也会被我们写出来。

因为音标里每个音节都有其对应的字母组合。我们在平日里只要对特殊的单词加以重点记忆（比如 **vehicle** 中的 **h** 不发音、**unnecessary** 字母重复多），常规单词轻松记忆，那自然单词拼写便会轻松很多。

词性真的是至关重要，不管是短文改错还是完形填空，我们有的时候答题时只要判断出词性往往就能作对题目。我们要记住是**及物动词**还是**不及物动词**，要记住这个单词除了形容词一种词性外还可不可以做动词或其他可能，以备不时之需。

那对于中文释义我们该掌握到什么程度呢？我们老师对我们的要求是：**你遇到这个单词时扫一眼感觉似曾相识，知道什么意思就行**。不需要去辨析单词书后面一长串它的近义词是什么意思。

比如 **live** 作形容词时，有“活的；现场直播的；实况转播的；现场演出的”四种意思，我们不需要去记现场直播和实况转播有什么区别，我们只要记住“直播”这个概念就可以了！

(2) 速度“快”，遍数多，重复反复刷。

当我们买了一本单词书后，往往背不出“A”系列的单词，这也是广为流传的一个梗。往往 **abandon**、**abandon**，最后单词计划就又 **abandon** 了。

这个现象出现的原因往往是因为同



学们总会感觉自己前一天背的单词没有记牢，总是再回头去背前一天背过的单词，从而导致进度止步不前。

我们背单词不怕第一遍记不住，因为我们快！快到我们可以刷二三四五六遍。我们老师对我们背单词的要求是：**扫两眼读两遍就过，一直反复大声朗读单词拼写，效率太低。**

有的人可能觉得不放心，那我推荐一个最稳妥的方法，适合第一遍过单词时稳扎稳打使用。

那便是“**艾宾浩斯记忆曲线**”，把每天背单词时间的**30%**花在复习前一天的单词上。保证单词进度稳步进行。

总的来说，背单词贵在坚持。其实背单词到最后是一种习惯，新东方创始人俞敏洪曾经说过：“人生的意义便在于背单词。”其实背单词的乐趣往往回味无穷，你总会因为在陌生的地方看到自己背过的似曾相识的单词。

比如，原来“按摩”的网络代号为“马杀鸡”的原因是它的英文为 **massage**，《海贼王》里原“七武海”克洛克达尔的名字是 **crocodile** 音译。

当然背单词还是有很多方法的，比如合成法、拆分法、**九九归一法**等等，具体的我就不细说的，下边的公开课讲的很清楚，直接学就行。好了，现在去狂热地背单词吧！

