

快速记忆托福词汇

如何记住繁多的托福单词呢？对付难以攻克的单词，死记硬背是万万不行的，今天小编就来为大家讲述下如何科学地背单词。

制定科学的托福单词背诵计划

要学会科学的记忆单词的方法，我们首先得制定科学的计划，有目的有节奏地扩充自己的词汇量。科学的计划，要包括三个具体的计划：多长时间背会多少单词？每天背多少？多久复习一次？

德国有位著名的心理学家名叫艾宾浩斯（Hermann Ebbinghaus），他发明了艾宾浩斯记忆曲线，揭示了人类遗忘规律：输入的信息在经过人的注意过程的学习后，便成为了人的短时的记忆，但是如果不经及时的复习，这些记住过的东西就会遗忘。

遗忘在学习之后立即开始，而且遗忘的过程并不是均匀的，最初遗忘速度最快，以后逐渐放缓。如果经过了及时的复习，这些短时的记忆就会成为人的一种长时记忆，从而在大脑中保持很长的时间。

所以，背单词时我们需要秉承这样一个方针：一次大量，多次重复！例如：每天一个 List，今天背诵 List1，明天背诵 List2，复习 List1；后天背诵 List3，复习 List1-2；大后天背诵 List4，复习 List1-3，长此以往，并通过后面的听说读写 4 个部分来加强巩固单词。

另外，上午 8:00-10:00 和晚上 20:00-22:00 这两个时间段是记忆单词的最佳时间哦。按照这样的计划来背单词，单词信手拈来那是迟早的事儿。

讲究有效的托福单词背诵方法

1. 词根词缀联想记忆法

词根、前缀、后缀是英语单词的重要组成部分，可以表示单词的词性和词义，所以对词根词缀有一定的掌握，可以帮助我们更有效地记忆单词。

例如：expect 期望，inspect 检查，circumspect 小心的，retrospect 回顾，respect 尊敬，这几个词都有一个共同的核心点 spect，这个部位就是词根。词根 spect 表示“看”，在它前面的 ex-，in-，circum-，retro-，re-就是前缀。这些单词的含义就是有前缀和词根决定的。

expect 中前缀是 ex-，表示“向外”，向外看是“期待”。

inspect 的前缀是 in-，表示“向里”，向里面看是“检查”。

circumspect 的前缀是 circum-，表示“周围”，看看周围是“慎重”。

retrospect 的前缀是 retro-, 表示“向后”，向后看是“回顾”。

respect 的前缀是 re-, 表示再次，回头再看一眼就是对你的“尊敬”。

如果在 expect 后面再加一个后缀-ion, 就变成它的名词形式 expectation。后缀是放在词根或单词后面，决定单词的词性的。只要掌握好了，词根词缀就可以帮助我们快速有效的记忆单词。

2. 分类法

背单词时不要机械式的只完成 list 中的单词任务，可以同时记忆与所背单词相关单词，可以起到举一反三的效果。

例如：背到 herbivore “草食动物”时，自然而然去查一下“肉食动物”carnivore 以及“杂食动物”omnivore，比较着记忆，是一个扩充词汇量的好方法。又或者背诵到相近或相反的单词，同样可以起到举一反三的作用。

3. 单词造句法

遇到一些容易混淆的单词时，死记硬背是最 out 的方法，不妨在理解了单词的区别之后通过造句来巩固记忆。比如 nutritious 和 nutritional 这两个均表“营养的”的词就很容易让人混淆的，nutritious 指“含有营养的”，nutritional 指“与营养相关的”。我们可以通过造句练习来进行记忆，如 Nutritionally speaking, avocado is nutritious.