

大学英语单词

记忆教程

COLLEGE ENGLISH VOCABULARY

主编 王素华 韩波 张文奕



西南交通大学出版社
[Http://press.swjtu.edu.cn](http://press.swjtu.edu.cn)

014035856

H319.34
07

大学英语单词记忆教程

主 编 王素华 韩 波 张文奕

副主编 王曼玲 杨 晶 宋婷婷



西南交通大学出版社

· 成 都 ·



北航

C1723255

H319.34
07

01022882

图书在版编目 (C I P) 数据

大学英语单词记忆教程 / 王素华, 韩波, 张文奕主
编. —成都: 西南交通大学出版社, 2014.2
ISBN 978-7-5643-2897-9

I. ①大… II. ①王… ②韩… ③张… III. ①英语—
词汇—高等学校—教材 IV. ①H313

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 023655 号

大学英语单词记忆教程

主编 王素华 韩波 张文奕

责任编辑	祁素玲
助理编辑	赵玉婷
封面设计	蝌蚪数媒
出版发行	西南交通大学出版社 (四川省成都市金牛区交大路 146 号)
发行部电话	028-87600564 028-87600533
邮政编码	610031
网 址	http://press.swjtu.edu.cn
印 刷	成都勤德印务有限公司
成品尺寸	185 mm × 260 mm
印 张	17.25
字 数	505 千字
版 次	2014 年 2 月第 1 版
印 次	2014 年 2 月第 1 次
书 号	ISBN 978-7-5643-2897-9
定 价	35.00 元

图书如有印装质量问题 本社负责退换
版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

西南交通大学出版社

· 精 装 ·

前言

语言是思考的工具,词汇则是语言的材料。单词记忆是英语学习中最基本的要求,也是听说读写译的基础。英语词汇的不足不仅会限制学生对英语材料的理解及用英语表达思想的能力,而且会间接地影响学生英语学习的兴趣。历次的英语教学大纲都对词汇作了质和量的具体规定,而且在量上还呈现出上升趋势:从1999年的4200个单词增加到2004年的4500个词汇再到现行的《大学英语课程教学要求(2007)》的4795个英语单词。

许多学生已意识到单词的重要性以及自己词汇量的匮乏。他们除了通过教师的课堂教学掌握词汇,还买来各种各样的书或词典,花大量的时间来死记硬背,试图改变学习上的被动情况。过了一段时间以后,他们发现仍然记不住这些词,或者仅记得这些词的一两种释义,却不会运用它们。单词记忆成了这些学生英语学习之路上最大的障碍,有的甚至为此而放弃英语学习。

针对这一情况,本书首先从汉语与英语的区别、大脑记忆规律入手,分析单词背诵的瓶颈并提出解决方法。然后从词汇的发音、词源分析、音形意联想等方面逐一展示英语词汇的内在规律,形成了一套独特的、综合性的英语单词记忆方法,使读者可以快速而且准确地掌握大量英语词汇。最后通过大量的词汇分析案例,使学生可以更深切地理解各种记忆方法。

书中提出了以下几种记忆单词的方法:①单词的基本记忆方法,主要从英语单词的特点,从心理认知的角度来解释单词记忆的规律,是最常用也是最普遍的学习方法,有时可与后面介绍的各方法交叉运用。②单词的转化记忆方法,合成记忆方法以及词源记忆方法主要从构词法的角度来阐释词汇的组成与记忆技巧。③单词的联想记忆方法包括拆分联想记忆、加减联想记忆、替代联想记忆和对比联想记忆,运用巧妙的联想,使单词记忆变得更有趣、更高效。希望此书能够对正在为背单词而烦恼的同学有所帮助。

本书适合大学第一学期使用,每周2节课,共36节课,也可供所有欲在单词记忆方面有所突破的大学生及广大英语学习者自学使用。

本书由西北师范大学王素华、韩波,甘肃中医学院张文奕任主编,负责全书提纲的拟定和最后统稿;西北师范大学王曼玲、兰州工业学院杨晶、平顶山工业职业技术学院宋婷婷任副主编。王素华负责编写第二章、第四章;韩波负责编写第三章、第八章以及

第七章第一至第三节；张文奕负责编写第五章；王曼玲负责编写第七章第四至第六节；杨晶负责编写第六章；宋婷婷负责编写第一章。

本书在编写的过程中借鉴了多位专家学者的成果，详见参考文献，在此一并表示衷心的感谢。

由于时间仓促，加之编者水平有限，书中疏漏之处在所难免，敬请各位读者在使用本书时提出宝贵意见和建议。

编者

2013年10月

目 录

第一章 中国学生背单词的困惑及对策	1
第一节 中国学生背单词的困惑	1
第二节 方法得当 事半功倍	3
第三节 合理用脑 对抗遗忘	7
第四节 添加语境 激活单词	9
第二章 单词的基本记忆方法	13
第一节 单词的读音记忆方法	13
第二节 单词的五维记忆方法	19
第三节 单词的回忆记忆方法	19
第三章 单词的合成记忆方法	21
第一节 单词的合成记忆方法	21
第二节 实 例	30
第四章 单词的转化记忆方法	41
第一节 词性间的转化记忆	41
第二节 使用范围的转化记忆	47
第三节 修辞的转化记忆	49
第四节 实 例	50
第五章 单词的词源记忆方法（上）	54
第一节 前 缀	63
第二节 后 缀	70
第三节 实 例	75
第六章 单词的词源记忆方法（下）	115
第一节 词根篇	115
第二节 实 例	118
第七章 单词的联想记忆方法	174
第一节 单词的谐音联想记忆	174

第二节	单词的拆分联想记忆	183
第三节	单词的加减联想记忆	189
第四节	单词的替代联想记忆	190
第五节	单词的对比联想记忆	191
第六节	实 例	221
第八章	单词的阅读记忆方法	248
第一节	单词的阅读记忆方法	248
第二节	实 例	256
参考文献		268

第一章 中国学生背单词的困惑及对策

语言的三大构成要素是词汇、语音和语法。其中,词汇是语言的基本构成单位,掌握好一门语言首先必须掌握一定量的词汇。英语学习者词汇量的大小、词汇运用的熟练程度决定了其英语水平的高低。英国语言教育家 D. A. Willins 曾说:“没有语法不能传达很多东西,没有词汇就不能传达任何东西。”一定的单词量是英语学习的基本储备,词汇学习也就贯穿在英语学习的整个过程中,包括大学生需要面对的四、六级考试,出国深造需要应对的雅思、GRE 等。胡春洞在他的《英语学习论》中提出,对于当今的大学生,850 个基本词汇为入门,2 000 个词汇是初级标准,5 000 个词汇为中级水平,要达到高级阶段,则应掌握 7 500 个左右的词汇。学生如果想学好英语,首先要背单词。

因此,大学生学习英语的首要任务就是记住、学会、掌握必要的单词,为阅读、听力、写作打好基础。但是在学习单词的过程中,我们的学生还存在着一些问题。对于大部分中国学生来讲,背单词无疑是心头挥之不去的痛。英语课本上越来越长的单词表,课文里满篇满眼的陌生词汇,都让当初信心满满的学子们一筹莫展。若干次痛下决心狂背单词,可是背了忘,忘了背,背了又忘,在若干次失败之后,得出自己太笨,不适合学英语的结论,绝望之后就是放弃。为走出单词记忆的困境,我们必须积极探索英语单词学习的特点,找到单词记忆的症结,对症下药,提高单词记忆的效率。

第一节 中国学生背单词的困惑

能够以较少的精力、较快的速度、较好的效果来大量识记英语单词,迅速扩大词汇量,是提高英语听说读写各项技能的基础。而中国学生背单词都存在这样的现象:感觉背单词枯燥乏味,令人头昏脑涨,痛不欲生;或前背后忘,刚背过的单词第二天就忘了;或相互混淆,拼写相近意义相近的单词区分不清;或拼写不准确,10 个单词只有 7 个能写,还可能多个字母、少个字母或错个字母。大量的有关英语记忆的文献资料及对我们的观察显示,学生学习单词的困惑主要在以下几个方面:

一、缺乏适当的方法,死记硬背效果差

许多学生都有这样的体会,学英语难,背英语单词更难。面对海量的英语单词,学习者日复一日、年复一年地投入了许多的时间和精力,但始终逃不掉背了忘,忘了再背,背了再忘的低级循环。造成这种局面的罪魁祸首就是现在大部分学生所采用的效率低下又耗

时费力的“死记硬背式”单词记忆方法。在英语学习中,有不少人试图把由 26 个字母组成的成千上万个英语单词死记硬背下来,这不能不说是我们记忆英语单词的一大误区。

我们的学生,尤其是非英语专业的学生普遍缺乏应有的词汇构成知识,对词根、词缀知之甚少。学生词汇记忆的主要来源,是课本里的词汇表。很多学生都是翻开书,一个个去背,试图在短时间内集中记忆。在这个过程中,学生往往只注意英文字母的拼写,而忽视了英文单词的读音、词意以及拼写之间的联系。

二、没有充分认识到中英文单词的区别

英语属于印欧语系,汉语属于汉藏语系。两大语系之间的巨大差异使中国学生很难在汉语中找到与英语相似的地方或对应点,无法轻松实现语言的正迁移。

中文的书写系统是象形结构或者形声结构,而英文的书写系统则是与读音相关的。比如在汉语中,汉字“日”,是由符号“☉”演变而来;汉字“田”,看起来就像是一片田地,汉字“苗”是由“艹”和“田”组成的。而英语,却是一种字母语言,单词的拼写可以说是读音的直接表现形式。在这一点上,汉语拼音与其相似。然而每个汉字都有一个读音,虽然它的拼音是由几个字母组成的。汉字“鸟”,拼音为“niao”,用国际音标(IPA)表示为“[niao]”,但是“鸟”字的读音实际是一个音。而英语中,比如“introductory[intrə'dʌktəri]”,它的读音是几个音节组成的。汉字的读音更像是英语中双元音,如“[aj]”和“[aw]”。

中文的书写环境,导致中国学生偏向于视觉记忆。我们学习汉字时,总是要先观察汉字的结构,接着一遍遍地练习书写,直至掌握。将这种记忆方法迁移到英语学习过程中,固然对逻辑性的材料有帮助,却忽略了英语中拼写与发音的联系。因此,中英文书写系统的差别,导致学生忽视音节学习,机械地记忆单词,造成了单词记忆的困难,也使得许多学生对英语学习丧失了兴趣。因此,学生必须加强对语音的学习意识。语音学习绝不仅仅是要学生学会怎样发音,更要使学生理解英文的书写系统,树立起音节的意识,为以后的英语学习奠定良好的基础。

三、记忆单词缺少复习巩固

单词记忆并不是最后目的,它只是一种手段,最终的目的是储备足够的词汇量并能培养较高的听说读写能力。要想巩固所学、所记单词,使之长久地储备在我们的大脑中,必须及时复习。及时复习,需要抓住记忆的最好时机;经常自测,可以弄清哪些知识没学好、没记住,哪些地方容易混淆、有误差,以便马上核实校正。

艾宾浩斯记忆曲线告诉我们,复习巩固对于记忆的重要性。重复记忆的次数多了,记得就牢固了。但是,多数学生为了应付听写或者考试,对于单词的记忆属于突击型,正是这种临时抱佛脚的心态,使得学生对于单词的记忆效果差,如果在平时的学习中,单词也不能得到充分的应用,学生对于单词的理解就不会深刻。

四、缺少语境对单词的激活

长期以来,大学生尤其是非英语专业的大学生通常把词汇的学习置于“发音、拼法、词性、意义”的框架中,很多情况下忽视了单词存在的特定语言环境,孤立地学习单词,以致在词汇学习时因缺乏语境意识而思维简单,缺乏积极的联想,只是机械性地将英语单词与中文意思一一对应记忆。学生在头脑中杂乱地大量堆积词汇,却未能掌握正确应用单词的方法,造成实际能力较低的现象。学生忽略词意的拓展,词意与语境相互脱离,使得英语词句不能融合于一体,在通过理解单词理解句意的时候,产生较大的困难。

将词汇教学孤立于语境之外,学生接受的是支离破碎的语言知识,没有深入到词汇内部,词汇的记忆是孤立的、二维的、机械的和缺乏意象的。当语境发生变化,词义和句义随之变化,学生就难以理解,而且学了词汇不会运用,英语交际能力差,总是没有明显的进步。

英语一直被认为是一种适应性、可塑性很强的语言,其词义对语境的依赖性强。功能语言学家主张把词义用法和整个社会文化联系起来,将单词在语境中定位,赋予单词活力,从而使学生的语言知识和能力都得到提高。英语的单词应该放在英语的语义环境中去记忆、去理解。语言脱离了实际的使用环境,对于理解和学习都没有帮助。

第二节 方法得当 事半功倍

记忆和其他一切生理活动一样,有一定的规律可循。在记忆单词的过程中,如果能自觉的遵循并利用规律,就一定能够收到预期的效果,达到记忆的目的。记忆的规律较多,下列规律是在记忆单词时应该把握的。第一,明确目标,增强自信。自信心越强,注意力愈集中,记忆效果也就愈好。第二,遵循记忆规律,及时复习,效果更好。第三,充分利用单词的发音、词源各种知识,在发音、拼写、词源中建立一定的联系,简化记忆,提高记忆效率。第四,多维度利用我们的感官,加强记忆。用多种感知帮助记忆比只有单一感知帮助记忆,其记忆效果更好。第五,通过各种联想帮助记忆,包括音、形、意各个层面的联想。同时,进行同中求异或异中求同,及时进行对比记忆,有利于快速记忆并能够保持更长时间。

一、要树立强烈的自信心

信心是力量的源泉,信心是成功的前提。现代教育心理学认为,一个人成才与否,除与其智力因素有关外,非智力因素也起着至关重要的作用,而自信心又是非智力因素中一个很重要的方面。保加利亚心理学家洛扎诺夫创立的启发式外语教学法,就突出强调了自信心在外语学习中的作用。这种理论认为,如果学生认为学习外语很困难,那就会真地感到困难;但是如果把精神放松,坚信自己一定能够达到目的,坚信自己有坚强

的毅力和非凡的语言才能（实际上可能是不存在的，但它可以给人以强大的心理上的动力），就会使学习变得更加容易。研究表明，通过这种方法，一般人每天记忆 200 ~ 300 个外语单词是完全可能的。总之，信心会使人们自觉地在学习中想方设法克服各种困难，摸索行之有效的适合自己的学习方法，积极进取，不甘失败；反之，如果缺乏自信心，遇到困难则会灰心丧气，自暴自弃，最终一事无成。

二、树立音节意识，按发音规则记忆单词

在英语学习中，让学生理解英文书写系统和建立音节意识是十分重要的。这可以提高单词识别速度。许多人认为英文的单词是与汉字对应的，其实不然。汉字是由笔画组成的，英文单词是由字母组成的。汉字中有部首偏旁，英文单词中则有不同的音节。在汉语的学习中，我们常常通过相同部首的字来加强记忆，如有草字头的字有“菜”“蔬”“苹”等。同理，在英语学习中，要把英文单词拆分，按音节学习。比如文章开头提到的“picture”，可以按音节拆为“pic”和“ture”两部分。关于音节的划分，教师在教学中要不断总结，发现规律，如“一归后，二分开，辅音连缀不分开”等窍门。“一归后”指在两个元音字母之间若只有一个辅音字母（辅音字母 r 除外），则这个辅音字母通常划归后一个音节。例如：stu-dent。“二分开”指在两个元音字母之间，若有两个辅音字母，则这两个辅音字母分别划归前后两个音节。比如 les-son。“辅音连缀不分开”指有些辅音连缀或辅音字母组合，如 ph、wh、th、ph 等不能分开，划分音节时，也不能把它们分开，必须要划在一个音节内。如：moth-er。

另外，发音一定要准。发音准单词词形才记得准，如果发音不准，错误会五花八门，mutter 可能会写成 mutte，brief 可能会写成 berief，glauben 可能会写成 gelauben，bild 可能会写成 bird，wiener 会写成 winner，feel 可能会写成 fill，等等。发音极为重要，它不仅有助于记单词，而且有助于建立良好形象。发音准、规则熟练才能记准词形。

在发音准确的基础上，还应掌握读音规则。英语单词的书写与读音之间虽然存在着一些差距，但毕竟它还属于拼音文字，是有一定的规律可循的。如果掌握好读音规则，就会减少记忆单词的困难，提高记忆效果。例如：book，cook，look 三个词中都有字母“oo”，并且都发[u]的音，剩下的辅音字母与读音也差别不大，通过分析许多类似的单词就会很容易地被记住。再如，night，light，right，fight，might，sight，tight 等，其规则和规律也是很明显的，在学习的过程中一定要善于发现和总结。

三、五维记忆方法

这种方法又叫听说读写并行记忆法，也可理解为多道协同记忆法。它主要通过充分调动多种感官，用眼看、耳听、口念、手写、心想多种感官并用来达到提高记忆的效果。其中，心到是“五到”中最关键的。《弟子规》中曾经说道：“读书有三到，谓心到、眼到、口到。心不在焉，则眼看不仔细，心眼既不专一，却只是诵读，决不能记，记亦不

能久也。三到之中，心到最急，心既到矣，眼口岂不到乎？”朱熹不仅指出读书要心、眼、口这三种器官俱到，而且强调要用心学习，如果不能专心致志地读书，就记得不扎实。古代学者已有这样的意识，所以作为一个现代人，更应比前人刻苦、用心，在记忆单词时应做到“五到”，从而达到最佳的记忆效果。

一项神经心理学实验表明，多个器官一齐上阵参与记忆，比一种感觉器官孤军作战单独记忆的效果要好得多。一般来说，人从视觉获得的知识只能记住 25%，从听觉获得知识能够记住 15%，而两者相结合时，则能够记住所获得知识的 65%。美国俄亥俄大学心理学教授 H·F. 巴特和 H·G. 碧克曾做过这方面的实验，结果证明：学习外语时，读出声的单词，易于保持较深的印象。朗读记忆比默读记忆的效率可增强 34% 左右。所以我们可以利用一切机会大声读出要记忆的单词。在不影响别人的情况下，出声背诵外语，还可以提高口语能力，何乐而不为呢？从以上多项实验可以证明，学习时调动多种感觉器官协同记忆效果更好。这种记忆法的原理在于：人的每个器官都和大脑神经有着密切的联系，每个感觉器官接触过的事物都会在大脑皮层留下一定的痕迹，如果眼、耳、鼻、口、手等多种感觉器官都接受同一信息，就会在大脑皮层留下很多“同一意义”的痕迹，这当然比一种器官留下的印象深。使大脑皮层的视觉区、听觉区、嗅觉区、动觉区等建立多通道的暂时神经联系，即使某一痕迹淡薄了，还有其他痕迹的存在。所以发动多种感觉器官记忆材料，就会延长保留记忆的时间，巩固记忆的痕迹。

两千多年前的我国第一部教育学专著《学记》中指出：“学无当于五官，五官弗得不治。”这个意思是说，学习没有经过五官活动，各种感觉器官没有参加到学习活动中来，是学不好，记不牢的。可见，我们的祖先早就认识到在学习中充分调动各种感官的重要性。这种方法有这么多的好处，所以在平时记忆单词的过程中，我们要利用多种手段来充分调动各种感官的积极性。比如将幻灯、录音、唱片、光碟和电视录像等多种视听手段相结合，来加深自己的记忆效果。

四、词源学指导下的分析记忆法

有效的词汇记忆方法应能充分培养学生的英语学习兴趣，任何以牺牲兴趣为代价的方法都不能称之为有效的词汇记忆方法。美国著名语言学家 Edward Sapper (萨丕尔) 曾指出：“语言不能脱离文化而存在。不能脱离社会继承下来的各种做法和信念，这些做法和信念的总体决定了我们生活的性质。”由此，通过了解英语单词的来源而达到认知的目的，相信比“盲人摸象”的收益更大。词源学为英语词汇所提供的词汇来源及演变历史本身就如同一个个很有趣的故事，学生不仅可以通过关键词的反复出现来识记词形，而且还能够了解不同时代的人对同一个词汇的感受。教师可以通过此法吸引学生，让他们深切感受到词汇如同遥远而又神秘的女神，她的心灵深处流淌着文明，透过其清澈的双眸，仿佛看见了辉煌的希腊、古老的罗马，仿佛穿越了亚里士多德的理智，听懂了索福克勒斯的伤悲……

例如，在没有电视、DVD、电脑的晚上，在无法 QQ、CS、连连看的古代，最能引

起古人兴趣的莫过于广阔神秘的星空了。当他们在夜里仰望星辰，遐想联翩之际，当古罗马星象学家（astrologist）凝神苦思，演算帝国命运之时，单词 consider 产生了。con-指 together（一起），sider 指星星合在一起即为“和星星在一起，观测星辰”之意。古人们通过观测星象来推测人间的吉凶祸福。如同现代人有通过看黄历来考虑什么日子宜婚丧嫁娶一样。所以古人们观测星辰的这一动作，就是我们现在常说的 consider（考虑）。如果在夜观天象时人们突然发现，亘古不变的一颗星辰今夜偶有偏移，那叫做星位不正，主大凶。这种思想体现在另一个单词 disaster 上。前缀 dis-表否定，而 aster 的字母组合表示星星，那么 disaster 即是星星不见了，星位不正，后即引申为“灾难、灾祸”之意。同理，asterisk 指“*”号；asteroid 指“小行星”。

通过对词源学的了解，我们也可以识别英语单词的构成。一般英语单词是由词根（也叫词干）+词缀构成的。因此，只要记住词根和词缀的不同意义，然后从词形中辨认出词根和词缀，就能理解整个单词的意义，大大提高记忆效率。例如：在记忆单词 dentist 时，只要知道 dent（牙齿）是词根，-ist 是后缀（表示人），就能知道 dentist 是牙科医生；记忆单词 sympathy 时，只要知道 pathy（感情）是词根，sym-是前缀（共同），就能知道 sympathy 为同情。英语单词的数量虽然庞大，但构成单词的常用词根大约只有 300 多个，常见的前缀和后缀各有 100 多个，两者相加总数并不算多。掌握词根，结合前缀、后缀，分析记忆单词，既可了解英语单词构成的奥妙，也可提高记忆单词的效率。当然，也有部分英语单词的意义并不等于词根 + 词缀的意义，如 salary（工资），其词根 sal 表示盐，词缀-ary 表示物，原为古罗马士兵所领取的“买盐的钱”，是生活津贴，由此引申为工资。对于这类词，了解词源背景后，也就容易记忆了。

五、联想记忆

孤立的单词不容易记住，但人具有丰富的想象力，通过联想我们可以使之形象化、生动化、系统化。如由 good 想到 bad，由 long 想到 short，这是一种利用对立联想的记忆方法。利用归类法联想效果也很好，如我们可以把表示学习用具的 pen, ink, pencil, rubber, ruler, notebook 等放在一起进行“批量”记忆。如果有些单词本身没有什么内在的必然联系可以联想，我们也可以通过想象人为地加上某些情趣帮助记忆。例如：将 eye 中的 ee 想象为两只眼，y 就是中间的鼻子，而 look 则是睁大两只眼睛。再如，颠倒单词的拼写也是一种记忆方法，例如 live-evil, pool-loop, tool-loot, meet-teem, 等等。另外，还可以把一连串意义上有关联的词编成句子或短文一起背诵。具体的联想，可以从如下几个方面进行。

（1）从单词的发音角度，可以联想对比其同音词、近音词，如果可能，进一步把它们编成一个小情景。如同音词 to, too, two 可组成“Two boys wanted to go to the cinema, too.”。近音词 think, sink 可组成“I think my paper boat won't sink”。谐音方法记忆单词也是高效有趣的方法，如 ambition 谐音“俺必行”，我必然行，我有雄心壮志；shudder 谐音“吓得”，吓得发抖，战栗。

(2) 从单词的拼写角度,学习者可以观察其拼写有无特点。如 eye 把两个“e”看成两只眼睛,“y”是中间的鼻子;beer 把“e”看成一个个的啤酒泡。madam 前后以“d”对称;museum 中的“mu”以“se”(看)对称,记忆为:展览馆里太好看了,让人流连忘返。学习者可以联想对比单词的同形词(如 can 能;can 罐头)、形似词(如 quiet, quite, quilt);派生词则可以分析其构成,联想其同根词、同缀词等。

(3) 从单词的音义角度,学习者可以联想其近义词、反义词、类属词等,并可以用适当的图表表示其相应的关系。

(4) 从单词的语法角度,学习者可以联想其词性相同的词、搭配相同的词(如搭配 for 的词 answer for 为……负责;ask for 向……要,索取;call for 要求,需要;fight for 为……而战,争取;leave for 奔赴;look for 寻找;prepare for 为……做准备;send for 派人去请;thank for 因……感谢;wait for 等待 work for 为……工作,努力)、用法相同的词(如后面只接动名词作宾语的动词:finish, enjoy, deny, suggest, advise)等。

六、在语境中记忆词汇

脱离语境孤立地记忆单词不仅枯燥,而且效率低下。记忆单词要和大量的听说读写活动相结合,在实际语言情景中去感受它们的意义和魅力。语言具有民族性,一种语言同另一种语言,大体相应的词有很多很多,但意义完全对等的词却几乎没有。就词意来说,英语“pig”与汉语“猪”似乎可以构成一对一的关系,但“pig”还有“铸铁”和“六便士”两层意义。就用法来说,英语“see”和汉语“看”虽然都表示视觉行为,但汉语可以说“看报”,英语却只能说“read a newspaper”,“看电视”只能用“watch TV”。可见,离开具体的语境死记单词是很不科学的。大部分单词都有多个含义,没有必要一次就把所有含义都记下来。而在语言实践里,学习者不但可以巩固已学过的含义和用法,也可以感受单词的新的、有生命力的用法,从而提高自己记忆词汇的质量。

利用阅读提高词汇量是扩大词汇量,进一步熟悉和学习词汇的必经途径。大学阶段大纲词汇约计五千多。学生在阅读中遇到的生词,特别是出现频率较多的高频词汇,都应该纳入到自己的生词库中。而且,平时要多看英语报刊,多关注英语类新闻节目,并及时摘抄实用性强的词汇短语,做成英语词汇手册,随时可以翻阅。此举既扩充了词汇量,又培养了学生遣词造句的能力。

第三节 合理用脑 对抗遗忘

记忆单词的过程是大脑识码、解码并存储的过程,所以我们的学习必须符合大脑记忆的规律。只有做到科学用脑,才会保证学习的过程愉快而高效。

德国心理学家艾宾浩斯(Hermann Ebbinghaus)对遗忘现象作了系统的研究,他用无意义的音节及其他材料作了关于记忆与遗忘的实验。他发现,学得的知识在一天后,

如不抓紧复习,就只剩原来的 25%。随着时间的推移遗忘的速度减慢,遗忘的数量也在减少。另外,遗忘的进程不仅受时间因素的制约,也受其他因素的制约。学生最先遗忘的是没有重要意义的、不感兴趣、不需要的材料,且不熟悉的比熟悉的遗忘的要早。人们对无意义的音节的遗忘速度快于对散文的遗忘,而对散文的遗忘速度又快于韵律诗。

然后,艾宾浩斯又根据了这些点描绘出了一条曲线,这就是非常有名的揭示遗忘规律的曲线——艾宾浩斯遗忘曲线(如图 1-1)。图中竖轴表示学习中记住的知识数量,横轴表示时间(天数),曲线表示记忆量变化的规律。

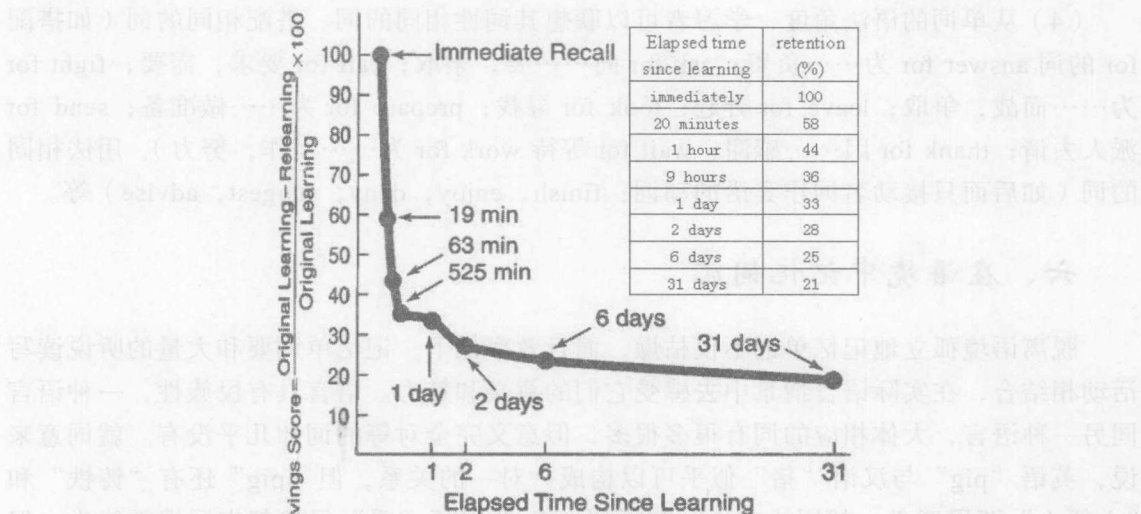


图 1-1 艾宾浩斯遗忘曲线

这条曲线告诉我们,学习中的遗忘是有规律的,遗忘的进程不是均衡的,不是固定的一天丢掉几个,转天又丢几个的,而是在记忆的最初阶段遗忘的速度很快,后来就逐渐减慢了,经过了相当长的时候后,几乎就不再遗忘了。这就是遗忘的发展规律,即“先快后慢”的原则。通过多年耐心细致的实验研究,他得到了以下几个主要结论:

(1) 音节组的长度与学习速度的关系:音节组的长度增加时,诵读到能正确背诵所需的次数就急剧增加。如识记 12 个音节只要诵读 16.6 次就能背诵;而识记 36 个音节就要诵读 55 次才能背诵。

(2) 材料的意义性对学习的影响:艾宾浩斯发现学习有意义的材料比学习无意义的材料速度要快得多。

(3) 记忆保持和诵读次数的关系:诵读次数越多、时间越长,则记忆保持越久。

(4) 保持与遗忘和时间的关系:学习后经过的时间越长,保持越少,遗忘越多,但遗忘的速度不是均衡的。

(5) 分散学习比集中学习优越。如对一个 12 个音节的音节组集中学习需要诵读 68 次才能达到正确背诵,而分散学习只要 35 次就够了。

(6) 在学习过程中,对一种材料达到一次完全正确地背诵后仍然继续学习,叫做过

度学习。过度学习超过 150% 之后, 记忆效果不会有明显的增加。

通过对大脑科学的认识, 对记忆与遗忘规律的掌握, 我们背单词应该把握三大原则:

(1) 每天记忆 100 到 150 个单词。

记忆量如果不够, 再考虑到忘记的单词, 学习效率就会降低; 记忆量如果过多, 大脑则会倦怠。切勿过度记忆单词。对每个单词, 可用适当的方法记忆, 一个单词一次记忆花费的时间不超过 1 分钟。如果用死记硬背的方法, 一次对一个单词的记忆大概在 2 分钟, 而巧妙记单词只需 1 分钟。如果一个单词的记忆超过 2 分钟, 记忆效率不会再有提高。

(2) 挑零散的时间背单词。

科学证明, 分散学习比集中学习优越。我们可在早上、中午、晚上, 或在吃饭前、睡觉前等时间中挤出时间, 完成每天背单词的任务。

(3) 在适当的时间进行复习。

这是战胜遗忘的关键所在。艾宾浩斯遗忘曲线前部明显比后部陡峭, 这就表明了人们对记忆信息遗忘的规律——新近形成的记忆比历时已久的记忆容易遗忘。此外, 还有证明熟悉的材料比不熟悉的材料遗忘速度慢。这就意味着, 当复习次数越多, 对单词越熟悉, 遗忘曲线的下降坡度就越小。对单词的记忆时间越长, 也就越不容易遗忘。

首先, 从艾宾浩斯遗忘曲线可以看出, 单词刚刚背完时遗忘的速度最快, 这就意味着越是新背会的单词, 对它的复习频率应该越高, 这样的复习也最有效、最容易。另外, 单词越熟悉, 遗忘越慢, 复习的次数越来越多, 遗忘曲线的下降越慢, 越接近水平。也就是说, 复习过几遍的单词, 复习的时间间隔可以延长一些。研究者们通过大量实验, 确定了几个比较重要的复习时间节点, 分别是首次记忆之后的 5 分钟、30 分钟、12 小时、1 天、2 天、4 天、7 天、15 天、30 天。这就需要有意识地、有计划地去回忆当时记忆的这个单词。

第四节 添加语境 激活单词

通过添加语境学习词汇是一种行之有效的方法, 它不再是在课堂上对单词孤立、繁琐的背诵, 也不是通过词汇表去死记硬背, 而是结合词汇所处的语言环境进行学习, 因为大多数的单词只有与句子或语篇结合起来, 才能显现出它真正的含义。因此, 运用语境进行单词的学习与识记对学生牢记和巩固单词有着很大的帮助。现从以下四方面来谈谈语境与词汇学习。

一、通过例句识记单词

我们的学生应逐步培养起语用意识, 完成从“应试型词汇学习”到“应用型词汇学习”的转变。学生习惯于将词汇从语境中剥离出来, 注重词意的辨析。实际上, 词汇的

意义与用法,都是以具体的语境为依托,孤立地学习会造成词汇记忆与词汇应用上的心理鸿沟(mental gap)。因此,词汇学习应该以句子为基本单位,在文章中掌握词汇的用法和色彩。学生必须利用课本及词典中丰富的例句,掌握“复用式词汇”的主要用法。学生通过各种例句学习和掌握词汇,还为他们的写作积累了语言素材。学生学习例句的同时,还应该自己仿造句子。通过自我实践,词汇的用法连同句子本身就会逐渐固化到学生的语言技能记忆库中。

例如“impress”一词,其用法比较多(包括名词“impression”)。如果没有充足的例句作为语境参照,就很难掌握该词的各种用法。以下是该词的主要用法:

1. In high school I impressed my teacher with my essay.
2. The coach impressed on the team the need to practice more.
3. It never fails to impress me how elegant the people look in Paris.
4. What impressed us most about the book was its vivid language.
5. We are very impressed with/by the standard of the students' essay in that school.

再比如,“present”一词,有如下的语境供你参考与模仿。

1. The exhibition presented a picture of prosperity in China's economy.
2. When will the committee present the plan?
3. How long can the present business boom last?
4. Then her thoughts would switch to the present.
5. There is no way at present of predicting which individuals will develop the disease.

二、在英文歌曲语境中教学词汇

英文歌曲的魅力在于它优美的旋律可唤起学生对美感的体验,也能引起学生的好奇心。学唱英文歌曲是英语学习的另一种形式,它起着“催化剂”的作用。它不仅可以激活课堂,还能使课堂教学高潮迭起,营造轻松、愉快的学习氛围,为学生们创设一个充满愉悦、趣味的语言环境,让学生在宽松的氛围中学习英语,真正感受英语的魅力。这样,学生可以在紧张而极其愉快的情境中经历一次识别单词、记忆单词的过程。如我们都非常熟悉中文版的《新年好》这首歌,由于对旋律的熟悉,在学习英文歌曲“Happy New Year”时学生更容易接受;再如,学唱“Head, Shoulders, Knees and Toes”时,也很好学习了身体部位的单词。

三、阅读篇章,联系上下文学习词汇

天津师范大学李运兴教授曾提到:“一个词和词组,在词典里是孤立的,但一旦用于具体的语篇中,它就成了整个语篇结构的一部分。与其他词语构成一个有机的编码系统即上下文,并和特定的语境相关联。”在语境中教词汇不仅能使学生积极、主动地掌握词汇,而且还能使他们更好地理解文章,起到一箭双雕的作用。