

英语部落

北京地区
考研英语

张政推荐

阅卷专家组
组长

新东方学校
首席词汇名师

真题词汇重复率高达85.6%
重复哪些，背哪些！

21天科学量化背诵，拒绝拖延！

阅读同义替换

熟词僻义，直面考点，一击即中！

白金
逆序

21

考研英语
天白金逆序
3450真题核心关键词

金凌虹 编著

中央广播电视大学出版社



21 考研英语
天白金逆序
3450真题核心关键词

金陵虹 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

考研英语21天白金逆序3450真题核心关键词/金陵虹编著. — 北京 : 中央广播电视大学出版社, 2014.9

ISBN 978-7-304-06706-9

I. ①考… II. ①金… III. ①英语 - 词汇 - 研究生 - 入学考试 - 自学参考资料 IV. ①H313

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第194351号

版权所有, 翻印必究。

考研英语21天白金逆序3450真题核心关键词

金陵虹 编著

出版·发行: 中央广播电视大学出版社

电话: 营销中心 010-66490011

总编室 010-68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址: 北京市海淀区西四环中路45号

邮编: 100039

经销: 新华书店北京发行所

策划编辑: 赵文静

责任印制: 赵联生

责任编辑: 赵文静

印刷: 北京中科印刷有限公司

版本: 2014年9月第1版

2014年9月第1次印刷

开本: 787 × 1092 1/16

印张: 18.5

字数: 583千字

书号: ISBN 978-7-304-06706-9

定价: 39.80 元

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

前言

任何一门语言测试，单词都是最基本，甚至是最重要的备考元素。

考研英语作为一门规律性极强的选拔性考试，在词汇的命制上有其极稳定的规律。

首当其冲的是考研英语词汇的数量：考生在备考过程中首先要调整一个误区，那就是备考考研英语，不是“词汇量越大越好”，而是“考研英语词汇量越大越好”——也就是，那些不经常考的单词，背了也没有意义，而有些单词是每年都会重复考的，这样的单词才值得花时间去背诵！

以往，考生在考前经常抱怨“单词记不住、背不下来”，这种抱怨本身就是错误的——因为，考生应该关心的是“哪些单词需要背，要背这些单词的哪些方面”，在这个基础上，考生或许才可以抱怨“这些需要背的单词背不下来”！

每分每秒考生都应高效利用，不做无用功，向时间要效率，向努力要效果！

本书的编纂就在于解决考生在备考考研英语过程当中如何提高效率，少走弯路：

第一章 规律解析——深度解析了考研英语大纲词汇5500个单词的重要性，进而确定哪些单词需要重点背，哪些单词只需要一带而过，而哪些单词又是完全不需要去顾及的。最后，为考生提炼了3450个高频词——真题反复考的核心关键词，缩小背诵范围，提高背诵效率。

第二章 列表精编——将考研英语真题词汇3450核心关键词分成24个列表（List），按照词汇的出现频率进行排列；同时，为了防止考生在单词背诵的过程中松懈和放弃，特根据德国心理学家艾宾浩斯的遗忘曲线，为考生制订了科学合理的背诵单词、复习单词的计划，即21天白金逆序背诵法。这部分内容，适合于考生在备考强化阶段和冲刺阶段进行词汇的精选背诵。

第三章 熟词僻意——将2003年至2014年考研英语（一）及2010年至2014年考研英语（二）当中出现的所有“熟词僻意”进行汇总，同时重现熟词僻意所在的例句并进行翻译。通过这部分的学习，考生对考研英语真题中的约300个熟词僻意深度掌握，当真题中再次出现这些单词的时候，自然易如反掌。这部分内容，适合考生在研究完真题一两遍后且对考研英语文章的风格形成较强的语感后，考前强化、考点突击和冲刺得分之用。

第四章 阅读同义替换——将2003年至2014年考研英语（一）与2010年至2014年考研英语（二）中阅读理解真题的正确选项中的“同义替换”进行完美收集，精密概括原文、题干、选项三部分中的命题规律和词汇选择。通过同义替换部分的学习，可以有效提高考生寻找正确答案的能

力。考生可以在真题练习的过程中，结合这个部分背诵和掌握，这个部分也适合在备考强化和冲刺阶段进行最后提高分数之用。

背单词，也许能够改变你的整个考研备考格局；而这本书，或许能够改变你整个考研英语词汇备考的格局。愿你备考顺利，并最终金榜题名！

金陵虹

目 录

第一章	重新认识考研英语词汇	1
第一节	考研英语大纲词汇5500的“五重天”	1
第二节	如何选择事半功倍的词汇库 ——考研英语真题词汇的奥秘和量化研究	4
第三节	如何高效率地搞定考研英语真题词汇	5
第二章	21天白金逆序3450真题核心关键词——列表精编	10
List 1	(词频634~48)	10
List 2	(词频47~27)	15
List 3	(词频27~19)	21
List 4	(词频19~14)	27
List 5	(词频14~12)	33
List 6	(词频12~9)	40
List 7	(词频9~8)	46
List 8	(词频8~7)	53
List 9	(词频7~6)	59
List 10	(词频6~5)	65
List 11	(词频5~4)	72
List 12	(词频4~3)	79
List 13	(词频3)	85
List 14	(词频3)	94
List 15	(词频3~2)	100

List 16 (词频2)	108
List 17 (词频2)	114
List 18 (词频2~1)	120
List 19 (词频1)	127
List 20 (词频1)	134
List 21 (词频1)	140
List 22 (词频1)	147
List 23 (词频1)	153
List 24 (词频1)	159
第三章 熟词僻意	166
第四章 考研英语阅读理解同义替换词汇	201
第一节 2003-2014年考研英语(一)阅读理解正确选项同义替换	201
第二节 2010-2014年考研英语(二)阅读理解正确选项同义替换	261
后 记 渡·十年	281

重新认识考研英语词汇

第一节 考研英语大纲词汇5500的“五重天”

考生在备考研究生考试的初始阶段，都会从背诵单词开始。他们一般会选择市面上卖的相当好的考研词汇“红宝书”或“绿宝书”。然而考生在单词背诵的过程中，会发现大量单词都很难记忆，或者是记了就忘记。确实，对于上大学后就没有英语课的考生，或者是艺术生而言，一上来就背考研英语大纲5500词汇，确实有点难了。

正如吃药，有个渐进的过程，不能一上来就用药过猛。背诵单词，其实也应该是一个循序渐进的过程，踏踏实实，步步为营，一步一个脚印走稳，看似背单词的速度慢了，其实快了——佛家有云：“慢就是快，少就是多”。

有些单词重要，而且经常考，这样的单词，我们称为“基础词、高频词”，这些单词考生应该花更多时间，并且应该最先去背下来；有些单词不怎么考，甚至过去的几年真题当中都没有出现过，这样的单词，我们称为“生僻词、低频词”，建议考生花少一点时间、不用急着去背；有些单词在背诵的时候，需要死记硬背，一遍一遍地“刷”单词，而有些单词却需要理解意义，通过掌握单词生成的词根和词缀，进而牢固掌握这个单词；有些单词，不仅仅需要掌握它的拼写，读音和释义，更要理解这个单词在文章语境和上下文中与其他单词搭配后，产生的独特含义，也即单词的考点。

因此，按照单词的出现频率、命题规律和考法特征，根据考生背单词时所处的时间阶段、个人英文水平层次，我们将考研英语大纲5500词汇，分成了以下五个部分，即“五重天”。

第一部分（一重天）：考研英语基础高频词汇3450

这部分内容的3450个单词为高考英语单词难度。这部分内容，要求英文底子薄、基础不扎实和长久不接触英语的考生在备考的最开始阶段重点背诵。为什么要单独拎出来3450个单词进行背诵呢？原因在于：

1. 这部分单词都是基础词汇及常见词汇，背诵这些单词能够很好地唤醒考生对于词汇与英语的感觉，至少不至于一背单词就自信心受打击。

2. 虽然这部分单词简单、基础，但是出现在考研英语真题中的频率却相当高，也就是我们所说的“高频词”。这种高频的出现，并非命题者故意为之，而是考研英语阅读的文章的作者在写作过程中确实经常用到这些单词，来连贯流畅地表达自己的思想。因而，背完这部分基础词汇，考生再进入真题练习的阶段，会更加顺利。

3. 这部分基础单词的含义非常丰富，考点也非常分散——“词小鬼大，”。一个看似简单的单词，却可能包含六七个甚至更多的释义，考试中到底考哪个意思是不确定的，这就要求考生全面大量地掌握含义丰富的单词，并了解其全部的意思。Value表示“价值”，考生都知道，但是这个单词的名词表示“重视；重要性”，动词表示“重视；评估，估价”，考生就不见得全部掌握了。

4. 这部分单词，是考研英语真题当中大部分“派生词”（大纲词汇的前后加上前后缀后生成的新单词）的主要来源。比如incurable“无法治愈的”这个单词考生在考前的任何一本词汇书上是没有见过的。然而，这个“陌生单词”却来自于3500难度的考研大纲词汇cure“治愈，治疗”[in(不)+cur(治疗)+able=不可治愈的]。面对这样的派生词，考生只能通过前后缀的基本知识，以及大纲词的含义，最后将单词词意猜出来。显然，如果基础高频词都掌握不好，那么面对这样的“派生词”，考生就束手无策了。

5. 这部分单词虽然简单，但是很多时候会出现“词组、短语和固定搭配”，简单单词一旦和别的介词、形容词或名词等构造在一起，合成后的短语，就不简单，或者就形成考点了。

综上所述，基础一般、备考初期的考生，应该将那些“低频生僻以及较难理解”的单词挑开，单独拎出一部分“高频、基础、寓意丰富”的单词进行背诵。这样既可以增强信心，又可以夯实基础，为后面的复习做好充足的准备。

第二部分（二重天）：词根词缀构词法——长难单词

考生掌握了3450个左右的基础、高频词之后，就进入了单词学习的第二个阶段。学什么呢？考研词汇中有这么一群单词，他们具备以下特点：

1. 看起来“又长又难”，似乎挺难记住的，而且容易混淆。

2. 这些单词通常含有“词根词缀”，规则的构词法。

3. 这部分单词在背诵的过程中，不建议死记硬背，而应该通过了解单词的词根词缀的含义，理解单词的“造字意图”，推导单词的“理解路径”，进而理性地、深度地通过理解来记忆单词，达到长期记忆的效果。

4. 这类单词都是“纸老虎”！——虽然看起来“又臭又长”，然而较之“3450基础高频词汇”，这部分单词的释义和内涵往往比较“单一且集中”，考点也比较“稳定和固定”。可以认为，3450词汇的含义丰富、考点多变，如同淘气调皮的小孩子；而包含词根词缀的单词，释义稳定，考法单一，更像是稳重成熟的成年人。

这部分单词，要求考生有较强的想象力和理解能力，通过对单词的理解来达到长期的记忆。

第三部分（三重天）：较难或生僻低频词汇

这部分单词，在以往历年考试的真题中，出现的频率比较低，根据对历年真题的研究和对命题规律的把握，我们甚至可以预测，这部分单词在未来的考试当中，也只有很低的出现率。或者，就算单词真的出现，考生不认识这个单词，也不太会影响做题。因而我们把这部分内容单独划分，形成列表。

另外，这部分单词还具备以下特点：

1. 是5500词汇的不可或缺的组成部分：如果只背诵3450基础高频词汇和词根词缀长难单词，那么考生是无法在数量上达到考研对于单词的要求的，也就是说，如果没有这个部分，考

生的词汇量并没有达到5500个。

2. 这部分单词在命题上有诸多的不确定性：哪怕过去10年真题都从未出现（彻头彻尾的低频生僻词汇），却有可能就出现在2015年、2016年或者以后的考试中。比如2012年英语（一）出现的单词flaring（明显的；耀眼的）；2014年英语（一）中的单词zeal（热心，热情）都是以往未考察却首次出现的。因此，考生如果想系统完整地掌握5500词汇量，这个部分也是应该花时间背诵的。

这部分单词是考生确保达到5500词汇量必不可少的部分，然而这个部分的单词出现频率却非常低。我们建议，基础一般、备考时间紧张、只要求过线即可的考生，可以不背诵这个部分的单词；基础扎实、备考时间充足、冲击考研英语高分的考生，这个部分也应该合理安排时间，进行单独背诵。

第四部分（四重天）：考研英语真题词汇

前面所讲的第一、第二和第三部分正好从词汇的数量上构成了5500大纲词汇。然而考研英语的真题词汇，在单词的考察形式和考察释义上都有别于考研英语大纲词汇。因而，考生经常会出现这样的困惑：

1. 大纲词汇都背过了，而且背了好几遍，貌似记住了，或者至少有印象，然而真题的文章和句子依旧很难看懂。

2. 真题里出现了好多貌似认识，但是确定考前没有见过的单词。

3. 真题里的单词，相对于大纲词汇表里的孤立的单词，通常会和介词或其他单词“结伴”出现，形成短语、词组、固定搭配或者是习惯表达。

总而言之，真题词汇和考研英语大纲词汇完全是“两种调调”。首先，考生如果想提高考研英语文章的阅读和理解的效率，务必要对真题当中单词的命题方式和命题规律有较深的研究、认识并且最终习惯。我们建议考生单独准备真题单词。

再者，真题单词的历年复现率在85%左右——考过的单词，有八成以上的可能性会重复出现在下一年的真题当中！有了这个数据和这个规律做依托，考生一下子看到了单词背诵的希望和曙光——如果深刻地掌握考研英语里已经考过的单词，那么基本可以胸有成竹地上考场了——因为，考场上的单词，也许有80%以上，考前都已经背过。

第五部分（五重天）：同义替换

有些单词，既不在3450个基础词汇中，也不在词根词缀的单词之列，或者也没有收录进低频生僻词，这些单词难道就成了“漏网之鱼”？我们如何对这些有可能考察的单词“穷追猛打”？同义替换！举例，单词articulate“清楚地表达”，如果在基础词汇、词根词汇和生僻低频词汇中都无法将其收录的话，我们可以另外开辟一个专区——“同义替换”。我们把express, convey, communicate放在一起记忆的过程中，顺便把articulate和这几个表达放在一起记忆，那articulate也就被我们“疏而不漏”地拿下了。因此，“同义替换”部分的单词，是对前面几个部分单词的完美补充。再者，考研英语阅读当中，经常会使用的一种命题方式就是“同义替换”：原文表述中的某个核心单词，变为题干或者是题目中的某个同义单词。单词的形象虽然变了，但是所传达的意思却是几乎相近的。通过“同义替换”我们可以快速地定位原文的关键句、得分句，也可以快速地得出题目的正确选项。这部分单词重在从命题、得分的角

度出发，同时也是对单词查漏补缺、温故知新的有效梳理，建议考生在备考的冲刺阶段，使用这种方法。

综上所述，我们将“鱼龙混杂”、“轻重不分”的考研英语大纲5500词汇，按照单词的重要程度以及考生的英语水平和考生备考的不同阶段，分成了五个部分，如图1所示，清晰地呈现出来：

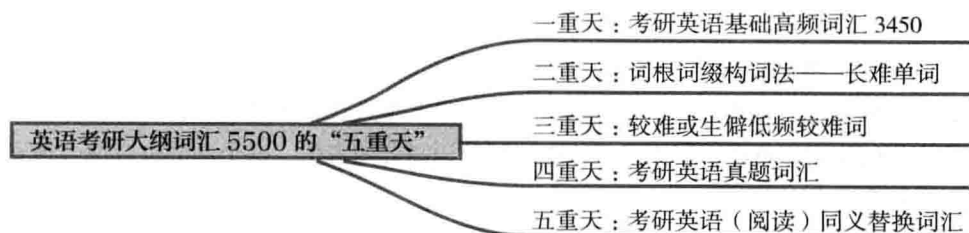


图1 考研英语大纲词汇5500的“五重天”

第二节 如何选择事半功倍的词汇库——考研英语真题词汇的奥秘和量化研究

在本书第一节中，我们将考研英语大纲5500词汇，按照单词的重要程度进行“阶级划分”，将5500词汇划分为“五重天”。其实，5500词汇的每个部分，都有其独特的意义。然而，鉴于考研是一门应试性、技巧性极强的“科学”，我们要学会“抓住主要矛盾、抓大放小”。因而，如何在短时期内提高词汇量、提高有用的词汇量，就显得尤为重要了。

从短时期内提高有用、有效词汇量角度而言，笔者认为，考生最应该重视的是“五重天”里关于“真题词汇”的部分。

真题词汇为什么这般重要？真题词汇在命题上存在什么规律？

运用词频统计软件，通过对真题语料库的词汇统计分析，我们发现，部分词汇在真题中会反复地出现（见表1）。这种词汇的高频复现，并非命题者有意为之，而在于考研英语文章的用词习惯。有一部分功能性强、表达性强及学术性严谨的单词，总是为文章的作者所偏好。

表1 历年真题词汇词频统计分析

出现频率	词汇数量（个）	占据比例
>5次	1649	29.92%
>10次	913	16.56%
>20次	446	8.09%
>30次	281	5.10%
>40次	198	3.59%
>50次	146	2.65%
>60次	116	2.10%
>70次	92	1.67%
>80次	83	1.51%
>90次	74	1.34%
>100次	67	1.22%

分析表1,我们发现,某些词汇的高频重复出现,是考研英语真题的一大规律和特点。这些反复考察的单词,在真题中占有极大的比例,考生应该予以高度重视。

我们继续通过词频统计软件,基于考研英语真题的语料库进行统计研究,得出表2:

表2 2005-2014年十年考研英语真题词汇复现率统计分析

年份(年)	总词数(个)	旧词数(个)	新词数(个)	旧词比例	新词比例
2014	1128	962	166	85.28%	14.72%
2013	1117	956	161	85.59%	14.41%
2012	1122	961	161	85.65%	14.35%
2011	1066	877	189	82.27%	17.73%
2010	1093	913	180	83.53%	16.47%
2009	992	814	178	82.06%	17.94%
2008	1067	876	191	82.10%	17.90%
2007	1119	905	214	80.88%	19.12%
2006	1063	820	243	77.17%	22.86%
2005	1050	818	232	77.90%	22.10%

根据表2,我们得出以下两条结论:

1. 考研英语考题在词汇命制上,具有“节选性”,即真题不会全部包含来自大纲的5500个单词,而是“挑选和截取”大纲词汇中的1000个左右的单词,也即大纲词汇的五分之一左右的词汇量,进入考研英语真题,并非全部收录5500词汇。

2. 真题命题具有“聚焦性和重复性”,即有一部分单词,在真题里的曝光度很高,会反复出现和使用,这部分单词,就是高频词。

通过分析表1和表2得出的结论,我们建议考生在备考,尤其是词汇方面的准备上,抛开背单词的方法不谈,在选择单词背诵的词汇库上,首先应该重视“考研英语真题词汇”。毕竟,真题词汇具有“高重复、有规律”的特点。全面而细致地掌握考研英语中的真题词汇,对于提高考研英语的篇章阅读能力、解题能力,有不可低估的战略意义。

第三节 如何高效率地搞定考研英语真题词汇

一、方法不对,努力白费

意大利经济学家帕累托曾提出著名的“帕累托法则”(Pareto Principle),也即“80/20”法则。枯燥的经济学理论,晦涩难懂,给你举例,就清楚了。世界上80%的财富,掌握在20%的富人手里;企业中80%的利润,来自20%的主导项目或高端优质客户;世界上20%的人利用购买别人的时间来致富,而80%的人售卖自己的时间和劳动力来赚钱;说的再接地气一点,当你追求对象的时候,并不是你所有的行为都能打动对方的芳心,而是那少数的、浪漫的、正好切合对方需求点的20%的行为,最终发挥了你追求成功的80%的作用。

背单词,也是同样的道理。大部分考生背单词的时候,状态低迷,内心抗拒,花了大量的时间,“狂读单词、狂抄单词或者是边狂读边狂抄”,结果是“背了忘,忘了背,背了又

忘，忘了再背，最后只剩下忘记！”——80%低效的时间，带来了20%的记忆量。因此，备受打击，状态悲惨，自信骨折，无果而弃！

究其原因，无非是背单词的方法出了问题，所谓“方法不对，努力白费”。你或许应该采用新的、高效的、科学的方法了。

二、决定背单词成败的三个白金因素

1. 目标量化分解

一部分考生，英语底子薄，又长期和英语“隔离”“分居”，等到考研的时候，突然又捡起来，一看词汇书厚厚一本，如同板砖，内心恐惧，眼神迷离。在气势上、气场上和自信心上首先败下阵来。考生背A字母部分的单词时，豪气冲天，纵横四海，信誓旦旦，唯我独尊；背到B字母部分的时候，热情下降，恍恍惚惚，若即若离，心生退意；等到C字母的时候，意兴阑珊，彷徨游离，痛苦加剧，最终甩书而去——不背了！确实，在你漫长的英语学习生涯中，一次也没有将词汇书背完。“背词汇书要耗去你一辈子的青春”我的一位前辈、领导曾在讲座上这么讲。

将目标进行分解，也许事情可以看起来简单一些。

给你讲个故事：山田本一是日本著名的马拉松运动员。他曾在1984年和1987年的国际马拉松比赛中，两次夺得世界冠军。记者问他凭什么取得如此惊人的成绩，山田本一总是回答：“凭智慧战胜对手！”

大家都知道，马拉松比赛主要是运动员体力和耐力的较量，爆发力、速度和技巧都还其次。因此，对于山田本一的回答，许多人觉得他是在故弄玄虚。

10年之后，这个谜底被揭开了。山田本一在自传中这样写到：每次比赛之前，我都要乘车把比赛的路线仔细地看一遍，并把沿途比较醒目的标志画下来，比如第一标志是银行，第二标志是一个古怪的大树，第三标志是一座高楼……这样一直画到赛程的结束。比赛开始后，我就以百米的速度奋力地向第一个目标冲去，到达第一个目标后，我又以同样的速度向第二个目标冲去。40多千米的赛程，被我分解成几个小目标，跑起来就轻松多了。在我眼前，只不过是数量有限的几个分段路程而已。开始我把我的目标定在终点线的旗帜上，结果当我跑到十几千米的时候就疲惫不堪了，因为我被前面那段遥远的路吓到了。

考生的备考过程、背单词的过程，不就像一场马拉松比赛！如果不能合理地分解目标，一下子就会被那厚厚的、浩如烟海的茫茫词海吓到了！

2. 按记忆周期重复

有两句话，非常适用于背单词：第一句是“复习和重复，胜过掌握新东西。”第二句是“天才，是重复次数最多的人！”

单词的记忆，其实分成记和忆两个过程的。记的过程中，是信息的输入，而忆的过程是信息的重现和输出。如果要想达成良好的记的效果，那就要对信息进行合理地加工、构造、联想，有了这些过程之后，记就变得更加形象、立体和可理解，可以达成长期记忆的效果。回忆以往记住的东西，是信息的输出和应用，这取决于多次的重复，形成的大脑皮层的快速投影和输出。所以，如果只注重记的过程的信息加工、印象加深，而忽略回忆过程的重复的话，那么

记忆的效果会大打折扣！输入的信息在经过人的记忆过程的学习后，便成为了人的短时记忆，但是如果不及时复习，这些记住过的东西就会被遗忘，而经过了及时的复习，这些短时记忆就会成为人的一种长时记忆，从而在大脑中保存着很长的时间。

现在可以得出结论：我们既要把单词熟练地记住，又要将单词快速地忆出！而从记到忆，我们能做的就是重复，重复，再重复，直到变成本能反应！

然而，人脑不是电脑，记了总是会忘，或者说，记了之后，总是忆不出来！那么我们已经知道了重复的重要性，接下来就应该想想，有什么样更为科学的复习和重复的方法。

德国实验心理学家、实验学习心理学的创始人，也是最早采用实验方法研究人类高级心理过程的心理学家艾宾浩斯（Hermann Ebbinghaus）有一个著名的理论：艾宾浩斯遗忘曲线。他对记忆研究的主要贡献一是对记忆进行严格数量化的测定，二是对记忆的保持规律做了重要研究并绘制出了著名的“艾宾浩斯遗忘曲线”，如图2所示。

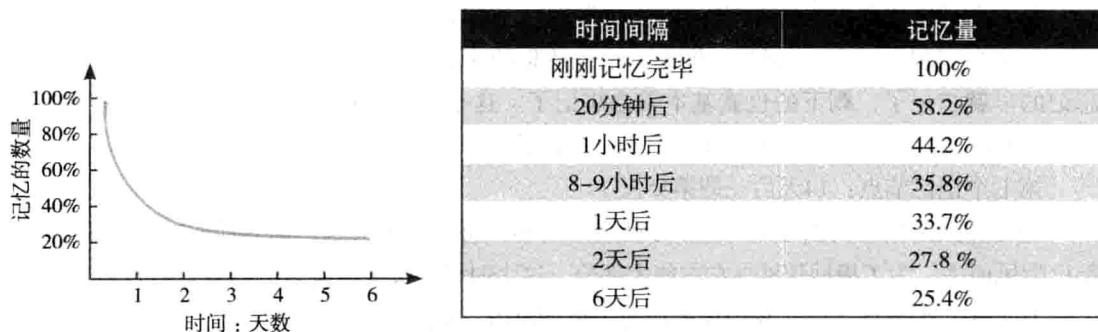


图2 艾宾浩斯遗忘曲线

这条曲线告诉人们在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，而是在记忆的最初阶段遗忘的速度很快，后来就逐渐减慢，到了相当长的时间后，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。观察这条遗忘曲线，你会发现，学得的知识在一天后，如不抓紧复习，就只剩下原来的33%。随着时间的推移，遗忘的速度减慢，遗忘的数量也就减少。有人做过一个实验，两组学生学习一段课文，甲组在学习后不久进行一次复习，乙组不予复习，一天后甲组保持98%记忆，乙组保持33%记忆；一周后甲组保持83%记忆，乙组保持25%记忆。乙组的遗忘平均值比甲组高。

3. 抗遗忘复习的最佳时间

我们通过了解艾宾浩斯遗忘曲线，寻找到抗遗忘复习的最佳时间，并将其运用到单词的背诵过程中——单词背诵与复习的七个节点。

第一个记忆节点：背诵单词20分钟以后

记忆的内容只剩下58.2%，遗忘的速度非常快，那么在这个时间节点上，我们就应该停止背诵新的内容，而应该返回去复习背过的东西。

第二个记忆节点：背诵单词1小时之后

记忆的内容只剩下44.2%，遗忘的速度更加快，那么在这个时间节点上，我们要再次停止背诵新的内容，继而返回前面的部分，复习复习再复习！

第三个记忆节点：背诵单词9小时后

比如说，你从早上开始背单词，到晚上临睡前，正好间隔了9小时左右。这个时候，记忆剩下的内容只有35.8%了，也就是说，你背过的内容的七八成，都已经忘记了！那么这个时候，我们就要在这个节点上，马上复习！

这样算下来，一天之内，总共有三个复习节点：20分钟后、1小时后、9小时后。

第四个记忆节点：背诵单词1天后（即第二天）

记忆内容剩余33.7%，可见，从这个时候开始，记忆遗忘的速度减慢了。那么我们更要在在这个时间节点，将前面背过的内容，重新复习，夯实巩固，以免前功尽弃！

第五个记忆节点：背诵单词2天后（即第三天或第四天）

记忆剩余内容27.8%，遗忘的速度更加慢了——该忘记的都忘记了，剩下的也就不怎么会忘记了。那么这个时候，我们又要开始返回复习——如果不复习，那么忘记的东西，也就永远忘记了！

第六个记忆节点：背诵单词6天后（即第七天，正好一星期）

记忆内容剩余25.4%，显然，同上，记忆遗忘的速度也不快，很稳定了。还是那句话：该忘记的早就忘记了，剩下的也就基本不会忘记了。这个时候，再次对前面背过的内容进行复习，再不复习，那些忘记的就永远忘记了——背了也白背！

第七个记忆节点：14天后（即第15天）

记忆剩余的内容为21.1%。这部分剩余的内容，将永存于大脑，而其他的78.9%的内容，都已随风而去。为了挽回那80%左右的大部分，这个时候，又要将背过的内容进行复习！

有了这七个节点之后，我们也就抓住了单词复习、抗遗忘的记忆周期。

根据艾宾浩斯遗忘曲线设计的单词复习的节点与计划，核心在于：在某个时间点（记忆内容即将掉入下一个剩余量的节点），进行及时的复习、不断的复习和规律性的复习，才能真正将要背的内容掌握。

三、抗遗忘复习规律（艾宾浩斯遗忘曲线）与真题词汇的结合

背单词过程中，我们懂得了“目标量化”的重要性，也明白了如何“周期性、规律性”地复习才能真正掌握。我们将这些研究结论，嫁接在“考研英语真题词汇”上面，即以真题词汇为载体，以抗遗忘复习规律为车轮，共同拉动“征服考研英语词汇”这架战车。将考研英语真题词汇填充进抗遗忘复习规律当中，我们制定了“21天白金乱序3450真题词汇背诵计划表”：

21天白金逆序3450真题词汇背诵计划表

第一个7天

日期时间	第1天	第2天	第3天	第4天	第5天	第6天	第7天
上午 + 下午	List 1→2	List 1→2	List 3→4 List 5→6	List 1→2 List 5→6 List 7→8	List 3→4 List 7→8 List 9→10	List 5→6 List 9→10 List 11→12	List 1→2 List 7→8 List 11→12 List 13→14
晚上	List 1→2	List 3→4	List 5→6	List 7→8	List 9→10	List 11→12	List 13→14

第二个7天

日期时间	第8天	第9天	第10天	第11天	第12天	第13天	第14天
上午 + 下午	List 3→4	List 5→6	List 7→8	List 9→10	List 11→12	List 13→14	List 15→16
	List 9→10	List 11→12	List 13→14	List 15→16	List 17→18	List 19→20	
	List 13→14	List 15→16	List 17→18	List 19→20	List 21→22		
	List 15→16	List 17→18	List 19→20	List 21→22	List 23→24		
晚上	List 15→16	List 17→18	List 19→20	List 21→22	List 9→10	List 23→24	List 21→22

第三个7天

日期时间	第15天	第16天	第17天	第18天	第19天	第20天	第21天
上午+下午	List 1→2	List 3→4	List 5→6	List 7→8	List 9→10	List 21→22	List 23→24
	List 17→18						
晚上	List 23→24	List 19→20	List 21→22	List 23→24	List 19→20		

四、关于“21天白金逆序3450真题词汇背诵计划表”的若干说明

1. “21天白金逆序3450真题词汇背诵计划表”的理论基础是艾宾浩斯基于遗忘的研究，整张表格的制定完全按照艾宾浩斯遗忘曲线的数据规律。每个单词列表的复习时间，正好与艾宾浩斯的遗忘临界时间点重合。

2. 《21天白金逆序3450真题核心关键词——列表精编》共含有3450个词汇，全部来自历年考研英语真题中的高频单词。将这些单词分成24个lists，每个list含有单词约144个。根据计划表的时间背诵，考生每天至少需要背诵2个lists，也就是约288个单词。

3. 此表（此背诵方法）的核心在于，督促考生按照计划、按照记忆和遗忘的规律，去定期地、有规律地进行“复习老单词”。复习，永远比背新单词更加重要，甚至重要一万倍！

4. 完成整个21天背诵计划时，其实前12天，就已经将这3450个词汇背完了。剩余的9天，都是按照遗忘规律在进行复习。

5. 正因为前12天就要将所有单词“刷”完，因而从第4天到第12天的这9天，每天需要完成8个lists共1000多个单词。我们把这9天称为魔鬼时间！然而，不必恐惧，因为这9天中的8个lists，大部分都是在复习前面背过的内容，而不是背新单词。

第二章

21天白金逆序3450真题核心关键词

列表精编

List 1

have⁶³⁴ [hæv, həv] vt. 拥有

【词组】① have back 要回, 收回 ② have on 穿着, 戴着 ③ have to/have got to 不得不, 必须 ④ have to do with 与……有关

as⁴⁷¹ [æz, əz] conj. 在(当)……的时候; 由于, 因为 prep. 像, 像一样 ad. 和……一样

it⁴⁵⁴ [it] pron. 它; 这; 那

but²³⁶ [bʌt] conj. 但是, 可是, 然而; [用于否定结构后] 而不 prep. 用于 nobody, all, who 等后面, 除……以外

【词组】not only ... but (also) 不仅……而且……

more²⁰⁴ [mɔ:] a. 更多的, 更大的 ad. 更多

【词组】① more and more 越来越 ② more or less 或多或少; 几乎 ③ no more 不再 ④ no more than 不过, 仅仅; 和……一样不

do¹⁹⁰ [du:, du] v. 做, 实行

【词组】① do away with 废除, 去掉 ② do without 没有……也行 ③ have nothing to do with 和……毫无关系 ④ have (something) to do with 和……有(点)关系

all¹⁵⁶ [ɔ:l] a. 全部的 ad. 完全地, 很

【词组】① above all 首要, 尤其是 ② after all 终究, 毕竟; 虽然这样 ③ all but 几乎, 差

一点; 除……之外其余都 ④ all out 全力以赴, 竭尽全力 ⑤ all over 遍及, 到处 ⑥ all right 行, 可以 ⑦ 顺利, 良好 ⑧ at all 完全, 根本 ⑨ in all 总共, 共计 ⑩ not at all 一点也不

than¹⁵⁰ [ðæn, ðən] conj. 比

what¹⁴⁷ [wɒt] pron. 什么

【词组】① what about (对于)……怎么样 ② what if 如果……将会怎样, 即使……又有什么要紧

person¹⁴⁰ [pə:sən] n. 人

【词组】in person 亲自

most¹³¹ [məʊst] a. 最多的, 最大的 ad. 最; 极其 [与 more 同源]

【词组】① at most/at the most 最多, 至多, 不超过 ② make the most of 充分利用

make¹²⁹ [meɪk] n. [C] (产品的) 牌子; 类型; 型号 v. (made/meɪd/) 做, 制造; 建造; 作出; 产生; 使, 促使; 迫使

【词组】① be made from 由……制成(看不出原材料) ② be made of 由……制成(看得出原材料) ③ make a mistake 犯错误 ④ make a noise 吵嚷 ⑤ make at 袭击; 扑向

when¹²⁹ [wen] ad. 什么时候, 何时; 在……