

张 东 山 编 著



音、形巧读速记

山 东 大 学 出 版 社



英语词汇音、形巧读速记

张东昌

还

期

审校

号

山东大学出版社

英语词汇音、形巧读速记

张东昌编著 李树来审校

*

山东大学出版社出版

山东省新华书店发行

山东大学印刷厂印刷

*

787×1092毫米 32开本 4.125印张 93千字

1991年3月第1版 1991年3月第1次印刷

印数 1—15000册

ISBN 7-5607-0442-5/H·20

定价：1.55元

前 言

英语词汇浩如烟海，记不胜记，因此广大学生面对单词无不畏难发愁。往往是力气花了，收效却不大，以致对英语的学习兴趣索然，困难重重。词汇关过不了，英语是无法学好的。英语词汇计有数十万，而语言又是一种社会现象，人类知识日新月异，新词也在不断产生，别说我们中国人，即便以英语为母语的人，穷其一生都有记不完的单词。因此，要过词汇关，一靠坚强的毅力，二靠先进的科学方法。

长期以来，教师大都采用传统的英语词汇教学方法，要求学生“多读、多记、多用”，“眼到、耳到、口到、心到、手到”等，不可否认，这在我国英语教学中起了一定的作用，但对大部分英语学习者，尤其是对中国学生来讲，只靠这些基本方法来识记大量的英语单词，其效率不甚理想。

长期的中学、大学、机关及社会多方面的教学实践，使本人对英语学习过程中一个尤为突出的问题——识记英语词汇关产生了浓厚的兴趣。本人曾将不同种类、不同层次的英语教材中所出现的单词进行了归纳研究，发现许多单词的构成与汉字的形、声、符、偏旁颇有相似之处。例如：cake, lake, make, ^ubake, take, wake, awake等单词中右边的三个字母完全相同，而且发音亦完全相同，我们把单词中共有的相同部分命名为“形声偏旁”。在识记新词时，先记住形

声偏旁，再记其它字母，故而产生了“音形巧读速记法”。

音形巧读速记法，打破了识记英语单词的传统方法，是从认知心理学探求记忆英语单词的规律，结合中国人学习汉语的方法——从声旁学习，加上不同的形、符、偏旁，便很快学会汉字的方法，而产生的一种以单词中重读元音为中心的“音形巧读速记法”。

教学实践证明，音形巧读速记法使同学们明显感到英语单词好读易记，一学一大串，收到了边学新词，边忆旧词的良好功效，因而避免了死拼硬读来记忆单词的烦恼，大大提高了识记单词的效率，深受广大同学的欢迎。

在本书的编写过程中，承冯学忠、高佃洪、吴锡良、谭金昌、王立田、刘成然等领导鼎力支持，刘学功、华德宽两位教授不吝指导，曹导源、刘成志、乔发光、安红、张正厚等同志大力协助，谨此致谢。

因作者水平有限及时间仓促，书中疏漏与缺陷之处在所难免，请不吝赐正。

作者

1991年1月

目 录

记忆规律漫谈	(1)
音、形巧读速记英语单词法原理	(13)
[i:]元音字母 e 在开音节中读为[i:]	(14)
[æ]元音字母 a 在闭音节中读作[æ]	(20)
[ei]元音字母 a 在开音节中读为[ei]	(25)
[ai]元音字母 i 在开音节中读为[ai]	(29)
[əu]元音字母 o 在开音节中读作[əu]	(34)
[u:]元音字母 o 在开音节中读作[u:]	(40)
[ju:]元音字母 u 在开音节中读作[ju:]	(42)
[e]元音字母 e 在闭音节中读作[e]	(45)
元音字母 o 在闭音节中读[ɒ]	(54)
[ʌ]	(60)
[ɑ:]	(65)
[ɔ:]	(69)
[ə:]	(72)
[u]	(75)
[au]ou组合发[au]	(77)
[iə]	(80)
[εə]	(81)
[i]元音字母 i 在闭音节中读为[i]	(86)
音形测验	(100)

阅读理解	(105)
音形测验答案	(123)
阅读理解答案	(124)

记 忆 规 律 漫 谈

记忆是有规律可循、有方法可依的，了解并掌握记忆规律，遵循并运用它，就能收到预期的记忆效果，达到快、准、牢地记忆。下面拟就结合本人的英语教学试述记忆规律如下：

1. 经过积极思考，深刻理解的材料，才容易记住。所谓思考就是思维活动，理解就是弄清材料的内在联系并在已有联系的基础上，经过思考，去建立新的联系，把新旧知识有机地结合起来。

善于把新旧知识有机结合起来，促进暂时神经联系的建立，才能有效地记忆。例如以旧单词学习新英语单词或学新英语单词温习旧单词的过程，是把新旧知识有机结合起来的

过程。

理解作为一个过程，是从记忆开始的，而记忆的发展随着理解程度的加深而发展。

2. 有意义的材料，容易记忆。

大家都有这样感觉，记忆无意义的材料实在费劲，而且记得不牢，短时间内就容易忘记，一旦忘记之后，因为没有回忆的线索，所以就很难再想起来。

但记忆有意义的材料就容易，这是什么原因呢？原来，人们记忆有意义的材料时，主要依靠早已形成的暂时神经联系系统，即知识系统。由于知识系统非常全面，所以容易与有意义的材料建立新的联系，而这一联系建立在大脑两半球

已形成暂时神经系统的基础上，且这一联系是有机的，彼此关联的，一经建立就能长期保持。识记无意义的材料时，依靠的是多次机械重复。机械重复在大脑两半球形成的暂时神经联系是孤立的、个别的，所以需要的时间多，且不易保持。

因此，在学习、工作中要尽量把无意义、不理解、难联系的材料变成有意义、能理解、易联系的材料。

外语单词，近乎无意义的材料。但通过联想、组合后，就变成有意义的材料。例如：“complain（诉说）”，经过联想、组合后，变成“com(e)(to)plain”“来到平原”（去掉括号内的字母和单词，便是complain）。这样，就把单词的形、义有机地结合起来，变成了有意义、能理解、易联系的材料了。

3. 首尾两部分的材料容易记忆，中间部分材料容易遗忘。

许多心理学家的实验表明，无论识记材料有无意义联系，凡排列在头尾两部分的，记忆效果好，遗忘率低，尤其以无意义音节的材料最为明显。

这是什么原因呢？主要是前摄抑制和后摄抑制的干扰，使材料中间部分的识记发生困难。识记材料的开始部分时，只受后摄抑制的影响，而不受前摄抑制的影响；记材料末尾部分时，只受前摄抑制的影响，而不受后摄抑制的影响。而识记材料的中间部分时，要受到这两种抑制的影响，所以使中间部分的识记干扰就大，识记后容易遗忘。

因此，在学习和记忆活动中，对内容较多的材料，可分成几部分进行记忆，例如，在记忆新单词 plastic 时，把 plastic 划为几部分 - p + last + ic，得用提取法把已熟悉的 last

从plastic 中提出剩下p-ic就容易记忆了，从而避免了中间部分的双重干扰，这样有利于记忆效果的提高。

4. 在记忆活动中，多种感知同时参加，比单一感知参加记忆活动记忆效果好。

感知是感觉和知觉的合称。感觉是人脑对直接作用于它的客观事物的各个部分和属性的整体的反映。感觉是形成知觉的基础，各种感觉的相互联系和结合活动构成知觉。人的感知有多种，在记忆活动中，由于各种感知所起的作用不同，形成了不同记忆类型。

心理学家的实验表明，混合型记忆的记忆效果最好，即在记忆活动中，多种感知同时参加记忆活动时记忆效果最好。这是因为多种感知参加记忆过程，可把多种感觉通道利用起来，以接收来自不同感官的信息，这样在大脑皮层留下很多“同一意义”的痕迹，使大脑皮层的视觉区、听觉区、嗅觉区、动觉区等建立起多通道的暂时的神经联系，这样即使某一痕迹淡薄了，还有其他痕迹存在。所以运用多种感知比单纯的耳听，手写，眼看，口读来说，记忆痕迹保持的时间要长得多。

同时，据心理学研究表明，大多数人不是单一类型记忆，而多属于几种感知参加记忆过程的混合型记忆。人的记忆类型并非天生的，也并非一成不变的，它是在长期的实践中形成并随实践的发展而发展的。有的人擅长视觉记忆，有的人擅长听觉记忆，但不管哪种情况，运用多种感知参加记忆活动是不可忽视的。在对某一事物的识记过程中，外部感官参加越多，记忆效果越好，保持越久。

5. 集中法和分散法恰当运用，才能提高记忆效果。

在学习过程中，学习时间的分配对于记忆效果起着很重

要的作用。常见的分配方式有两种：一种是把学习时间集中使用，如把某篇文章从头至尾不停地读完；另一种是把学习时间分散开来，如把某篇文章分为几段时间来学。前一种方式称作集中法，后一种方式称作分散法。例如，学习某一材料需要用两个小时，采用集中法就是连续不断地学习两个小时；采用分散法就是每天学半小时，4天学完。

心理学研究证明，由于识记者受智力条件、所记材料性质以及材料分量等因素的影响，有时集中法收效大，有时分散法效果好。一般情况是，材料短、意义联系紧凑的采用集中法；材料长、意义联系松散的可用分散法。但是，就一般材料讲，分散法优于集中法。

分散法学习方式记忆效果好，原因在于把学习时间分散开来，在休息时间可以使识记得到巩固。运用集中法时，由于长时间连续的单调的刺激，容易使兴趣降低，注意力涣散，记忆效果自然随着下降。从心理学角度讲，长时间连续的单一刺激，会使大脑神经细胞产生疲劳，引起大脑皮层出现保护性抑制；而分散的刺激，可以使脑神经细胞得到适当的休息，脑细胞的抑制得以消除，学习者不易产生疲劳。

运用分散法学习，间隔时间应以多长为好呢？心理学研究证明，间隔时间的长短与年龄有关，年龄较大的人，时间间隔可稍长一些，年龄较小的人，时间间隔可稍短一些。

6. 遗忘是先快后慢的，识记之后，遗忘便很快开始，最初一段时间遗忘得快，以后逐渐减慢。

这是一条遗忘规律，从心理学角度讲，遗忘是大脑皮层中建立起来的暂时联系因得不到强化而开始消失或暂时被抑制，即暂时神经联系的被抑制和消退的过程。

遗忘作为记忆活动的一个环节，是有其规律可循的，心

心理学家的实验研究表明：人类对通过感官进入大脑的信息，不可能100%的保留并长期贮存下来，有些信息是要被遗忘掉的。遗忘规律所以是先快后慢，是因为识记结束后，大脑皮层暂时神经联系刚刚建立，尚不稳定，容易受到抑制，而经过一段时间后，暂时神经联系会逐渐得到巩固，遗忘的速度自然就减缓了。

故此，为了有效地防止遗忘，我们要根据遗忘先快后慢的规律，及时复习，强化已有的暂时的神经联系，才能防止识记后立即发生的急速遗忘。

7. 识记材料达到熟记后，继续学习或复习，记忆保持的效果好。

心理学家们做了大量的实验，总结出一条科学的规律：在对识记材料达到恰能成诵的时候，还要过度学习，以达到150%的程度，效果最佳。

为什么过度学习会增进记忆效果呢？大家知道，外界信息通过感官进入大脑后，有一个编码，储存的过程，就是说，大脑内神经通路的形成需要一定的时间。在相对集中短时间里，重复的次数越多，记忆痕迹就越能巩固。而过度学习恰恰提供了这些条件，所以能起到增进记忆的作用。

在记单词时，刚达到熟记后，要“趁热打铁”马上复习几遍，这样记忆效果极佳。

8. 及时复习能提高记忆效率。

及时复习能收到事半功倍的效果。及时复习是符合大脑生理原理的。根据巴甫洛夫学说，记忆是大脑皮层形成暂时神经联系的过程，这种神经联系可能逐步消退，也可以逐步巩固，主要取决于已建立的神经通路是否畅通。神经通路不畅，原来大脑中保留的痕迹就会逐渐消失，而复习就是对大

脑中痕迹的重复,及时复习就是在第一次痕迹未完全消失时,紧接着进行第二次重复刺激,第三次重复刺激……总之,重复次数越多,痕迹越深;重复越及时,痕迹越深,记忆效率就越高。

9. 复习的多样化比复习的单一化其记忆效果好。

前面说过,复习是防止遗忘的最有效的方法,但是,怎样进行复习呢?有人认为复习很简单,反复地看,反复地读就可以了,正所谓“书读百遍,其意自见。”但心理实验,生活实践都告诉我们:机械重复的效果并不好,多样化的复习才效率高。

为什么会这样呢?巴甫洛夫认为:对大脑半球某一区域进行孤立的、持久的刺激,必然会使人处于昏睡状态。因为当单调的刺激反复作用于人脑的某部神经细胞群时,会使这些细胞产生疲劳,从兴奋转入抑制。

苏联现代心理学家列·符·赞科夫认为,变换复习的方式,每次复习都从新的角度去重现旧材料,比只要求简单的重复旧材料有效得多。

复习方法的多样化应该从内容和形式两方面来考虑。从内容上讲,多学科应交替进行,同一内容变换角度,从基本型到综合型灵活运用。从形式上讲,可采用回答、填空、选择、判断、论述、解词、简答、改错、一词多解、命题立论等。从方法上讲,可以运用比较、归类、熟记、背诵、制表、画图、笔记、整体复习与部分结合,反复阅读与赏试背诵结合等。这样,复习时会感到新颖,容易调动起智力活动的积极性,充分发挥独立思考能力,在理解的基础上记忆,并满怀兴趣去记忆。其中也有重复,但不是单调的重复;要背诵,但不是呆板地背诵。这样,复习起来才会生动

活泼，立竿见影。

应该说明，复习不光是消化书本知识，更重要的是加强联想应用或创新，不常用的知识，往往易被遗忘，而那些在日常生活实践中经常运用的知识，自然会牢牢地记在大脑里。

10. 在记忆过程中，反复诵读和尝试背诵二者结合进行识记，其效果优于单纯地反复诵读。

在识记某种材料时，有的人只求诵读，一遍又一遍反复地阅读而毫不回忆，这样效果并不好，有的人采取尝试背诵，对材料边读边背，即再认和再现相结合，读上几页，掩书背诵，背不出，再打开书，如此交替进行，直到熟记为止。这样效果会好得多。

心理学家的实验证明，反复诵读和尝试背诵相结合进行识记，记忆果效比单纯反复诵读为好。这是因为这两种方法结合使用，使大脑神经细胞不会因单一刺激而产生疲劳，同时使识记者本人及时知晓和纠正识记过程中的错误之处，及时看到自己的点滴成绩，从而对识记材料逐渐发生兴趣，使脑神经细胞兴奋活跃，接受和储存识记信息。

我们在授英语课时，经常要求学生把一些好的英语文章复述下来，有些同学读一遍记不住就读上十遍，甚至更多，以为这样多次重复就能奏效，岂不知这样读书是不科学的，结果还是记不住。因为机械的重复会使学习乏味，失去兴趣，大脑皮层处于抑制状态，记忆效果自然下降。

因此，不可埋头死读书，而要采用诵读和尝试背诵结合的方法，使再认和再现结合。一篇材料阅读之后，离开材料，在头脑中回想背诵一下，即再现一下，对不能再现部分再去阅读。这样反复交替进行识记，记忆效果才会有提高。

11. 直观形象的材料比抽象的材料易于记忆。

大量的实验记忆证明：直观形象的材料比抽象材料容易记忆。形象的东西易于记忆，它的科学性在于：形象的记忆符合人们认识客观事物的规律。人们认识事物是从感性到理性的，没有感知，人们无从认识客观事物，获得知识，而知觉、感觉的获得正是从直观形象开始的。因此，作为人们认识获得的最初阶段的形象易于被大脑接收和保存。

为此，我们在学习过程中，多采用直观形象方式，对那些深奥抽象的识记对象，尽量予以形象化，以利于记忆。例如在学习 investigate（调查）时，学生感到该词长词义抽象不易记忆，为了使该词具体形象，可采用分解法，把investigate分为“in vest (i) gate.”分解后的意思是“在衬衣里开个门作调查”。这样该词的形和意都很具体形象，就容易记忆了。

12. 经过系统化的材料易于记忆。

所谓系统，是指同类事物按一定的秩序和内部联系组合而成的整体，即按事物同一特点或特性，把它们聚在一起，使分散的趋于集中，零碎的构成系统，杂乱的形成条理。记忆活动中的系统化过程，是通过思维活动把识记材料按一定的联系，形成统一的整体过程。

系统化的知识易于记忆，在人们学习实践中得到证明。大家都有这样的体会：分散的、片断的知识不容易记住，即使记住，保持也不长久，而对系统的，有条理的知识，记忆起来就容易多了。

为什么呢？因为孤立、单独的识记材料，只能在大脑两个半球形成个别、孤立的暂时神经联系，而系统性的识记材料，形成彼此融合的暂时神经联系的系统，使记忆痕迹之间发生联系，遗忘便不会轻易发生。

因此，在学习和记忆过程中，把学习材料和识记对象进行整理，使之系统化，有助于记忆效率的提高。

13. 注意有助于记忆。

注意是人们熟悉的一种心理现象，是指心理活动对某一对象的指向和集中。注意的指向是指在每一瞬间，人们的心理活动有选择地指向某一对象。

在记忆活动中，注意力是否集中与记忆效果有密切的关系。要识记某一事物，首先要引起对这一事物的集中注意，没有注意，就难于长久地记住。

俄国19世纪著名教育家乌申斯基说：“注意是一个唯一的门户，外部世界的印象，或者较为接近的神经机体的状况，才能在心里引起感觉来，如果印象不把我们的注意集中在它身上，那么，虽然它们也可以影响我们的机体，但我们不会意识到这些影响的。”

注意对记忆如此重要，其原因在于：对某一事物的注意，会在大脑皮层的相应区域建立起优势的兴奋中心，使脑神经处于接受信息的最佳状态，这样，外界信息容易进入大脑，并在大脑皮层建立起暂时神经联系而留下“痕迹”。此时大脑皮层的其他区域受到了抑制，对其它事物的感知自然模糊不清，而专心某一活动对象，能使这一活动对象的记忆痕迹清晰。

我们在记忆活动中，要保持高度的注意力，让脑神经处于清醒的兴奋状态。这样，感知一定清晰，记忆一定有效。

14. 感兴趣的材料，记忆效果好。

兴趣是指人对事物的特殊的认识倾向，它在记忆活动中是一个很重要的因素。

我国古代教育家孔子说过：“知之者不如好之者，好之

者不如乐之者。”（《论语·雍也》）德国的伟大诗人歌德有句名言：“哪里没兴趣，哪里没有记忆。”美国近代心理学家杰罗姆·S·布鲁纳认为：“学习最好的刺激，乃是对学习材料的兴趣。”

心理研究表明，在其他条件相同的情况下，凡是能够引起人们兴趣的事物，就易于记忆，保持长久。凡是人们厌烦的事情，厌倦的体验，厌恶的东西，则不易记住。

兴趣为什么能促进记忆呢？因为兴趣能使脑神经细胞敏锐灵活，使大脑功能保持最佳状态。兴趣与大脑皮层的优势兴奋中心相联系，而引起优势兴奋中心的正是那些诱发人们兴趣的事物。兴趣还能使人精力充沛，斗志昂扬，促使人注意观察，认真思考。显然，这对增强记忆是大有益处的，所以有人说：兴趣是引人走向成功的阶梯。

当然，我们不可能完全凭兴趣去学习和记忆。如果我们一味追求兴趣化，那就适得其反，正确的做法是：认真学习，明确目的，端正态度，深入钻研，培养兴趣，提高自己的记忆力。

15. 有自信心，等于记住了一半。

心理研究表明，在识记材料时，具有“一定能记住它”的自信心，比识记前没有信心的记忆效果好得多，有一位教育家认为，学习时如果对自己的记忆力失去信心，往往会导致真正的健忘。这话决不是危言耸听，而是有许多事例证实了的，因为人们可以接受别人对自己的心理暗示，也可以自己对自己进行心理暗示，担心自己记不住的思想顾虑往往会使脑神经细胞产生抑制作用，使刺激物在大脑中留下的印象模模糊糊，不便回忆。反之，如果具有“一定能记住”的自信心，则会促使大脑皮层上形成一个很强的兴奋中心，其他