



红宝书®

考研英语词汇

记忆的奥秘

初始记忆抓特征
长效巩固靠重复

重复

抗遗忘循环记忆 · 规划表



必考词

26单元
(1856词)

计划33天完成

基础词

31单元
(3680词)

计划40天完成

超纲词

A~Z
(1030词)

计划18天完成

大 词 汇

内容全面 解析深入

精 缩 版

删繁就简 突出重点

串记手册

串词成句 语境记忆

连线自测

回想词义 默写自测

练习题册

习题演练 融会贯通

打 卡 簿

词汇导览 循环速记

在使用【红宝书】《抗遗忘循环记忆·规划表》记忆词汇时，【红宝书】考研英语词汇的 6 本配套书籍及【红宝书】APP，自成体系，功效各不相同，具有互补的功能。

建议使用者根据自身情况，合理搭配使用，记忆效果更佳，记忆效率更高。只要能按照计划，持之以恒，坚持循环复习记忆，必能全面快速攻克考研英语词汇。

自律



专注



勤奋



坚持



重复



红宝书 助你 快速攻克 全部 考研词汇 !

红宝书 必考词 (unit 1 ~ unit 26) —— 抗遗忘循环记忆 · 规划表

【使用说明】每天新记忆一个 unit,并及时复习前面已学内容。当天记忆及复习完成,请在“□”中划“√”,以促进按时完成计划。

天数	日期规划	首次新记	当(次)日再记	第一次复习	第二次复习	第三次复习	第四次复习	备注
1	月 日	<input type="checkbox"/> unit 1	<input type="checkbox"/> unit 1					
2	月 日	<input type="checkbox"/> unit 2	<input type="checkbox"/> unit 2	<input type="checkbox"/> unit 1				
3	月 日	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 2	<input type="checkbox"/> unit 1			
4	月 日	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 2			
5	月 日	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 1		
6	月 日	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 2		
7	月 日	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 3		

【温馨提示】学习至 unit 7 时,可根据自身情况,稍事休整 1~2 天(巩固已学内容,不学习新单元),进行学习节奏的调整。

8	月 日	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 1	
9	月 日	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 2	
10	月 日	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 3	
11	月 日	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 4	
12	月 日	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 5	
13	月 日	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 6	
14	月 日	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 7	

【温馨提示】学习至 unit 14 时,可根据自身情况,稍事休整 1~2 天(巩固已学内容,不学习新单元),进行学习节奏的调整。

15	月 日	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 8	
16	月 日	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 9	
17	月 日	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 10	
18	月 日	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 11	
19	月 日	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 12	
20	月 日	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 13	
21	月 日	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 14	

【温馨提示】学习至 unit 21 时,可根据自身情况,稍事休整 1~2 天(巩固已学内容,不学习新单元),进行学习节奏的调整。

22	月 日	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 15	
23	月 日	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 16	
24	月 日	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 17	
25	月 日	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 18	
26	月 日	<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 19	
27	月 日			<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 20	
28	月 日				<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 21	
29	月 日					<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 22	
30	月 日					<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 23	
31	月 日						<input type="checkbox"/> unit 24	
32	月 日						<input type="checkbox"/> unit 25	
33	月 日						<input type="checkbox"/> unit 26	

红宝书 基础词 (unit 1 ~ unit 31) —— 抗遗忘循环记忆 · 规划表

【使用说明】每天新记忆一个 unit,并及时复习前面已学内容。当天记忆及复习完成,请在“□”中划“√”,以促进按时完成计划。

天数	日期规划	首次新记	当(次)日再记	第一次复习	第二次复习	第三次复习	第四次复习	备注
1	月 日	<input type="checkbox"/> unit 1	<input type="checkbox"/> unit 1					
2	月 日	<input type="checkbox"/> unit 2	<input type="checkbox"/> unit 2	<input type="checkbox"/> unit 1				
3	月 日	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 2	<input type="checkbox"/> unit 1			
4	月 日	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 2			
5	月 日	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 3	<input type="checkbox"/> unit 1		
6	月 日	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 2		
7	月 日	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 3		

【温馨提示】学习至 unit 7 时,可根据自身情况,稍事休整 1~2 天(巩固已学内容,不学习新单元),进行学习节奏的调整。

8	月 日	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 4	<input type="checkbox"/> unit 1	
9	月 日	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 5	<input type="checkbox"/> unit 2	
10	月 日	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 6	<input type="checkbox"/> unit 3	
11	月 日	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 7	<input type="checkbox"/> unit 4	
12	月 日	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 8	<input type="checkbox"/> unit 5	
13	月 日	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 9	<input type="checkbox"/> unit 6	
14	月 日	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 10	<input type="checkbox"/> unit 7	

【温馨提示】学习至 unit 14 时,可根据自身情况,稍事休整 1~2 天(巩固已学内容,不学习新单元),进行学习节奏的调整。

15	月 日	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 11	<input type="checkbox"/> unit 8	
16	月 日	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 12	<input type="checkbox"/> unit 9	
17	月 日	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 13	<input type="checkbox"/> unit 10	
18	月 日	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 14	<input type="checkbox"/> unit 11	
19	月 日	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 15	<input type="checkbox"/> unit 12	
20	月 日	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 16	<input type="checkbox"/> unit 13	
21	月 日	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 17	<input type="checkbox"/> unit 14	

【温馨提示】学习至 unit 21 时,可根据自身情况,稍事休整 1~2 天(巩固已学内容,不学习新单元),进行学习节奏的调整。

22	月 日	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 18	<input type="checkbox"/> unit 15	
23	月 日	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 19	<input type="checkbox"/> unit 16	
24	月 日	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 20	<input type="checkbox"/> unit 17	
25	月 日	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 21	<input type="checkbox"/> unit 18	
26	月 日	<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 22	<input type="checkbox"/> unit 19	

【温馨提示】学习至 unit 26 时,可根据自身情况,稍事休整 1~2 天(巩固已学内容,不学习新单元),进行学习节奏的调整。

27	月 日	<input type="checkbox"/> unit 27	<input type="checkbox"/> unit 27	<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 23	<input type="checkbox"/> unit 20	
28	月 日	<input type="checkbox"/> unit 28	<input type="checkbox"/> unit 28	<input type="checkbox"/> unit 27	<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 24	<input type="checkbox"/> unit 21	
29	月 日	<input type="checkbox"/> unit 29	<input type="checkbox"/> unit 29	<input type="checkbox"/> unit 28	<input type="checkbox"/> unit 27	<input type="checkbox"/> unit 25	<input type="checkbox"/> unit 22	
30	月 日	<input type="checkbox"/> unit 30	<input type="checkbox"/> unit 30	<input type="checkbox"/> unit 29	<input type="checkbox"/> unit 28	<input type="checkbox"/> unit 26	<input type="checkbox"/> unit 23	
31	月 日			<input type="checkbox"/> unit 30	<input type="checkbox"/> unit 29	<input type="checkbox"/> unit 27	<input type="checkbox"/> unit 24	
32	月 日				<input type="checkbox"/> unit 30	<input type="checkbox"/> unit 28	<input type="checkbox"/> unit 25	
33	月 日					<input type="checkbox"/> unit 29	<input type="checkbox"/> unit 26	
34	月 日					<input type="checkbox"/> unit 30	<input type="checkbox"/> unit 27	

35	月 日						<input type="checkbox"/> unit 28	
36	月 日						<input type="checkbox"/> unit 29	
37	月 日						<input type="checkbox"/> unit 30	

【温馨提示】以下表格中是 unit 31(简单基础词),建议根据自身情况,合理安排时间,在短期内复习该单元全部单词。

天数	日期规划	首次新记	当(次)日再记	第一次复习	第二次复习	第三次复习	第四次复习	备注
38	月 日	<input type="checkbox"/> unit 31	<input type="checkbox"/> unit 31					简单基础词
39	月 日			<input type="checkbox"/> unit 31				
40	月 日				<input type="checkbox"/> unit 31			

红宝书 超纲词(A~Z) —— 抗遗忘循环记忆·规划表

【使用说明】每天新计划记忆完成后,及时复习前面已学内容。当天记忆及复习完成,请在“□”中划“√”,以促进按时完成计划。

天数	日期规划	首次新记	当(次)日再记	第一次复习	第二次复习	第三次复习	第四次复习	备注
1	月 日	<input type="checkbox"/> A/B	<input type="checkbox"/> A/B					
2	月 日	<input type="checkbox"/> C/D	<input type="checkbox"/> C/D	<input type="checkbox"/> A/B				
3	月 日	<input type="checkbox"/> E/F/G/H	<input type="checkbox"/> E/F/G/H	<input type="checkbox"/> C/D	<input type="checkbox"/> A/B			
4	月 日	<input type="checkbox"/> I	<input type="checkbox"/> I	<input type="checkbox"/> E/F/G/H	<input type="checkbox"/> C/D			
5	月 日	<input type="checkbox"/> J/K/L/M	<input type="checkbox"/> J/K/L/M	<input type="checkbox"/> I	<input type="checkbox"/> E/F/G/H	<input type="checkbox"/> A/B		
6	月 日	<input type="checkbox"/> N/O	<input type="checkbox"/> N/O	<input type="checkbox"/> J/K/L/M	<input type="checkbox"/> I	<input type="checkbox"/> C/D		
7	月 日	<input type="checkbox"/> P	<input type="checkbox"/> P	<input type="checkbox"/> N/O	<input type="checkbox"/> J/K/L/M	<input type="checkbox"/> E/F/G/H		
8	月 日	<input type="checkbox"/> Q/R	<input type="checkbox"/> Q/R	<input type="checkbox"/> P	<input type="checkbox"/> N/O	<input type="checkbox"/> I	<input type="checkbox"/> A/B	
9	月 日	<input type="checkbox"/> S	<input type="checkbox"/> S	<input type="checkbox"/> Q/R	<input type="checkbox"/> P	<input type="checkbox"/> J/K/L/M	<input type="checkbox"/> C/D	
10	月 日	<input type="checkbox"/> T/U	<input type="checkbox"/> T/U	<input type="checkbox"/> S	<input type="checkbox"/> Q/R	<input type="checkbox"/> N/O	<input type="checkbox"/> E/F/G/H	
11	月 日	<input type="checkbox"/> V/W/Y	<input type="checkbox"/> V/W/Y	<input type="checkbox"/> T/U	<input type="checkbox"/> S	<input type="checkbox"/> P	<input type="checkbox"/> I	
12	月 日			<input type="checkbox"/> V/W/Y	<input type="checkbox"/> T/U	<input type="checkbox"/> Q/R	<input type="checkbox"/> J/K/L/M	
13	月 日				<input type="checkbox"/> V/W/Y	<input type="checkbox"/> S	<input type="checkbox"/> N/O	
14	月 日					<input type="checkbox"/> T/U	<input type="checkbox"/> P	
15	月 日					<input type="checkbox"/> V/W/Y	<input type="checkbox"/> Q/R	
16	月 日						<input type="checkbox"/> S	
17	月 日						<input type="checkbox"/> T/U	
18	月 日						<input type="checkbox"/> V/W/Y	



温馨提示:

第一次记忆用时较长,困难最大,越往后循环重复记忆,难度会逐渐降低,速度会越来越快,效率将不断提高,并会取得意想不到的记忆效果。
打破难关,光明就在前面! 坚持就是胜利!

APP下载



在线音频



长难句



资料下载

