



普通高等教育“十一五”国家级规划教材

新世纪大学英语系列教材

总主编 秦秀白

快速阅读

主编 束定芳



Reading Faster



附助学光盘



W 上海外语教育出版社
外教社 SHANGHAI FOREIGN LANGUAGE EDUCATION PRESS
www.sflep.com

普通高等教育“十一五”国家级规划教材

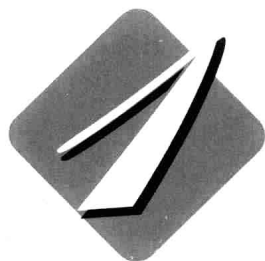
新世纪大学英语系列教材

总主编 秦秀白

快速阅读

Reading Faster

主 编 束定芳
编 者 励哲蔚 王蓓蕾 李 菁
杨小洪



图书在版编目 (CIP) 数据

快速阅读. 1 / 束定芳主编

—上海: 上海外语教育出版社, 2012

(新世纪大学英语系列教材)

ISBN 978-7-5446-2657-6

I. ①快… II. ①束… III. ①英语—阅读教学—高等学校—教材
IV. ①H319.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第015744号

出版发行: 上海外语教育出版社

(上海外国语大学内) 邮编: 200083

电 话: 021-65425300 (总机)

电子邮箱: bookinfo@sflep.com.cn

网 址: <http://www.sflep.com.cn> <http://www.sflep.com>

责任编辑: 吴文子

印 刷: 浙江省临安曙光印务有限公司

开 本: 787×1092 1/16 印张 10.25 字数 249千字

版 次: 2012年3月第1版 2012年4月第2次印刷

印 数: 100 000 册

书 号: ISBN 978-7-5446-2657-6 / H · 1234

定 价: 22.00 元 (附光盘)

本版图书如有印装质量问题, 可向本社调换

编委会名单

顾问 (按姓氏笔画顺序)

李观仪 胡文仲 桂诗春 董亚芬 蒋妙瑞 戴炜栋

总主编 秦秀白

编委 (按姓氏笔画顺序)

王一普	(南开大学)	张维友	(华中师范大学)
王守仁	(南京大学)	李梅	(同济大学)
王海啸	(南京大学)	李霄翔	(东南大学)
白永权	(西安交通大学)	束定芳	(上海外国语大学)
石坚	(四川大学)	杨达复	(西安外国语学院)
刘骏	(汕头大学)	杨惠中	(上海交通大学)
刘洵波	(华南理工大学)	汪火焰	(武汉大学)
刘海平	(南京大学)	邱东林	(复旦大学)
庄智象	(上海外国语大学)	陈永捷	(上海交通大学)
严明	(黑龙江大学)	罗立胜	(清华大学)
何莲珍	(浙江大学)	俞洪亮	(扬州大学)
余渭深	(重庆大学)	柯彦玠	(北京大学)
吴松江	(福州大学)	徐青根	(苏州大学)
张森	(河北科技大学)	黄国文	(中山大学)
张绍杰	(东北师范大学)	黄源深	(上海对外贸易学院)
张勇先	(中国人民大学)	黄震华	(对外经济贸易大学)
张春柏	(华东师范大学)		

2004年1月,教育部颁布了《大学英语课程教学要求(试行)》,将大学英语的教学目标确定为“培养学生的英语综合应用能力,特别是听说能力,使他们在今后工作和社会交往中能用英语有效地进行口头和书面的信息交流,同时增强其自主学习能力,提高综合文化素养,以适应我国社会发展和国际交流的需要”,提出了分层次(即“一般要求”、“较高要求”和“更高要求”)和分类指导的教学要求。与此同时,教育部在全国180所院校开展多媒体网络教学的试点,推广具有个性化学习特征的多媒体网络教学系统,并于2005年2月颁布了《全国大学英语四、六级考试改革方案(试行)》,2007年7月又下发了修订后的《大学英语课程教学要求》。这些举措进一步推动了我国高校大学英语教学全方位的改革和教学质量的全面提升。新世纪的教学改革呼唤新的教材不断诞生。这既是时代的召唤,也是历史的必然。

正是在这样的时代背景下,上海外语教育出版社于2004年初组织全国数十所高校启动了“新世纪大学英语系列教材”建设项目。项目开始之初,外教社以书面问卷、个别访谈和集体座谈等形式在全国数十所高校中进行了广泛的调查研究,并请专家对编写方案进行了多次论证。在上海外语教育出版社庄智象社长的直接领导和筹划下,经过三年多的努力,我们编写了这套“新世纪大学英语系列教材”,力图为新世纪形势下的我国大学英语教材建设作出新的尝试和努力。经教育部认定,这套教材已被列入“普通高等教育‘十一五’国家级规划教材”。

在编写过程中,我们力求体现以下一些编写理念和特色:

(一)坚持人本主义教育观。在确立“新世纪大学英语系列教材”的指导思想时,我们强调教学过程中的人的因素,强调“以学生为中心”,重视开发学习者的自我潜能,注重“情感”和“态度”在学习活动中的作用和力量,力图使学生成为“自我实现者”。与此同时,我们认为,教师必须在课堂内外发挥指导作用,指导学生学会学习。

(二)尊重外语教学的普遍规律和在国内学习英语的客观条件,充分考虑“人”、“语言”和“社会”之间存在的互为依存、互动互促、密不可分的关系,开拓学习者的跨文化交际视野,让学生置身于广阔的社会文化情景之中,养成用英语进行思维的习惯,做到学有所思、思有所得、得有所用,从而不再感到英语是身外之物,实现英语综合运用能力和学习者人格、素质的同步提升。

(三)立足国情,博采众长,充分吸收我国外语教学长期积累下来的宝贵经验和行之有效的教学方法,全面而辩证地审视国外盛行的教学理念,汲取其精髓和内涵,兼收并蓄地注入我们的教学理念中,确保教材具有更好的系统性、科学性、完整性、针对性和实用性。

(四)全面落实《大学英语课程教学要求》提出的教学原则、教学内容和所倡导的教学方法,确保“分层次教学”和“分类指导”的落实,让不同地区、不同群体、不同层次乃至不同时期的学习者各尽其能、各取所需地选用学习资源。为此,系列教材的主干教程共分8册,旨在实现“一般要求”(1—4册)、“较高要求”(3—6册)和“更高要求”(5—8册)的学习目标。不同类别的学校可根据各自的情况从中选择各自的教学起点。

(五)为了体现人本主义的教育观并贯彻“个性化学习”、“自主式学习”、“合作学习”等先

进学习理念,“新世纪大学英语系列教材”在课堂教学活动和课后学习活动的设计和安排等方面为教师和学生都提供了较为广阔的空间,教师和学生都可以根据各自的情况和面对的教学条件选择恰当的教材起点、教学模式和学习模式,实现《大学英语课程教学要求》提出的教学模式的改变,即从“以教师为中心、单纯传授语言知识与技能的教学模式”向“以学生为中心、既传授一般的语言知识与技能,更注重培养语言运用能力和自主学习能力的教学模式”的转变。

(六)在教学内容的安排上,本系列教材讲求科学性和系统性;在培养学生英语综合运用能力方面,本系列教材注重听说训练,强调听、说、读、写、译等诸方面技能协调而全面的发展;在练习设计上,本系列教材突出实用性、新颖性和可操作性。

(七)为适应新形势下我国高校英语教育的需求,“新世纪大学英语系列教材”增加了诸如“经贸类”和“文化类”的选修课教程。这些用英文撰写的选修课教程旨在拓宽学生的相关专业知识,进一步提高学生的英语思维能力和听、说、读、写、译诸方面的语言应用技能。

“新世纪大学英语系列教材”由《综合教程》、《阅读教程》、《视听说教程》、《写作教程》、《快速阅读》和选修课系列教程等部分组成。除《快速阅读》外,各教程均配有教师手册。《综合教程》和《视听说教程》配有学习光盘和电子教案;《写作教程》配有电子教案;《快速阅读》配有学习光盘。各教程虽自成体系,但理念相通、联系密切、相得益彰,为学生和教师提供了比较完整的、多元的、立体化的英语教学平台。

“新世纪大学英语系列教材”各教程及主编如下:

教材名称	主编
综合教程	秦秀白 华南理工大学
阅读教程	黄源深 上海对外贸易学院
视听说教程	杨惠中 上海交通大学
写作教程	刘海平 南京大学
快速阅读	束定芳 上海外国语大学
经贸类选修课教程	黄震华 对外经济贸易大学
文化类选修课教程	石坚 四川大学

新世纪呼唤新教材,新教材体现新理念。和外语界的众多前辈一样,我们在特定的历史条件下做了一件我们认为有意义的工作。我们培育的这棵新苗需要更多园丁的抚育和护理。我们期待着她的成长、壮大、开花、结果。

秦秀白

阅读能力的培养是大学英语教学的一个重要目标，快速、准确地从阅读材料中获得所需的信息更是每一个外语学习者所应该具备并孜孜以求的外语技能之一。新一轮的大学英语教学改革特别强调培养学生实际使用英语的能力，尤其是通过多种阅读渠道获得知识和信息的能力。《大学英语课程教学要求》中对阅读理解能力的一般要求为“能够基本读懂一般性题材的英文文章，阅读速度达到每分钟70词，在快速阅读篇幅较长、难度略低材料时，阅读速度达到每分钟100词，能基本读懂国内英文报刊，掌握中心意思，理解主要事实和有关细节。能读懂工作、生活中常见的应用文体的材料。能在阅读中使用有效的阅读方法。”为适应这一新的要求，大学英语四、六级考试也从2006年1月起增设了“快速阅读”的考试内容。为此，作为“新世纪大学英语系列教材”的一部分，我们编写了《快速阅读》，旨在帮助广大学生扩大阅读范围，增加词汇量，提高阅读速度，丰富语言知识，增强英语语感，培养独立阅读和广泛阅读的能力。

《快速阅读》的总体设计：

1. 本教程分为一、二、三、四册，既可以与新编的大学英语综合教程和阅读教程配套使用，也可以单独使用。

2. 本教程每册分8个单元(每两周一单元)。每一单元以“主题”为线索，安排知识内容相近、体裁不同、风格不同的阅读材料5篇。第一册特别安排了“阅读技巧讲解”部分，旨在帮助学生了解一些基本的阅读理论和技巧，帮助提高阅读能力。第二、三、四册以阅读实践为主，巩固所讲解的技巧。所有练习答案通过附录形式放在书后。

3. 本教程阅读材料选择的主要范围为：散文、科学论文、科普作品、广告、说明书等。所涉及话题尽量对应综合教程所列出的32个主题，包括教育、生活、体育、艺术、经济、科技等内容。4册共160篇阅读材料按照语篇的长度和难度进行分级。每一篇阅读材料的长度基本控制在300~800个词。

《快速阅读》的特点和使用建议：

1. 快速阅读技巧讲解：本教程第一册中我们分16讲介绍快速阅读技巧。前4讲着眼于培养学生积极的阅读态度和正确的快速阅读方法；之后的12讲分章节讲解快速阅读的两大技巧——略读和寻读，并举例说明技巧的具体应用。学生可以先阅读本教程的阅读技巧讲解部分，然后结合每一单元后的阅读训练进行有针对性的练习。

2. 词汇的处理：本教程在编写过程中考虑到学生的水平，在不影响原文的基础上对词汇作了以下处理：1)对部分词汇作了简化处理；2)对影响阅读理解的超纲词汇在首次出现时作了注释；3)至于不影响阅读理解的超纲词汇，鼓励学生根据上下文对词义进行猜测；4)部分词汇复现率高，以强化学生对这部分词汇的理解与掌握，提供通过阅读学习词汇的途径。

3. 限时阅读：根据《大学英语课程教学要求》，本教程在每篇阅读材料的结尾标有该篇材料的词数，并标有该篇材料的目标阅读时间。目标阅读时间分两级设定：“1”的阅读速度根据《大学英语课程教学要求》中规定的一般要求设定，为100词/分钟；“2”根据较高要求设定，为120词/分钟。学生可以将自己的实际阅读时间和目标阅读时间进行对照，寻找差距。学生还可以按照每篇的词数和自己的实际阅读时间计算自己的阅读速度。此外，在每册书的最后分别

附有“阅读速度记录表”和“阅读理解记录表”。学生可以记录自己每一篇文章的阅读速度和理解的正确率，以监控自己的快速阅读能力的提高。

4. 多样化练习：本教程的练习形式突破传统的刻板模式，尽量争取有所变化。每一篇文章配有两个大题的练习：第一大题以最新的四、六级考试快速阅读题型“是非判断”和“句子填空”为主，辅之以其他形式（多项选择、配对、信息转换、简短问答等）；第二大题侧重训练阅读技巧，主要是：根据上下文猜测词义、恰当概括文章中心大意、区分事实与观点、排列文章中事件的先后顺序、根据文章信息进行合理推论等。第二大题的这些阅读技巧训练在每个单元的5篇文章中分别进行训练。建议学生在读完篇章后立即做练习，检查自己对篇章的理解。做练习时不再翻阅已读过的篇章，以逐步养成边阅读边思考边理解的积极主动的阅读习惯。

5. 具体使用步骤：1) 先用20秒时间对文章进行预读。预读时请(a)阅读文章的标题，看自己是否了解文章所涉及的主题，推测文章所要讨论的内容；(b)阅读文章的第一句和最后一句。作者往往会在第一句引出文章所要涉及的话题或表达自己的写作目的，最后一句往往是全文的总结；(c)快速浏览整篇文章，了解文章总体结构；2) 开始正式阅读。如果在课堂上进行阅读训练，老师会帮助你记录实际阅读时间；如果课外自己进行阅读训练，请自己计时（请注意将预读的20秒计入阅读时间）；3) 将自己的实际阅读时间计入到文章后的空格中，并计算阅读速度；4) 完成文章后的练习，并对照书本后的正确答案，计算阅读理解的正确率；5) 将自己的阅读速度和阅读理解正确率记录到书本最后的表格中。一段时间后你可以对自己快速阅读能力的提高进行正确的评估。

《快速阅读》多媒体光盘的特点和使用建议：

1. 多样的阅读模式和阅读速度：本教程多媒体光盘设有4种不同的阅读模式供读者选择：按意群显示、按意群消失、逐行暗淡显示（这3种模式都是先看文章，换页后做题）、考试模式（这种模式文章和题目一起显示，到时间后一起消失）。同时，每一册按照《大学英语课程教学要求》设置了slow、average和fast 3个级别6种不同的阅读速度供读者根据自己的实际情况进行选择。除此之外，光盘还额外提供了3种较高的速度，供水平较高的读者尝试。

2. 细致的课文分析：本教程多媒体光盘对每一篇课文的练习进行了讲解，不仅提供了参考答案，还对选择该答案的理由（包括考点涉及的内容出现在文章的什么地方）进行了说明。此外，还对课文中出现的生词、常用词、词组和难句进行了讲解。

3. 丰富的补充材料：本教程多媒体光盘给课文中提到的有关文化、社会等各方面背景知识配以适当的图片、音频/视频材料，进行了比较详细的说明。每个单元除原有的5篇课文外，还提供了一篇与该单元主题相关的、根据大学英语四、六级考试设计的模拟试题。此外，阅读技巧讲解和全册所有课文的讲解中提到的词汇分别以READING SKILLS和GLOSSARY的形式放在光盘的一级导航条内，方便使用者随时查看。

4. 具体使用步骤：1) 点击任意单元进入相关单元，选择所要阅读的课文；2) 选择阅读模式和阅读速度，开始阅读；3) 阅读完毕（或规定时间结束后）进行答题；4) 答题结束后，自动显示答题正确率，然后进入Review界面，读者可以有选择地参看练习答案分析和课文词汇、难句、背景知识的讲解等；5) 每单元的模拟题可以直接从导航页进入。答题的方式与阅读模式中的考试模式相似；时间结束或读者点击完成后，显示答题情况，结果保存在电脑里，用柱状图表示各单元模拟题正确率的升降情况，供读者进行自我评价。每单元模拟题可反复做，但只计第一次的结果。

编者
2006年5月

阅读能力的培养是大学英语教学的一个重要目标,快速、准确地从阅读材料中获得所需的信息更是每一个外语学习者所应该具备并孜孜以求的外语技能之一。新一轮的大学英语教学改革特别强调培养学生实际使用英语的能力,尤其是通过多种阅读渠道获得知识和信息的能力。《大学英语课程教学要求》中对阅读理解能力的一般要求为“能够基本读懂一般性题材的英文文章,阅读速度达到每分钟70词,在快速阅读篇幅较长、难度略低材料时,阅读速度达到每分钟100词,能基本读懂国内英文报刊,掌握中心意思,理解主要事实和有关细节。能读懂工作、生活中常见的应用文体的材料。能在阅读中使用有效的阅读方法。”为适应这一新的要求,大学英语四、六级考试也从2006年1月起增设了“快速阅读”的考试内容。为此,作为“新世纪大学英语系列教材”的一部分,我们编写了《快速阅读》,旨在帮助广大学生扩大阅读范围,增加词汇量,提高阅读速度,丰富语言知识,增强英语语感,培养独立阅读和广泛阅读的能力。

《快速阅读》的编写原则与总体设计:

1. 本教程以最新的外语阅读教学理论为指导,以激发学生阅读兴趣、培养学生自主、快速阅读能力为目标,适合中国大学生心理和文化发展需要。

2. 本教程根据新的《大学英语课程教学要求》编写,充分考虑学生现有的英语阅读能力和阅读方式,以及大学英语教学不同阶段的不同情况,遵循循序渐进的原则。教程分为一、二、三、四册,既可以与新编的大学英语综合教程和阅读教程配套使用,也可以单独使用。

3. 本教程力图将阅读技巧的训练与阅读实践有机地融为一体。每册分8个单元(每两周一单元)。每一单元以“主题”为线索,安排知识内容相近、体裁不同、风格不同的阅读材料5篇。第一册特别安排了“阅读技巧讲解”部分,旨在帮助学生了解一些基本的阅读理论和技巧,帮助提高阅读能力。第二、三、四册以阅读实践为主,巩固所讲解的技巧。所有练习答案通过附录形式放在书后。

4. 本教程阅读材料的选择按照“经典与现代相结合,理论与实践相结合,以实用为主,兼顾人文素质的培养”的原则进行。主要范围为:散文、科学论文、科普作品、广告、说明书等。所涉及话题尽量对应综合教程所列出的32个主题,包括教育、生活、体育、艺术、经济、科技等内容。根据确定的主题广泛收集能作为课文使用的语料。筛选好的课文语料经所有编写人员集体讨论,最后确定阅读材料160篇,并按照语篇的长度和难度进行分级。每一篇阅读材料的长度基本控制在300~800个词。

《快速阅读》的特点和使用建议:

1. 快速阅读技巧讲解:本教程第一册中我们分16讲介绍快速阅读技巧。前4讲着眼于培养学生积极的阅读态度和正确的快速阅读方法;之后的12讲分章节讲解快速阅读的两大技巧——略读和寻读,并举例说明技巧的具体应用。学生可以先阅读本教程的阅读技巧讲解部分,然后结合每一单元后的阅读训练进行有针对性的练习。

2. 词汇的处理：本教程在编写过程中考虑到学生的水平，在不影响原文的基础上对词汇作了以下处理：1) 对部分词汇作了简化处理；2) 对影响阅读理解超纲词汇在首次出现时作了注释；3) 至于不影响阅读理解的超纲词汇，鼓励学生根据上下文对词义进行猜测；4) 部分词汇复现率高，以强化学生对这部分词汇的理解与掌握，提供通过阅读学习词汇的途径。

3. 限时阅读：根据《大学英语课程教学要求》，本教程在每篇阅读材料的结尾标有该篇材料的词数，并标有该篇材料的目标阅读时间。目标阅读时间分两级设定：“1”的阅读速度根据《大学英语课程教学要求》中规定的一般要求设定，为100词/分钟；“2”根据较高要求设定，为120词/分钟。教师在课堂上可以帮助学生记录实际阅读时间。具体做法如下：请学生同时开始阅读，1分钟后教师在黑板上写上1:00，以后每隔10秒更新时间，即1:00、1:10、1:20，依此类推。学生阅读完毕，看黑板上的时间就可以知道自己的实际阅读时间。教师也可以要求学生自己记录实际阅读时间。学生可以将自己的实际阅读时间和目标阅读时间进行对照，寻找差距。学生还可以按照每篇的词数和自己的实际阅读时间计算自己的阅读速度。此外，在每册书的最后分别附有“阅读速度记录表”和“阅读理解记录表”。学生可以记录自己每一篇文章的阅读速度和理解的正确率，以监控自己的快速阅读能力的提高。建议教师引导学生运用恰当的阅读技巧，以目标阅读时间的要求为参照，有意识地坚持进行计时阅读训练。

4. 多样化练习：本教程练习的编写按照“任务型为基础”的教学原理，以真实的阅读任务为主，兼及具体的阅读技能的培养。练习形式突破传统的刻板模式，尽量争取有所变化。每一篇文章配有两个大题的练习：第一大题以最新的四、六级考试快速阅读题型为主，辅之以其他形式，大概比例为：是非判断(40%)、句子填空(30%)、多项选择(10%)、配对(10%)、信息转换(5%)、简短问答(5%)等；第二大题侧重训练学生的阅读技巧，主要是：根据上下文猜测词义、恰当概括文章中心大意、区分事实与观点、排列文章中事件的先后顺序、根据文章信息进行合理推论等。第二大题的这些阅读技巧训练在每个单元的5篇文章中分别进行训练。建议学生在读完篇章后立即做练习，检查自己对篇章的理解。做练习时不再翻阅已读过的篇章，以逐步养成边阅读边思考边理解的积极主动的阅读习惯。

5. 具体使用步骤：1) 给学生20秒时间对文章进行预读，可以根据学生实际情况对学生普遍感到困难的生词、术语等进行必要解释；2) 当学生开始正式阅读时，根据上面提到的计时方法帮助学生计时(请注意将预读的20秒计入阅读时间)；3) 请学生将自己的实际阅读时间计入到文章后的空格中，并计算阅读速度；4) 请学生完成文章后的练习，并对照书本后的正确答案，计算阅读理解的正确率(课堂时间允许的话，可进行简要的分析)；5) 请学生将自己的阅读速度和阅读理解正确率记录到书本最后的表格中。一段时间后教师可以引导学生对自己的快速阅读能力进行正确的评估。

《快速阅读》多媒体光盘的特点和使用建议：

1. 多样的阅读模式和阅读速度：本教程多媒体光盘设有4种不同的阅读模式供读者选择：按意群显示、按意群消失、逐行暗淡显示(这3种模式都是先看文章，换页后做题)、考试模式(这种模式文章和题目一起显示，到时间后一起消失)。同时，每一册按照《大学英语课程教学要求》设置了slow、average和fast 3个级别6种不同的阅读速度供读者根据自己的实际情况进行选择。除此之外，光盘还额外提供了3种较高的速度，供水平较高的读者尝试。

2. 细致的课文分析：本教程多媒体光盘对每一篇课文的练习进行了讲解，不仅提供了参考答案，还对选择该答案的理由(包括考点涉及的内容出现在文章的什么地方)进行了说明。此外，还对课文中出现的生词、常用词、词组和难句进行了讲解。

3. 丰富的补充材料：本教程多媒体光盘给课文中提到的有关文化、社会等各方面背景知识配以适当的图片、音频/视频材料，进行了比较详细的说明。每个单元除原有的5篇课文外，还提供了一篇与该单元主题相关的、根据大学英语四、六级考试设计的模拟试题。此外，阅读技巧讲解和全册所有课文的讲解中提到的词汇分别以 READING SKILLS 和 GLOSSARY 的形式放在光盘的一级导航条内，方便使用者随时查看。

4. 具体使用步骤：1) 点击任意单元进入相关单元，选择所要阅读的课文；2) 选择阅读模式和阅读速度，开始阅读；3) 阅读完毕(或规定时间结束)进行答题；4) 答题结束后，自动显示答题正确率，然后进入 Review 界面，读者可以有选择地参看练习答案分析和课文词汇、难句、背景知识的讲解等；5) 每单元的模拟题可以直接从导航页进入。答题的方式与阅读模式中的考试模式相似；时间结束或读者点击完成后，显示答题情况，结果保存在电脑里，用柱状图表示各单元模拟题正确率的升降情况，供读者进行自我评价。每单元模拟题可反复做，但只计第一次的结果。

《快速阅读》由束定芳教授(上海外国语大学)担任主编，励哲蔚(宁波大学)、王蓓蕾(同济大学)、李菁(上海外国语大学)参与编写。杭州师范学院杨小洪教授为编写组提供了大量阅读素材，英国专家 Tony Ward 对全书进行了审读，特此致谢。

《快速阅读》在编写之初，根据新的课程标准和外语教学新理念，结合四、六级考试改革的内容，在大学英语教师和学生之间进行了需求分析，了解学生的实际情况和需求。之后又在出版社与有关学校和老师的帮助下，根据实际情况由编写人员和其他教师在一定的范围内对教材进行了逐册试用，观察和了解学生的反应，对试用过程中发现的问题我们进行了必要的修改。但由于本教程的编写在内容和形式上都有一些新的尝试，加之编者水平所限，如有不足之处，敬请广大读者、专家、同行不吝指正。

编者
2006年5月

阅读技巧讲解	1
Unit One	
University Life	27
Text 1 A Farewell Gift	28
Text 2 Family Bonds	31
Text 3 Girls Miss Friends When They Head to College	33
Text 4 Expert Tips to Prepare for Exams	35
Text 5 I Passed the Test	38
Unit Two	
Reading	41
Text 1 SQ3R: A Reading Technique	42
Text 2 Reasons Why You Might Be Reading Some Particular Text	44
Text 3 Improve Your Reading	46
Text 4 Eliminating Poor Mental Habits of Reading	49
Text 5 Increase Your Reading Speed by Quieting Subvocalization	52
Unit Three	
Parents and Children	55
Text 1 The Apple Tree	56
Text 2 The Emily Tree	58
Text 3 It Takes a Special Man to Fill a Stepfather's Shoes	60
Text 4 The Other Mother	62
Text 5 The All-Leather, NFL Regulation, 1963 Chicago Bears- inscribed Football	64
Unit Four	
Friendship	67
Text 1 The Beauty of Friendship	68
Text 2 Friends	70
Text 3 The Color of Friendship	73
Text 4 Losing Friends	76
Text 5 Helping a Friend Who Is Hurting	78

Unit Five	Education	81
	Text 1 A Letter from a High School Freshman	82
	Text 2 A Note in My Mailbox	84
	Text 3 Who You Are Makes a Difference!	87
	Text 4 Chuck	90
	Text 5 Creative Crafts for Kids	93
Unit Six	Love	97
	Text 1 Speak out Your Love	98
	Text 2 Grandpa's Valentine	101
	Text 3 Love Is Just a Thread	103
	Text 4 The Art of Love Letters	106
	Text 5 Hungry for Your Love	109
Unit Seven	Christmas	113
	Text 1 Christmas	114
	Text 2 The Giving Trees	117
	Text 3 From the Heart	119
	Text 4 Christmas Lights	122
	Text 5 The Spirit of Santa Doesn't Wear a Red Suit	125
Unit Eight	Animals	129
	Text 1 Mother Duck's Miracle	130
	Text 2 A Friend in Need	133
	Text 3 Dragonflies	135
	Text 4 How Do Animals Know When an Earthquake Is Coming?	137
	Text 5 5 Tips to Add Zing to Your Dog Walk Routine	139
Answers		141

Reading Skills

阅 读 技 巧 讲 解

- | | | |
|----|----|--------------------|
| 2 | 1 | 积极主动阅读 |
| 2 | 2 | 克服不良阅读习惯 |
| 3 | 3 | 自我定速训练 |
| 4 | 4 | 扩大认读范围 |
| 5 | 5 | 浏览：确定写作目的 |
| 7 | 6 | 浏览：了解基本结构 |
| 9 | 7 | 浏览：寻找直接阐述的中心思想（I） |
| 10 | 8 | 浏览：寻找直接阐述的中心思想（II） |
| 11 | 9 | 浏览：寻找隐含的中心思想 |
| 12 | 10 | 区分看法与事实 |
| 13 | 11 | 寻读技巧 |
| 15 | 12 | 寻找数目与数字 |
| 17 | 13 | 寻读定义和说明 |
| 19 | 14 | 寻读结构特征 |
| 21 | 15 | 猜测词义 |
| 23 | 16 | 推想看法和态度 |

阅读是一种读者与作者之间的互动。读者对于阅读材料的理解程度取决于许多因素：材料涉及的题材(是科技类的还是文学类的?)、文本的类型(是新闻报道还是广告?)、材料的难度以及读者的阅读技巧等。要提高阅读的速度和对材料的理解程度，主动阅读非常重要。所谓主动阅读一方面要对阅读采取一种积极的态度，在阅读的同时进行积极有效的思考；另一方面要明确阅读目的。明确阅读目的将有助于增加对阅读材料的理解。在开始阅读之前，我们不妨问一下自己：我为什么读这篇文章或这本书？在阅读中我想得到什么？(请参考本册 Unit 2 的 Text 2 以了解不同的阅读目的以及其所对应的阅读材料类型。)

请参照下表，看看你是否已经是一个主动阅读者：

1	I read textbook chapters from beginning to end without stopping.	
2	I stop reading to look at figures, charts, or other graphics and try to relate them to the rest of the text.	
3	When I get confused, I mark the passage or make a note to ask about it later.	
4	I usually have trouble deciding what is important in a textbook chapter or other assigned reading.	
5	I often see a connection between what I read in textbooks and my life or course content.	
6	I rarely underline, mark, or make notes when I read.	
7	I can't decide what I should underline or mark.	
8	Even if I'm not interested in what I'm reading, I am still able to decide what is important.	
9	My only reason for reading a textbook chapter is that the instructor has assigned it.	
10	I usually have a purpose for reading — something I want to know or need to find out.	

如果你选择了 2, 3, 5, 8, 10，说明你已经具备了主动阅读的态度；如果你选择了 1, 4, 6, 7, 9，那么你的阅读态度还有待改进。

要提高阅读的速度，应该努力克服一些不良的阅读习惯：

1) 音读 (vocalizing)

许多外语学习者都有出声阅读的习惯。出声阅读会在很大程度上限制阅读的速度和效率，因为嘴唇的活动无疑会影响眼睛的扫视速度。要提高阅读的速度和效率，阅读者应该训练自己通过视觉器官直接解读文字符号的能力。

2) 默读 (sub-vocalizing)

默读指的是阅读时阅读者不出声地读出每个词的音。默读也会直接影响到阅读的速度和效率。克服这一不良阅读习惯的有效方法就是有意识地提高自己的阅读速度，把注意力集中在阅读材料的内容上。

3) 阅读时移动头部 (head wagging)

有些外语学习者在阅读过程中往往会随着视线的移动而移动头部。这一不必要的动作往往会对阅读速度产生影响，因此应该养成阅读时只移动视线而不同时移动头部的习惯。

4) 回读 (regressing)

回读指的是在读完一个句子或段落后又回过头去再读一遍或多遍。改变这一不良习惯的有效办法之一就是选择阅读一些难度不大的阅读材料。这样，阅读者就不会因遇到太多的生词或短语而需要经常回过头去重新阅读，以致养成回读的不良习惯。

另外一些不良的阅读习惯包括阅读时注意力不集中、一面阅读一面做小动作、过多地对句子作语法分析、经常在阅读过程中查词典等等。这些不良习惯直接影响到阅读者的思路，降低阅读速度，应及时加以纠正。

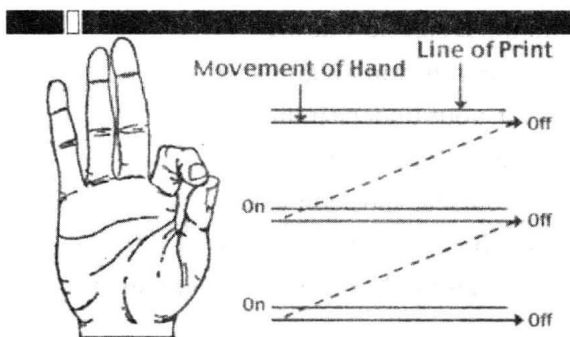
3

自我定速训练

Self-pacing

阅读中，我们还可以通过定速训练来加快眼睛的移动从而提高阅读的速度。定速训练，实际上就是给眼睛一个可以跟随的目标，你可以用手、笔或卡片作为辅助工具。

以手为例。如图所示，首先摆好手形，翻转手掌使之能在纸上平滑地移动，三根伸出的手指正好位于你所阅读的那一行的下方。熟练地掌握这个动作后，手自然放松，逐渐加快移动速度。按这种方法练习多次。



Hand Position-guiding technique

做这一练习时，阅读材料以条理清晰、难度适中为宜，计时一般以一分钟为单位。阅读一分钟后，尝试在纸上写出你刚读过的内容，不必写下完整的句子，记下关键词语即可，比如人名、地点、时间、事件等。然后再次从头阅读同一材料，阅读时尽量加快速度，第

二分钟结束后，再次尝试在纸上写下你所记得的内容，看看是否能够记得多一些。注意，阅读时只需要移动你的眼睛和手，头不要随之移动。

按这一方法训练一段时间后，尝试扩大眼睛的扫视范围，即：阅读时不再从每一行的第一个词开始一直读到每一行的最后一个词，而是在每一行左右各留出2厘米左右，利用眼睛的余光扫视这部分的文字；也可以尝试一次浏览两行或两行以上来加快阅读的速度。

对于像报纸、杂志等分栏印刷的材料，你可以采用直线定速的方法，即沿着材料的中心线用食指引导目光的移动。开始时可以稍微慢一些，逐渐加快阅读的速度。训练自己的眼睛跟随食指直线往下移动，而不是左右移动。

	<p>The daily newspaper offers a good means of practice in improving eye movements. The newspaper column is so narrow that, with practice, you can learn to get the meaning of a line from just one or two fixations per line. Sometimes students draw lines down the center of newspaper or magazine columns as a visual reminder to fixate only once per line. As your eye moves from line to line, your recognition span will tell you what lies on either side of that line. Run your eyes quickly straight down the column. Don't slow down and certainly don't regress! At first, your understanding will suffer. But continue to push yourself, and soon your comprehension will return to its previous level. This is how you improve.</p>	
--	---	--

4

扩大认读范围

Expanding recognition span

阅读是由一系列的注视 (fixation)——目光的短暂停顿——组成的。在目光短暂停顿的