

# 英 语

## 快速阅读教学手册

〔英〕爱德华·弗赖博士 著  
《快速阅读教学手册》编译组 编译

北京师范大学出版社

**TEACHING  
FASTER READING**

---

**A MANUAL**

BY

EDWARD FRY, Ph.D.

*Professor of Education and Director of Reading Center  
Rutgers, The State University  
New Brunswick, New Jersey*

**英语快速阅读教学手册**

[英] 爱德华·弗赖博士 著

《快速阅读教学手册》编译组 编译

北京师范大学出版社出版  
新华书店北京发行所发行  
国营五二三厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：12.75 字数：285 千

1984年4月第1版 1984年4月第1次印刷

印数：1——50,000

统一书号：9243·25 定价：1.20 元

# 目 录

## 第 一 部 分

### 英语快速阅读教学手册

引 论 .....	( 3 )
第一章 速读的重要性 .....	( 9 )
第二章 常见的毛病和眼睛的运动 .....	( 19 )
第三章 阅读理解 .....	( 31 )
第四章 意义单位 .....	( 43 )
第五章 略读与阅读的灵活性 .....	( 54 )
第六章 进步形式 .....	( 69 )
第七章 学习方法和记忆要素 .....	( 79 )
第八章 词汇量与阅读能力的进一步提高 .....	( 98 )
附录一 .....	( 111 )
附录二 .....	( 116 )

## 第 二 部 分

### 练 习 用 书

#### SECTION ONE

1. BY TUBE TO THE CIRCUS ..... (121)
2. OWLS ..... (127)

3.	LIKE FATHER, LIKE SON? .....	(131)
4.	A BEAUTIFUL TRIP .....	(137)
5.	BLACK GOLD .....	(143)
6.	GLASS-MAKING .....	(147)
7.	THE NATIONAL HEALTH .....	(153)
8.	TELEVISION .....	(158)
9.	BEETHOVEN .....	(164)
10.	SANDRA BROWN WILLIAMS .....	(170)
11.	SUNTAN AND SOCIETY .....	(175)
12.	SALT .....	(181)
13.	TALKING OF THE WEATHER .....	(187)
14.	A LIBRARY MISHAP .....	(193)
15.	A LETTER .....	(199)

## SECTION TWO

1.	THE WRIGHT BROTHERS .....	(205)
2.	SQUATTERS' RIGHTS .....	(210)
3.	TRAVEL .....	(216)
4.	ON THE BALL .....	(222)
5.	QUARRELS .....	(228)
6.	STUDENT OF ZOOLOGY .....	(234)
7.	PATTERNS OF THE PAST .....	(240)
8.	HITCH-HIKERS .....	(246)
9.	A NEW ISLAND FOR ICELAND .....	(252)
10.	DREAMS .....	(258)
11.	SOCRATES .....	(264)

12. A MARRIAGE OF CONVENIENCE .....	(270)
13. MY MOST IMPORTANT DAY .....	(277)
14. CLOCKS THROUGH TIME .....	(284)
15. POLLUTION : A THREAT TO OUR ENVIRONMENT .....	(291)

### SECTION THREE

1. THE BERMUDA TRIANGLE .....	(298)
2. MY ARRIVAL AT ABERDOVEY .....	(303)
3. THE TELEVISION CAMERA AND THE HUMAN EYE .....	(308)
4. THE LINGUISTIC HABITS OF A NEW GENERATION .....	(314)
5. HEAT AND ITS EFFECTS .....	(320)
6. THE HEART .....	(326)
7. THE PELICAN .....	(332)
8. TELEPHONE CALLS .....	(338)
9. A SCHOOL BOOK STALL .....	(345)
10. A WILD ELEPHANT .....	(352)
11. CIGARETTES .....	(358)
12. A PHENOMENAL MEMORY .....	(365)
13. THE DISCOVERY OF A SUNKEN SHIP .....	(372)
14. THE DISNEY WORLD .....	(380)
15. ANTS ARE SMARTER THAN WE THINK	

.....	(387)
附录 .....	(394)
<b>ANSWERS</b> .....	(395)

# 第 一 部 分

英语快速阅读教学手册





## 导 论

本书的目的是帮助中学或大学教师上好提高阅读速度课，也可以做为进修教师的教科书，用以提高教师本人的阅读技巧，同时也可学会如何提高未来学生的阅读技巧。最后，本书还可做为任何成年人或高年级学生提高阅读速度的自学材料。但用此书时，不宜把学生的阅读训练开始得太早。

剑桥大学出版社曾于一九六三年出版过一本专供学生使用的《快速阅读——练习用书》。这本《讲授快速阅读》正是为了配合那本书而编写的。不过，本书所论述的教学方法、课程大纲以及所选教材，必须与学生使用的其它大量练习用书配合使用。

本书在确保正常理解基本要求不受忽视的同时，集中论述了提高阅读速度方面的问题，其目的是为了补充而不是取代讲授理解书面英语的其它方法，例如，语言研究和文学评论等。

提高阅读速度和理解率的主要方法之一是让学生计时阅读一系列文章片断，并围绕文章片断提出种种有助于提高理解率的问题，让学生回答。这些文章片断均可在学生使用的《练习用书》中找到。但是，除了计时阅读和提高理解率的练习之外，学生还需要得到教师的鼓励、帮助和阅读方面的有关知识。做为教育者的教师必须运用他们熟练的教学艺术

和技巧来鼓励帮助学生，并向学生提供一些学习的训练方法。本书不仅为充实教师自己的阅读知识，也为课堂教学提供了资料。

由于提高阅读课程通常需要十周的课时，因而本书也分为十章。如果教师按书中的速度每周安排《练习用书》中的三课，那么，本书就正好需要用十周的课时。不过，教师可以根据各个学校存在的问题来扩充或适当缩短这门课程的授课时间。提高阅读课程的设置大多数安排十周课时，很少低于六周或七周的，也很少超过十八周的。

如果这一课程的课时安排得太短了，就很难有足够的时间用于实践，因而也就无法掌握预期的阅读技巧并养成良好的阅读习惯。如果课程内容不断扩充，致使课时拉得很长，学生就会失去兴趣，而对整个课程感到厌烦。这样，全班每周平均成绩的提高就不能如实反映出来。

在每所学校里，教师用于提高阅读课程的课时总数是各不相同的。有人提议，教课每周用于本课程的课时应不少于两次，每次半小时。除了课堂活动外，还要布置少量家庭作业。在学生每周课堂活动时间内，通常要有一次用于讲课和根据本书各章要求而安排的讨论。另一次让学生按照《练习用书》的要求，当堂做计时阅读练习，同时教师还可以当堂批改并主持讨论家庭作业。在全班学生完成计时阅读练习之后，教师还要召集全班学生来讨论测试问题的答案，以便通过这种方法，使学生加强对课文的理解。

除了计时阅读练习和课堂讲解外，很多提高阅读速度课程也采用“速读器”来进行训练，也就是使用一种称作“速读训练器”的特殊装置，以二十五分之一秒的速度在屏幕上

闪现单词、短语、有时还有符号。简单合用的“速读训练器”是由一部普通的幻灯放映机，一个安装在镜头正面的快门和一套特制的胶片组装而成的。虽然不是所有从事速读训练的权威人士都赞同必须使用“速读训练器”，但是很多从事这项工作的教员都发现，利用它来进行速读训练对于保持学生对这门课程的兴趣和破除缓慢的、逐字逐句的阅读习惯都是很有好处的。我本人经常利用这种器械来上阅读训练课，主要是在屏幕上展示闪现出单词和逐渐加长的短语。每周训练的时间大约为二十五分钟。

还有一些旨在提高阅读速度和理解率之行之有效的课型，并不采用象“速读训练器”这一类的辅助器械。但是，所有这些课型都采用了计时阅读训练和课堂讲解的方法。

对学生和教师经常提出的一些问题的解答：

### 一、学习这门课程对我的阅读速度能有多大提高？

作者所设计的这套课程在美国和非洲试用以来，通常可平均提高阅读速度百分之一百。这就是说，全班的平均阅读速度大体上可以提高一倍。这对美、英两国的学生来说是很平常的。例如，C·帕尔顿在调查了包括工作企业、技术学院、护士学院和大学校外各系在内的八个不同部门的四十个班级的学习成绩之后，于一九六七年在《英国教育心理学杂志》上发表的一篇文章中写道：“根据所有调查单位的数据来看，在正常情况下，平均阅读速度开始时是每分钟160到280个单词，结业时可达每分钟340到500个单词，阅读速度提高了百分之四十到百分之一百三十。

### 二、速读会降低理解率吗？

总的说来是不会的。作者所教的大多数班级，从开始到

结束，学生的正常理解水平几乎是一样的。非洲班的情况表明，学生的理解率在结业时还有所提高，不过应当说明的是，他们在训练开始时，理解率是有些偏低。从英国学生的情况来看，帕尔顿写道：“如以选择法来测试学生理解率的话，他们在更多情况下是得大于失。”

三、采用某一种阅读材料，例如浅易的记叙事实的材料，是否也能有助于提高阅读其它材料的能力？

作者曾为一个研究机关的雇员开设过提高阅读速度课程，一个公司的心理学家在本课程开始前和结束后都曾用难度很大的材料（有关体育比赛的理论）对学生作过一次测试。作者发现，学生阅读比较浅易的记叙事实的材料的速度提高了一倍。而心理学家发现，即使没受过阅读难度大的材料的训练，学生的阅读速度也提高了约百分之九十。从每分钟阅读字数的实际比率来看，阅读困难材料的速度当然要低于阅读容易的材料。美国百分之八十以上的高等院校目前都开设提高阅读速度课程，而且这类课程也已在中学迅速铺开，这就进一步证明了这一课程的开设确实有利于普遍提高学生的阅读速度。

四、用一种语言来进行速读训练是否有助于学生提高另一种语言的阅读速度？

迈克尔·威斯特在其所著的《学会读外语》一书中指出，训练印度学生速读英语的能力也能极大地提高他们阅读孟加拉语的速度。他的结论是：“阅读能力是一种普遍适用的能力。它并不只限于一种语言。因为一种语言的阅读能力是可以“转化”的，它也会在提高另一种语言阅读能力的过程中发挥作用。”

根据对这个问题和前面一个问题的回答可以看出，为了使阅读技巧能够得到广泛的应用，没必要仅仅依靠某种特定的阅读材料来进行训练。

#### 五、提高阅读速度是否有年龄上的限制？

作者曾为美国高中学生（年龄在 16 岁至 18 岁之间）及工业部门的高级行政管理人员开设过基本上相同的课程。我在成人教育工作中，常常遇到这种情况，一个 16 岁的小伙子就坐在一个 60 岁老人的身旁。但从提高阅读速度的成绩来看，他们之间并没有明显的差别。帕尔顿对此也做过进一步的说明。他在一份报告中指出：“从苏格兰商业学院 26 名学生的情况来看，年龄在 40 岁以上和 40 岁以下的学生，在提高阅读速度方面并没有什么差别。”

#### 六、个人的差异会影响阅读速度的提高吗？

是的，正如人们所预料的那样，天资聪明、勤奋好学的学生，成绩提高得快些。虽然本课程对智力较差或成绩落后的学生也会有所帮助，但它（作为整个语言提高计划的一个组成部分）主要还是为正常和中等水平以上的学生设计的。

#### 七、我能保持住速读的成绩吗？

我们曾对美国学生的阅读速度和理解率搞过测试。测试是在课程结束后半年或一年之后进行的。根据组别、课程类型和采用的测试方法来判断，他们仍能继续保持阅读速度的百分之六十到百分之一百。在英国的调查研究也得出基本相同的结果。帕尔顿在报告中指出，一位调查人员发现，过了十三周之后，学生仍能继续保持阅读速度的百分之九十三。另一位发现，经过六个月或半年以上能继续保持阅读速度的百分之六十一（使用问答题）。帕尔顿的结论是：“在理解

率不发生变化的情况下，平均阅读速度稍有下降也许是一条规律。尽管如此，这仍然是一个令人相当满意的成果。”

## 导 论 要 点

1. 本书可供中学或大学教师课堂教学使用。
2. 提高阅读的主要方法是让学生计时阅读文章片断，并随之进行理解测试。
3. 教师需提供：
  - a. 鼓励和训练；
  - b. 本手册所提供的有关阅读的知识。
4. 本课程通常需要十周课时。
5. 本手册共有十章。
6. 每周两次课堂活动应包括一次讲课，一次计时练习。
7. 每周两次家庭作业，必要时可适当增加次数。
8. 增加的课时，可用来讨论测试的问题，以提高学生的理解力。
9. 可采用“速读训练器”。
10. 学生的阅读能力可望提高一倍。
11. 快速阅读通常不会降低理解率。
12. 接受一种阅读材料和一种语言的训练有助于提高阅读其它材料和另一种语言的能力。
13. 不同年龄和不同程度的学生经过适当训练后，均可提高阅读速度。
14. 阅读速度明显提高之后是可以保持下来的。

## 第一章

### 速读的重要性

教师的重要职责之一是反复地向学生宣传提高阅读能力的重要性。“带马到河边易，逼马饮水难。”学生之所以要上学，是因为有法律上的规定，或者是为了取得一张证书或文凭。因此，必须让学生从思想上认识到提高阅读速度的重要性。

如果学生不愿与本课程合作，不打算提高自己的阅读速度，也不认真做家庭作业，那末，他们的阅读能力是肯定提高不了的。因此，教师必须把学生争取到自己一边来，通过各种行之有效的方法来提高他们的阅读能力。做到这一点并不困难。教师可向学生指出，在他们的家庭作业中，阅读占了很大的比重，并告诉他们如果要想继续深造，就得进行大量的阅读，而且他们作为成年人，为了工作或消遣，很可能要阅读大量的书、刊、报纸和各种各样的产品说明书。教师还可向学生阐明这样的看法，现代社会的发展在很大程度上取决于通过阅读来进行交流的能力；每个政府官员、商人或家庭主妇无一例外地都必须进行大量的阅读。此外，教师也可以从学生中举出某些实例来论证自己的观点。

写作也是交流思想的一种工具。人们凭籍写作就能与千百万人来共同分享自己的知识。现代印刷技术能以很低的成

本，印刷出各种类型的价格低廉的文字材料。从读者的观点来看，阅读更是获得情报信息最迅捷的方法之一。英语说话的速度，通常每分钟大约一百五十个字，而一个中等水平的英国人或美国人，每分钟约可阅读二百五十个字，或者更快一些。由此可见，一个中等水平的人，阅读速度几乎要比听力快一倍。把英语作为第二语言的人，能很容易地达到这一阅读速度，甚至更快。

班 级	第 一 周		第 七 周		增 进	
	速度 (字/分)	理解率 (%)	速度 (字/分)	理解率 (%)	速度 (字/分)	理解率 (%)
理科学士	171	53	385	77	214	21
文科学士	220	65	370	72	150	7
文理学士 和 六年级学生	201	63	395	75	194	12
六年级学生	154	40	381	70	227	10

图 1： 麦克勒大学学院四个班学生开始教学七周之后的阅读速度和理解率的提高情况。

以上是麦克勒大学学院四个班的学生经过七周速读训练后，提高阅读速度和理解率的统计图表(四个班的学生中，非洲学生约占百分之八十五，亚洲学生占百分之十五，六年级学生都是年龄约十八岁的高中生，他们将在一、二年内报考大学。)

上述提高阅读速度的成绩是根据学生在课堂上所做的练习统计的。有些材料表明，学生在家休息时，其阅读速度不如在课堂测验环境下那么快。但是，另有一些事实表明，学



生在课堂测试中取得的显著成绩还有助于促进其他类型的阅读，例如娱乐性或研究性的阅读等。

尽管上述数字看来未免过高，但教师可以有把握地说，学生的阅读速度无论如何可以提高百分之二十五。这就是说，学生在通常只能读完四本书的时间就能读完五本书。以一个人的一生时间来计算，显然可以节约大量的时间，换句话说，也就是可以增加大量的阅读时间。教师不妨以学生自己估计的每周阅读时间为例，在黑板上做一次简单的计算，其结果必定是很有说服力的。

阅读能力	字	1 周	1 个月	1 年	10 年
差	150字/分	3/4本	3 本	36本	360本
良	250字/分	1 1/4本	5 1/2本	66本	660本
优	350字/分	1 3/4本	7 1/2本	90本	900本

图 2.

上述统计图表充分显示了提高阅读速度所带来的好处（假设学生每天的阅读时间为一小时，每周按六天计算，所读图书总篇幅的平均长度就是 70,000 个字。）

也许有些学生会说，阅读速度快的人不象阅读速度慢的人对书本理解得那么深。当你在课堂上进行第一次阅读测试时，这种错误看法便会不攻自破。只要粗粗看一眼阅读速度提高的成绩就不难发现阅读速度快的人，理解率是时高时低的。有些阅读速度慢的人理解率很高，而另一些则很低。由此可见，阅读速度和理解率之间并无多少联系。不过，提出这种看法时，当然要特别慎重。因为一个阅读速度慢的人有