

总主编 甘莉萍

*College English
Fast Reading*

大学英语 快速阅读教程

主 编 甘莉萍

1



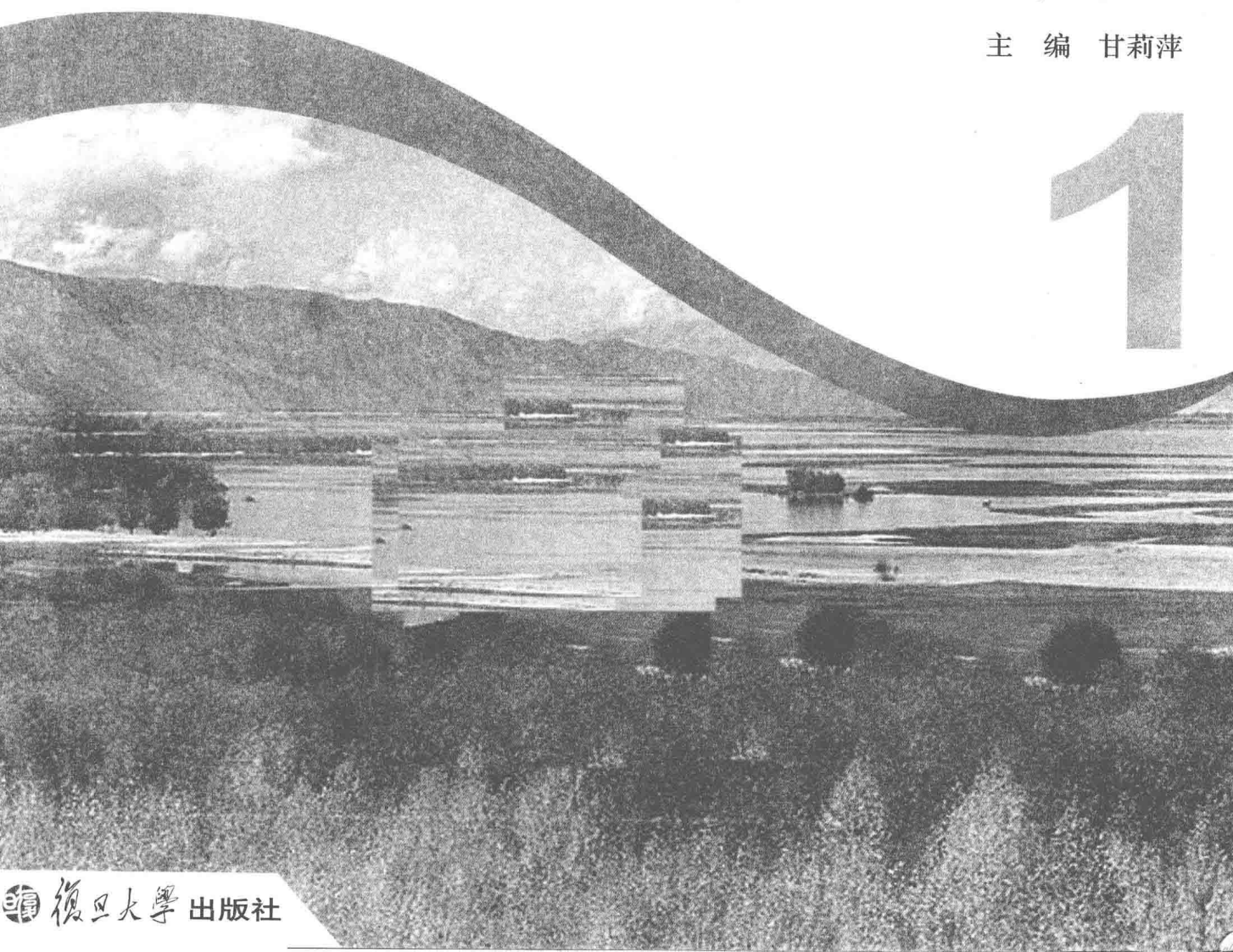
总主编 甘莉萍

*College English
Fast Reading*

大学英语 快速阅读教程

主 编 甘莉萍

1



图书在版编目(CIP)数据

大学英语快速阅读教程. 1/甘莉萍主编. —上海:复旦大学出版社, 2014. 1
ISBN 978-7-309-10267-3

I. 大… II. 甘… III. 英语-阅读教学-高等学校-教材 IV. H319.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 316154 号

大学英语快速阅读教程. 1

甘莉萍 主编

责任编辑/倪琴芬

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

常熟市华顺印刷有限公司

开本 850 × 1168 1/16 印张 6 字数 133 千

2014 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-10267-3/H · 2211

定价: 25.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。
版权所有 侵权必究

《大学英语快速阅读教程1》编写者人员

总 主 编 甘莉萍

主 编 甘莉萍

编 者

张利萍 但冰洁

童 谣 王朝阳

责任编辑 倪琴芬

前言

《大学英语课程教学要求》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，使他们在今后的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”，并对大学英语教学提出了分层次（即“一般要求”、“较高要求”和“更高要求”）和分类指导的要求。这是基于非英语专业的学生在毕业之后的实际工作需要而定的。他们在今后的工作中更多地是要通过准确阅读来直接获取最新信息，吸取世界各国的先进经验和技术。因此，抓好阅读教学，培养学生分析、推断、综合的阅读理解能力是十分重要的。

《大学英语快速阅读教程》（1—4册）（非英语专业本科生用）根据《大学英语课程教学要求》编写而成，特别注重对学生语言综合应用能力的培养，顺应我国大学英语教学改革的最新要求。编写者充分考虑了不同起点学生的实际需求，在努力帮助学生打下扎实的语言基础的同时，又为基础较好的学生创造了发展的空间。整套教材有利于学生个性化的学习，同时也能满足不同专业学生各自的发展需求。

本阅读教材的特点如下：

1. 激发学习者的学习兴趣，培养其自主学习能力；
2. 加强阅读技能训练，培养学生获取文章大意、定位信息的能力；
3. 培养学习者学习阅读策略，提高语言交际能力；
4. 训练学生识别衔接关系和逻辑语义关系，发挥学习者自身的认知能力；
5. 除了使用材料的语言适合学习者的语言水平之外，还考虑到他们是否具备理解文章所需要的非语言知识。

本阅读教程选择的绝大部分文章源于国际互联网或国内最新出版的各种报刊杂志，其选材新颖、题材广泛、体裁多样、信息量大。且具有较强的时代特征，并注重知识性、趣味性、可读性、针对性和系统性的融合。内容涉及人文社会、政治经济、教育科技、食品与健康、网络技术、语言知识和社会焦点等各个方面，为学生提供了各种英语表达的范例。学生可以欣赏地道的英语文章，培养英语语感，扩大词汇量和拓宽知识面，在进一步提高阅读能力的同时，发展其思辨能力，增强其人文素养。课后练习形式多样、题量适中、由浅入深、循序渐进；练习的设计包含判断题、多项选择题和填空题等类型；并针对常用的阅读技巧设立了专项训练，让学生逐步掌握常用的阅读技巧，全面提高学生综合应用英语的能力，为今后的自主阅读打下坚实的基础。编者在编写中非常谨慎地对生僻词汇进行了少量替换与处理，为学生提供了其难易程度均不超过大纲规定的词汇范围。总之，教材编写宗旨不以应试为目的，而在于给学生提供高质量的英语阅读文章，使学生在愉快的阅读中，欣赏美文，开阔视野，并在不知不觉中掌握阅读技能，提高英语应用能力。

本套教材分为4册，文章难度循序渐进，长度依次递增。教材的总主编为甘莉萍教授，第一册的主编为甘莉萍、第二册主编为杜文、第三册主编为黄林、第四册主编为徐勇前；参加编写的教师有张利萍、但冰洁、童瑶、陶满星、陈昶、甘露、安旭红、王瑶、赵洁、王兰、董芊、王朝阳等。

在本套教材的编写过程中，得到了广大兄弟院校英语教师及复旦出版社领导和编辑的支持和帮助，编者在此表示最诚挚的谢意！并恳请使用本教材的广大读者及同仁多多提出宝贵意见，以便再版时得以更正、改进和完善！

编 者

2013年10月

CONTENTS

阅读常用技能	1
--------------	---

Unit One Campus Life

Reading 1 A Day's Life of an American Student	8
Reading 2 What Is Your Major?	10
Reading 3 Extracurricular Activities in American Universities	12

Unit Two The Secret of Sleep

Reading 1 Lack of Sleep Affects Kids' Alertness	14
Reading 2 Sleep Necessary for Memories	16
Reading 3 Sleepwalking	18

Unit Three Marriage

Reading 1 Aspects of English Life — Engagement and Wedding	21
Reading 2 The American Way: Marriage	23
Reading 3 All the Days of My Life	25

Unit Four Health Care

Reading 1 Make Your Body Happy at Work	28
Reading 2 How Much Water Do You Need to Drink Daily?	30
Reading 3 Ill Effects of High Heels	32

Unit Five Success

Reading 1 The Definition of Success	35
Reading 2 Four Words That Make Life Worthwhile	37
Reading 3 How to Help Them Succeed	39

Unit Six Love

Reading 1 What's Love	42
Reading 2 Love in a Box	44
Reading 3 Why Children Need Father-Love and Mother-Love?	47

Unit Seven Famous Cities

Reading 1	Cities Are for People	50
Reading 2	Cairo	52
Reading 3	Europe's Exciting Cities	55

Unit Eight Famous People

Reading 1	Hungry to Win	58
Reading 2	Abraham Lincoln	60
Reading 3	Declan Galbraith: Voice of Angel	63

Unit Nine Human Relations

Reading 1	The Art of Giving Compliments and Sounding Sincere	66
Reading 2	The Cab Ride in Before Dawn	68
Reading 3	Your Inner Voice	71

Unit Ten Internet

Reading 1	Hackers Are Enemy Number One on the Internet	74
Reading 2	Chat Room Briton Saves US Family from Poisoning	77
Reading 3	Facebook Scares Me	79

阅读常用技能

在阅读过程中,读者最常用的有八项技能:设置注视点、扩大识别幅、意群视读、猜测词意、寻找主题句、辨认信号词、略读、寻读。

1. 设置注视点 (Finding a Fixation Point)

注视点是眼停瞬间眼睛实际注视的目标。注视时,眼睛瞄准到视野中的一个固定点,接受视觉信息。例如,在读到 a close friend of mine 这个短语时,对于一目一词地阅读的读者,他的注视点是从 a 开始,一个词一个注视点,直到 mine 结束。由于注视点多,眼跳次数增多,阅读的速度必然会受到影响,而人脑的内部语言思维速度是非常迅速的,缓慢的阅读速度与大脑处理信息的节奏不协调直接影响了阅读理解。因此,要提高阅读速度,就必须努力改掉一目一词的习惯,减少注视点,培养成组视读 (phrasal reading) 的习惯,如上述词组,只需把注视点集中在较为重要的 friend 这个焦点词上,两眼同时吸收其左右两边的单词,这样大脑里便闪现出完整的意群,从而摆脱了对孤立单词的依赖,真正进入积极而有意义的阅读状态。除此之外,由于视时短,视觉接受文字信息的节奏与大脑信息处理的节奏趋于同步,记忆效果亦得到增强。

2. 扩大识别幅 (Increasing Recognition Span)

眼睛注视焦点词的同时所能吸收左右两边词的范围叫做识别幅,也称视幅。研究表明,大脑和眼睛识别一个词和多个词所需时间几乎是相同的,因为信息数量都处于一个视幅广度之内。因此,每次注视到的焦点词两边的词越宽,识别幅就越大,阅读速度就越快。

有效的识别幅可以是一个短语,比如:take off, like English, by the way, 也可以是一个较大的语言意群,比如:the same life pattern, too old to live alone, take the time to eat, 等等。因此,如果要在规定的时间内获得最佳的阅读效率,就要尽量加宽视区范围,尽量摄入较多的文字信息,尽量向大脑输入完整的语言意义单位,使之获得最有意义的认知反应。

3. 意群阅读

意群 (thought groups) 指意义和语法结构上联系较为密切的一组词。在阅读中,一个意群之内通常不允许停顿。在用意群阅读时,我们通常采取意群视读。意群视读是指我们在阅读文章时,将句子分解成几个意义理解单位,通过眼球转动,逐个扫视意群,整体领会意义。以意群为单位的阅读可以克服逐词阅读的不良习惯,有助于对句子结构及段落意义的清晰把握,从而快速准确地理解文章大意,获取重要信息。

4. 猜测词意

阅读速度的提高离不开培养猜词悟意的能力,在快速阅读中,高效读者通常采用各种方法来猜测词意。

4.1 利用线索,信号词来猜测词意

文章里的一些线索,信号词可以提供线索,帮助读者理解由于生词造成的理解障碍。常用的信号词有: that is, i.e., namely, or, such as, in other words, for example, for instance 等。

- a. Mary is indecisive, that is, she can't make up her mind.
- b. The young man's irascibility, or bad temper, was criticized by his girlfriend.

4.2 利用常识猜测词意

利用常识猜测词意即运用自己已有的知识去判断生词或短语的意义。

- a. The foreigners visited the Terra-Cotta Warriors in Xi'an and were amazed by the greatness.
从地名“西安”,单词 greatness 可以判断 the Terra-Cotta Warriors 是驰名中外的兵马俑。
- b. Alan found himself on the first floor of an old, seemingly abandoned building. As he walked up to the second floor he could hear the old wooden stairs creak with each step he took.
通过描写建筑物的形容词 old, abandoned 可以推断 creak 是指上楼时破旧的木板发出的吱吱声。

4.3 利用相反信息猜测词意

利用相反的信息也能帮助猜测生词的含义,通常会提供一些表示对照的词,如 while, however, unlike, but 等。

- a. Lily's father is thin while her mother is really obese.
从上下文中可以判断 obese 和 thin 意思相反,因此其意肯定是“肥胖的”。
- b. Most of us agreed; however, Bill dissented.
从 however, 可以判断 dissent 和 agree 的意思相反,其意是“不同意,持异议”。

4.4 利用标点符号猜测词意

破折号、逗号、分号、冒号等标点符号常引出表示补充说明,解释或下定义的句子,因此充分利用标点符号有助于猜测词意。

- a. The harbor is protected by a jetty — a wall built out into the water.
通过破折号的说明,得知 jetty 的意思是“防波堤,码头”。
- b. Many of the Romans were quite willing to deify their Caesars, to make gods of them.
“to make gods of them”是解释 deify 的,因而 deify 意为“把……神化”。

4.5 利用构词法

通过构词法推测词意是最常用的猜测生词方法之一,有些词可根据构词法知识猜出其意。如 unbelievable,根据该词的三个不同组成部分 un, believe, able 可以判断其意思是“难以置信的”,“不可相信的”。在平时学习中,积极积累一些构词法知识,在阅读中通过分析生词的词缀、词根,可以有效地猜测生词的意义,扫除阅读障碍,提高阅读效率。

阅读常用技能

在阅读过程中,读者最常用的有八项技能:设置注视点、扩大识别幅、意群视读、猜测词意、寻找主题句、辨认信号词、略读、寻读。

1. 设置注视点 (Finding a Fixation Point)

注视点是眼停瞬间眼睛实际注视的目标。注视时,眼睛瞄准到视野中的一个固定点,接受视觉信息。例如,在读到 a close friend of mine 这个短语时,对于一目一词地阅读的读者,他的注视点是从 a 开始,一个词一个注视点,直到 mine 结束。由于注视点多,眼跳次数增多,阅读的速度必然会受到影响,而人脑的内部语言思维速度是非常迅速的,缓慢的阅读速度与大脑处理信息的节奏不协调直接影响了阅读理解。因此,要提高阅读速度,就必须努力改掉一目一词的习惯,减少注视点,培养成组视读 (phrasal reading) 的习惯,如上述词组,只需把注视点集中在较为重要的 friend 这个焦点词上,两眼同时吸收其左右两边的单词,这样大脑里便闪现出完整的意群,从而摆脱了对孤立单词的依赖,真正进入积极而有意义的阅读状态。除此之外,由于视时短,视觉接受文字信息的节奏与大脑信息处理的节奏趋于同步,记忆效果亦得到增强。

2. 扩大识别幅 (Increasing Recognition Span)

眼睛注视焦点词的同时所能吸收左右两边词的范围叫做识别幅,也称视幅。研究表明,大脑和眼睛识别一个词和多个词所需时间几乎是相同的,因为信息数量都处于一个视幅广度之内。因此,每次注视到的焦点词两边的词越宽,识别幅就越大,阅读速度就越快。

有效的识别幅可以是一个短语,比如:take off, like English, by the way, 也可以是一个较大的语言意群,比如:the same life pattern, too old to live alone, take the time to eat, 等等。因此,如果想要在规定的时间内获得最佳的阅读效率,就要尽量加宽视区范围,尽量摄入较多的文字信息,尽量向大脑输入完整的语言意义单位,使之获得最有意义的认知反应。

3. 意群阅读

意群 (thought groups) 指意义和语法结构上联系较为密切的一组词。在阅读中,一个意群之内通常不允许停顿。在用意群阅读时,我们通常采取意群视读。意群视读是指我们在阅读文章时,将句子分解成几个意义理解单位,通过眼球转动,逐个扫视意群,整体领会意义。以意群为单位的阅读可以克服逐词阅读的不良习惯,有助于对句子结构及段落意义的清晰把握,从而快速准确地理解文章大意,获取重要信息。

常用词根表

geo = earth	geography	地理
	geometry	几何
	geology	地质学
graph = writing, record or drawing	photograph	照片
	autograph	亲笔签名, 手迹
	monograph	专题研究, 专论
ject = throw	project	发射, 投掷
	inject	给某人注射
	reject	抛弃, 拒绝
lingu = language	linguist	语言学家
	bilingual	双语的
	multilingual	多语的
liter = letter	literate	有读写能力的, 有文化的
	literature	文学
	literal	完全按照原文的, 照字面本义的
loc = place	local	当地的
	locate	找出, 指出(某人、某事物)的准确位置或地点
	collocate	搭配, 配合
log = speak	dialogue	对话
	eulogy	颂词, 颂文
manu = hand	manuscript	手稿
	manufacture	制造, 编造
	manual	手工的, 手制的
mar = sea	marine	海的, 近海的
	submarine	潜水艇
memor = memory	memory	记忆
	memorial	纪念碑, 纪念仪式
milit = soldier	military	军人的, 军队的
	militarism	军国主义
mort = death	mortal	致死的, 致命的
	mortuary	太平间, 停尸间
phon = sound	microphone	麦克风, 传声器
	telephone	电话
	videophone	电视电话, 可视电话

常用词根表

audi = hear	audience	听众
	auditorium	观众席, 礼堂
	audit	旁听, 审计
bell = war	rebel	战争, 战斗
	rebellion	谋反, 叛乱, 反抗
	rebellious	反叛的, 叛乱的
bio = life	biology	生物学
	biotic	生命的, 生物的
	antibiotic	抗生素
	biocide	杀虫剂
circ (圆周)	circle	圆圈
	encircle	包围, 绕……行一周
	semicircle	半圆
	circulation	循环, 流通
	circuit	环行, 电路
clar = clear	declare	表明, 声明, 宣告
	clarify	阐明, 澄清
clud = close, shut	exclude	不包括, 不许入内
	exclusive	排外的, 排他的, 除外的; 独家新闻
	include	包含, 包括, 使……成为整体中的一部分
cogn = know	cognition	认识, 认知
	cognitive	认识的
	recognition	认出, 认识, 识别
cur = care	security	安全
	secure	安全的, 无忧的
dict = say	dictate	听写, 命令, 支配
	predict	预测
flu = flow	fluent	流利的, 流畅的
	Influence	影响
	fluid	流体

instance, for example

6.2 表示转折的信号词

but, however, otherwise, even though, on the contrary

6.3 表示事件发生顺序的信号词

after, before, first, second, third, finally, as soon as

6.4 表示总结或概括的信号词

as a result, in conclusion, consequently, thus, therefor, to sum up, in summary, in short

6.5 表示因果关系的信号词

because, therefore, so that, cause, thus, since, as a result, result in, (be) due to

7. 略读技能 (Skimming)

略读就是将读物中的重要部分和有意义的细节挑出来阅读,而不用通读全文。开始略读一篇文章时,须以正常速度通读第一段。因为通常第一段会对文章所要探讨的内容作一个介绍。然后阅读下面各段的第一句和最后一句,以掌握段落大意。

略读的特点在于:通过略读获取文章或段落的主题思想;辨别作者的语气、观点和态度;了解文章风格,把握作者思路;摸清某条线索在文中的发展、变化,形成对文章重要内容的归纳总结、评价判断等。

一般而言,略读需要用到的技巧包括:利用文章的标题和副标题对文章的内容进行预测;重点阅读文章首段,因为很多语篇材料会开门见山说明全文的核心内容;仔细阅读文章最后一段,因为尾端往往会归纳总结全文大意;认真对待每一段落的首句和尾句,这是每段主题句最有可能出现的地方;抓住黑体、斜体,有下划线等特殊标识的地方,这些往往都是文中主要内容、中心题旨所在;注意转折词和序列词,它们有助于理清文章脉络,了解作者的写作意图;关注考题中出现的相关信息,如数字、专有名词(人名、地名等),尽量在原文中查找与考题中提到的具体内容一致的句子。

8. 寻读技能 (Scanning)

寻读又称查读,是一种从大量的资料中迅速查找所需信息的快速阅读方法。例如,在图书馆查找书刊目录、索引,在文献中查找特定的信息如:日期、人名、地名、年代、数字等。寻读带有明确的目的性,是带着问题去寻找答案。因此,在进行寻读时,读者有意识地跳过文中某些不重要的信息,不被无关信息分散注意力,而是预测性地估计所需信息的位置,查找到线索词后,再细心地、有针对性地去阅读。

寻读与略读都是选择性阅读,但两者又有所不同。在略读前,读者对所涉及材料一无所知,读者的目的是为了在短时间内以浏览的方式,略去细节、通读文章、感知大意;而寻读则是在读者对材料有所了解的情况下进行的,读者的目的是在短时间内从众多的信息中舍弃不需要的信息以求快速、准确地检索、筛选和识别所需信息。

8.1 寻读部分的常见题型

导读常见的题型有:根据具体信息判断正确(Yes)、错误(No),或文中没有提及(Not Given)题、

句子填空补全信息题、多项选择题、简答题等。

8.2 寻读考点设置及应对要领

一般来说,细节题的排列顺序与文中对应信息出现的顺序是一致的,寻读时可逐项在文中搜寻。寻读的要点首先是抓住信号词和关键词。关键词包括专有名词、年代、数字等;用题干里的信号词或关键词扫描文章里对应的原始句,仔细阅读该词所在的句子,一般情况下这就是考点所在之处。尤其注意转折句、因果句,这里是考察细节信息的重点所在。

Unit One

Campus life

Reading 1

A Day's Life of an American Student

By Heidi Knock

My name is Heidi Knock. I am a graduate student pursuing a Doctorate degree in Clinical Psychology. It is my dream to someday visit China and study its culture and people. Hopefully, the following article will help give you a layman's view of American students' life.

The alarm rings at seven in the morning, I roll out of bed to turn it off. It only took a couple of missed appointments to realize that an alarm clock should never be placed where it can be reached from the bed. I quickly grab my thermal mug and stumble down the stairs to fill it with soda. Breakfast, when I take the time to eat, usually consists of a pop-tart (a sweet pastry filled with jelly, and sold prepackaged in a box) or a sweet sugared cereal and a can of Diet Mountain Dew. I, like most Americans, am in a hurry and do not take the time to eat a proper breakfast. If a craving for eggs or sausage arises, I will simply stop at MacDonalds on the way to work.

Currently, I am employed as a nursing assistant with the elderly. I work until noon, and head home to grab a quick bite of lunch. I've decided to eat a chicken pizza. The preparation of this item consists of taking it out of the box and placing it on the plate in the microwave. You can buy practically anything you want "prepackaged and microwaveable" at the grocery store. For instance, my supper may consist of chicken (precooked and breaded, which only needs to be ovened for 30 minutes), potatoes (from a box, just add water), gravy (from an envelope), and corn from a can. I even buy my carrots pre-washed and peeled! In fact, if it doesn't come in a box, I generally don't buy it (this seems to be an unwritten law of college students).

Classes begin at one o'clock and I rush to gather my books together. Everybody seems to sit in the same places each day and we've all formed our own groups: married, serious minded individuals on one side, and single, class clowns to the other. The classes of a graduate student are much smaller than that of an undergraduate. But the lectures I used to attend sometimes had as many as three hundred students at one time. The teacher used television monitors and microphones to present their material. I attend classes from

1:00 pm until 9:30 pm. During this time, I consume around 3-4 cans of soda. Other individuals drink coffee, eat candy bars, and even bring their supper to class. This is generally accepted by the faculty and is not taken as a sign of disrespect.

After class, if my homework assignments seem manageable, I head to the gym to work out. America is a society obsessed with body image, and the gym is packed. Amazingly enough, as I look around, I see women who have spent literally hours primping for the gym. Their hair is immaculate and they are all wearing leotards and makeups! Exercise to relieve the stress associated with school (losing some weight wouldn't hurt either). Several of my classmates also have memberships at the same gym. The monthly enrollment fee is around \$30.

At 11:00 pm I've finally arrived at home. I'll spend the rest of the evening completing various homework assignments. Usually, I'll go to bed around one or two in the morning, sometimes later. The time and energy spent as a student is a price worth paying, especially in America. It is rare to find a satisfying job or employment advancement without a degree.

(619 words)

Comprehension Exercises

I. Choose the best answer to each of the following items.

1. Eating snacks is _____ in Heidi Knock's class.
A. permitted B. prohibited C. advocated D. forbidden
2. For the purpose of _____, Heidi Knock is fond of body building.
A. easing off the pressure from study B. having a charming figure
C. finding a satisfying job D. killing time
3. Which of the following word best describes Heidi Knock's current college life?
A. lonesome B. monotonous C. solitary D. busy
4. Which of the following is TRUE according to the passage?
A. Heidi Knock is too lazy to cook in the morning.
B. Heidi Knock likes McDonalds very much.
C. Heidi Knock finds canned food healthier than homemade food.
D. Heidi Knock likes drinking soda.

II. As to a day in the life of Heidi Knock, number the following statements in chronological order based on the information given in the passage.

- _____ A. attending class
- _____ B. taking physical exercises