

“十三五”普通高等教育核心规划教材



人大芸窗

RENDAYUNCHUANG

• 数字教材版 •

新时代

主题

大学英语

NEW ERA
THEME-BASED
COLLEGE ENGLISH

主 审 | 王守仁

总主编 | 张绍杰 魏承杰

主 编 | 隋晓冰 王丽波 赵小雯

Progressive
Speed Reading

进阶快速 阅读

4

《《《

新题
型版

中国人民大学出版社

▶ 主 审 王守仁
▶ 总主编 张绍杰 魏承杰

新时代主题大学英语

进阶快速阅读 ④

Progressive Speed Reading

主 编	隋晓冰	王丽波	赵小雯
副主编	张泓金利	程露露	周 静
编 者	陈玉春	王 丽	林青青
	张 莹	林 琳	王 森
审 校	[爱尔兰] David Grace		

图书在版编目 (CIP) 数据

新时代主题大学英语进阶快速阅读. 4 / 张绍杰, 魏承杰总主编; 隋晓冰等主编. —北京: 中国人民大学出版社, 2019. 3
(新时代主题大学英语)
ISBN 978-7-300-25876-8

I. ①新… II. ①张… ②魏… ③隋… III. ①英语—阅读教学—高等学校—教材 IV. ①H319. 37

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 123916 号

“十三五”普通高等教育核心规划教材

新时代主题大学英语

主 审 王守仁

总主编 张绍杰 魏承杰

新时代主题大学英语进阶快速阅读 4

主 编 隋晓冰 王丽波 赵小雯

副主编 张泓金利 程露露 周 静

编 者 陈玉春 王 丽 林青青 张 莹 林 琳 王 淼

审 校 [爱尔兰] David Grace

Xinshidai Zhuti Daxue Yingyu Jinjie Kuaisu Yuedu 4

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511770 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 [http:// www. crup. com. cn](http://www.crup.com.cn)

[http:// www. ttrnet. com](http://www.ttrnet.com) (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 天津中印联印务有限公司

规 格 210 mm × 285 mm 16 开本

版 次 2019 年 3 月第 1 版

印 张 9.25

印 次 2019 年 3 月第 1 次印刷

字 数 250 000

定 价 29.00 元

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换



“新时代主题大学英语”系列教材编委会

主 审 王守仁

总主编 张绍杰 魏承杰

编委会	顾世民	高 长	郭英剑	胡艳玲	刘白玉	李丹莉	鲁修红
	刘 爽	刘夏青	李秀梅	李永强	刘 志	李志岭	李京廉
	刘 瑾	马建华	苗兴伟	潘春静	史光达	隋晓冰	孙卓夫
	魏承杰	王慧敏	王明新	王守仁	文 旭	王 卓	谢世坚
	杨连瑞	杨翠艳	杨冬玲	袁凤识	曾洪伟	张 飞	张 清
	张绍杰	周晓玲	朱小琳	郑 禹	陈国兴		

总策划 鞠方安

执行策划 黄 婷 程子殊 吴振良



前言

张绍杰 王守仁 魏承杰

大学英语教学伴随我国改革开放 40 年不断改进、创新、发展。为适应新时代大学英语教学的需要，借振兴本科教育之国策，承《大学英语教学指南》（新版）之精神，我们研发了本套“新时代主题大学英语”系列教材。现就这套教材的结构设计、使用对象、编写目的、编写理念、教材特色、教师发展、教与学的支持系统，分七个方面阐述如下，以飨用者。

1. 结构设计

本套教材为大学英语课程的通用英语系列教材，按照培养英语应用能力总体目标设计。本套教材由下表中所列品种构成。

《综合教程》	1—4册（另含预备级教程1册）
《视听说教程》	1—4册（另含预备级教程1册）
《进阶快速阅读》	1—4册
《写作教程》	1—4册

《综合教程》突出对英语显性知识的系统学习和掌握、对各类语篇的理解，以及对基本技能的综合训练；《视听说教程》注重在真实情景下对听说知识技能的培养和训练；《进阶快速阅读》突出培养阅读和快速阅读技能，强化快速阅读知识技能的系统训练；《写作教程》分为《基础英语写作》《实用英语写作》《学术英语写作》《进阶写作与测试》，突出写作知识的系统学习和技能培养；此外，《综合教程》和《视听说教程》各设计预备级一册，供新生入学时英语水平较低的学生使用，以贯彻大学英语教学“分类指导、因材施教”的原则。总体上，本套教材强化知识学习、技能训练和文化思辨有机结合的原则。

2. 使用对象

本套教材面向大学英语学习者而设计编写。《综合教程》编写的词汇量以高中毕业的要求为起点，对所选材料的难度进行科学控制，材料的编排遵循由易到难、由简到繁的原则。《进阶快速阅读》按照快速阅读要求编写，学生的阅读速度可根据每篇课文后提供的测量工具进行即时测量；《视听说教程》将听、说有机结合，按先输入后输出的规律编写；《写作教程》将阅读与写作结合，遵循从词句到篇章，再从实用文体到学术文体，直至综合测试的顺序编排。大学英语课程，不同于其他通识课程，如何面向各级各类高校水平参差不齐的英语学习者使用，本套教材对此做了精心设计安排。首先，针对入学水平较低的学生专门设计了预备级教材；其次，主体教材的设计融大学英语教学基础目标和发展目标为一体，适合二本和三本院校使用；同时还设计了基于提高目标的知识内容和任务模块，适合一本院校（包括目前的“双一流”院校）使用。因此，本套教材适用对象宽泛，结构设计别具匠心，可供不同院校大学英语教学选用。

3. 编写目的

课程与教材是教育教学的基础性教学资源。改革开放 40 年以来, 大学英语课程与时俱进, 教材建设成绩显著, 但尚不能满足各级、各类高等学校大学英语教学之需求, 更难以满足存有地域差异、水平差异、个体差异的大学英语学习者之需求。本科教育处在人才培养的核心地位、教育教学的基础地位、新时代教育发展的前沿地位。大学英语课程, 作为本科通识教育的重要组成部分, 具有不可替代的功能, 在大学通识教育中发挥着独特作用。本套教材顺应新时代要求, 目的是为大学英语教育教学提供新的教学资源。

《大学英语教学指南》(以下简称《指南》) 是大学英语教学的指针, 引导大学英语教学的方向, 亦是教材编写的重要依据。《指南》将大学英语课程分为三类, 即通用英语课程、专门用途英语课程和跨文化交际课程。本套通用英语教材, 秉持“推陈出新”“探求新知”之精神, 贯彻落实《指南》之要求, 举多校之力、博采众长, 融入新理念、新目标、新要求而设计编写, 旨在满足新时代背景下大学英语教学的需要。

4. 编写理念

本套教材基于二语习得有关“知识学习”的理论定识 (assumptions) 理论, 遵循“外语显性知识技能化”和“外语技能知识化”的教学理念编写。人类知识区分为显性知识 (explicit knowledge) 和隐性知识 (tacit knowledge) 两种知识形态。显性知识是关于事实和原理的知识, 隐性知识是关于行动和信息来源的知识。简单地说, 显性知识是可编码和言传的客观性知识, 而隐性知识是不可或不易编码和意会的个体内化的知识, 只有将显性知识转化为隐性知识才能发挥人的主观能动性和创造性。将知识学习理论应用于外语学习相关研究表明, 显性知识是有意识的知识, 对语言使用起监控作用, 学习者对语言形式的注意程度决定语言输入多大程度上转化为摄入 (intake), 有意识的语言操练可促进显性知识向隐性知识的转化; 隐性知识是潜意识的知识, 有助于语言使用的自动化, 理解性输入可产生隐性知识, 而隐性知识的发展决定着学习者自主使用语言的能力发展。

二语习得有关知识学习的理论揭示了外语学习中目标语知识和语言能力发展的内在联系和相互作用。“外语显性知识技能化”和“外语技能知识化”的理念, 体现了外语教学过程就是帮助外语学习者通过目标语的显性知识学习, 继而形成外语技能的过程, 再通过外语技能的训练转化成隐性知识进而形成外语能力的过程。“外语显性知识技能化”的过程, 指通过基于外语知识学习的训练转化为外语技能的过程; 而“外语技能知识化”的过程, 是指通过技能的训练使知识内化形成隐性知识从而促进外语能力发展的过程。我们将这种知识与技能互为转化的定识作为统领本套教材的编写理念, 主要基于以下三种考虑。

首先, 基于对我国高校庞大群体的英语学习者高中阶段英语实际水平的考量。大学英语四级考试显示, 每年有平均 2/3 的考生考试成绩达不到规定的及格分数线, 表现为英语基本功不扎实, 语言知识尚未转化为语言能力。即使“双一流”大学的考生通过考试, 其使用英语表达的应用能力也非常薄弱。其次, 《指南》明确提出要培养大学英语学习者的“英语应用能力”。这是针对大学英语课程的工具性而提出的, 它既包括提高大学生的听、说、读、写、译的能力, 也包括获得在学术或职业领域使用专门用途英语进行交流的能力。应用能力突出强调了使用英语进行表达和交流的能力, 这种能力的培养有赖于对英语显性知识的技能化和英语技能的知识化过程。再者, 英语学习者的语言行为中存在大量负迁移 (negative transfer) 现象, 其产生的原因主要在于英语学习者目标语的语言意识 (language awareness) 匮乏, 也从另一方面证明, 英语学习者获得英语应用能力依赖于对英语显性语言知识的掌握。因此, 大学英语学习者的现状和水平反映出, 语言知识不是要不要教的问题, 而是教什么语言知识和怎么教语言知识的问题。本套教材正是根据上述编写理念, 围绕知识学习和技能培养进行精心设计和安排, 在传统教材编写范式的基础上推陈出新。

5. 教材特色

本套教材体现出遵循二语 / 外语学习规律的教学理念, 体现学科知识的相对完整性和系统性、选材的

时代性特点和要求,还应针对大学英语教学实践的现状和提升学生英语水平的实际需求,推陈出新以保证培养目标的实现。与同类教材相比,本套教材体现如下几个方面的特色。

架构的创新性 我国拥有世界上最大的英语学习者群体。虽然英语在基础教育阶段已得到广泛的普及,但因幅员广阔、区域差别较大、城乡差别明显,大多数英语学习者考入大学时,其英语水平尚未达到基础阶段课标的要求。针对这一实际情况,为贯彻《指南》倡导的“分类指导、因材施教”的原则,我们设计了《综合教程》《视听说教程》的预备级课程,供考入大学时英语水平较低的学生选用。这种设计是同类教材中鲜见的,也体现了以学生为本的教育理念。另一个鲜明特点,是专门设计了由四个分册构成的《写作教程》,将读、写有机结合,针对我国英语学习者需要的写作技能进行系统训练,突出写作能力培养在发展英语应用能力中的作用。这样的设计理念不但适应了时代的要求,而且对英语学习者终身学习能力的发展大有裨益。

选材的思想性 本套教材的选材,除了注重题材和体裁的多样性、可读性、语言的时代性、贴近大学生学习和生活之外,更加突出了其思想性。所谓思想性,就是本套教材文本体现的鲜明的价值观导向。它不仅体现在人类对真善美的共同追求,对社会生活的积极态度和信念以及对未来美好生活的憧憬,对推动社会进步和科学发展的奋斗精神和创新精神,而且体现在教材文本包含着弘扬社会主义核心价值观的中国文化元素及中国故事,蕴含着立德树人的价值取向。

学科教育教学中的立德树人不是空洞的说教,而是寓育人于教学过程之中。除了英语教师课堂上应有立德树人的意识外,教材的选材内容起着“细雨润无声”的育人作用。基于这样的理解,我们特别重视教材的选材,每篇文本都从全球化、跨文化、多元化的视角经过严格的筛选,这些文本内容生动、主题鲜活、蕴含丰富,体现思想性和知识性的有机统一。

知识的系统性 我们认为,外语学习者的语言认知能力发展依赖于对目标语语言知识的理解、掌握及内化,只有将外语知识技能化和外语技能知识化,才能使外语学习者具有使用目标语进行建构意义的语言能力。因此,本套教材注重知识呈现的系统性,避免知识的碎片化,或将知识隐含在练习体系中的“去知识化”现象。这主要体现在主体教材《综合教程》《写作教程》和《视听说教程》在知识内容选择上,包含词汇知识、语法知识、语用知识、阅读知识、翻译知识、文化知识等,构成教材较为系统的知识体系。例如,《综合教程》按两大板块设计:基础性学习(foundation-based learning)和探索性学习(exploration-oriented learning)。前者重在语言知识、阅读知识、翻译知识的学习,突出通用英语基础知识的夯实和基本语言技能的提高;后者重在语用知识(包括语篇知识、修辞知识、文化知识)的学习,突出语用法的掌握及其高阶技能的训练,提升学习者的语用能力。

目标的工具性和人文性 本套教材依据《指南》,特别是针对培养学生的英语应用能力目标而设计的。大学英语教学目标分为基础目标、提高目标和发展目标。基础目标是针对大多数非英语专业学生所确定的英语学习基本要求,也是本科生毕业时应达到的基本要求;提高目标是针对那些入学时英语基础较好且有较高学习需求的学生而确定的;发展目标是根据学校人才培养计划的需要以及部分学有余力学生的多元需求确定的,提高目标和发展目标也是为满足那些对英语应用能力有较高要求的专业而确定的。本套教材贯彻《指南》的精神,侧重基础目标的实现,兼顾提高目标,突出外语工具性的特点,主要培养学生的通用英语应用能力,也体现大学英语学习者将外语作为工具的显著特征。

同时,本套教材也十分重视学生人文综合素质的培养。由于本套教材针对通用英语的基础目标和提高目标,兼顾发展目标,所以特别突出能力素质,即思辨能力、自主学习能力和语用能力(语篇建构能力、跨文化交流能力、中外文化交流能力)的培养。本套教材还强调,人文性目标的素质培养主要通过两种途径来实现。一是通过选材实现道德素质、思维品质、国际视野、中国情怀等素质的培养。如在不同主题下尽量选择具有思想性、蕴含人的积极价值取向的素材,使学生在悄然的学习过程中受到感染和熏陶。二是通过精心设计问题和任务板块实现能力素质的培养。例如,从知识的系统性设计,到语篇分析的问题与回答,再到语用模块的话题与讨论,以及针对语言文化差异的翻译练习,都体现出培养学生的思辨能力、自主学习能力和语用能力的目的要求。

6. 教师发展

本套教材的使用能否达到既定的教学目标,关键在于教师。因此,我们充分考虑在使用教材过程中英语教师的发展问题。

教学相长 教师发展 (Faculty Development) 的决定因素,是教师首先要成为一名教师学习者 (Teacher Learner)。教师应建立终身学习的理念,在教学过程中温故知新,不断提升自身的教学水平。教师伴随教学过程不断增长学科知识、提高教学水平,这是教师发展的基本规律。本套教材各类品种设有内容全面的《教师用书》(包括参考答案)、精心制作的教学课件、网络平台等教学支持系统,这些设计有利于帮助任课教师掌握课文的教学目的、重点、难点;拓展任课教师的知识面和教学技巧;给学生提供科学、准确的问题解答。

教研相长 教学与研究相辅相成,教学过程可以为教学研究和学科研究发现问题、提出问题,科学研究又可以支撑教学、反哺教学。二者相互作用、相互促进,才能筑就一名优秀教师。教师不但要成为教师学习者,而且要成为教师研究者 (Teacher Researcher),两种身份建构是教师发展的内在动因。本套教材提供的知识内容可作为任课教师进一步思考和进行学科研究的领域,例如:《综合英语》中的用法与使用 (Usage and Use) 板块,涉及语用知识,任课教师可将其作为一个研究领域去深入学习和探索,必定会学有所获、研有所得;针对课文涉及的话题与讨论 (Topics and Discussion),旨在提高学生的思辨能力,课堂上的讨论可通过录像记录作为研究如何培养思辨能力的素材;《写作教程》的设计为研究外语学习者的写作规律提供实证的基础;翻译练习实践对于探究中英文化的差异提供了丰富的例证。其他配套教材中设置的某些任务都可以作为研究的范围,在此无需一一列举。

诚然,教师发展的另一途径是针对教材组织的各种教师培训活动。我们将根据教师需求,开展各类教学、教研活动,以促进教师教学水平的提高。

7. 教与学的支持系统

大数据和互联网+时代为大学英语的教与学带来颠覆性的便捷。本套教材将纸本形式与网络课程教与学平台、微课、PPT 课件、电子教案、慕课、视听光盘等教与学的支持系统有机结合,创建丰富多元、全天候的教与学环境。这一系统和环境,有利于教师实施基于课堂和在线网上课程的翻转课堂等混合式教学,有利于学生主动学习、自主学习和个性化学习。

经过研发团队三年多的艰苦努力,本套教材终于出版问世。这是一套具有设计的创新性、编写理念的独特性、选材的思想性、知识的系统性、目标的工具性和人文性,特点鲜明的大学英语通用教材,我们的目标是好教、好学、好用。我们期待使用者的检验。

最后,我们感谢主审、主编及团队成员同舟共济、团结协作,为此套教材的编写付出了辛勤劳动。所有分册主编和编者均是国内高校教学一线的教授和骨干教师,他们对于大学英语课程和教学具有深刻的认知,对于教材研发有着丰富的经验,这些确保了教材的高质量和适用性。我们特别感谢同仁、朋友们在此套教材编写过程中提出的宝贵意见和建议。

鉴于编者的水平及时间有限,教材难免存在不足之处。我们诚邀学界同行、专家,尤其辛勤耕耘在一线的英语教师们不吝赐教。

2019年3月

使用说明

《新时代主题大学英语进阶快速阅读》共分四册，本书是第四册，其特点如下：

第一，选材标准严格。所选材料均摘自英文原版新闻、报道、评述等，选材标准依据 2018 年最新《大学英语教学指南》的要求。

第二，内容新颖，题材广泛。涉及家庭生活、言语的力量、名人逸事、航空航天、谈语言、成功之道、职业生涯规划、生命起源。既注重语言内容的可学性、可思性和趣味性，又注重培养学生的跨文化意识，注重价值观导向，注重有关中国文化、中国精神和中国故事内容的选取。

第三，题型前瞻。既有与目前四级考试题型完全匹配的题型 Reading A、Reading B 和 Reading C，又设计了具有前瞻性意义的新题型 Reading D。Reading D 是雅思考试题型，主要考查学生的高度概括能力及分辨能力，是英语阅读的核心目标之一。

第四，难易度适宜。篇章长度：每篇文章控制在 1 000 词左右；词汇难度：按照大学英语四级词汇（4 794）的要求，从较高词汇、更高词汇、超纲词汇三个维度进行把控；易读度：按照《大学英语教学指南》基础阶段的要求，采用 Flesch Reading Ease 易读度标准，对每篇文章的易读度进行科学控制。

第五，进阶式快速阅读。本教材的编写体例按照进阶式快速阅读模式，先易后难，循序渐进，以帮助 学生快速提高阅读水平。

第六，适用于教师指导下的阅读和自主阅读。本教材可以在教师指导下由学生完成阅读任务；也可以经过教师指导后，由学生自主完成阅读任务。

本教材的使用方法：第一，认真学习“英语快速阅读技巧综述”，熟悉快速阅读的主要技巧。第二，采用如下两种方式之一阅读：（1）在教师指导下阅读。教师根据课文内容和学生的实际阅读水平，每单元聚焦于一个阅读技巧，首先讲解此技巧，然后让学生阅读课文，填写“Self-Assessment Form of Fast Reading”，教师结合此阅读技巧进行综合点评。在后续单元中至少将这个技巧复习三次，直至学生完全掌握。（2）学生自主阅读。首先快速阅读课文，然后根据参考答案填写“Self-Assessment Form of Fast Reading”。再次阅读课文，找出一个最具代表性的阅读技巧，做笔记，在后续单元中有意识地使用这个技巧至少三次，直至完全掌握。第三，学完本教材所有单元后，归纳总结这些阅读技巧。

本教材在“‘十二五’普通高等教育本科国家级规划教材”的基础上进行修订编写。本教材由具有丰富教学经验的一线大学英语优秀骨干教师编写，他们多数具有海外留学、访学背景及海外工作经历。本教材选材由总主编张绍杰教授和魏承杰教授把关，主审王守仁教授审定。同时还请外国专家审读了全部英文资料。

由于时间关系，本书不足之处在所难免，恳请读者和专家不吝赐教，以便再版时加以修正。

隋晓冰 王丽波 赵小雯

2019 年 3 月

Contents

目录

英语快速阅读技巧综述	1
Unit One Family Life	11
1 Reading A My Daughter Felt Forgotten: Parents on Working Late	12
Reading B It Took Me 20 Years to Talk about My Childhood	15
Reading C Does Your Husband Need Encouragement?	18
Reading D East vs. West: When Parenting Styles Clash	21
Unit Two Powerful Words	25
2 Reading A Words Create Worlds: Some Thoughts on the Power of Words	26
Reading B Powerful Words to Positively Change Your Life	29
Reading C Why Words Are More Powerful than Swords	32
Reading D Powerful Words Can Change Your Life	35
Unit Three Famous Figures	39
3 Reading A Jobs and Apple	40
Reading B Michael Jordan Isn't Sitting Out Any More, Says Protesting Athletes	
"Shouldn't Be Demonized"	43
Reading C The World Master of Investment — Warren Buffett	46
Reading D Pablo Picasso	49
Unit Four Aerospace Age	53
4 Reading A Why Some Pilots Are Bad Risk Managers	54
Reading B Sky Kings: Flying the Aircraft You're In	57
Reading C A Harvest of New Moons	60
Reading D Pilotless Aircraft	63

Unit Five	Of Language	67
5	Reading A Is English Changing?	68
	Reading B The Future of Language	71
	Reading C British English vs. American English	75
	Reading D Does the Language I Speak Influence the Way I Think?	79
Unit Six	Key to Success	83
6	Reading A How to Be a Successful College Student?	84
	Reading B Steve Jobs' 10 Principles to Success that Everyone Needs to Learn	87
	Reading C The "Chosen Ones" Choose Themselves	91
	Reading D Six Positive Mindsets that Give Your Dream Its Best Chance to Soar	94
Unit Seven	Career Building	99
7	Reading A 10 Things College Seniors Can Do This Summer to Help Their Future Job Search	100
	Reading B The 10 Reasons Why You Should Invest in Your Career Rather than a Relationship	104
	Reading C The Scientifically Proven Way to Overcome Your Career Fears	107
	Reading D Long-time Local Lawyers Discuss Their Careers	110
Unit Eight	The Origin of Life	113
8	Reading A A Soviet Scientist Created the Only Tame Foxes in the World	114
	Reading B Listening to Creationists Can Strengthen Our Understanding of Evolution	117
	Reading C Searching for the Origins of Life Thousands of Feet Underwater	120
	Reading D Do Aliens Exist?	123
Answers		127
Appendix		131
Table 1	Reading Speed Progress Chart	131
Table 2	Reading Comprehension Progress Chart	132
Table 3	Reading Efficiency Progress Chart	133

英语快速阅读技巧综述

一、快速阅读的意义

我们正处于“信息化社会”，社会的知识在爆炸，浩如烟海的科技资料、无穷无尽的信息等待我们去研究、去借鉴、去吸收。如果阅读速度上不去，“读书破万卷”就无从谈起，我们就不可能拓宽眼界，位于前沿，甚至会落后于时代。因此，大幅度地提高学生的快速阅读能力已迫在眉睫。

快速阅读在英美等国家很早就得到了重视。特别是 20 世纪 60 年代以来，很多大中小学校都开设快速阅读课程，不少专家对此纷纷著书立说，而且还成立了专门机构对快速阅读进行研究。资料表明，即使以英语作为母语的外国人，也要经过训练才能提高阅读速度。例如未经过训练的中等水平的英国人或美国人平均阅读速度为 250 词/分，而经过快速阅读训练后，其阅读速度可提高到 350~600 词/分。由此可见，作为中国人，学英语更要进行这方面的训练才能有效地提高阅读速度。

二、克服不良阅读习惯

要大幅提高阅读速度，就要充分挖掘阅读者视觉感知能力和左右脑协调快速处理视觉信息的巨大潜能，以眼、脑直映的信息全新处理方式克服传统阅读中的一些不良习惯。

1. 音读 (Vocalizing) : 许多外语学习者都有出声阅读的习惯。出声阅读的主要弊病就是会使阅读速度和效率受说话速度的限制。英国 BBC 播音员的最快语速一般为每分钟 180 词。显而易见，出声阅读是快速阅读的最大拦路虎。因此，要克服这种不良习惯，就要摆脱大脑对听觉的依赖，训练自己养成通过视觉器官直接解读文字符号的视读能力。

2. 默读 (Sub-vocalizing) : 默读是一种很难观察到的不良阅读习惯。默读虽然与出声阅读不同，但是读者在阅读时其声带一直在工作，每一个单词都会默默读出，正如有的人在图书馆“默读”一上午会感到口渴一样。这种“无声阅读”也会严重障碍阅读速度，虽然矫正起来比较困难，但只要有意识地提高自己的阅读速度，强制自己深入理解文章内容，一般就能逐渐克服这种习惯。

3. 逐词阅读 (Word by Word) : 有的读者既不音读也不默读，但却一词不漏地视读，在阅读过程中养成了这种不良习惯。逐词阅读在任何一种阅读模式中都是不可取的，更不符合快速阅读的要求，不仅速度上不去还会严重影响理解率。众所周知，阅读是由一系列的注视（目光的短暂停顿）组成的。低效的阅读者每读一个词停顿一次，视幅很窄；而高效的阅读者是按照意群停顿的，视幅很宽。因此，采用意群视读法才能达到快速阅读的基本要求。

4. 回读 (Regressing) : 即在阅读过程中，不时地回视前面已经读完的某个句子或段落，间或可指将视线暂时停留在一个句子上，反复阅读。阅读能力差的读者往往过分依赖于“复视”，结果养成一种不良习惯。其害处是打乱阅读节奏，破坏文章内容的连贯性，影响对上下文完整信息的获取，妨碍阅读速度和理解率。改变这种习惯的有效办法之一就是让自己阅读大量难度适宜的读物，这样就不会因遇到生词或不太懂的短语、句子或段落而回过头来再看，逐步养成“一气呵成”的好习惯。

5. 指读 (Finger Reading) : 是指用手指、笔或格尺等指着一个一个词进行阅读的不良习惯。这种附加的

“机械运动”不仅会明显减慢阅读速度，而且还会人为地阻断思路，影响对文章内容的理解。指读这一低级的坏习惯实际上妨碍了眼睛运动并限制了大脑的快速思维反应。因此，必须克服这种习惯，逐渐养成用眼、脑瞬间处理文字信息的能力。

6. 摇头 (Head Wagging): 阅读时头部下意识地左右摆动是阅读中的另一不良习惯。在阅读过程中，有些人往往使自己的鼻尖对准正在阅读的每一行文字，好像鼻尖装有“雷达”，不摇头就不能理解、不能阅读。一般来讲，阅读时读者的身体外部变化应该主要是眼球的肌肉运动，其他“运动”均无必要。摇头阅读的读者往往意识不到，这种不必要的动作包括抖动双腿、玩弄纸笔等都会对阅读速度产生影响。因此，必须克服这些毛病，养成阅读时只移动视线的习惯。

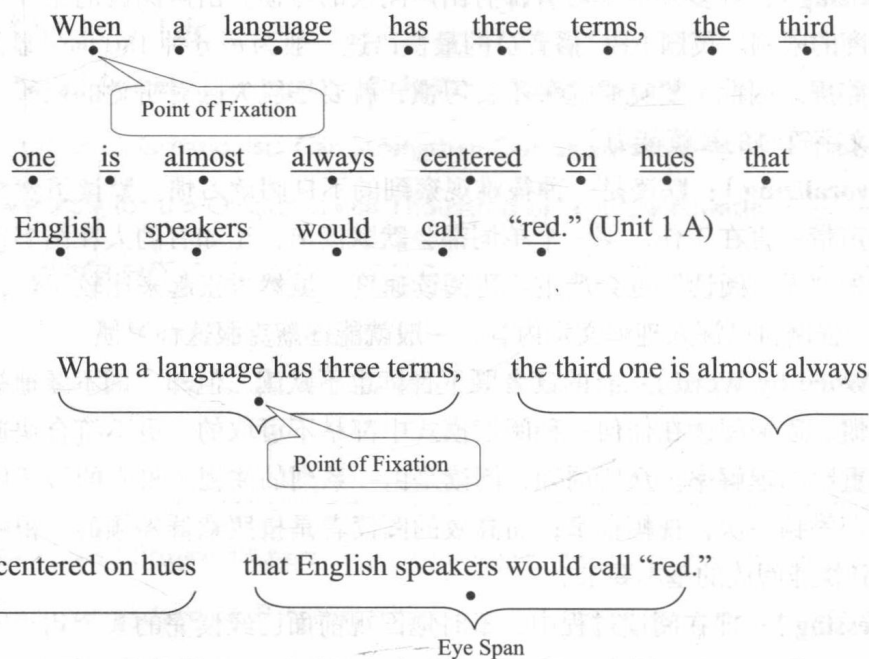
以上为学生中常见的主要不良阅读习惯，当然还包括阅读时一遇到生词就不由自主地查阅词典、过多地对句子进行语法分析、边读英语边译成汉语等。这些阅读习惯也会直接影响学习者的思路，妨碍阅读速度，应该一并加以纠正。

三、快速阅读的方法与技巧

英语快速阅读十分重要，《大学英语教学指南》明确要求：“学生能较好地运用快速阅读技巧阅读篇幅较长、难度中等的材料。能较好地运用常用的阅读策略。”快速阅读，与一般阅读不同，它强调在单位时间内，有目的、高效率地读完一篇文章，从中迅速获取文中大意，抓住主要事实和重要细节。要达到这一要求和目的，英语学习者除了要掌握一般语法规则、拥有一定的词汇量、了解背景知识之外，还要熟练掌握与运用快速阅读方法和技巧。

以下“方法与技巧”中所举例证均出自《进阶快速阅读》第一册。具体阐述如下：

1. 群读 (Reading in Sense Group): 也称意群视读，即要求读者在某一瞬间看具有一定意义的一组词甚至一个长句，而不是逐词阅读。下面看一下逐词阅读的低效读者和成组视读的高效读者阅读同一句话的视幅以及停顿的次数，究竟孰快孰慢、孰优孰劣，便可一目了然。



通过以上例证，我们可以看出，低效读者的视幅很窄，目光注视的次数多达 21 次，显然思路不连贯，既不利于理解也谈不上阅读速度；而高效读者的视幅很宽，目光注视的次数只有三次，这样基本一气呵成读下来，语意完整，不仅便于理解与记忆，还能快速提高阅读速度。

运用群读法要切记“三视”原则，即“视幅要宽、视时要短、视群要长”，这是保证阅读速度和理解

效率的关键。

(1) 视幅要宽。阅读时眼睛起到了照相机镜头的作用,要努力使自己的眼睛变成“广角镜”,把尽可能多的词能一眼“尽收眼底”。逐渐养成用眼、脑瞬间反映文字信息的能力。

(2) 视时要短。阅读时目光短暂停顿的间隙要尽量缩短。因为如果视幅相同,停顿的时间越短,阅读速度越快。

(3) 视群要长。意群是句子中可以表达相对完整的意义单位。所谓视群要长,就是按照尽可能长的意群单位视读。逐词阅读从速度上讲,形成了频繁的停顿,从理解上讲,破坏了文中的语义单位。这种“方法”极不可取。在进行快速阅读时,视幅要大大加宽,以最长意群为单位,彻底改变逐字“点状阅读”的不良习惯,扩展为逐行的“线状阅读”,进而逐步养成语段的“面状阅读”的良好习惯。

2. 略读 (Skimming):即用视觉“全景式”地浏览或跳读整篇阅读材料,以最快的速度领会文章大意,抓住文章的中心思想或主要内容。略读要求读者目光注视的次数一定要少,停顿的时间一定要短,在快速扫视过程中有选择地进行阅读,可以忽略某些细节、例证等,以快速提高阅读速度。以下三点是略读过程中常用的策略。

(1) 快速浏览文章的大小标题。大标题是文章内容的集中体现,极富凝炼性与概括性;小标题是文章结构的骨架和经脉,是对文章主题的进一步深化。可见,读者通过快速浏览这些标题,瞬间即可清晰把握文章的层次和主题。

如第八单元 Reading A 文章的大标题为“American Behaviors Considered Rude Around the World”,文中有 6 个小标题,分别是: 1. Tipping, 2. Whistling, 3. Showing up on time, 4. Opening a gift in the presence of the giver, 5. Not rejecting a gift, 6. Doing pretty much anything left-handed。通过阅读大标题,读者能够迅速获知该文章讲述的是其他国家眼中的美国人的粗鲁行为;通过阅读 6 个小标题,读者能够快速把握六种具体的粗鲁行为。如课后匹配题第 1 题的陈述为“In America, it can be regarded as an overly modest or even a little rude behavior to reject a gift more than three times.”其中“a little rude behavior to reject a gift”提示读者,该信息应该是在第 5 个小标题“Not rejecting a gift”下,而此标题下只有一个段落,因此,该题的答案应该是 G。又如,课后匹配题第 7 题的陈述为“Many people all over the world think the left hand should be reserved for doing the dirtiest of deeds in the bathroom.”其中由“the left hand should be reserved for”可知,该信息应该是在第 6 个小标题“Doing pretty much anything left-handed”下进行匹配。该标题下有两个段落,该题的答案应该是 H 或 I,进一步阅读 I 段最后一句,即可得知该题的答案是 I。

(2) 认真通读和理解文章的首段和末段。文章的大意往往会在第一段直接阐述,中间段落只起补充说明、解释、论证、引申、例举的作用,而文章的末段通常是全文的归纳和总结。首尾呼应一般会展现文章的大意,读者会在很短的时间里对此了然于胸。

如第四单元 Reading B 文章的标题为“How China's 'Mr. Bags' Moves Luxury Handbags in One Minute”,其第一自然段为:

There is the question on everyone's lips. How do you drive bigger sales on social media? Who better to ask than the person Gucci, Louis Vuitton and Bergdorf Goodman chose as their handbag representative for one of the world's most profitable luxury markets? Tao Liang is better known to China's fashion expert as Mr. Bags. He has become something of a fashion insider for a large number of affluent women who follow his blog.

最后一个自然段为:

Looking ahead, Liang's next ambition is to offer a professional service that allows him to advise luxury brands on the characteristics, colour and material of new handbags they develop. During Milan Fashion Week, for example, Liang travelled to Italy to meet with Tod's to work on a unique bagfan collection launching later this

year. He marked the first time a Chinese fashion blogger will be directly connected with the design process with a luxury brand. Styles that are preferable to a Western audience are not necessarily suitable for Chinese consumers, he says. "I know my bagfans well... I think I can be a good bridge between the brands and customers."

“开门见山”与“末尾点题”是一种常见的写作方式。因此，在阅读过程中关注文章的首段与末段有助于抓住文章的主题思想。如阅读第一自然段尤其是最后两句话：“Tao Liang is better known to China's fashion expert as Mr. Bags. He has become something of a fashion insider for a large number of affluent women who follow his blog.”可得知本文在探讨一个中国人 Tao Liang 如何在中国市场快速售卖时尚奢侈品。首段的内容有助于快速掌握文章的主题，理解首段的内容可以使读者对文章的主题有整体的了解。

最后一个自然段的第 1 句话：“Looking ahead, Liang's next ambition is to offer a professional service that allows him to advise luxury brands on the characteristics, colour and material of new handbags they develop.”说明了 Mr. Bag Tao Liang 未来将如何进一步为顾客提供更专业的服务，扩大奢侈品的销售。最后一句：“he says, 'I know my bagfans well... I think I can be a good bridge between the brands and customers.'”这种总结式写法再次重申了文章的主题，在使用新的营销手段推广奢侈品的过程中，Tao Liang 充当了奢侈品牌和消费者之间的桥梁。

(3) 认真细读段落的主题句。主题句多为段落的第一句，开宗明义；有时也会出现在段落的最后一句，画龙点睛。段落的其他具体细节可一扫而过。出现在段落中间起承上启下的作用或者没有主题句的段落较少，读者要在大量训练过程中认真揣摩，努力寻找出主题句或总结出段落的中心思想。

例 1：It's also great to see President Xi's commitment to eliminate extreme poverty in China by 2020. China did a great job lifting millions out of poverty. But progress has been uneven. Forty-three million people are still living in extreme poverty. Our foundation looks forward to cooperation with China that will focus on new ways to reduce poverty — through better nutrition and healthcare in rural areas, and by increasing access to financial services for the poor. (Unit 7 B Para. K)

本段第一句话是主题句，开宗明义指出“令人振奋的是，习近平主席承诺中国将在 2020 年前消除极端贫困”。从这一主题句可以判断出本段将陈述中国在“国内”消灭贫困的情况。再快速扫读下文“China did a great job...”，“But progress has been uneven.”和“...people are still living in the extreme poverty.”等支撑句，可以进一步明确本段主要陈述中国在“国内”消灭贫困方面取得的成就（did）、目前的现状（has been）和面临的挑战（are still living）。

例 2：In this same survey, over three thousand students named the key way that they believe college will enable them to achieve these goals. Nearly half (49%) of the students stated that the degree itself will help them get to where they want to go, whereas nearly one quarter (23%) said that the subject knowledge will be the key to reaching and achieving their goals. Clearly, the majority of students believe that their academic achievements will be the key to achieving their post-college goals. (Unit 2 B Para. I)

本段采用归纳法的写作方式，第一句承接前文论述的调查，交代了论据，“3 000 多位同学列举了读大学帮助他们实现既定目标的各类方式”，第二句表述细节，最后一句根据以上论据做出概括性结论，以总结句收尾。值得大家注意的是，Clearly 是综述观点的一个常见提示词，类似的表达有 above all、therefore 等。

3. 寻读 (Scanning)：寻读又称查读，即从大量目标资料中快速搜寻并锁定某一具体事实或特定信息（如人物、事件、时间、地点、数字等）的阅读方法。寻读和略读不同。略读时，读者对文章内容除了标题之外，其他便一无所知，而寻读时则是读者在对文章内容事先大概有所了解的情况下进行的。寻读既要求速度，又要求准确。寻读的特点是在阅读时读者的视线在文章中扫描的速度极快，而且目的性极强。因此查读时只关注少数的关键词语，大部分无需了解或与问题无关的内容都可一带而过，以求快速、准

确地查找到所需信息。

在各类英语测试中,事实细节题(具体信息题)均占50%以上。因此,寻读的作用不可忽视,寻读方法的运用亦颇为频繁。

例1:第八单元 Reading A 第2题 “In Haiti, it is considered impolite for young people to sit crossing their legs, make direct eye contact, or stand with their hands by their sides before their elders.” 中,有专有名词 Haiti, 专有名词在文章中比较醒目,容易查找,通过对文章内容的快速查读,在文章 C 段末句查到 “Haitian Creole language”, 因此可迅速锁定该陈述的答案应为 C 段。

又如第八单元 Reading C 第7题 “Tang Yuyang points out that the landscapes around the Confucian temples have been destroyed, which may present some challenges when restoring the sites.” 句中人名 Tang Yuyang, 首字母大写,通过对文章内容的迅速查读,在 G 段看到 “says Tang Yuyang”, 因此亦可快速锁定该陈述的答案在 G 段。

例2:第五单元 Reading A 第2题 “Only one Chinese athlete was sent to compete at the 10th Olympic Games.” 在句中我们极易扫视到一个序数词 10th, 而数字是在使用寻读技巧时极易发现的关键词之一。因此,我们只需在文章中找到 10th 这个数字或与之相同的其他表现法,即可定位所寻找的段落。另外,“第10届奥运会”召开的时间应该比较早,因此通过这个序数词我们可以做出一个基本判断,那就是涉及“第10届奥运会”的段落在文章中可能会比较靠前。基于以上判断,我们把寻读的重点放在文章的前半部,从第一段开始快速搜寻和数字“10”相关的内容,结果很快就在 B 段的首句中找到 the 10th Olympic Games, 从而确定答案为 B 段。

例3:第三单元 Reading C 第4题 “According to data, in the 1970s, more people had trust in financial markets.” 提到了与时间有关的信息,即 1970 年,由此可以在全文快速搜寻并锁定 G 段第二行 “Data show that in the late 1970s, the percentage of people who reported having full trust in banks, or the stock market was around 40%...”。通过寻读就能根据时间这一特定信息,快速、准确地查找到所需信息。

4. 猜词 (Inferring Word Meaning): 也称猜词悟义。在快速阅读中,我们不可避免地会遇到一些不认识的生词。这时,应该首先判断该生词是否会对阅读理解构成影响。如果影响不大,可忽略不计;若和文章主旨或重要细节相关,这时对生词的处理或其词义的揣度就显得尤为必要。以下几点猜词悟义的策略对读者在高效处理快读中的生词会颇有裨益。

(1) 利用构词法。通过构词法推测词义是最常用的方法之一。英语构词法的种类很多,作为一般读者在快速阅读中主要运用词缀衍生、复合词来猜词悟义。其中尤以词缀衍生最为常见。许多英语单词都是由词干 (stem) 和词缀 (affix) 构成的,词缀又可分为前缀 (prefix) 和后缀 (suffix)。

1) 词缀衍生

例1:前缀
如第四单元 Reading A: Van Meter was there when she surprised students at Howard University and co-hosted “Ellen.” (Para. C) co-hosted 带有一个前缀 co-, 在阅读过程中,如果了解动词 host 的意思是“主办,主持”, co- 这个前缀的含义是“一起,共同”,那么就可以猜测出 co-hosted 的意思是“联合主办,或一起主持”。

又如第七单元 Reading D: The image of Confucius has sometimes been deconstructed in ways that have nothing to do with China. (Para. C) deconstructed 可能是生词,但是我们已知动词 construct 有“建造,构成,组成”之意,前缀 de- 表示“破除”或“减少”,再根据主语 “the image of Confucius”, 我们可以推知 deconstruct 是对孔子的意象进行“解构”。

例 2：后缀

如第二单元 Reading B: As we observed earlier, more than half of our survey respondents want to pursue another degree. (Para. D) respondents 可能是生词，但是我们已知动词 respond 有“回答，响应”之意，名词后缀 -ent 可附在动词后构成名词，表示“动作者”，再根据其前面的一个相关词 survey 是“调查”的意思，我们完全可以准确推知 respondents 的意思为“受访者”。

2) 复合词

例如第一单元 Reading D: Cultural exchange is also highlighted at the institute, thanks to the principal of the university who... (Para. I) highlighted 可能是生词，不过，我们熟知 high 的意思是“高度的，强烈的”，light 的意思是“光”。根据语法可知，在句中 highlight 作动词，字面合成意为“给予最强烈的光”，结合上下文能够推出该词是“突出，强调”之意。

(2) 利用上下文。充分利用上下文给出的线索，有助于确定生词的大致意义。下面介绍一些基本方法。

1) 定义与解释。在生词出现的上下文中，作者有时会使用标点符号，诸如逗号、分号、冒号、破折号等来进行解释；有时读者还会找到作者对生词所下的定义，通常为同位语结构或定语从句等。这时我们就很容易通过这些线索来猜度判定生词的含义。

例如第四单元 Reading A: And while she is standing or seated in various corners of the White House, her hair is tousled — a little messy, even. (Para. F) tousled 对大多数读者来说可能是个生词，为方便读者理解，作者加了破折号并用一般读者熟悉的词 messy 加以解释。根据破折号后的内容，我们完全可以推测 tousled 也是用来形容头发是“乱的”。

又如第一单元 Reading D: They can sing Chinese folk songs and occasionally enjoy “hot pot”, a popular dish in China. (Para. C) 该句讲的是两位外国学生喜欢中国的民歌和火锅。hot pot 是借用英语词汇表达中国特有事物，其字面意思是“热锅”。逗号后面是同位语结构，用来解释这是在中国很受欢迎的一种饮食，由此判断出 hot pot 就是“火锅”。

2) 同义与反义。在句子或段落中，我们可以利用熟悉的词语，或文中的平行结构以及并列结构来推断生词的同义词义。例如第七单元 Reading B: At a time when some countries seem to be turning inward and retreating from world affairs, China is primed to step up as a global leader. (Para. A) 句中，turning inward 和 retreating from world affairs 是由并列连词 and 连接的两个并列成分，表达相同或相近的意思。结合上下文看，turning inward 表示转向国内事务，那么我们可以推出 retreating from world affairs 中的 retreat 意思是“逃避”国际事务，即“从”国际事务中“撤离”。

又如第五单元 Reading C: Two months later, Beckham and Victoria tied the knot at a castle outside of Dublin, Ireland during a wedding that cost the couple \$800,000. (Para. D) 阅读伊始，读者可能不理解句中短语 tied the knot 之意，但如果把这句话的前后内容联系起来，我们就会发现后面有一个介词短语 during the wedding，由此可以断定他们是在一个城堡中举行了婚礼。此时就可以大胆地得出这样一个结论：tied the knot 实际上和 wedding 意思相近，应该就是“喜结连理”的意思。

另外，根据文中的转折连词，如 but、however、otherwise、yet 等可以看到前后句在意义上的差别，从而根据某一句的含义，来确定另一句的相反意义。例如第五单元 Reading B: He arrived in Houston as durable as the Great Wall of China, yet over the course of his NBA career he was plagued by injury. (Para. F) was plagued by 这个短语读者可能不晓得。不过，我们可以通过句中的转折连词来猜词悟义。该句是由转折连词 yet 连接的并列句。前一分句的意思是“他刚到休斯敦的时候身体就像中国的长城一样坚固”。yet 连接的另一个分句自然是前一分句的反义。由此可以推断，后一分句是说，实际上姚明的身体并没有像长城一样坚固，而是出了问题。通过分析，后一句话的意思就会呼之欲出：“但是在他整个的 NBA 生涯中，