



目摇摇录

第一单元摇阅读理论简述	(员)
摇一、英语阅读的重要性	(员)
摇二、阅读的定义	(圆)
摇三、阅读理解的过程	(圆)
摇四、阅读速度、理解率和阅读效率	(缘)
摇五、读速自我测试	(苑)
第二单元摇培养良好的阅读习惯	(员圆)
摇一、不良的阅读习惯	(员圆)
摇二、如何培养良好的阅读习惯	(员源)
摇三、快速阅读训练方法	(员缘)
第三单元摇猜测生词词义	(圆缘)
摇一、根据上下文猜测生词词义	(圆缘)
摇二、根据构词法猜测词义	(猿缘)
第四单元摇句子理解	(猿缘)
摇一、分辨句子的关键成分	(猿缘)
摇二、弄清句子成分之间的关系	(猿圆)
第五单元摇段落理解	(猿圆)
摇一、找出段落的主题句	(猿圆)
摇二、弄清段落的组织结构	(猿猿)
第六单元摇判断摇推断摇作结论	(猿苑)
摇一、判断	(猿苑)
摇二、推断	(猿愿)
摇三、作结论	(猿愿)

第七单元摇略摇摇读	(页码)
摇一、什么是略读?	(页码)
摇二、略读的技巧	(页码)
第八单元摇查摇摇阅	(页码)
摇一、什么是查阅?	(页码)
摇二、查阅的技巧	(页码)
摇三、略读与查阅相结合	(页码)
第九单元摇长篇文章阅读	(页码)
摇一、长篇文章的阅读技巧	(页码)
摇二、长篇文章阅读技巧训练练习	(页码)
摇三、读速自我测试	(页码)
参考答案	(页码)
主要参考书目	(页码)

圆摇高等师范院校教材

摇英语快速阅读技巧

前摇摇言

圆世纪是信息倍增、知识爆炸的时代。随着全球经济一体化的到来，现代科学技术的迅猛发展，各国之间在外交、政治、科技、贸易、教育和文化等方面的交流日益频繁，网络全面进入人们工作和学习的各个方面，知识更新的速度越来越快，人们需要以最快的速度获得最重要、最急需的信息。而大部分信息则必须从阅读中获得。英语作为世界通用的交流媒介，在当今信息时代中发挥着非常重要的作用。怎样以尽可能快的速度阅读尽可能多的英文书籍和报刊杂志，即提高英语快速阅读能力已成为我们现代人急需解决的问题。

本书正是基于这一指导思想而编写的。它针对读者在阅读英语时常见的困难和问题，在对阅读基本理论进行简要阐述的基础上，较全面地介绍了快速阅读的技巧，同时提供大量的阅读材料和练习以配合快速阅读技巧训练。阅读材料主要选自有关英美社会生活、历史、科普知识、文化、文学等方面的原文材料，内容丰富，题材、体裁多样，具有较强的知识性和趣味性。

本书适用于大专院校英语专业的学生，非英语专业、希望在四、六级或托福等英语考试中取得好成绩的学生，以及希望提高英语阅读能力的广大英语爱好者。

全书共分 怨个单元。第一单元对英语阅读的基本理论进行简要的阐述；第二单元介绍如何克服不良的阅读

· 摇员

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertengbook.com

毛病，培养良好的阅读习惯；第三单元至第五单元分别介绍怎样运用快速阅读技巧理解生词、句子和段落；第六单元介绍判断、推论与作结论的技巧；第七单元与第八单元介绍略读和查阅技巧；第九单元介绍长篇文章阅读技巧。每一单元首先介绍新的阅读技巧，然后提供配合这种技巧的阅读练习题，学与练紧密结合。各单元的内容相互衔接，又各具特点。全书的阅读难度由浅入深，循序渐进，可帮助读者掌握快速阅读技巧，有效地提高阅读速度，增强理解能力。

英语快速阅读技巧是一个值得不断研究和探讨的课题。限于本书编者的水平和经验，加之时间仓促，书中纰漏与错误在所难免，敬请广大读者提出宝贵意见。

编者

2004年 月

摇

高等师范院校教材

摇英语快速阅读技巧

第一单元摇阅读理论简述

一、英语阅读的重要性

21世纪是经济全球化、信息化、多元化的时代。随着科技的迅猛发展，计算机网络使用的普及，各国在政治、外交、经济、科技、文化、教育等方面的直接对话与平等交流日益频繁，知识更新与信息传播更加迅速。这一切更加强化着英语作为世界通用的交际媒介的重要作用。据统计，如今世界人口中 1/3 以上的人讲英语或会讲英语，另外还有大约 1/4 的人在学英语；国际间约有 1/2 的信件用英语书写；世界上各种电子通讯系统有 1/3 的信息用英语储存，1/2 的报刊用英语刊载，1/3 的新闻广播使用英语。由此可见英语在国际交流中占有极其重要的地位。

中国作为国际社会朝气蓬勃的成员之一，对于英语的需求与日俱增。随着我国改革开放和经济建设的进行，申奥成功、加入 WTO、足球冲出亚洲等大事件的实现，用英语进行国际交流，同时用英语迅速获取大量信息显得尤为重要。而阅读正是获取新信息的最有效的手段之一。对于许多学习者来说，在缺乏理想的听说环境的学习条件下，阅读也是学习英语最主要的方法和最有效的途径。目前，阅读是我国英语教学的核心，培养

和提高阅读理解能力是英语教学的主要目的之一。阅读也是各种英语标准化测试,如托福、雅思等的重点。然而,许多人在阅读英语时往往遇到很多困难,比如生词多、阅读速度慢、理解力差等。要加快阅读速度,提高阅读理解能力,首先要弄清楚什么是阅读,学习并掌握英语快速阅读的技巧和方法。

二、阅读的定义

那么,什么是阅读呢?阅读是人们阅看书面文字材料,获取信息的一种方式,是“一种从书面语言和其他书面符号中获得意义的社会行为、实践活动和心理过程”。^①首先,阅读是作为一种特殊的交际方式而存在的社会现象,它涉及到作者—文本—读者三个基本要素。文本即阅读材料,是交际信息的载体,作者通过文本发出交际信息,读者通过文本接受和处理信息。也就是说,阅读以文本作为社会交际的中介物,即交际信息的载体,使作者与读者达到交际信息的目的。第二,阅读又是一种实践活动。这是因为实践是人们能动地改造客观世界的物质活动,而阅读正是一种实际的社会交际活动过程,它通过人们的实践达到社会交际目的。同时,阅读也是人的大脑这种以高级形态存在的一种物质运动,它通过阅读理解过程中大脑的特殊活动,把文本从一系列符号解码为有意义的信息,完成社会交际过程。第三,阅读也是一种心理过程。读者必须通过大脑思维,对文本中的文字符号进行感知和理解,才能把握其反映的客观事物及其意义,了解作者所要表达的内容、观点和情感。

三、阅读理解的过程

读者必须理解作者在阅读材料中所表达的内容和观点,才能达到阅读的目的。全面的理解包括字面理解、推理性理解、评价性理解和欣赏性理解等几个层次。读者怎样才能通过阅读材料即文本进行思维达到较高层次的理解呢?近年来,许多国内外专家有关阅读理解的研究表明,阅读理解并非仅仅是一个单向的接受信息的活动,也不只是对词、句子、段落甚至语篇的识字过程。阅读是一个非常复杂的心理过程,是一项涉及到多方面因素的特殊活动。国外有关专家和学者研究阅读理解过程概括出的较有影响的类型有以下几种,它们对我们较全面地了解阅读理解会有一定帮助。

^① 李德成援阅读辞典四川辞书出版社,1985,第1页。

(一) “自下而上” (Bottom-up) 模式

这是一种传统的阅读理解模式，产生于 20 世纪 50 年代，代表人物有 阅·拉伯杰恩 (L. J. Rieben)、杂·栽·塞缪尔 (J. K. Searcy)、阅·月·高夫 (J. M. Gaffney) 等。他们的观点认为阅读是一个“自下而上”的模式，即由低级的单词解码 (Word decoding) 到最终获取信息的过程。换句话说，阅读过程是一个从左到右对阅读材料中的字母、单词、短语、句子和更大语言单位的详细而精确的辨认，最后得出文本的整体意义的过程。因此，这一方式也称为“文本作用” (Text-based) 或“外界作用” (Extraneous)。该观点认为理解是来自文本，来自读者头脑以外的、新的信息的作用。

(二) “自上而下” (Top-down) 模式

这是一种与上述模式截然相反的模式，产生于 20 世纪 60 年代末至 70 年代初，以美国著名心理语言学家肯尼思·古德曼 (Kenneth Goodman)、应用语言学家弗兰克·史密斯 (Frank Smith)、栽·哈德逊 (J. Hudson) 等为代表人物。他们不同意阅读材料本身决定内容 (意义)，认为“阅读乃是一种心理语言学的猜谜”^①，读者在阅读过程中是主动的参与者，他们无需精确地逐字逐句地去辨认文本的意义，而是从高层信息出发，根据读者头脑中先前存入的知识，从阅读材料的文字符号中有选择地捕捉到最重要的语言线索，并在阅读过程中一边猜测、推断，一边验证、修改，以达到正确地理解。这一方式也称为“知识作用” (Knowledge-based) 或“内部作用” (Intrinsic)。

(三) 相互作用 (Interactive) 模式

该模式是 20 世纪 70 年代末由美国人工智能学家 阅·耶·鲁姆哈特 (J. R. Rumelhart) 等人提出的。该观点强调阅读理解是语言文字的处理过程与读者已有的背景知识的运用和处理过程的双向作用，即阅读理解是由读者根据自己头脑中先前存入的知识与文本中的符号产生联系，相互作用，重新组织或表达信息的过程。^②

20 世纪 80 年代初，美国 孕·蕴·卡雷尔 (J. K. Carroll)、匀·耶·威多森

① 栽·哈德逊 (J. Hudson) 认为“阅读是一种心理语言学的猜谜”，即读者在阅读过程中是主动的参与者，他们无需精确地逐字逐句地去辨认文本的意义，而是从高层信息出发，根据读者头脑中先前存入的知识，从阅读材料的文字符号中有选择地捕捉到最重要的语言线索，并在阅读过程中一边猜测、推断，一边验证、修改，以达到正确地理解。这一方式也称为“知识作用” (Knowledge-based) 或“内部作用” (Intrinsic)。

② 阅·耶·鲁姆哈特 (J. R. Rumelhart) 等人提出的相互作用模式，强调阅读理解是由读者根据自己头脑中先前存入的知识与文本中的符号产生联系，相互作用，重新组织或表达信息的过程。

(与图式理论等)等人提出了“现代图式理论”(Modern Schema Theory)^①对相互作用模式进行了补充。该观点认为“图式”是已知事物或信息存储于人脑中的知识框架,它使信息有条不紊地储存在长期记忆中。当读者处理新信息时,总会把它与头脑中的“先存知识”(又称“背景知识”)联系起来进行思维,给认知和理解提供依据。熟练的读者往往运用图式双重结构进行解码,即“自下而上”与“自上而下”紧密相结合,同时运用“图式”使大脑中的先存知识与文本之间相互作用,以达到最佳的理解。

从以上专家的研究可以看出,阅读理解不是一个被动的识字过程,而是一个积极主动的语言与思维相互作用的心理过程。它涉及到多方面的因素,包括语言知识、非语言知识、文化背景知识和阅读技能。尤其是在科技、文化飞速发展的今天,语言包含着政治、经济、科技、教育、文化以及历史、地理、社会生活等方方面面的知识,阅读更需要人们具备丰富的背景知识,而不是被动地识字,这样才能主动积极地思维,快速、准确地理解。

请看下面这段文字:

汤姆·索耶历险记
 汤姆·索耶是一个调皮捣蛋的男孩，他住在密西西比河畔的一个小镇上。他有一个好朋友，叫哈克贝里·芬。他们经常一起玩耍，做一些恶作剧。有一天，他们发现了一个宝藏，里面装满了金币。他们决定把宝藏藏起来，不让别人知道。但是，他们的计划被一个坏人发现了。坏人想要抢走他们的宝藏，但是他们成功地逃走了。最后，他们找到了宝藏，并且把它分给了穷人。这个故事告诉我们，要做一个诚实、勇敢、乐于助人的人。

要正确理解这段文章,不仅需要语言知识,还要具备一定的相关背景知识。如果不知道美国著名作家马克·吐温和他的名著《汤姆·索耶历险记》《哈克贝里·芬历险记》,即使认识每一个单词,也不能很好地体会出美国人民由于马克·吐温作品中对哈克贝里·芬童年时期田园诗般的旅游和汤姆·索耶夏日里自由自在的探险的精彩描述,从而产生的对马克·吐温的高度评价,因而不可能真正地理解这一段的内容。

① 图式理论 (Schema Theory) 是由心理学家提出的。图式是指人们头脑中已有的知识或经验。图式理论认为，人们在理解新信息时，会将其与已有的图式联系起来，从而形成新的图式。图式理论在语言学习、阅读理解、记忆等方面都有广泛的应用。

[illegible]

除此之外，要提高阅读速度和阅读理解能力，快速获取准确的信息，不但要努力学习语言知识，扩大词汇量，积累各方面的知识，还要学习快速阅读技巧，不断提高自己的推测、判断、分析和总结能力。

阅读能力包括两个主要因素：阅读速度和阅读理解率。

阅读速度指阅读的快慢程度，一般按读者在单位时间内所阅读的材料长度计算，该长度通常以阅读篇幅的字数来表示。计算单位用 $\frac{\text{字}}{\text{分}}$ 或 $\frac{\text{词}}{\text{分}}$ ，表示每分钟所读的字数。决定阅读速度的主要因素是读者掌握速读技巧的熟练程度，同时包含读者的语言能力、背景知识以及心理、生理素质等相关因素。

• 揺象

可达 150 词/分钟 ~ 200 词/分钟；个别人可达 200 词/分钟；最高纪录是 300 词/分钟。^① 1980 年国家教委颁布的《高等学校英语专业高年级英语教学大纲》对英语六级的读速要求为每分钟 150 词 ~ 200 词，理解准确率以 70% ~ 80% 为合格。国家教委颁布的《大学英语教学大纲》（修订本）规定：在阅读篇幅较长、难度略低、生词不超过总词数 10% 的材料时，能正确理解中心大意，抓住主要事实和有关细节，阅读速度达到每分钟 150 词。按照现行四、六级考试大纲和样题测算，四级统考的读速应该在 100 词/分钟以上，六级在 150 词/分钟以上，才会有充分的时间做题，从而达到规定的要求。

（二）阅读理解率（悦词数/总词数 × 100%）

阅读理解率指读者对所读材料的实际理解程度，即读者所获得的信息量占作者所传达的信息总量的百分比。一般以读者正确完成了阅读理解练习题的数目与练习题总数目的百分比为计算方式。快速阅读训练中，一般国际公认的理解率标准是 70% 左右。例如：理解题以“1 源型题”为标准，即每篇文章设 1 个理解题，每题设 3 个选项。如果读者答对了 1 题，便可基本上排除他完全不懂原文而仅凭猜测做对的可能性。

快速阅读训练并不要求学生 100% 的理解率。其目的是改变逐字逐句阅读的习惯，学会根据不同的阅读目的和阅读材料灵活地运用各种阅读技巧，在尽可能少的时间内对大量的信息资料有目的、有选择地阅读，抓住读物的中心内容和作者的主要观点即可，没有必要也不可能记住一切细节。当然，理解率太低也不行，一般认为理解率在 70% 以下是没有真正读懂阅读材料的，称为无效阅读。

（三）阅读效率（总词数/总时间 × 理解率 × 100%）

阅读效率指读者在单位时间内通过阅读所获得的信息量。这一概念是美国耶鲁大学的 卡罗尔博士最早提出的。他提出的计算公式是：效率 = 速度 × 理解率。^② 这个公式就是：阅读效率 = 阅读速度 × 理解率，用 词/分钟 作为其计算单位。例如：某读者的阅读速度为 200 词/分钟，理解率为 70%，他的阅读效率为 140 词/分钟，即每分钟能有效地读懂 140 这个词所含的信息量。

① 1980 年 12 月 1 日颁布的《高等学校英语专业高年级英语教学大纲》规定：英语六级的读速要求为每分钟 150 词 ~ 200 词，理解准确率以 70% ~ 80% 为合格。

② 卡罗尔博士“快速阅读法”中提出的公式，即：阅读效率 = 阅读速度 × 理解率。

五、读速自我测试

在开始学习本书介绍的快速阅读技巧并进行速读训练之前，读者最好先测试一下自己的阅读速度和理解率，知道自己的学前水平。经过学习和训练以后，再进行自我测试，这样就能更好地了解自己的进步。在本书第九单元学完之后，读者可做第 5 章第 5 页上面的读速自我测试，以便了解自己读速的提高。

栽莖繁殖

栽種贈果藥膏：蜜藥藥上體黃霜膏至；深舌藥膏贈毒丸贈藥芽苗粵義援附宅菜贈

悦美秀髮美髮士區嘉樂

[illegible]

遭暖憎聲噪對歡切慙驚贈官蔭士

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

搖籃 ·

碩莪 藥 早 未 產 藥 對 增 漢 書 卷 九 十 七 上

NightFire

[illegible]

◎**源園憎與蜂**

糖緩藥電到藥精造藥士藥製戒藥寧藥

第二单元培养良好的阅读习惯

一、不良的阅读习惯

第一单元中对于快速阅读的重要性已作过介绍。随着信息社会的发展,知识更新与信息传播的速度愈来愈快,快速阅读已成为获取信息、增长知识、提高学习和工作效率的一种基本手段。然而,对于把英语作为外国语的许多人来说,阅读速度慢仍是一个明显的弱点。要想加快阅读速度,提高阅读理解能力,必须找出读速慢的原因,学习正确的阅读方法,培养良好的阅读习惯。

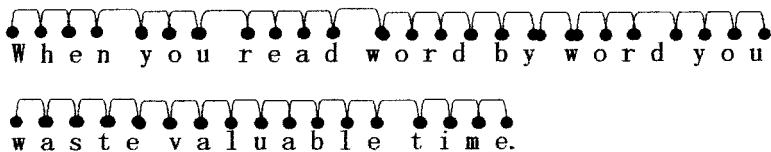
阅读速度慢的原因是多方面的。一般来说，除了与读者的英语语言能力、文化背景知识和思维分析能力等因素有关以外，不良的阅读习惯也是重要的原因之一，具体表现在以下几个方面：

(一) 逐词阅读，视幅小

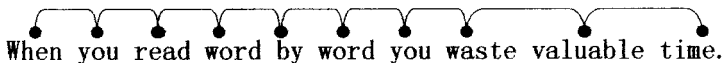
阅读速度首先取决于读者眼部运动的快慢。阅读时，眼球要顺着文字作连续运动，它们必须不时地在某一字上短暂停顿，才能清楚地看清阅读材料上的文字符号。这种停顿称为“眼停”或“注视（~~eye stop~~）”。每次眼停时，眼睛所能看清的字数多少称为视幅（~~visual span~~），它决定阅读速度。通常，在阅读时读者的目光不是沿着一行行印刷符号平稳移动，逐词逐句地加以辨

认，而是跳跃式地移动，从一个眼停跳到下一个眼停。眼停的次数少，视幅宽，阅读速度就快。假设一行有 50 个字（词），读速慢的人眼睛停留 50 次才能读完，要花费 50 秒钟时间。而读速快的人只需停留两次就能读完，只花一两秒钟时间。这样，后者的读速至少是前者的 25 倍。阅读专家证实，经过快速阅读训练，人的最大视幅可以达到一行中 10 个字母组成的文字所达到的长度，约半行字。许多未经训练的人习惯于逐词阅读，一目一词，视幅很小，因此，阅读速度很慢。例如下面这个句子，分别标出 3 种不同读速的人在阅读时不同宽度的视幅，由此可以看出读速的快慢。圆点为眼停处，弧线为视幅宽度。

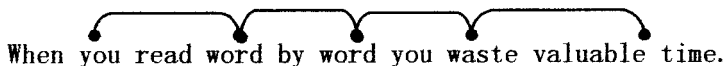
1. 读速极慢的读者（The very slow reader）：



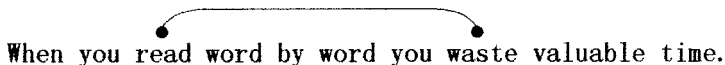
2. 逐词阅读的读者（The slow word for word reader）：



3. 中等水平读速的读者（The better-than-average reader）：



4. 读速很快的读者（The fast reader）：



（二）回视频繁

阅读时，由于未看清楚或未能理解意义，目光返回到已经读过的词、句、段上面，称为回视（regression）。一般说来，回视不能完全避免。尤其是阅读一篇难度较大的文章时，为了弄懂文章的意思，免不了回视。不过，回视的次数越多，眼停次数和阅读时间必然增加。许多人在阅读时习惯性地反复回视，