

谈谈英语快速阅读的方法和技巧 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/129/2021_2022__E8_B0_88_E8_B0_88_E8_8B_B1_E8_c81_129437.htm

在职称英语考试中，阅读理解部分的分值占整个试卷分值的50%，阅读速度的快慢、对文章内容理解掌握的程度，往往直接影响到我们能否顺利通过职称英语考试。职称英语考试的时间特别紧张，几乎没有时间翻阅词典。在这种情况下，常常使参试人员焦头烂额。有没有一个好的解决办法呢？多年来，我们中心在承担在职人员英语水平考试辅导过程中，着重加强他们快速阅读能力的训练，培养他们在尽可能短的时间内进行快速阅读的能力。使他们的阅读活动具有更大的效用值，产生更高的效率。希望我们的经验能对所有参试人员有一定的参考价值。

那么，什么是快速阅读？所谓快速阅读，就是以较快的速度在规定的时间内有目的、有方法、高效率地阅读材料，以便从中获得所需的信息。

一、进行快速阅读的必要条件

进行快速阅读的必要条件是：基本知识、语言基础、阅读技能、快速阅读不是一种孤立的能力，它必须以了解一定的基本知识为先决条件，以具备一定的词汇和基本语法为基础，还要掌握一些重要的阅读技能。如果没有语言基础，阅读材料通篇都是生词，语法难点很多，即使掌握了一些快速阅读的技能，要快也快不了。反之，如果只有语言基础知识，而没有阅读技能，要想读得快，读得多，也是不可能的。但是，如果对材料的内容缺乏基本常识，即使语言基础好，并具备阅读技能，也不可能“快读”，只能“慢读”。基本知识主要是指的是所涉及英语的专业知识，没有一定的专业知识，要

想把内容理解透是有相当大的难度的。语言基础知识主要指词汇量和句型结构。要有一定的词汇量。这包括两部分，一是公共部分，二是专业部分。依据教育部有关文件对院校生的要求结合我们在职人员的实际情况，我认为公共英语部分至少要达到4,000个单词量，而专业部分最好要有1,500个词汇量。要有一定的句型分析能力。英语文章最大的语法难点是句型，句型中的难点是定语从句。一个句子很长，往往是由于定语从句连环套在作怪，定语中套着定语。这样的连环从句表达专业概念非常严谨，却给我们阅读带来困难。因此，我们要能够进行层次分析，准确把握各从句之间的关系，才能提高阅读速度。同时，要了解词性的变化，名词的动用和动词的名用。至于时态等其它的语法现象对我们具备一定语法知识的参试人员来说，基本上构不成多大障碍。

二、快速阅读的重要性 所谓的阅读能力主要是指精读和泛读能力。然而，英语阅读中，速度是人们最普遍关心的问题之一。在实际工作和生活中，百分之八十至百分之九十的阅读一般都是快速阅读、通过快速阅读，我们可以更广泛、更大量地阅读资料，猎取知识，增长见识，开阔眼界。通过大量阅读，频繁地接触语言材料，可以自觉或不自觉地学到或掌握大量的词汇和语汇，进一步熟练阅读技术，提高阅读能力，培养阅读兴趣和习惯。

三、快速阅读的速度与理解的关系 现在许多参试人员平时学习中对快速阅读的认识不足，他们无论看什么英文材料，都只注重理解而不注意阅读速度，因而阅读的效率、水平都难以提高。这样一来，处理好阅读速度和理解之间的平衡关系是我们值得认真对待的一个实际问题。速度太快，理解上往往出现很大的困难；速度太慢，又浪费

很多的时间和精力。在处理这两者之间的关系中，我认为要分为三个阶段。第一个阶段是筛选阶段。在我们阅读文章的过程中，首先筛选出对我们有利用价值的。每分钟的阅读速度可达800个字符，重点放在文章的标题和每段的第一句和最后一句上，基本上可对文章的中心、作者的意图有个20-30%的了解。在此基础上，进入第二阶段，也就是快速阅读阶段。就是说对我们已筛选出的信息作进一步的遴选，每分钟的阅读速度可保持在500个左右字符，达到70%的理解，再从中挑选出对我们有重要参考价值的内容来，然后进入第三阶段，也就是精研阶段。这一阶段，要达到90%以上的理解，力求准确把握作者的观点，融会贯通，根据其利用价值进行取舍。本文主要讨论第二阶段，限于篇幅，对其它两个阶段不作过多陈述，但也可参照本文的观点。在提高阅读速度的初期，理解的降低是正常的，不必大惊小怪，只要继续以此速度读下去，就会发现理解会渐渐回升上来，达到原来速度时的理解水平。这里有一点必须注意，在理解水平还没有恢复到正常水平（至少要达到70%的理解）时，不要继续加快阅读速度。这二者的平衡在快速阅读的过程中是很重要的，不能过多的注意其中一项。我们应该明白，一分钟读400字符且达到了70%的理解比一分钟读200字符而达到90%的理解率效率高得多。理解了这一点，我们在阅读的过程中，就可以减少一些不必要的担心，从而更好地提高自己的快速阅读的能力。

四、阅读过程中的障碍

1. 阅读行为习惯的影响

在阅读过程中，我们要有意识地克服行为上某些不良的阅读习惯。（1）出声读。因为眼睛的移动速度比舌头动作快。出声读不但影响速度，而且会分散一部分精力去注意自己的发音。（2

) 逐字读。许多常见词，如功能词，不需停顿单独理解。

(3) 默读。虽然没有大声读出来，但在脑中一字字读，也会影响速度，分散精力。(4) 指读。以手指挨个指着读，有碍理解和速度。除非手指飞速移动，引导眼睛快看。(5) 回读。眼睛回向移动，寻找先前读过的信息，而不是继续阅读下去以获取完整的概念。

2. 阅读中心理因素的影响 阅读时，除了克服不良的阅读习惯外，还要注意克服一些影响阅读和理解程度的不良心理因素：(1) 期望值过高 希望一次阅读就掌握所读材料。这种急于求成的心理状态，不仅影响阅读时的心境，也使得视觉器官和大脑都不能集中于阅读过程本身，阅读的效果自然不好。 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com