

四级阅读：改变不良阅读习惯的小建议 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/503/2021_2022__E5_9B_9B_E7_BA_A7_E9_98_85_E8_c83_503124.htm 你知道是阅读速度和理解阅读两个方面在影响着你的阅读能力吗？除了掌握大量的词汇量之外，你有没有注意到自己的阅读速度，你的方法正确、合理吗？检查一下你有没有以下的阅读习惯，新东方的老师在告诉你，改掉它们你的阅读理解就会迎来奇迹！

（1）“指读”，即为了“集中注意力”，用手指或笔尖指着文章细细的逐词阅读。一遇到生词，便停顿下来，无法在通篇理解的基础上继续进行阅读。也影响整句或整段的意思的理解。（2）“唇读”，即有的学生在阅读中喜欢读出声来，或即使不出声，嘴唇了蠕动，或脑子里也在想着读音，无形当中影响了大脑的思维速度。（3）“回读”，也叫“即时重读”即在阅读中遇到生词或不熟悉的短语时，返回句首甚至段首重读；还有相当多的学生对阅读忆经产生心理定势，即认为自已第一遍肯定读不懂，因此反复多遍，浪费很多时间。（4）“译读”，即在阅读过程中，不断地进行臆词逐句的翻译，通过译成母语来辅助理解。由于没有掌握正确的阅读方法，习惯于在不加限定的时间内，对一小块文章精雕细琢，导致了逐词阅读接受信息的习惯。希望这些对即将要考四级的考生有所帮助！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