

# 前言 / PREFACE

英语专家胡文仲教授指出：学习英语无捷径，只有大量实践，多听多读多说多写。对高中阶段的学生来说，选用文质优美、语言地道、内涵丰富的外刊时文进行听、说、读、写、译的训练尤为重要，既可丰富知识、开阔视野、提升智力、锻炼思维，亦可增进自信、塑造人格、磨砺灵魂、提升三观。总之，外刊时文阅读对于促进学生英语学科核心素养的养成有着独特而重要的作用。

全书共分为三个部分。第一部分是历年高考命题特征的大数据分析，从宏观上帮助学生了解高考命题的方向与特征。第二部分介绍外刊阅读的策略，理例结合，通过高考真题引导学生有效利用阅读策略快速高效解题。第三部分包含 100 篇外刊阅读仿真试题，并结合新高考设计了变式训练，从语言能力、文化意识、思维品质等角度全面提升学生的核心素养。同时，本书还提供答案解析分册，聚焦学生的易错易混点，进一步优化学生的思维路径；其中名师点拨部分从命题人和高考评分标准等多角度拓宽学生思维，帮助学生形成科学有效的学习策略，进而促进学生语言综合能力的全面提升。

**本书有以下五大特色：**

## **一、围绕三大主题语境，分析高考命题规律**

本书以教育部全面深化课程改革方针为指导，以落实立德树人根本任务为目标，在“人与自我”“人与社会”“人与自然”三大主题统领下，通过分析高考命题规律，让学生熟悉高考命题特点。

## **二、精选权威外刊时文，进行全新原创命题**

编者团队从《读者文摘》《经济学人》《科学美国人》等权威外刊精选 100 篇权威外刊阅读文章，基于历年高考大数据，通过删减、修改、替换、改写等方式进行原创命题，力求比例合理、难易适中、设题规范、形神兼备，与高考真题高度契合。

## **三、利用最新科研成果，测试考题文本难度**

编者团队利用华南师范大学金檀、陆小飞等学者基于《中国英语能力等级量表》（2018）研发的“英语阅读分级指难针”精准测试文本难度，所编原创试题标准规范、难易适中、精准科学。该测试体系包含词汇、句法和文本三个维度上 12 个核心特征的量化数值，将所选语篇与“阅读真题文本”的等级样本匹配进行难度测算，为外刊阅读选篇及其与高考真题难度匹配提供可信用度高的量化依据。

## **四、独创精准函数公式，提供专业阅读建议**

编者团队还依据高考对于高中生英语阅读速度的要求，结合文本长度、文本难度、试题数量、体裁特征等维度，精心设计函数公式计算阅读时长，为学生提供专业建议。

### 五、进行变式延伸训练，促进学生深度学习

在全真模拟的常规测试题型基础上，编者团队进行二次开发，设计变式训练，题型包括应用文写作、完形填空、语篇填空、语篇译写、读后续写等，多角度进行训练和考查，帮助学生把题做深做透，促进深度学习，培养思维品质。

本书编者为山西省晋中市宫志林高中英语名师工作室成员，均是来自教学一线的名师，对外刊阅读和高考命题有着深入的研究。同时，在张连仲教授、陈力教授的指导和带领下，编者团队紧跟时代步伐、把握教育前沿，进行了诸多积极探索，受到业内众多专家的高度评价。

在本书即将付梓之际，感谢陪我一起夜以继日、锲而不舍的老师。正是大家一路互相扶持、互相激励，编者团队才得以不断翻山过坎、攻坚克难。同时，感谢清华大学出版社的精心策划，使编者团队有机会分享这些年在对外刊时文方面的研究成果，也有机会给全国各地的同学们学习英语贡献力量。最后，特别感谢总主编田秋生、江节明两位老师从头至尾审读书稿并给予指导，谨致诚挚谢意。

祝每一位同学在高考中取得优异成绩！

宫志林

2023年3月

# 目录 / CONTENTS

## 第一部分 大数据分析····· 1

- 一、近 10 年阅读词汇量及难度分析 ····· 3
- 二、近 10 年阅读体裁分析 ····· 6
- 三、近 10 年阅读话题分析 ····· 7
- 四、近 10 年阅读命题趋势分析 ····· 9

## 第二部分 外刊阅读策略·····11

- 一、阅读策略 1: 寻读 ····· 13
- 二、阅读策略 2: 略读 ····· 15
- 三、阅读策略 3: 计时阅读 ····· 19
- 四、阅读策略 4: 快速阅读 ····· 22

## 第三部分 外刊阅读仿真试题·····27

### 一、人与自我 ····· 29

话题（一） 成长环境与学校生活 ····· 29

Passage 1 Duke Kunshan University ····· 29

Passage 2 My Student Teaching Experience ····· 31

Passage 3 Students Learn Better from Books  
than Screens ····· 33

Passage 4 How Kids Learn to Read ····· 35

Passage 5 How to Learn from Regrets ····· 37

话题（二） 健康生活与生活态度 ····· 38

Passage 6 The Perfect Sleep Chair ····· 38

Passage 7 John Wilton Hughes ····· 40

Passage 8 Doing Household Chores Could Cut  
Risk of Dementia ····· 42

【变式训练 1】 应用文写作 ····· 30

【变式训练 2】 完形填空····· 32

【变式训练 3】 概要写作····· 34

【变式训练 4】 语篇填空····· 36

【变式训练 5】 语篇译写····· 37

【变式训练 6】 应用文写作 ····· 39

【变式训练 7】 完形填空····· 41

【变式训练 8】 语篇译写····· 43

|            |  |    |           |       |    |
|------------|--|----|-----------|-------|----|
| Passage 9  | Apply Sunscreen Properly   | 44 | 【变式训练 9】  | 语篇填空  | 45 |
| Passage 10 | Tips for Positive Thinking When Depressed                                    | 46 | 【变式训练 10】 | 概要写作  | 46 |
| 话题 (三)     | 完善自我与生命价值  | 47 | 【变式训练 11】 | 应用文写作 | 48 |
| Passage 11 | The Greatest and Most Influential People of All Time                         | 47 | 【变式训练 12】 | 完形填空  | 50 |
| Passage 12 | British Explorer Completes First 4,000-mile Trek Along China's Yangtze River | 49 | 【变式训练 13】 | 概要写作  | 52 |
| Passage 13 | What Do Your Shoes Say About Your Personality?                               | 51 | 【变式训练 14】 | 语篇填空  | 54 |
| Passage 14 | The Wonder of Curiosity  | 52 | 【变式训练 15】 | 语篇译写  | 55 |
| Passage 15 | Benefits of Lifelong Learning  | 54 | 【变式训练 16】 | 语篇译写  | 57 |
| 话题 (四)     | 学习技巧与终身学习  | 56 | 【变式训练 17】 | 读后续写  | 59 |
| Passage 16 | Best Books to Prepare for Student Teaching                                   | 56 | 【变式训练 18】 | 概要写作  | 60 |
| Passage 17 | Teachers Can Change Your Life  | 57 | 【变式训练 19】 | 完形填空  | 62 |
| Passage 18 | Learning to Learn in the Primary Classroom                                   | 59 | 【变式训练 20】 | 语篇填空  | 64 |
| Passage 19 | Learn English with Virtual Environments                                      | 61 | 【变式训练 21】 | 应用文写作 | 66 |
| Passage 20 | How to Improve English Speaking Skills                                       | 63 | 【变式训练 22】 | 完形填空  | 67 |
| 话题 (五)     | 语言规律与学习方法  | 64 | 【变式训练 23】 | 语篇填空  | 70 |
| Passage 21 | Learn Language Online  | 64 | 【变式训练 24】 | 概要写作  | 72 |
| Passage 22 | Learning English Is Easy   | 66 | 【变式训练 25】 | 语篇译写  | 73 |
| Passage 23 | Why Learning a Language Is Hard  | 68 | 【变式训练 26】 | 应用文写作 | 74 |
| Passage 24 | The Thing That Makes Us Human  | 70 | 【变式训练 27】 | 完形填空  | 76 |
| Passage 25 | Ways to Learn English Fast and Effectively                                   | 72 | 【变式训练 28】 | 语篇填空  | 78 |
| 话题 (六)     | 职业规划与创新意识  | 73 |           |       |    |
| Passage 26 | Developing the Talented Workforce of Tomorrow Starts Today                   | 73 |           |       |    |
| Passage 27 | An Imagination to Succeed  | 75 |           |       |    |
| Passage 28 | Giving Students the Tools of the Future                                      | 77 |           |       |    |

|                        |  |            |           |       |     |
|------------------------|--|------------|-----------|-------|-----|
| Passage 29             | In Choosing a Job, Focus on the Fun                              | 79         | 【变式训练 29】 | 概要写作  | 80  |
| Passage 30             | How to Figure Out Your Calling                                   | 81         | 【变式训练 30】 | 语篇译写  | 81  |
| <b>二、人与社会</b>          |  | <b>82</b>  |           |       |     |
| <b>话题（七） 社会交往与志愿服务</b> |  | <b>82</b>  |           |       |     |
| Passage 31             | Volunteer Opportunities for Kids                                 | 82         | 【变式训练 31】 | 应用文写作 | 83  |
| Passage 32             | My Parents the Monsters  | 84         | 【变式训练 32】 | 读后续写  | 85  |
| Passage 33             | Volunteering May Be Good for Body<br>and Mind                    | 86         | 【变式训练 33】 | 完形填空  | 87  |
| Passage 34             | How Not to Care When People Don't<br>Like You                    | 88         | 【变式训练 34】 | 语篇填空  | 89  |
| Passage 35             | How to Live in Harmony with Others                               | 90         | 【变式训练 35】 | 概要写作  | 91  |
| <b>话题（八） 中外文学与文化交流</b> |  | <b>91</b>  |           |       |     |
| Passage 36             | Four Children's Poems by A. A.<br>Milne                          | 91         | 【变式训练 36】 | 语篇译写  | 92  |
| Passage 37             | Anne of Green Gables   | 93         | 【变式训练 37】 | 读后续写  | 94  |
| Passage 38             | The Old Man and the Sea  | 94         | 【变式训练 38】 | 语篇填空  | 96  |
| Passage 39             | Ludwig van Beethoven Biography                                   | 96         | 【变式训练 39】 | 完形填空  | 97  |
| Passage 40             | Different Countries with Curious<br>Gifting Traditions           | 98         | 【变式训练 40】 | 应用文写作 | 99  |
| <b>话题（九） 建筑绘画与影视音乐</b> |  | <b>100</b> |           |       |     |
| Passage 41             | Four of the World's Most Famous Art<br>Pieces                    | 100        | 【变式训练 41】 | 应用文写作 | 101 |
| Passage 42             | The Legacy of John Lennon  | 102        | 【变式训练 42】 | 完形填空  | 103 |
| Passage 43             | The Mystery of the Pyramids                                      | 104        | 【变式训练 43】 | 概要写作  | 105 |
| Passage 44             | A Brief History of the Walt Disney<br>Company                    | 106        | 【变式训练 44】 | 语篇填空  | 107 |
| Passage 45             | How to Appreciate Art  | 108        | 【变式训练 45】 | 语篇译写  | 109 |
| <b>话题（十） 节日习俗与体育赛事</b> |  | <b>109</b> |           |       |     |
| Passage 46             | Introducing Different Types of<br>Festivals                      | 109        | 【变式训练 46】 | 语篇填空  | 110 |
| Passage 47             | I Didn't Mean It   | 111        | 【变式训练 47】 | 读后续写  | 112 |
| Passage 48             | I Cried When England Won   | 113        | 【变式训练 48】 | 概要写作  | 114 |
| Passage 49             | Arm Movement and Running Speed:<br>Is the Partnership Overrated? | 114        | 【变式训练 49】 | 语篇译写  | 116 |
| Passage 50             | Easy Ways to Live Healthier                                      | 116        | 【变式训练 50】 | 应用文写作 | 117 |

|   |            |  |                                 |
|---|------------|--|---------------------------------|
| <b>话题 (十一) 国际组织与公益机构</b> .....  | <b>118</b> |  |                                 |
| <b>Passage 51</b> Discover Some International Organizations in the World .....        | 118        |  | <b>【变式训练 51】</b> 语篇填空..... 119  |
| <b>Passage 52</b> Joshua Williams: Feeding Thousands of Hungry Souls .....            | 120        |  | <b>【变式训练 52】</b> 完形填空..... 121  |
| <b>Passage 53</b> ORBIS Flying Eye Hospital .....                                     | 122        |  | <b>【变式训练 53】</b> 概要写作..... 123  |
| <b>Passage 54</b> International Labour Organization .....                             | 124        |  | <b>【变式训练 54】</b> 应用文写作..... 125 |
| <b>Passage 55</b> How to Get a Job with a Nonprofit Organization .....                | 126        |  | <b>【变式训练 55】</b> 语篇译写..... 127  |
| <b>话题 (十二) 文化遗产与法律意识</b> .....  | <b>127</b> |  |                                 |
| <b>Passage 56</b> Europe's Most Beautiful Libraries .....                             | 127        |  | <b>【变式训练 56】</b> 语篇填空..... 128  |
| <b>Passage 57</b> It's Bad Enough When One Person Catches You... ..                   | 129        |  | <b>【变式训练 57】</b> 读后续写..... 130  |
| <b>Passage 58</b> Fallas Festival in Valencia Is Fire .....                           | 130        |  | <b>【变式训练 58】</b> 概要写作..... 132  |
| <b>Passage 59</b> What Is the Importance of Preserving Cultural Heritage? .....       | 132        |  | <b>【变式训练 59】</b> 完形填空..... 133  |
| <b>Passage 60</b> Ways We Can Support Endangered Languages .....                      | 134        |  | <b>【变式训练 60】</b> 应用文写作..... 135 |
| <b>话题 (十三) 社会文化与政治历史</b> .....  | <b>136</b> |  |                                 |
| <b>Passage 61</b> Virtual History Museums and Experiences to Explore from Home .....  | 136        |  | <b>【变式训练 61】</b> 应用文写作..... 137 |
| <b>Passage 62</b> My Exchange Student Experience in China .....                       | 137        |  | <b>【变式训练 62】</b> 语篇译写..... 139  |
| <b>Passage 63</b> Sacrifice and Banquets on Menu at Biggest Ancient Town Square ..... | 139        |  | <b>【变式训练 63】</b> 语篇填空..... 140  |
| <b>Passage 64</b> Will "Double Reduction" Policy Lead to Fairer Education? .....      | 141        |  | <b>【变式训练 64】</b> 完形填空..... 142  |
| <b>Passage 65</b> How to Travel Alone: Tips to Survive Culture Shock .....            | 143        |  | <b>【变式训练 65】</b> 概要写作..... 144  |
| <b>话题 (十四) 人类文明与科技创新</b> .....  | <b>145</b> |  |                                 |
| <b>Passage 66</b> Four Must-read Technology Books for 2022 .....                      | 145        |  | <b>【变式训练 66】</b> 应用文写作..... 146 |
| <b>Passage 67</b> The Kid Who Invented TV .....                                       | 147        |  | <b>【变式训练 67】</b> 完形填空..... 148  |
| <b>Passage 68</b> AI Spots Drones with Help from a Fly Eye .....                      | 149        |  | <b>【变式训练 68】</b> 语篇填空..... 150  |
| <b>Passage 69</b> Farming the Unfarmable .....  | 151        |  | <b>【变式训练 69】</b> 概要写作..... 152  |

|                              |   |     |           |       |     |
|------------------------------|---|-----|-----------|-------|-----|
| Passage 70                   | Tips for Securing Personal Information on Any Device                | 152 | 【变式训练 70】 | 语篇译写  | 153 |
| <b>三、人与自然</b> 154            |   |     |           |       |     |
| <b>话题 (十五) 国家地理与自然环境</b> 154 |   |     |           |       |     |
| Passage 71                   | Popular Destinations  | 154 | 【变式训练 71】 | 应用文写作 | 155 |
| Passage 72                   | Pam Bales' Experience   | 156 | 【变式训练 72】 | 读后续写  | 157 |
| Passage 73                   | Sea Level Rise  | 157 | 【变式训练 73】 | 语篇填空  | 158 |
| Passage 74                   | Forests Are Important in the Fight Against the Climate Crisis       | 159 | 【变式训练 74】 | 概要写作  | 161 |
| Passage 75                   | Planning a Camping Trip   | 161 | 【变式训练 75】 | 语篇译写  | 162 |
| <b>话题 (十六) 自然环境与遗产保护</b> 162 |   |     |           |       |     |
| Passage 76                   | Nonprofit Organizations for a Sustainable Future                    | 162 | 【变式训练 76】 | 应用文写作 | 163 |
| Passage 77                   | Lost Bunny Runs into Woman's Backyard Asking for Help               | 164 | 【变式训练 77】 | 读后续写  | 165 |
| Passage 78                   | Let There Be Lights to Save Lions                                   | 166 | 【变式训练 78】 | 语篇填空  | 167 |
| Passage 79                   | Mushrooms May Talk to Each Other Using Their Own Language           | 167 | 【变式训练 79】 | 概要写作  | 169 |
| Passage 80                   | Best Ways to Keep Your Tiny Home Eco-Friendly                       | 169 | 【变式训练 80】 | 语篇译写  | 170 |
| <b>话题 (十七) 自然灾害与安全防护</b> 170 |   |     |           |       |     |
| Passage 81                   | Nonfiction About Natural Disasters                                  | 170 | 【变式训练 81】 | 语篇填空  | 171 |
| Passage 82                   | Indoor Pool   | 172 | 【变式训练 82】 | 读后续写  | 173 |
| Passage 83                   | Snowslide   | 174 | 【变式训练 83】 | 概要写作  | 175 |
| Passage 84                   | Droughts  | 175 | 【变式训练 84】 | 应用文写作 | 176 |
| Passage 85                   | Tsunami Safety Tips   | 177 | 【变式训练 85】 | 语篇译写  | 178 |
| <b>话题 (十八) 人类生存与环保意识</b> 178 |   |     |           |       |     |
| Passage 86                   | 2022 Air Quality Educational Events and Activities                  | 178 | 【变式训练 86】 | 应用文写作 | 180 |
| Passage 87                   | Keep Digging  | 180 | 【变式训练 87】 | 读后续写  | 181 |
| Passage 88                   | U.K. Farmers Count Cost as Heatwave Kills Fruit and Vegetable Crops | 182 | 【变式训练 88】 | 概要写作  | 183 |
| Passage 89                   | The Climate Crisis Is a Health Crisis                               | 184 | 【变式训练 89】 | 语篇填空  | 185 |
| Passage 90                   | What Is a Sustainable Invention That Helps the Environment?         | 186 | 【变式训练 90】 | 语篇译写  | 187 |

|  |            |
|--|------------|
| <b>话题 (十九) 自然科学与研究成果</b> .....   | <b>187</b> |
| <b>Passage 91</b> Wildlife Issues .....  | 187        |
| <b>Passage 92</b> Why Are 99% of Sea Turtles Being<br>Born Female .....            | 189        |
| <b>Passage 93</b> Thousands of Tree Species Remain<br>Undiscovered .....           | 191        |
| <b>Passage 94</b> Some Crops Grow Better in Cities .....                           | 193        |
| <b>Passage 95</b> How to Protect the Earth .....                                   | 194        |
| <b>话题 (二十) 地球现状与宇宙探索</b> .....   | <b>196</b> |
| <b>Passage 96</b> Tour of the Universe .....                                       | 196        |
| <b>Passage 97</b> Unique Lesson .....  | 197        |
| <b>Passage 98</b> What Is Space Trash? .....                                       | 200        |
| <b>Passage 99</b> Optical Navigation System .....                                  | 201        |
| <b>Passage 100</b> How to Explore the Universe while<br>You're Stuck at Home ..... | 203        |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| <b>【变式训练 91】</b> 应用文写作..... | 188 |
| <b>【变式训练 92】</b> 完形填空.....  | 190 |
| <b>【变式训练 93】</b> 语篇填空.....  | 192 |
| <b>【变式训练 94】</b> 概要写作.....  | 194 |
| <b>【变式训练 95】</b> 语篇译写.....  | 195 |
| <b>【变式训练 96】</b> 应用文写作..... | 197 |
| <b>【变式训练 97】</b> 完形填空.....  | 198 |
| <b>【变式训练 98】</b> 概要写作.....  | 201 |
| <b>【变式训练 99】</b> 语篇译写.....  | 202 |
| <b>【变式训练 100】</b> 语篇填空..... | 204 |

第一部分

# 大数据分析

PART

