

## C o n t e n t s

### トレーニング編

1 周目 (Round 1 ~ 20) .....	4
2 周目 (Round 1 ~ 20) .....	44
3 周目 (Round 1 ~ 20) .....	84
速写トレーニング .....	124

### エクササイズ編

Part 1 (Exercise 1) .....	146
Part 2 (Exercise 2 ~ 3) .....	148
Part 3 (Exercise 4 ~ 8) .....	152
Part 4 (Exercise 9 ~ 13) .....	162
Part 5 (Exercise 14 ~ 17) .....	172
Part 6 (Exercise 18 ~ 19) .....	180
Part 7 (Exercise 20 ~ 25) .....	184

### Workbook の活用方法

English Trainer を使ったトレーニング「600 点突破トレーニングプラン」を行うためのワークブックです。

平日はトレーニング編を使用して、1 日 1 ラウンド (約 30 分) ずつ、進めてください (20 ラウンドで 4 週間)。1 周目が終了したら、同様に 2 周目 (20 ラウンドで 4 週間)、3 周目 (20 ラウンドで 4 週間) に取り組んでください。2 周目、3 周目はトレーニング内容が異なります。休日はエクササイズ編を使用して、1 日 1 エクササイズ (約 30 分) のペースで取り組みましょう。

各トレーニングの詳細は、別冊の「English Trainer 活用ガイド」、「English Trainer 活用 DVD」を参照してください。

# Training

トレーニング編

# Round 1 (1周目)

実施日	/
-----	---

English Trainer P.4 ~ P.6、付属 CD トラック 2 ~ 4



## 1. リスニングチェック

CD をかけ、理解度を 5 段階評価で、Records 1 「リスニング 1」に記入しましょう。  
(評価 1:理解度 30% 未満、2:30 ~ 49%、3:50 ~ 69%、4:70 ~ 89%、5:90% 以上)

## 2. 語彙チェック Sight Translation 使用

意味のわからない単語に下線を引き、対応する日本語訳の部分を○で囲みます。下線を引いた単語の数を、Records 1 「語い」に記入しましょう。

## 3. 基本構文の音読筆写 Basic Sentences & Sound Rules 使用

まず、英文ごとに、日本語訳と Annotations を参照して意味を確認。CD を聴いて読み方を確認した後で、3 回音読します (英文の薄い部分:音が消える、○印:ローマ字読みに近い音に注意)。次に、「会話や Eメールで使いたい」5 文を選び、次ページに音読筆写します。1 行目にテキストの英文を書き写して、意味を再確認。続いて、1 行目に書いた英文を、音読しながら、素早く 2 ~ 5 行目に書き写します。最後に、顔を上げてそらんじます。

## 4. サイト・トランスレーション Sight Translation 使用

日本語訳をダイアリーで隠し、英文を一行音読、続けて自分なりの訳を話します。次に、掲載の日本語訳を見て、理解があっていたか確認。これを一行ごとに繰り返します(1 回)。

## 5. (ヴォーカル) アイ・シャドウイング&音読 本文 (英文) 使用

「自分で音読 ⇒ アイ・シャドウイング (CD を聞いて、英文を目で追う)」を 3 回繰り返した後、ヴォーカル・アイ・シャドウイング (CD に合わせて、一緒に音読) を 1 回行います。

## 6. 英文の速音読 本文 (英文) 使用

できる限り速く音読し、時間を記録しましょう。

1 回目	秒	2 回目	秒	3 回目	秒
------	---	------	---	------	---



## 7. リスニングチェック (2)

CD をかけ、理解度を 5 段階評価で、Records 1 「リスニング 2」に記入しましょう。

音読筆写
------

※音読筆写した英文から、お気に入りの 1 文をダイアリーに記入しましょう。

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



# Exercise 1 (Part 1)

実施日 /

English Trainer P.86 ~ P.87、付属 CD トラック 62

## 問題を解く CD 62

CD をかけ、問題 1 ~ 5 を解き、解答欄に記入しましょう（正答とスクリプトは、Workbook などでお隠しておきます）。解き終わったら、正答をチェックします。

### 復習 1. 語彙チェック

「選択肢 (A) ~ (D)」の英文と日本語訳を見比べ、意味のわからない単語に下線を引き、対応する日本語訳の部分を○で囲みます。解説も参照しましょう。

### 復習 2. (ヴォーカル) アイ・シャドウイング

「選択肢 (A) ~ (D)」の英文を、「自分で音読 ⇒ アイ・シャドウイング (CD を聞いて、英文を目で追う)」を 3 回繰り返した後、ヴォーカル・アイ・シャドウイング (CD に合わせて、一緒に音読) を 1 回行いましょう。

### 復習 3. 音読筆写

音読した 20 文 (選択肢) から、「定着のために練習したい」5 文を選び、音読筆写しましょう。1 行目に英文を書き写して、意味を再確認。続いて、1 行目に書いた英文を、音読しながら、素早く 2 ~ 5 行目に書き写します。最後に、顔を上げてそらんじます。

### 復習 4. もう一度 CD を通して聞く

CD を通して聞き、理解度の向上を確認しましょう。

### ノート欄

---

---

---

---

---

---

音読筆写 ※音読筆写した英文から、お気に入りの 1 文をダイアリーに記入しましょう。

1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
4. \_\_\_\_\_  
5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
4. \_\_\_\_\_  
5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
4. \_\_\_\_\_  
5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
4. \_\_\_\_\_  
5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
4. \_\_\_\_\_  
5. \_\_\_\_\_