

# 目 次

遅習のすすめ — *iii*

*viii*

## 第 1 章 2つの基本的な疑問 — 1

- 1 英語はヨコに勉強すべきか？タテに勉強すべきか？ — 3
  - 1-1 英語のタテとヨコとは？ — 3
  - 1-2 「メタ言語」を避けよう — 10
  - 1-3 日本の英語教育の問題点 — 16
- 2 「英会話」とは何か？ — 19

## 第 2 章 英語を勉強するための戦略 — 23

- 1 英語を勉強するための「戦略」とは？ — 24
- 2 英語学習の最低条件 — 28
  - 2-1 学習者が学習環境の中でリラックスしていること — 29
  - 2-2 英語の勉強について常識的に考えること — 30
  - 2-3 英語を勉強するさい常識的にふるまうこと — 31
- 3 英語と積極的につき合うこと — 34
  - 3-1 言語のデータと積極的にやりとりする — 34
  - 3-2 ムダなく英語を上達させるためには — 37
- 4 英語を勉強するための戦略を 3つの視点から考える
  - 4-1 マクロの戦略 対 ミクロの戦略 — 42
  - 4-2 インプットの戦略 対 アウトプットの戦略 — 44

◎インプット/アウトプットとは? — 44

◎英語学習はインプットが問題なのかアウトプットが問題なのか? — 48

◎インプットとアウトプットから勉強の意味を考え直す — 51

◎文法情報をインプットする — 55

4-3 言語の四技能(読む/書く/話す/聞く)と関連した戦略 — 56

## 第3章 マクロの戦略(1)

### 学習ルートにかかわる戦略 — 59

1 マクロの戦略の概要 — 60

2 目標を確立するための戦略 — 65

2-1 自分の生活の中での英語学習の優先度を定める — 65

2-2 短期、中期、長期の目標を設定する — 66

2-3 「必須アイテム」を見きわめる — 68

2-4 英語とは自分ひとりで、自分の力で身につけるものである  
と自覚すること — 71

3 モチベーションを高めるための戦略 — 73

3-1 マイナス思考を抑える — 74

3-2 実力以上のレベルに挑戦する — 77

3-3 英語と積極的につき合う焦点学習法 — 84

3-4 練習問題をもっと役に立ち、意味のあるものにする — 91

## 第4章 マクロの戦略(2)

### 実力判断にかかわる戦略 — 95

1 勉強の進み具合を評価する — 96

1-1 過去の経験と知識を評価し応用することにより学ぶ — 96

1-2 ノートを再整理する — 98

- 1-3 自分の誤りをグループ分けする — 100
- 1-4 「距離の日誌」で勉強の波を把握する — 105
- 2 勉強をモニターする — 108
  - 2-1 試行錯誤で学ぶ — 108
  - 2-2 疑問をもち、答えを見つけることにより英語力を高める — 110
  - 2-3 他の人の英語力と自分の英語力を同時に高める — 116
  - 2-4 動詞のパターンをどれだけ知っていて使えるかをモニターする — 117

## 第5章 マクロの戦略(3)

### 学習環境にかかわる戦略 — 121

- 1 ルーチンを用いる — 122
  - 1-1 「自動宿題」を行う — 122
  - 1-2 くり返しと拡大により徐々に英語をマスターしていく — 124
  - 1-3 復習と再活用 — 129
  - 1-4 習慣的な動作や行動を英語力アップに活用する — 130
- 2 プラスになる環境を確立する — 133
  - 2-1 互いに励まし合うこと — 133
  - 2-2 理解しているか困惑しているかを表情に出す — 134
  - 2-3 つねにプラス思考をする — 137

## 第6章 ミクロの戦略(1)

### スピーキング/リスニングの戦略 — 143

- 1 ミクロの戦略の概要 — 144
- 2 もの真似によってダイアログを覚える — 146
- 3 自己流にアレンジしてみる — 148

4 ゲームから本物のコミュニケーションへ — 152

**第7章 ミクロの戦略 (2)**

**リーディング/ライティングの戦略 — 159**

1 今すぐライティングが上達する方法 — 160

2 リーディングは辞書を引かない — 162

①この単語の品詞は何か? — 165

②近くに意味が似ている、あるいは反対の単語がないか? — 166

③この単語は飾り(接頭辞や接尾辞)がついているだけで、本当は自分のよく知っている単語ではないか? — 166

④これは固有名詞か?

3 書きながら仮説を立てる — 170

**第8章 ミクロの戦略 (3)**

**ボキャブラリー増強の戦略 — 173**

1 きちんとした用例のかたちを用いる — 174

2 単語をグループ分けしてみる — 178

3 書いた英文を小刻みに変えていく — 184

**本書のキーポイントとキーワード — 189**