

9000点突破メソッド

完全解説セミナー

# 【900点突破塾】へようこそ！

- 「決断」の価値
- 体験セミナーでお話した2つのマインドセット
- 「ハイスタンドガード」&「本気環境」
- すでにクリアされている
- あとはやるだけ！

# 英語(TOEICコーチング)とは？

- 英語(TOEIC)コーチングとは、英語を教えるだけではなく「英語の勉強のやり方を指導し、サポート」をするという新しいタイプの学習指導法
- 「勉強」を教えるだけでなく「勉強のやり方」を教えるということ
- 上級者以上を目指すのであれば「コーチング」が必須
- 「自分でできるようになること」がゴール

# 180日間のスケジュール

## 【900点突破塾】180日スケジュール

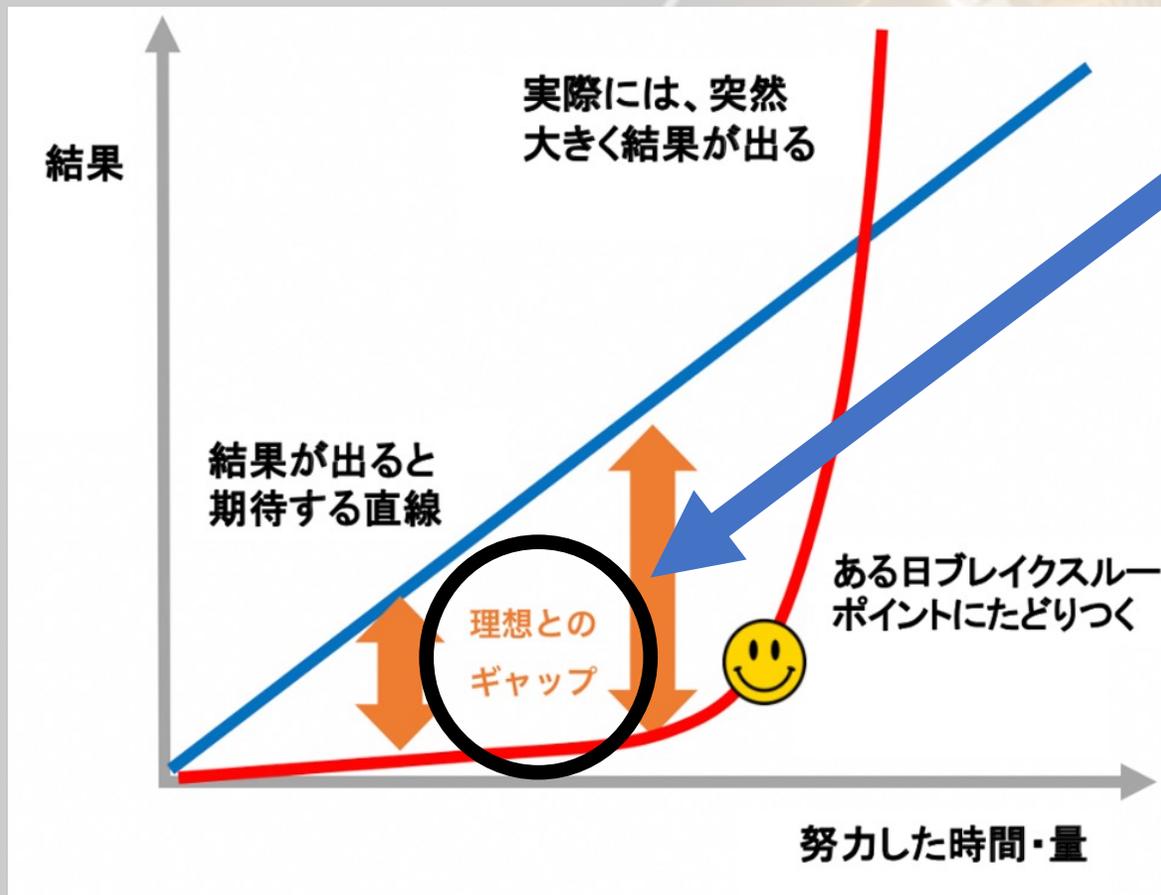
チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語潰し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# 「正しい勉強」を「やり抜く」

- 「正しい勉強」を「やり抜くこと」で必ずスコアは伸びる
- 「やり抜くこと」を阻むポイント(=挫折パターン)をあらかじめ知っておくのが重要
- 具体的には3つ
- それぞれ解説します

# 挫折パターン① : God



Gap of disappointment

成長は直線的ではない

【想像】

1→2→3→4→5→6...

【実際】

1→1→1→2→2→4→8→16...

# 【よくある話】 一時的なスコアダウン

- フォームを改造するようなもの
- 知識が増えて考えるようになるから
- 知識が増えて深読みするようになるから
- 理解できる量が増えて速さを意識するようになるから
- TOEICが難しくなっているから
  
- 「そういうこともある」と捉えて気にせずに継続する

# 挫折パターン②：目的意識の薄れ

- 今のモチベーションと3ヶ月後のモチベーションは絶対違う
- 自分の意志で始めたことでも慣れてくると義務感が出てくる
- ブレたら常に「原点( = Why = 始めた理由)」に立ち返ること
- 「Why」は毎日確認するくらいでちょうどいい

# 【ワーク】 「Why」 を書き留める

- あなたは、なぜ(Why)900点を手に入れたいたのですか？

# 挫折パターン③：現状維持メカニズム

- 人間には「現状を維持したい」という強い本能がある
- つまり、「変化を嫌う」ということ
- 「変化」が現実的になってきたときに強く発動する
- 言い訳／自己否定／スケジュールからの逸脱etc
- そういう気持ちが出てきたらチャンスと捉える

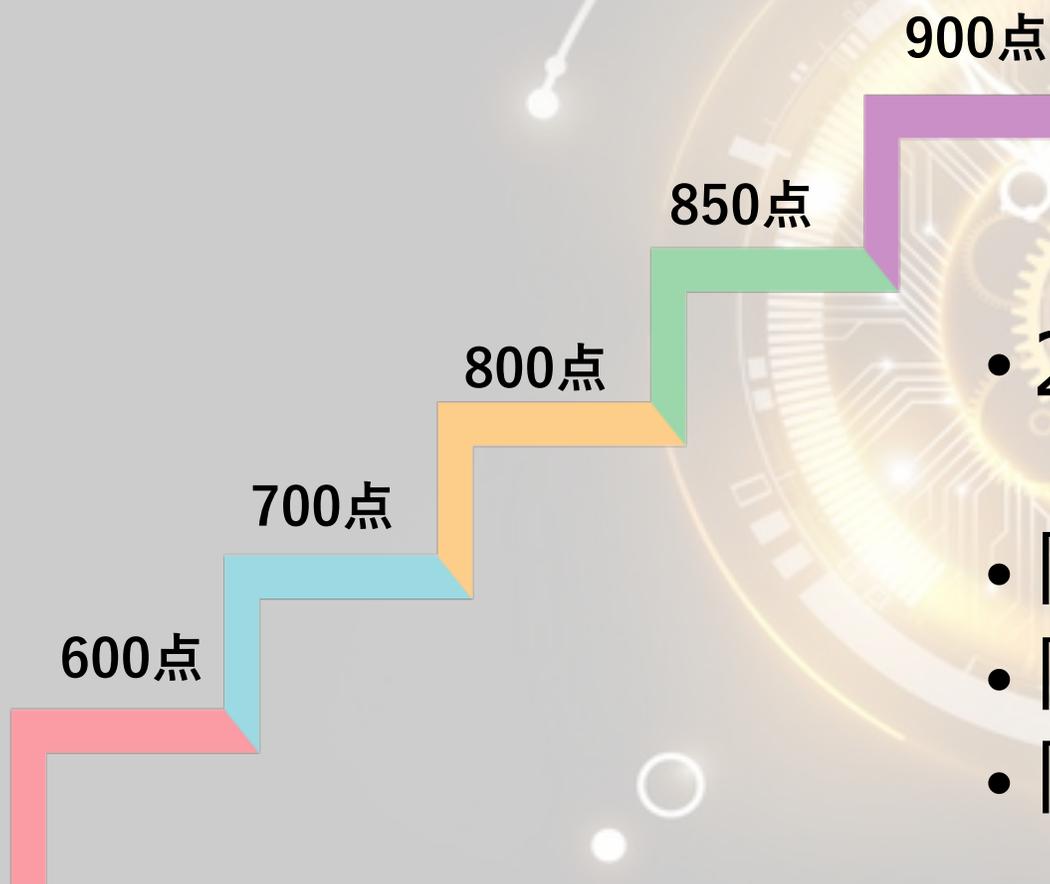
# 毎日オールアウトすることだけに集中

- 「オールアウト」＝「力をすべて出し切った状態」
- その日が終わったときに「オールアウト」できているかを自問する
- 毎日1ミリずつでも自分の限界を超えていく
- 合言葉は「あー、きつい！」

# 何でも達成できる人間になれる

- ここまで話してきた3つのポイントは「心理メカニズム」の話
  - ① : God
  - ② : 目的意識
  - ③ : 現状維持メカニズム
- うまく使いこなせるようになれば、何でも達成できるようになる
- 「900点を取るためにTOEICに挑戦する」でなく「達成できる人間になるためにTOEICに挑戦する」と考えるのがおすすめ

# 勉強時間とスコアの関係性



- 200時間1レベルアップの法則

- 「1日1時間(月30時間)」スコアダウン
- 「1日2時間(月60時間)」現状維持
- 「1日3時間(月90時間)」スコアアップ

# 【再掲】 180日間のスケジュール

## 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語潰し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# ステップ①：発音記号の習得

## 【900点突破塾】180日スケジュール

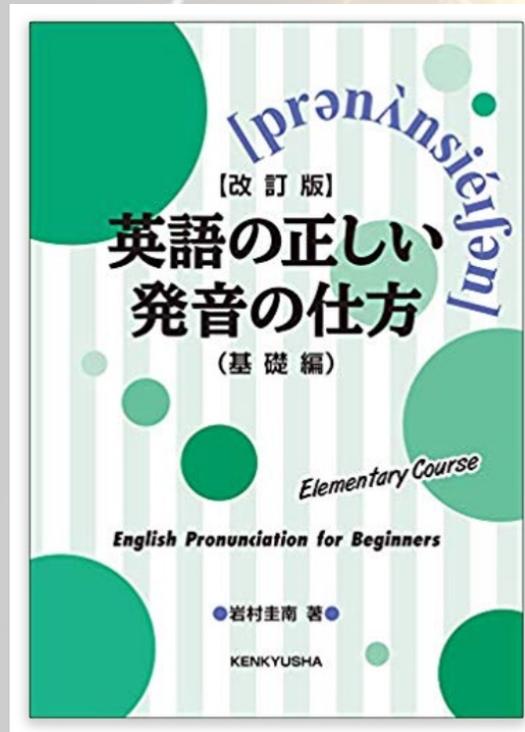
チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「プラチナ6000」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語潰し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# 「発音記号」は盲点になりがち

- 発音記号は難しい・・・は誤解
- 「発音記号を習得」=「大量の時間節約」
- 自分で発音記号を読んで発音できるようになる
- 2日～1週間で発音記号を習得してしまう

# やっと見つけた掘り出し物



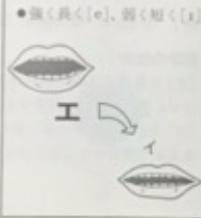
# 1つずつ声に出して覚える

## 15. [ei]

【例】① day ② face ③ game

【発音の仕方】

[ɛ][i]と別々に発音したり、[エー]と伸ばしただけの発音にならないように注意したい。口を開き気味にして[e]を強く長く、さらに続けて流れるように[i]を弱く短く発音すればよい。



【暗記例文】 May I have your name?

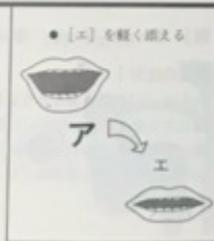
【練習】 pay / rain / stay

## 16. [ai]

【例】① eye ② child ③ time

【発音の仕方】

日本語の「ア」を強く長めに発音し、その後付け加えるように軽く(弱く短く)[ɛ]と発音する。2つの音を別々にではなく流れるように「アーエ」と発音した方がより[ai]に近くなる。



【暗記例文】 Why don't we go to the movies tonight?

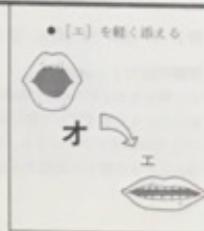
【練習】 fine / nice / right

## 17. [ɔɪ]

【例】① joy ② toy ③ voice

【発音の仕方】

口を大きめに開き、さらに唇を少し丸めるようにして[オー]と発音した後に、軽く(弱く短く)[ɛ]を付け加える。[オーエ]という感じで発音する。



【暗記例文】 The boys were so noisy.

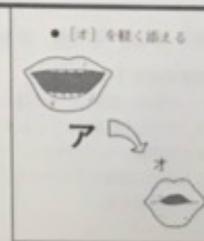
【練習】 point / noise / enjoy

## 18. [aʊ]

【例】① now ② loud ③ out

【発音の仕方】

日本語の「ア」を強く長めに発音し、その後付け加えるように軽く(弱く短く)[ɔ]と発音する。[アーオ]と発音した方がより[aʊ]の音に近くなる。



【暗記例文】 How about going to her house?

【練習】 cow / mouth / town

# OKとする基準は？



藤山さん、お疲れ様です！

発音記号を覚えるについて質問させてください！

発音記号を覚えたといえる基準についてどれくらいまでを想定されていますか？

①単純に発音記号をみてその音を出せる、

②音を聞いて発音記号を書ける

③発音記号の発話の仕方について説明が出来る

などなどTOEIC900を目指すにあたっては、どこまでを意識すればよろしいでしょうか。

お忙しいところ恐縮ですがよろしくお願い致します。

**①ができればOKにする  
(8割5分くらい近い音が出せたらOK)**

# ステップ②：「キクタン600&800」 単語カード作成

## 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語演し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# 語彙力とスコアは比例する

← RE

リーディングはガチで単語をやるのがやはり正解でした。

最近のTOEICは、めっちゃ量多いから最後はどれだけ単語力をつけたかでスコア決まる気がします。

← RE

多分、ふーじーさんも本番で知らない単語でるって言ってたような。

つまるところ、単語力≒Readingスコア  
Readingスコアあがる→Rart3,4の先読み余裕→Listeningスコアもあがる

なので、多く人がやらないボキャビルが鍵ですよ。

Rがずっと350点くらいでしたが、420点まで一気にアップしたのは確実にキクタン600と800のおかげです。それ以外はほぼ何もしていませんので。

# 900点突破の最大の鍵は語彙力

 Jet Bull  TOEIC対策×YouTube  
@JetBull990

【TOEIC目標スコア別一言アドバイス】

目標600  
⇒基礎単語と基礎文法！！

目標730  
⇒たくさん聞いて読んで雰囲気で解く！！

目標860  
⇒たくさん聞く読む+ちょっと細かい文法も学ぶ！！

目標900超え  
⇒単語を大量に覚える！！

目標990点  
⇒几帳面になって！！

午前9:19 · 2019年11月21日 · [Twitter Web App](#)

78件のリツイート 575件のいいねの数

猛牛先生のTwitterより

# ありがちな症状

単語は特に苦になっていませんが、  
Part7で文章が理解できなかったり、  
速く読めなかったりするので、  
どうしたらいいか悩んでいます。

# 求められる語彙力の基準

- William Grabeの論文  
『Reading in a Second Language: Moving from Theory to Practice』
- 英文がスムーズに読める基準(=900点突破に必要不可欠)
- パッセージの98~100%の単語の意味が“瞬時”に出てくる状態
- 分からない単語は推測すればいいのでは…？

# 推測は当たらないし時間がかかる

Contrary to previous assumptions, good readers do not use context to infer meaning so often as less-skilled readers do; because they know the words. (中略)  
L2 university students only guessed meanings correctly 50% of the time. (Connie Juel).

過去の仮説とは反対に、スキルの高い読み手は文脈による推測をほとんど行っていない。意味を推測しても50%の確率でしか当たらない。

# 『ENGLISH JOURNAL ONLINE』 よると…

リスニングセクション（100問／約46分間）は、約4,900語の単語を聞いたり読んだりします。これは、音声だけでなく、問題用紙に記載されている設問文を含みます。

リーディングセクション（100問／75分間）は、約6,100語の単語を読みます。こちらも本文だけでなく、選択肢を含んだ単語数です。

まとめると、**TOEIC 試験は200問の設問を解く過程で、約11,000語を処理する**ことになります。単語力はスコアを上げる重要な要素であることが、お分かりいただけるでしょう。

このようにして、出現語数から、重複語彙、同じ語の形違い、その他除外してよいもの（数字や記号など）を差し引いて計算したところ、次のような結論が出ました：

**「TOEIC を満足に解くには、最低でも3000語の知識が必要」**

**3000語を知っていれば、試験のおおよそ95パーセントの単語をカバー**できます。95パーセントのカバー率は、英文を正しく聞いて読む最低ラインと言われていいますので、これから単語を学ぶ上で1つの指標になるでしょう。

# 逃げたくなるのが普通

- 単語暗記は楽ではない。日本人の大部分が挫折するか、見て見ぬふりをしている
- だからこそ、覚悟を決めてやり抜くことができれば、日本人の大部分が手に入れないものが手に入る
- 正しい方法で淡々と続けたら必ず覚えられる
- そのための勉強法をこれから説明します

**使うのは単語カード**



# よくある質問

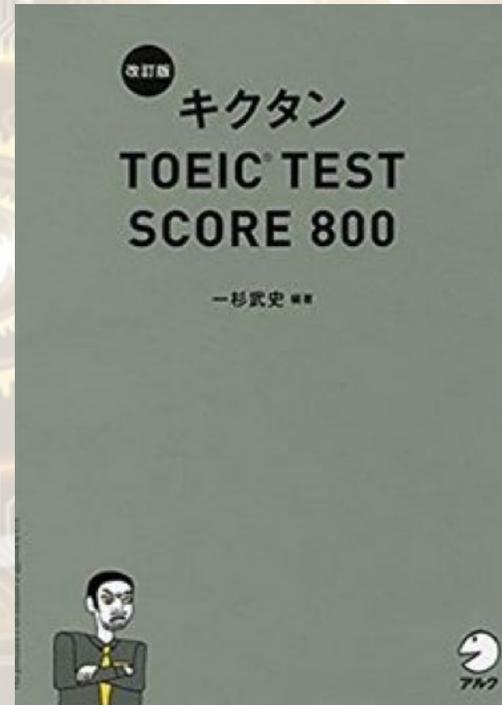
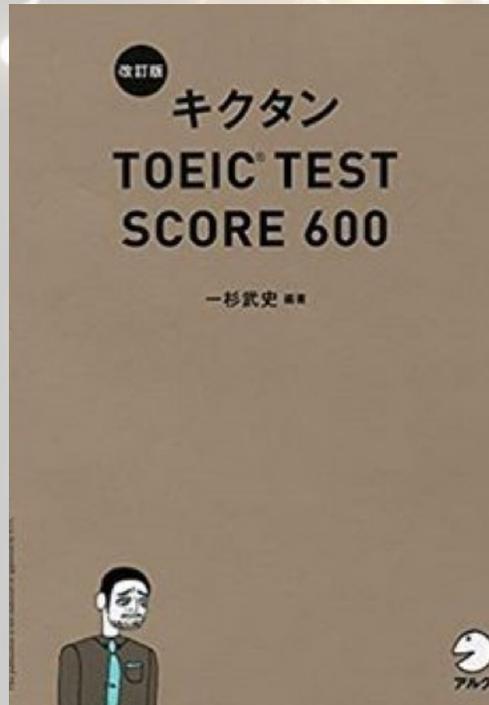
単語カードをわざわざ作るよりも、英文を読みながら覚えたほうが良いのではないですか？

今の時代、便利なスマホがあるのだから、単語カードよりもアプリのほうが良いのではないですか？

# 単語カードが最強である理由

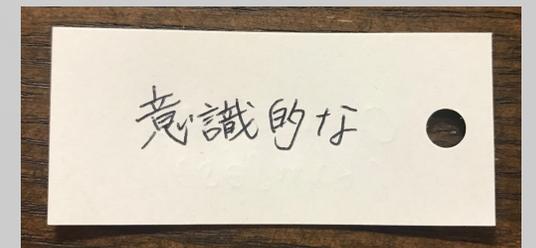
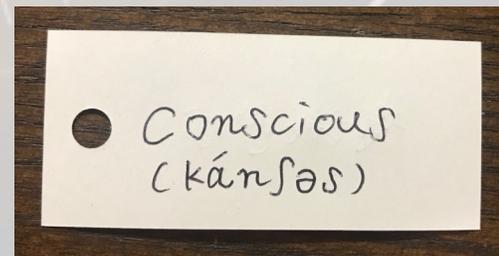
- 思い出すこと(想起)がうまく組み込まれている
- 自由に順番を入れ替えられる
- 進捗が見えてモチベーションを維持しやすい
- 持ち運びが便利でスキマ時間の学習に最適
- 今でも生き残っている(=効果がある)

# 使う単語帳はキクタン600&800



# 単語カードの作り方(情報は極力少なく！)

- 【ステップ1】：キクタン600とキクタン800の単語・熟語を「一瞬で意味が出る」or「それ以外」に分ける
- 【ステップ2】：「それ以外」のものを単語カードに書き写す
- 【ステップ3】：発音が不安なものだけ発音記号を書き込む
- 【ステップ4】：裏に日本語の意味を書く



# 単語カードを使って覚えていく方法

- 「1日1束」を常に持ち歩く
- 「寝るまでに絶対1束終わらす」と決める
- スキマ時間に何度も取り出し、声に出して覚えていく
- タイムリミットを設けて「ゲーム感覚」で取り組むのがおすすめ
- サクサク進むときの快感を体に叩き込む

# 得情報①

## ・大ベストセラー『運動脳』

試し読み



新版・一流の頭脳  
**運動脳**  
How To Train Your Brain According To The Best And Latest Neuroscience  
BRAIN  
アンデシュ・ハンセン  
訳 由美子

本国内で「スマホ脳」より読まれた！  
人口1000万人のスウェーデンで  
**67万部超！**  
歴史的ベストセラー！！  
脳は身体を移動させるためにできていた  
【早く読む】で 実力 集中力 記憶力 読書 勉強法 全部アップ！

運動脳 単行本 (ソフトカバー)  
アンデシュ・ハンセン (著), 御船由美子 (翻訳)  
4.4 ★★★★★ 1,202個の評価

Kindle版 (電子書籍)  
¥1,336  
獲得ポイント: 13pt

Audible版  
¥3,000

今すぐお読みいただけます: 無料アプリ

最大 10%還元 本のまとめ買いキャンペーン

「世界一受けたい授業」出演！！ (日テレ系・1月21日)

有酸素運動で脳細胞が増える！脳が活性化する！

実のところ、運動以上の記憶力を高められるものはないといえることを、まず初めにお伝えしておきたい。  
(P209)

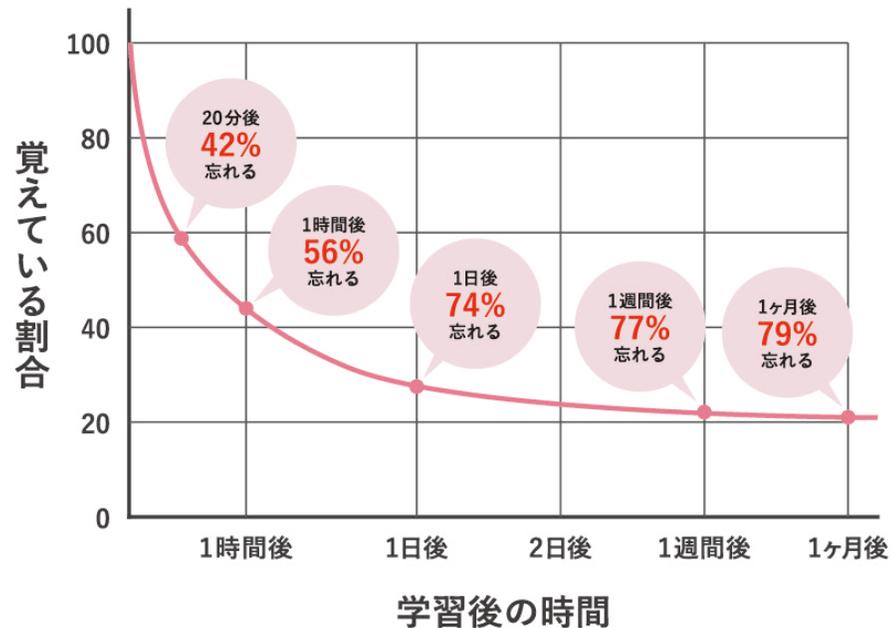
# 最も大事なものは「復習」

復習のベストなタイミングは…

その日/次の日/1週間後/1ヶ月後

大事なものは「その日/次の日」

寝る前にその日の1束、翌朝に前日の1束



# 復習の具体的なやり方

【ステップ1】寝る前にその日の1束を復習する

【ステップ2】翌朝に前日の1束を復習する

【ステップ3】意味が1秒以内に出なかったものを束から取り外す

【ステップ4】取り外したものを次の束に入れる

【ステップ5】入れた分だけスライドさせて「1束100枚」を維持する

【ステップ6】7日目にそれまで取り組んだ束を総復習する

【ステップ7】覚えたと思ったのに忘れていたものは現役復帰させる

# 単語暗記3つのマインドセット

- ① 「覚えられなくて当たり前」の意識
- ② 「英語→日本語」を徹底する
- ③ 「覚えた」の基準を厳しめに

# ①「覚えられなくて当たり前」の意識

- 暗記が苦手(=すぐ忘れる)は思い込み
- 覚えられないときは「やり方を間違えている」というケースがほとんど(=勝手にアレンジを加えてしまっている)
- 英語のプロでも10回の覚え直しが必要
- 忘れても気にせず淡々と覚え直すこと

## ②「英語→日本語」を徹底する

- 「英語を英語のままに理解する」は可能？
- TOEICは「英語→日本語」が求められる
- 「日本語→英語」や「英語→英語」はレベルが上がるからこそできるようになっていく
- 「英語→日本語」ができればTOEICは攻略できる

### ③「覚えた」の基準を厳しく

- 一瞬で意味が出てこない、リスニングでは使えないし、リーディングでもスムーズに読んでいくことができない
- 英単語を見た瞬間(1秒以内)に日本語の意味を出す
- その状態を「覚えた」とする
- 妥協すればするほど後で悩むことになる

# 覚えにくい単語への5つの工夫

1. 似た「スペル」の単語を固めて覚える
2. 似た「意味」の単語を固めて覚える
3. 単語カードの「表」にヒントを書き込む
4. Google画像検索でイメージを掴む
5. 壁に貼る

# 1.似た「スペル」の単語を固めて覚える

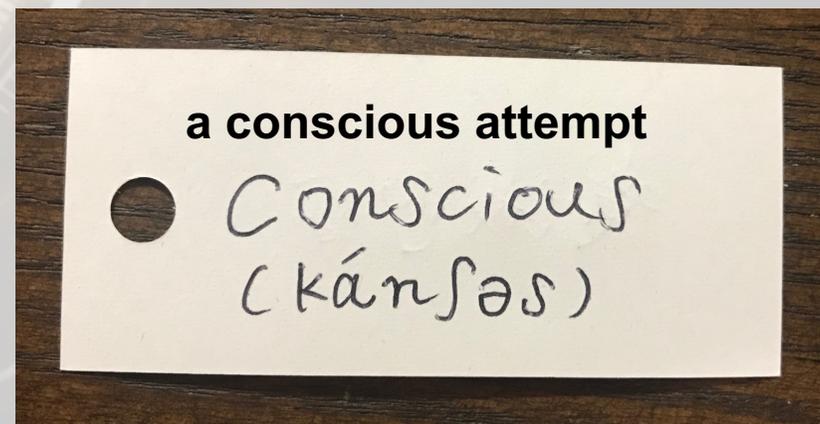
- 単語のつづりが似ていて覚えられない…
- 「portable／probable」「expect／except」  
「weather／whether」など
- 同じ場所(＝カードの前後)に固めてまとめて覚えるといい

## 2.似た「意味」の単語を固めて覚える

- 単語の意味が似ていてごちゃごちゃする…
- appraisal / assessment / evaluation
- すべて「評価」という意味
- 固めるとそれぞれが引っかけかりになって覚えやすい

# 3. 単語カードの「表」にヒントを書き込む

- 時間の節約のために「覚えにくいもの」だけキクタンの「フレーズ」か「例文」を書き込む
- 「裏」に書いても効果が薄いので「表」に書く
- それをヒントにして覚えてしまう



# 4. Google画像検索でイメージを掴む



# 5.壁に貼る



# ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中

## 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記＆「アソビ英語」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記＆「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記＆「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語演し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# みんな単語暗記をサボりがち…

- 単語暗記はずっとやり続ける
- 「単語暗記と文法」「単語暗記と音トレ」「単語暗記と多解き」
- 単語暗記を当たり前のルーティーンにしてしまうために、1週間は単語暗記だけに集中する
- この1週間だけは「1日2束(=200枚)」にチャレンジ

# 単語勉強法まとめ

- まずは作成したキクタンの単語カードを覚えきる
- その後は、模試を解いていく中で出会った「知らない単語」を1つ1つ潰していく
- 僕の英語(TOEIC)学習のコアになっている言葉
- 迷ったら語彙をやれ！

# ステップ④：単語カード暗記& 『プラチナ英文法』2回読了

## 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語演し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# 文法学習のあるある話

- 文法の問題を解く
- 間違えた問題の解説を読むと「ああ、そうだった！」  
**このループを断ち切る！**
- 時間を空けて、また文法問題を解く
- 同じような問題で間違えて、解説を読むと「ああ、そうだった！」  
と思う

# 文法学習の本質

- 単語学習となにも変わらない
- 単語と同じで「覚えて」「瞬時に」「引き出せるようになること」が文法学習の本質
- 理解できていないところを「抽出」して「覚えないと」意味がない
- ex.「whoever」と「anyone」は、どういうケースでどちらを使うのが正解か？

# 文法学習の基本的なスタンス

- 問題を解きながら、理解できていない部分を認識して「抽出」し潰していく
- それが基本的なスタンス
- ただ、その前に初歩的なところに「抜け」がないかをチェックするために『プラチナ英文法』を総ざらいしていく
- TOEICに特化したすばらしいテキスト

# プラチナ英文法



2周読んで仕上げていく！

# 【重要】2周読みのやり方

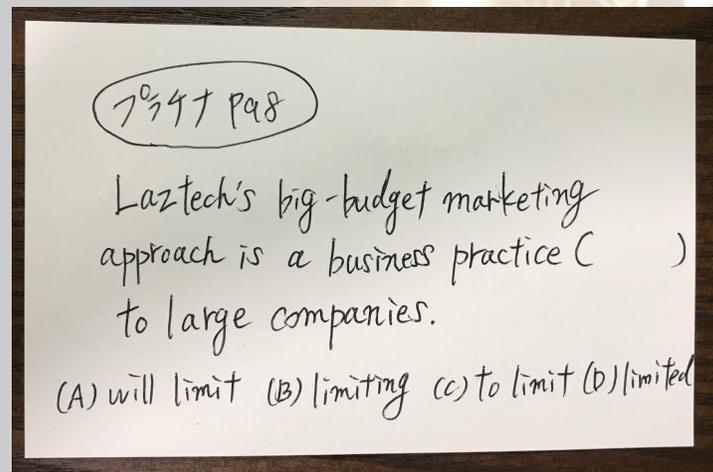
- 1周目は「全体像の把握」と「馴染むこと」を目的にどんどん読み進めていく
- 2周目は「理解すること」を目的に1ページずつ丁寧に読んでいく
- ※「プラチナセンテンス」と「Chapter7」は飛ばしてOK
- 最後にまとめて「章末チェック」を実施する
- 「適当に選んだもの」「間違えたもの」を情報カードに抽出

# 最強の文房具『情報カード』

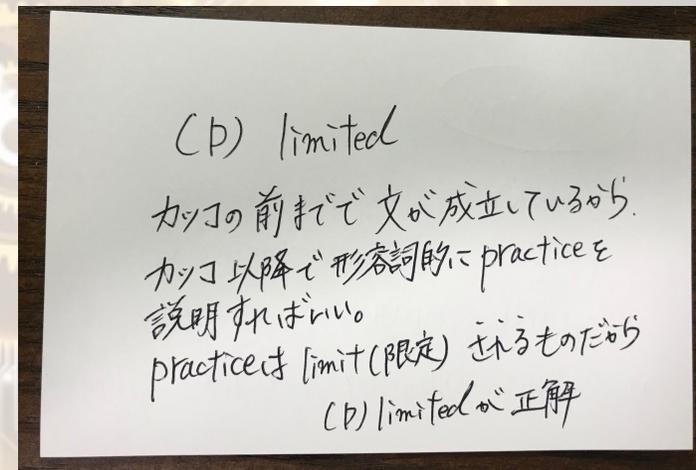


# 情報カードへの抽出法

- 以下の画像のように「テスト形式」で抽出するのが鉄則  
→ 記憶は「想起」したときに強化される



表



裏

※ 覚えたいことがあればガンガン情報カードに抽出していく！

# 『プラチナ英文法』読了後

- この時点で「全体像」は掴めている状態
- 900点突破のためには、その先にある「細かい文法知識」の習得が必要
- 問題を解く中で身につけるしかない
- そのときに役立つマインドセットを5つ紹介します

# 文法学習5つのマインドセット

- ① 「なんとなく選ばない」を徹底する
- ② 「必ず理解できる」という前提で取り組む
- ③ 「検索力」を鍛える！という意識をもつ
- ④ 自分の感覚は置いておく
- ⑤ イライラしたら時間を置く

# ①「なんとなく選ばない」を徹底する

- 根拠なく解いていたら必ずどこかで頭打ちする
- 「なぜそれが正解になるのか」を常に考えながら問題を解く
- 最初は時間がかかるが、その先にこそ「スピード」そして「本物の感覚」がある
- まずは「丁寧さ」、それから「スピード」が鉄則

## ②「必ず理解できる」という前提で取り組む

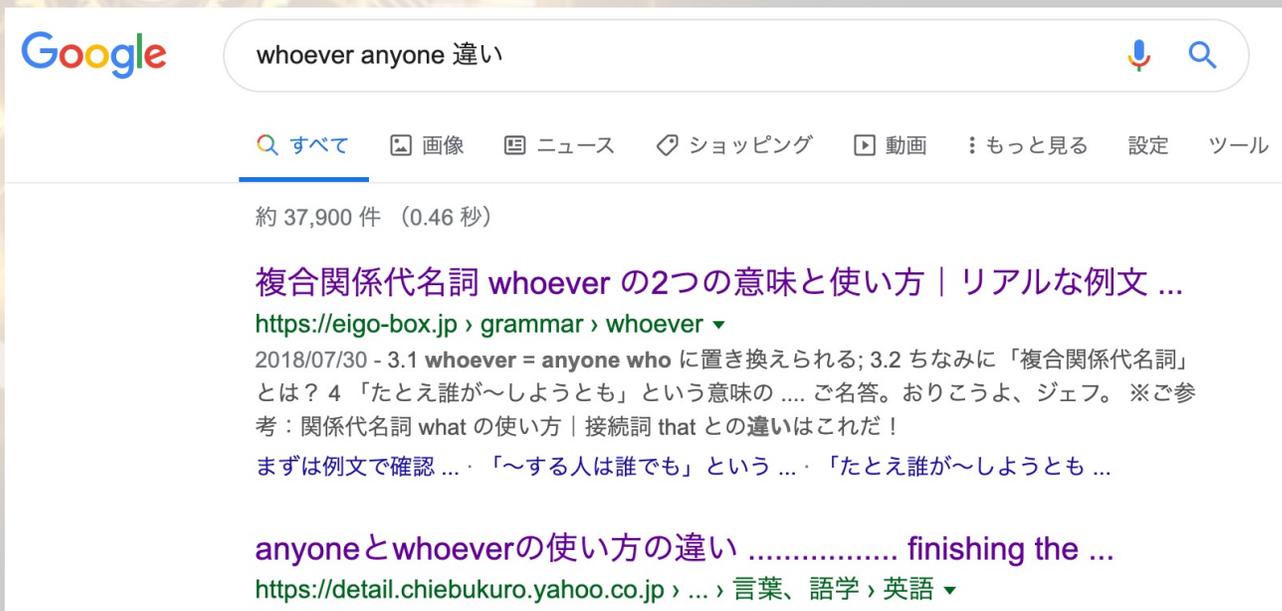
- 「訳がわからん！」と思うときは、大抵の場合どこかに勘違いや思い込み、知識のもれがある
- Aquazine is a producer of water filters, but the company it plans to merge with ( ) personal computers.
  - (A) manufactures
  - (B) manufacturing
  - (C) manufacture
  - (D) is manufactured

### ③「検索力」を鍛える！という意識をもつ

- TOEIC学習の最強のお供…「検索力」
- 自分が疑問に思うことは、ほぼ100%の確率で過去に誰かが疑問に思っている
- すぐに答えを聞くのもいいが、自力をつけるには自分で粘ってみることが大切
- 例えば…、

# 「whoever」と「anyone」

- どちらも「誰でも」という意味
- We will give a discount to ( **anyone** ) completing our survey.



Google

whoever anyone 違い

すべて 画像 ニュース ショッピング 動画 もっと見る 設定 ツール

約 37,900 件 (0.46 秒)

複合関係代名詞 **whoever** の2つの意味と使い方 | リアルな例文 ...  
<https://eigo-box.jp/grammar/whoever>

2018/07/30 - 3.1 **whoever** = **anyone who** に置き換えられる; 3.2 ちなみに「複合関係代名詞」とは? 4 「たとえ誰が~しようとも」という意味の ... ご名答。おこらうよ、ジェフ。 ※ご参考: 関係代名詞 **what** の使い方 | 接続詞 **that** との違いはこれだ!  
まずは例文で確認 ... 「~する人は誰でも」という ... 「たとえ誰が~しようとも ...

**anyone** と **whoever** の使い方の違い ..... finishing the ...  
<https://detail.chiebukuro.yahoo.co.jp> > ... > 言葉、語学 > 英語

## ④自分の感覚は置いておく

- プラチナ英文法より
- (        ) employees in a proper way can help increase productivity.
  - (A) Motivate
  - (B) Motivated
  - (C) Motivating
  - (D) Motivation
- 自分の理解をTOEICにすり合わせていく

## ⑤ イライラしたら時間を置く

- 意味がわからなくて無性にイライラしてしまうときが必ずある
- 正常に思考できていない状態
- 一旦その問題から離れて時間を置く
- クリアになった頭で再度考えたり調べたりすると不思議と理解できる

# 文法勉強法まとめ

- 『プラチナ英文法』の2周読みに取り組んでいく
- その後は「多解き」の中で、1つ1つ細かい文法項目を潰していく
- 文法は単語と同じだと捉えて取り組む
- 発狂しそうになることが何回かあるが、必ず乗り越えられる

# ステップ⑤：単語カード暗記& 『公式問題集』で音トレ

## 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&『公式問題集』で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全刀特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語演し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# 900点の理想スコアバランス

- 「L：満点(近く)」& 「R：400点台前半」

TOEIC® Listening & Readingスコア	
実施日：2023年 4月23日 午前	
Listening	470
Reading	435
Total	905

- リスニングは4問程度ミスしても満点が出る

# 完璧には聞き取れない



今までPart2は「全部しっかり聞き取って答える」ことばかり考えていて、完璧にこれだ！と思った状況でしか選べていなかったのですが、ようやく「消去法で、これとこれはなさそうだから多分これという選び方」がわかってきたと思います。

明らかにこちらのほうがエネルギー使わないので楽ですね。あと、「全部しっかり聞き取って答える」は全部しっかり聞き取れなかった時の「聞き取れなかった感」からくるダメージが大きかったので、次の設問に大きく影響していました。これも軽減できるのでメリット大きいですね。

全部しっかり聞き取れるに越したことはないのですが、実力ではなかなか難しいので、できないときのこととも考えて消去法もめいっぱい活用することを意識していこうと思います。

**※完璧主義になりすぎないようにする**

# リスニングで満点を取る方法

- 2方向からのアプローチによって満点を狙う
- ①：聞き取れないところを1つ1つ潰していく
- ②：リーディング力を鍛える
- 「音のトレーニング」が関係してくるのは①のアプローチ

# 聞き取れないところを潰すには？

- 英語の大原則：「出せるものは聞ける」
- つまり、聞き取れなかったところを出せるようになるトレーニングをすればいい
- ただ、それを「正確に」やらないと意味がない
- そのために行うのが「音のトレーニング(音トレ)」

# 「音トレ」の目的

- 「リピーティング」と「オーバーラッピング」ができるようになること
- できるようになったら英語学習で一生困らない
- 「復習のときに使う道具(=リピーティングとオーバーラッピング)」を音トレで手に入れていく
- やればやるほど確実にうまくなる

# 「音トレ」の副産物

- TOEICのリスニングが速くないことがわかる
- 英文がテンポ良く読めるようになる
- 上達が実感しやすくモチベーションに好影響
- もちろん、英会話力のアップに直結する

# 「音トレ」への感想

かなり録音のtake数も減ってきました！  
1日経つと前の日より口がスムーズまわるなって感じました！

音トレは1つ目の課題より慣れてきた感じはあります。  
余談ですが音トレ始めたら顔がスッキリしてきて、  
さらにやる気になります 😊

昨日の夜に練習していて大した成長が  
感じられず落ち込んでいたのですが、  
今日の朝、何か変わりました。  
最初はどんなに絶望的でも、  
繰り返せば、突然変わるというのが実感できました。

will beはTOEICの時に「ウッビックくらいって出てきたなー」と思いだしたりしながら、TOEICの  
音トレをやらずに今のオーバーラッピング&シャドーイングをしていたら、かなり大変だなと思  
っています 😊

音トレは、リスニングだけではなくリーディングにも効果が出始めている気がします。課題以  
外の英文を読んだ際に、以前よりも一定のスピードで単語を捉えられるようになってきた気が  
します。

せっかく習得しつつあるこのスピードやリズムを崩さないためには、文中で知らない単語を無  
くすことと、後戻りしないことだ！と、今さらながら“至極当たり前のこと”に気づきました！  
笑っちゃいますね。 😊 (でも、今気づいて良かった)

# 「音トレ」は『公式問題集5』で実践



TEST1 Part4の5つ分のパッセージを仕上げる！

# 「音トレ」実践の4ステップ

- 【ステップ1】：スクリプトを読んで意味を理解する
- 【ステップ2】：音声を聞きながら音の変化をスクリプトへ書き込む
- 【ステップ3】：スクリプトを見ながら1文ずつリピーティングする
- 【ステップ4】：スクリプトを見ながら全文をオーバーラッピングする

# 【ステップ1】：スクリプトを読んで意味を理解する

- 音トレは、できる限り「話し手」になりきって読むことが大切
- 英文の意味が分かっていなかったら「話し手」になりきれない
- だから、まずはスクリプトを読んで意味を理解する(黙読でOK)
- 分からない単語や表現は調べる

# 【ステップ2】：音声を聞きながら 音の変化をスクリプトへ書き込む

- リスニングで最も重要なのは「音の変化」
- これが英語が「速く聞こえる」ように感じる原因
- 細かく分類もできるが、メインは「連結」と「沈黙」
- ※詳しく知りたい方のために別途WEBページを紹介します

# 音の変化の例

- cost of : 「カスタブ」
- group of : 「グループブ」
- your own : 「ユアロウン」
- is an electronic : 「イザネレクトウロニック」
- last year : 「ラス イヤー」
- take a look at the : 「テイカルカタ」

# 【資料】書き込み具体例

## 【音の変化 書き込み具体例】

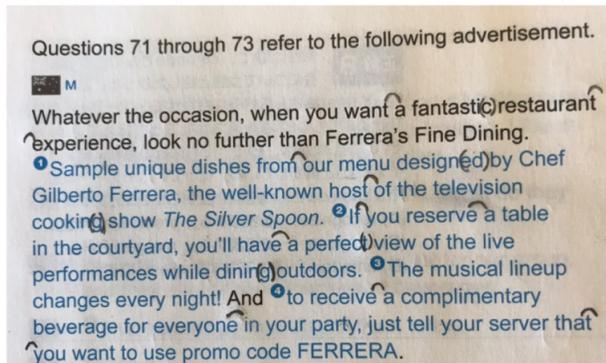
リスニング力をアップさせるために欠かせないのが「音の変化」です。

公式問題集5(黄色)のTEST1の最初の5つのパッセージの書き込み具体例を作成しました。

お手本の真似をして英語の音を出すのは予想以上に難しいです。ですが、粘り強く続けたら必ずできるようになります。

「どれくらいやったらいいのか?」→「できるようになるまで」です!

ぜひ、数をこなしてまいりましょう。



Questions 71 through 73 refer to the following advertisement.

M

Whatever the occasion, when you want a fantastic restaurant experience, look no further than Ferrera's Fine Dining.

① Sample unique dishes from our menu designed by Chef Gilberto Ferrera, the well-known host of the television cooking show *The Silver Spoon*. ② If you reserve a table in the courtyard, you'll have a perfect view of the live performances while dining outdoors. ③ The musical lineup changes every night! And ④ to receive a complimentary beverage for everyone in your party, just tell your server that you want to use promo code FERRERA.

Questions 71 through 73 refer to the following advertisement.

M

Whatever the occasion, when you want a fantastic restaurant experience, look no further than Ferrera's Fine Dining.

① Sample unique dishes from our menu designed by Chef Gilberto Ferrera, the well-known host of the television cooking show *The Silver Spoon*. ② If you reserve a table in the courtyard, you'll have a perfect view of the live performances while dining outdoors. ③ The musical lineup changes every night! And ④ to receive a complimentary beverage for everyone in your party, just tell your server that you want to use promo code FERRERA.

**まずは必ず自分でやること!**

**難しい場合は速度を落としてみる**

# 【ステップ3】：スクリプトを見ながら 1文ずつリピーティングする

- お手本を1文聞く→頭の中で覚える→真似する
- スクリプトは見てOK長い文章は途中で区切ってもOK
- 意味を頭の中で理解しながら声に出して読む
- うまくできたら次の1文に進む

# 【ステップ4】：スクリプトを見ながら 全文をオーバーラッピングする

- お手本に合わせてぴったり重ねて全文を読む
- スクリプトは見てOKとにかく「なりきる」という意識が大切
- 横着をせずに、できるようになるまで何十回でも練習する
- 納得いくレベルになったら録音して提出し、フィードバックを受ける

# 日本人発音から脱却する3つのヒント

1. 常に口角を上げて声を出す
2. 息を大きく吸い込んでお腹や喉の奥から声を出す  
(※うるさいくらいでちょうどいい)
3. 恥ずかしがらない

# 最初は絶望するのが普通

- 慣れていないと最初はうまくできないのが普通
- でも、やり続けたら必ず上達する
- イライラした回数に比例してうまくなる
- 5つのパッセージをきっちり仕上げていきましょう！

# ステップ⑥：単語カード暗記& 『全力特急』で解き方の習得

## 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語演し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# 「英語力」×「解き方」=スコア

- TOEICは情報処理の試験
- 純粋な英語力を試すための問題量ではない
- 「英語力」と同じくらい「解き方」も求められる
- 同じ英語力の人でも解き方次第で100点くらい変わる

# 『全力特急』で解き方を身につける



**この本の完全コピーで僕は900点を超えられた！**

# 読み進め方はシンプル

- 最初からじっくり読んでいく
- 各パートごとの解き方の理解→実践問題で練習
- 最後のクォーター模試まで終わったら完了
- 途中に出てきた分からない単語は単語カードに抽出

# 得情報②

- おすすめシャープペンシル&消しゴム



<https://amzn.asia/d/2ElGpt5>

# ステップ⑦：模試を使っての「多解き」

## ステップ⑧：未習得単語潰し

### 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っての「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧「多解き」で出会った未習得単語潰し							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# スコアごとに同じような思考になる

- TOEICのスコアごとに思考がおもしろいくらい一致してくる
- 900点を超える人の考えの傾向は・・・
- とにかく「単語」と「量」だと確信する
- それを満たすのが「多解き」

# 量質転化の法則

- 一定量をこなすと、急に質が上がる
- 質の向上を感じられないときは単純に「量」が足りていないだけ
- 予想以上に「量」が必要だということをあらかじめ認識しておく
- やり切れたら900点は取れる

# 多解きをすると起こること

- 大量の英文を見て「ウツ」とならなくなる
- 「わからない」は「見慣れていない」だけのケースが多い
- 慣れたらTOEICの英文は難しくないことに気づく
- 「単語暗記」と「多解き」ですべては解決する

# 満点を取るまでに解いた量



$$132\text{枚} \times 200\text{問} = 26,400\text{問}$$

# 多解きのメリット

- 体力や集中力が鍛えられる
- 正解パターンのデータベースが増える
- 固有名詞に惑わされなくなる
- 背景知識のストックが増える
- 自分なりの解き方が確立する
- タイムマネジメントがうまくなる
- そもそもTOEICという試験に慣れる
- 自分の弱点が浮き彫りになる

# まずは『精選模試バージョン1』からスタート

## 【多解きの流れ】

※画像をクリックしたら Amazon に飛びます。

【STEP1】：『精選模試 1』を仕上げる(リトライ  
法→抽出)



※グループチャットで資料を共有します

# Retry(リトライ)法で取り組む

- 同じ模試にリトライする(=2回解く)
- 1回目は時間を計って解く(丸つけなし)
- 2回目は時間無制限で解く
- ※リスニングは何回聞いてもOK
- ※辞書やネット検索を使うのはNG
- ※自信なくマークした問題にはチェックをつけておく
  
- そうすると何が分かるのか？

# 弱点がピンポイントで分かる

1回目	2回目	分かること
正解	正解	問題なし
不正解	正解	多解きを継続すれば自然と解決
正解	不正解	まぐれ当たりなので要復習
不正解	不正解	知識不足なので要復習

# こうなるのが普通

時間無制限で解いてみて、すごくもどかしかったです。Part5は選択肢の中で4つとも全然分からない単語が出てきたらお手上げですし、Part6や7でも、この単語さえ分かれば解けるのに・・・という問題にいくつも出くわして、単語を知らないとこれだけ困るということが、本当に痛いほど分かりました。

# 真の復習とは何か？

- **わからなかったところを潰していく**
- それを怠ると、10,000問解いたとしてもスコアは上がらない…
- つまり、同じような問題で間違え続けてしまう…
- **「抽出」し、「覚える」ことが鉄則！（※特にリーディング）**

# リスニング復習法

- Part1/Part2は、聞き取れなかった文をスクリプトを見ながら5回リピートし、そのあとスクリプトを見ずに再度聞いて聞き取れたらOKとする。
- Part3/Part4は、スクリプトを確認して意味を理解したあと、スクリプトを見ながら5回聞き、再度にスクリプトを見ずに聞いて理解できたらOKとする。
- ※わからなかった単語はすべてカードにする

# リーディング復習法

- 抽出し、覚えることがすべて！



# 抽出の具体例

- 記憶の絶対原則は「想起」  
→「テスト形式」で作るようになる

( ) caterers charge an extra fee for cups and napkins.

(A) Most (B) Almost (C) Most of (D) The most

大抵のケータリング業者は、カップとナプキンの追加料金を請求する。

答え (A) Most

④ caterers を修飾しているのは、④にある Most。  
(B) Almost は副  
(C) Most of は、<most of the ④> はり可。  
(D) は、最上級なので、意味が通らない。

Aqua Systems is a producer of water filters, whereas the company it plans on merging with manufactures heating appliances.

Aqua Systems は、浄水器の製造業者だ。合併する予定の会社は、暖房器具を製造している。

\* 代名詞は Aqua Systems を指しており、先行詞が company。with での塊で company をいろいろ修飾している。



# 「抽出」したものを「覚える」

- スキマ時間は「単語カード」か「情報カード」を常にめくっている状態にする
  - スキマ時間以外でも、暇さえあれば常にめくるようにする
  - この作業がスコアアップそのもの
- 単語を覚えつつ、多解きを継続したら必ずスコアは上がる

# まずは1週間で1模試を目標にする

1日目	時間を計って1回目を解く
2日目	時間無制限でリスニング2回目を解く
3日目	時間無制限でリーディング2回目を解く
4日目	復習&抽出(リスニング)
5日目	復習&抽出(リスニング)
6日目	復習&抽出(リーディング)
7日目	復習&抽出(リーディング)

# 問題を解くときのコツ①【タイムマネジメント】

- なにがなんでもPart7に「55分」を残す
- Part5 : 10分
- Part6 : 10分
- Part7 : 55分
- Part5やPart6とは違って、Part7は時間をかければかけるほど正解数が上がる

# 問題を解くときのコツ②【先読み】

- 先読みはマスト
- 設問だけでなく選択肢まで目を通せるようになる
- Part3とPart4のうち7割は、聞こえてきた単語が正解になる
- 実は、リスニングのスコアを上げる鍵はリーディング力

# 問題を解くときのコツ③【塗り絵】

- ・満点狙い以外の方は、塗り絵してOK

これは、テスト後に友人と話していて「書かなきゃ！」とと思いました。

今日何度も言っておきます。（マドンナ風）

**990点狙いの方以外は、塗り絵をしたとしてもへこまなくて大丈夫です。**

毎回900点以上を取る層でも、5～10問くらい塗り絵する人はザラにいます。

毎回800点くらいとってる層には、15問とか20問塗り絵する人が普通にいます。

速く解かなきゃ！って必要以上に思わなくても大丈夫です。

<http://manabuenglish981.blog.fc2.com/blog-entry-543.html>

## 得情報③

- 当日の朝の過ごし方
- 模試のリスニング音声を2倍速で聞きながら会場へ
- 耳を英語モードにする
- 水分は摂取しすぎない
- 開始前に余裕があれば単語カードor情報カードの復習

# 多解きの勉強法まとめ

- 模試を解きながら、単語や文法の抜けを抽出し潰していく
- 多解きを続けたら900点は時間の問題
- 最初は圧倒され絶望するのが普通
- 目標を達成している人は何度も「絶望→復活」を経験している

# ステップ⑨：「あとは時間の問題」にする

## 【900点突破塾】180日スケジュール

チャレンジ課題	1~7日 (1週間目)	8~14日 (2週間目)	15~21日 (3週間目)	22~35日 (4~5週間目)	36~49日 (6~7週間目)	50~56日 (8週間目)	57~84日 (9~12週間目)	85~112日 (13~16週間目)	113~140日 (17~20週間目)	141~180日 (21~24週間目)	181日以降
ステップ①：発音記号の習得	■										
ステップ②：「キクタン600&800」単語カード作成		■									
ステップ③：単語カード暗記のみに1週間集中			■								
ステップ④：単語カード暗記&「プラチナ英文法」2回読了				■							
ステップ⑤：単語カード暗記&「公式問題集」で音トレ					■						
ステップ⑥：単語カード暗記&「全力特急」で解き方の習得						■					
ステップ⑦：模試を使っでの「多解き」							■	■	■	■	■
ステップ⑧：「多解き」で出題テーマ習得単語達							■	■	■	■	■
ステップ⑨「あとは時間の問題」の状態にする											■

※赤線までが基礎固め

# 本日のまとめ

- やり抜くための3つのポイント(God / 目的意識 / 現状維持メカニズム)
- 具体的な9ステップのTOEIC学習法
- 現状維持メカニズムに負けず、信じて丁寧に淡々と続けること
- 最高の半年間にしてまいりましょう！