No. 010

基礎からやり直し ULTIMATE CHEAT SHEET

英語をゼロからやり直す3か月プラン

中学英語の復習→単語→文法→短い長文の順に、3か月で入試の入り口に立つ計画。1日60分のメニュー例つき。

Web版はこちら

ここだけ3行

1 最初の1か月は中学英語だけ。あせって高校の内容に進まない

2 単語は毎日。文法・長文が休みの日も単語だけは続ける

3 わからない所は、1つ前の段階に戻ってやり直す

なぜ中学英語からやり直すのか

高校の英文法は、中学の文法の上に積み上げてできている。過去完了は現在完了と同じ「完了形」の考え方、分詞構文は分詞、関係副詞は関係代名詞がわかって初めてすっきりわかる。高校の内容がわからない原因は、**その1つ下の中学の内容**にあることが多い。土台から積み直すのが、遠回りに見えていちばんの近道。

3か月の全体像

時期	文法	単語	読む
1か月目	中学文法を1周（be動詞〜関係代名詞）	中学で習う基本の単語	教科書レベルの短い文を音読
2か月目	高校文法の前半（時制・助動詞・受動態・不定詞・動名詞・分詞）	高校基礎の単語帳を始める	100〜150語の英文
3か月目	高校文法の後半（関係詞・比較・仮定法）	単語帳の2周目	200〜300語のやさしい長文

1か月目：中学文法を週ごとに

1週目から順に。各単元は「中学英文法 総復習」などのシートで確認する。

週	やる単元
1週目	品詞・be動詞と一般動詞・疑問文と否定文・命令文
2週目	時制（現在・過去・未来・進行形）・不規則動詞・助動詞
3週目	文型・比較・受け身・現在完了
4週目	不定詞・動名詞・分詞・関係代名詞・接続詞

2か月目・3か月目の進め方 4

☐ **1 文法は1単元を3段階で**

①説明を読む ②問題を解く ③翌日、同じ問題をもう一度。2回目に解ければその単元は合格。

☐ **2 単語帳は「復習が先」**

毎日、前の日までの語をテストしてから新しい語へ。言えなかった語に印をつけ、印の語を何度も回す。

☐ **3 英文は短いものから**

2か月目は100〜150語、3か月目は200〜300語。読んだ後に音読すると、英語の語順のまま意味をとる練習になる。

☐ **4 3か月目にやさしい入試問題**

最後の数週間で、やさしめの入試問題や模試の文法・長文にふれる。解けなかった所が、次に戻る単元になる。

1日60分のメニュー例

編集部のおすすめ例。忙しい日は30分版でよいので、毎日続ける。

内容	60分版	30分版
単語：前の日までの復習テスト→新しい語	15分	10分
文法：説明を読む→問題を解く→答え合わせ	25分	15分
読む：短い英文を読んで音読	15分	なし
まちがいノート：今日のミスを1行ずつ	5分	5分

1週間のサイクル 3

① **月〜金：新しい単元を進める**
1日60分（忙しい日は30分）のメニューで、その週の単元を1つずつ。

② **土：その週の復習テスト**
月〜金に解いた問題から、まちがえたものだけをもう一度解く。

③ **日：まちがいノートを見直す**
1週間分のミスを読み返すだけでよい。余裕があれば単語の復習も。

続けるための5つのルール 5

☐ **1 同じ時間・同じ場所で**

「夕食の後に机で」のように決めておくと、やる気に頼らずに始められる。

☐ **2 8割わかったら次へ**

1周目で完璧をめざすと止まってしまう。2周目・3周目で残りを埋めればよい。

☐ **3 問題は「解く→直す」まで**

まちがえた問題は、なぜまちがえたかを一言書く。同じミスをしなくなるのが本当の進歩。

☐ **4 記録をつける**

やった日にカレンダーへ印をつける。続いた日数が目に見えると、やめにくくなる。

☐ **5 休む日も単語だけ**

疲れた日は単語5分だけでもよい。ゼロの日を作らないことが、いちばん大事。

よくある挫折パターンと対策

挫折パターン	こうする
いきなり分厚い問題集を買う	薄くてやさしい1冊を、何周もする
文法の説明を読むだけで終わる	読んだら必ず問題を解いて確かめる
最初に1日3時間やって、3日で燃え尽きる	毎日60分を続ける。続けた日数が力になる
長文の知らない単語を全部辞書で調べる	1文ずつ主語と動詞を確かめ、単語は推測して進む
単語を後回しにする	1日10分でも毎日。文法も長文も単語が土台

つまずいたら戻る場所

わからない時は、先に進むより1つ前に戻る方が速い。

こんな時	戻る所
I am play のようにbe動詞と一般動詞を混ぜてしまう	be動詞と一般動詞(中学1年の内容)
長い文になると主語と動詞がわからない	品詞・文型の基礎
過去形・過去分詞がすぐに出てこない	不規則動詞の活用表
現在完了と過去形の区別がつかない	時制の基礎
単語を覚えても、すぐに忘れる	英単語の覚え方入門
長文になると時間が足りない	長文の読み方入門

3か月後のゴール

①中学文法の基本問題がほぼ解ける ②高校基礎の単語帳を1周以上している ③200語くらいの英文を、主語と動詞を見つけながら最後まで読める。ここまで来れば、入試対策の参考書や問題集に自分の力でついていける。次は、文法の単元別シートや長文のシートへ進もう。

スタート地点チェック

まちがえた問題の単元から始める。

1 My brother ＿＿ a high school student.
a am　b are　c is　d be

2 ＿＿ she like cats?
a Is　b Do　c Are　d Does

3 We ＿＿ to the zoo last Sunday.
a gone　b went　c go　d goes

4 Tom is ＿＿ than his brother.
a more tall　b tall　c tallest　d taller

5 I want ＿＿ a doctor in the future.
a to be　b being　c been　d be

6 This bridge was ＿＿ 100 years ago.
a built　b build　c builds　d building

7 I have ＿＿ in Nagoya for three years.
a lived　b lives　c living　d live

8 I have a friend ＿＿ speaks French.
a what　b which　c who　d where

解答

1 is まちがえたら be動詞から
2 Does まちがえたら疑問文・否定文から
3 went まちがえたら時制・不規則動詞から
4 taller まちがえたら比較から
5 to be まちがえたら不定詞・動名詞から
6 built まちがえたら受け身から
7 lived まちがえたら現在完了から
8 who まちがえたら関係代名詞から

もっと無料で学ぶなら
原田英語.com
究極の英単語帳(PDF印刷)・共テ単 キョウテタン・共通テスト満点チートシート・英文法大全・英作文超絶採点くん・時事英語ナビ…
受験に役立つ無料の英語アプリと、約2,800本の記事。
原田英語.com
ほかのチートシート(全439本・無料)