No. 418

勉強法・リソース ULTIMATE CHEAT SHEET

英語ノートの作り方・間違いノート

ノートはきれいに作るものではなく、何度もテストするための道具。単語・文法・長文の3種類を、最小の手間で作る方法。

Web版はこちら

ここだけ3行

1 ノートは「隠してテストできる形」で作る

2 書くのはまちがえた所・知らなかった所だけ。写さない

3 作る時間より、見直す時間を多くとる

最初に：ノート作りの落とし穴

色ペンで丁寧にまとめたノートは達成感があるが、**きれいに写している時間は覚えている時間ではない**。参考書に書いてあることは写さない。ノートに書くのは「自分がまちがえたこと」と「参考書にない自分用のメモ」だけ。

◆ 3種類のノートの役割

ノート	書くこと	見直すタイミング
単語ノート	長文・過去問で知らなかった語をフレーズごと	毎日（すき間時間）
文法の間違いノート	まちがえた問題・正解・理由を1行で	週1回＋直前期
長文の復習ノート	読めなかった1文の構造・言い換え・テーマの背景	週1回＋同じテーマの前

◆ 単語ノートの作り方 4

☐ **1 左に英語、右に意味**

ページを縦に折り、左に英語のフレーズ、右に意味。右を隠して思い出すテストができる形にする。

> reach a conclusion
> 結論に達する

☐ **2 単語でなくフレーズで**

本文で出てきた形のまま、前後2〜3語ごと書く。使い方（語法）も一緒に覚えられる。

> be reluctant to do
> ～するのに気が進まない

☐ **3 単語帳にある語は書かない**

単語帳に載っている語は、単語帳に印をつけるだけ。ノートは単語帳にない語専用にする。

☐ **4 言えたら線を引く**

テストして3回続けて言えた語には線を引き、見直しは直前期の確認だけにする。見直す量が減っていく。

◆ 文法の間違いノートの作り方 4

☐ **1 1問1行で書く**

問題の要点（短く）→正解→理由を一言。問題文を全部写さない。

> I look forward to (see / seeing) you.
> seeing：look forward to の to は前置詞→動名詞

☐ **2 理由は「ルール名」で**

「なんとなく」ではなく「時制の一致」「to は前置詞」のように、使ったルールの名前で書く。

> If I had known, I would have told you.
> 仮定法過去完了：If S had p.p., S would have p.p.

☐ **3 まちがえ方も書く**

なぜ誤りを選んだか（「to の後は原形と思い込んだ」など）を一言。同じワナにかかりにくくなる。

☐ **4 同じ型が3回出たら要注意**

同じルールで3回まちがえたら、文法書の該当ページに戻って理解し直す。

◆ 長文の復習ノートの作り方 3

☐ **1 読めなかった1文だけ**

長文を全部写さない。構造が取れなかった1文だけを書き、S・V・O・Cと修飾を書き込む。

☐ **2 言い換えを記録**

本文の表現と、正解の選択肢での言い換えを左右に並べて書く。言い換え問題に強くなる。

> not uncommon
> fairly common（よくある）

☐ **3 テーマの背景を一言**

「環境」「AI」など長文のテーマと、そこで学んだ背景知識を一言。次に同じテーマが出た時に速く読める。

◆ 見直しの手順 4

① **右側を隠す**
答え・意味・理由の側を手や紙で隠す。

② **声に出して答える**
3秒以内に言えなければ×。迷ったら×。

③ **×に印**
×の行に小さく印をつける。印が増えた行は要注意。

④ **3回連続○で線を引く**
線の行はふだんは飛ばし、直前期にまとめて確認。×なら印を戻す。

◆ やりがちな失敗 5

☐ ~~× 参考書の説明をノートに写す~~
○ **参考書のページ番号だけメモ**
写す時間がもったいない。参考書を見ればいい。

☐ ~~× 色ペンを何色も使う~~
○ **黒と赤の2色まで**
色分けに頭を使い、覚えることに使えない。

☐ ~~× ノートを何冊にも分ける~~
○ **1冊にまとめ、ページで分ける**
持ち歩けないノートは見直さない。

☐ ~~× 作ったら満足して見直さない~~
○ **見直す曜日を決める**
ノートの価値は見直した回数で決まる。

☐ ~~× 読むだけで見直す~~
○ **隠してテストする**
読むより思い出す方が記憶に残る（テスト効果）。

なぜ効く？

読み直すより思い出すテストをした方が長く覚えている（テスト効果、Roediger & Karpicke 2006）。**左右に分けて隠せるノート**は、それだけで毎回のテスト道具になる。

参考資料 Roediger & Karpicke (2006) Test-Enhanced Learning. Psychological Science

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）