No. 403

推薦・総合型選抜 ULTIMATE CHEAT SHEET

英語の外部試験(英検・TEAP・GTEC・IELTS・TOEFL)の基礎知識

入試で使われる主な英語外部試験の形式・技能・CEFRの目安と、入試での使われ方の種類を1枚に。どれを受けるかは志望校の要項から逆算する。

Web版はこちら

ここだけ3行

1 まず志望校の要項で「使える試験・必要なスコア」を確かめる
2 試験ごとに目的と形式が違う。自分に合う形式を選ぶ
3 日程・料金・大学ごとの基準は必ず各公式サイトで確認

最初に知っておくこと

このシートは試験の仕組みの一般的なまとめ。**日程・料金・申込方法・各大学の基準や有効期限は書いていない。**年度で変わるので、必ず各試験の公式サイトと志望校の募集要項で確認する。

◆ 5つの試験をひと目で

形式は各試験の公式サイトの記載による(2026年10月確認)

試験	主催・性格	技能	スコアの出方	形式のポイント
英検	日本英語検定協会。級ごとの合否＋英検CSEスコア	級により異なる(3級以上は4技能)	級の合否と、4技能のCSEスコア	従来型の面接のほか、コンピュータで受けるS-CBTもある
TEAP	上智大学と英検協会が共同開発。大学で学ぶ英語力(アカデミック英語)	4技能(R・L・W・S)	各技能100点×4	Rはマーク60問・70分、Lは50問・約50分、Wは2題・70分、Sは面接官と1対1で約10分
GTEC	ベネッセ。中高生向けの Core・Basic・Advanced の3タイプなど	4技能	タイプごとに上限が違う(Core 840・Basic 1080・Advanced 1280)	上のタイプほど難しい問題まで出る。学校で申し込んで受ける(個人申込の会場受験は2025年度で終了)
IELTS	Academic と General Training の2種類。大学進学には Academic	4技能(L・R・W・S)	バンドスコア(0.5刻み)	全体で約2時間45分。L約30分・R60分・W60分・S11〜14分。LとSは両方の種類で共通
TOEFL iBT	ETS。主に英語圏の大学で学ぶ力(アカデミック英語)	4技能(R・L・W・S)	2026年1月21日から1〜6(0.5刻み)。総合は4技能の平均。移行期は0〜120の換算も併記	コンピュータで受験。スコアの数字とCEFRが対応するように作られた

◆ CEFRとは 3

☐ 1 ヨーロッパ発の共通の物差し

CEFR(ヨーロッパ言語共通参照枠)は、言語力を A1・A2(基礎段階)、B1・B2(自立した使い手)、C1・C2(熟達した使い手)の6段階で表す。違う試験の結果を比べる共通の目安になる。

☐ 2 対応は各団体の公表で確かめる

試験のスコアとCEFRの対応は、各試験団体が公表している。数字の対応表は年度や形式の変更で変わることがあるので、最新の公式資料で確認する。

☐ 3 高校生の目標はB1〜B2が中心

英検なら2級がB1、準1級がB2に届く(合格基準のスコアから計算上)。入試で求められる基準も、このあたりを目安に設定されることが多い。

◆ 公式に確かめられるCEFRの目安

下は各団体の公表資料から確かめた範囲だけ。その他は公式の対照表で確認

試験	CEFRとの対応(公表資料より)
英検	合格基準は2級がB1、準1級がB2、1級がC1の下限以上(英検CSEスコアで比較)
GTEC(中高生向け)	B2:1180〜1280、B1:930〜1179、A2:680〜929、A1:260〜679
TOEFL iBT	1〜6の数字がCEFRと対応するよう設計。例:どの技能でも4がB2
TEAP・IELTS	各団体がCEFRとの対応を公表している。数値は公式サイトで確認

◆ 入試での使われ方(主な種類)

区分の名前と中身は大学によって違う。必ず募集要項で確認

使われ方	中身	確かめること
出願資格	基準のスコア・級がないと出願できない	必要な試験・スコア、技能別の条件
得点換算	スコアを英語の試験の点に置きかえる	換算表、当日の英語試験との扱い
加点	合計点に点数が足される	何点足されるか、上限
試験免除	英語の個別試験が免除される	免除になる基準
判定・参考	合否判定の優遇・参考資料にする	提出が任意か必須か

◆ どの試験を選ぶか 5

① **志望校の要項を読む**
使える試験の一覧、必要なスコア・級、技能別の条件、いつ受けた試験まで有効かを書き出す。

② **使える試験の中で形式を比べる**
面接が対面か録音か、マークか記述か、紙かコンピュータか。自分が力を出しやすい形式を選ぶ。

③ **目的を広く考える**
国内の大学入試だけなら英検・TEAP・GTEC、海外の大学や留学も視野に入れるなら IELTS・TOEFL も候補。

④ **結果が出るまでの日数を逆算**
受験日・結果の発表・証明書の発行にかかる日数を公式サイトで確かめ、出願締切に間に合う回を選ぶ。

⑤ 1つに絞って対策する
複数の試験を少しずつより、1つの形式に慣れる方がスコアは伸びやすい。

◆ 試験ごとの特徴をつかむ 5

☐ **1 英検：級で目標がはっきり**
級ごとに語彙・テーマの範囲が決まり、対策しやすい。不合格でも英検CSEスコアで出願できる学校・学部もある（英検公式FAQ）。詳しくは英検の入試活用シートへ。

☐ **2 TEAP：大学の授業の場面**
大学の講義・掲示・資料など、入学後に出会う場面の英語が中心。大学によって求める技能やスコアの条件が違うので、要項の指定を確認。

☐ **3 GTEC：タイプ選びが大事**
上限スコアがタイプごとに違う。必要なスコアに届くタイプを選ばないと、基準を満たせないことがある。

☐ **4 IELTS：記述と面接が重い**
Writing は図表の説明とエッセイ、Speaking は試験官との対話。Academic と General Training を間違えて申し込まない。

☐ **5 TOEFL iBT：表示が変わった**
2026年1月21日から1〜6の新しい表示。大学の基準が従来の0〜120点で書かれていることもあるので、どちらの表示か確認する。

◆ よくある勘違い 5

☐ ~~✕ どの試験でも使えるだろうと思って受ける~~
○ 志望校が認める試験の一覧を先に確認
大学ごとに使える試験・方式が決まっている

☐ ~~✕ 合計スコアだけ見ればよい~~
○ 技能ごとの条件まで確認
技能別の最低点を設ける場合がある

☐ ~~✕ 何年前のスコアでも使える~~
○ 大学が定める有効期限を確認
受験時期の範囲を指定する大学が多い

☐ ~~✕ IELTS の General Training で出願~~
○ 大学進学なら Academic を受ける
大学進学向けは Academic（IELTS公式）

☐ ~~✕ 結果が出る日を調べずに受ける~~
○ 結果発表・証明書の発行日数を逆算
出願締切に間に合わないと使えない

◆ 確認テスト

1 TEAP の各技能の満点は？
a 990点　b 100点　c 50点　d 200点

2 2026年1月21日からの TOEFL iBT（1〜6表示）の総合スコアの出し方は？
a RとLの合計　b 4技能の平均　c 最高の技能の点
d 4技能の合計

3 大学進学で受ける IELTS の種類は？
a General Training　b Academic　c どれでもよい　d Life Skills

4 GTEC（中高生向け）で B2 にあたるスコアは？
a 680〜929　b 1180〜1280　c 930〜1179　d 260〜679

◆ 公式サイトで調べる 4

英検・TEAP・IELTS 活用校検索（公式）
大学ごとの英検・TEAP・IELTS の使われ方を検索できる。
search.eiken.or.jp/

TEAP 公式サイト
試験構成・スコア・活用校の情報。
eiken.or.jp/teap/

GTEC 公式サイト
タイプ別のスコアの上限・CEFRとの対応・入試活用校検索。
benesse.co.jp/gtec/

IELTS 公式サイト
Academic と General Training の違い、試験の形式。
ielts.org/

◆ 解答

1 100点 4技能×100点
2 4技能の平均 0.5刻みに丸める
3 Academic LとSは両種類で共通
4 1180〜1280 ベネッセの公表による

参考資料 日本英語検定協会：TEAP 試験構成／日本英語検定協会：英検CSEスコアとは／ベネッセ：GTEC 公式サイト／IELTS：IELTS Academic test／ETS：TOEFL iBT score scale update 2026（banded score scale 1–6）

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）