No. 238

英作文 ULTIMATE CHEAT SHEET

# 自分の経験を書く英作文の型

経験を書く問題で点になるのは、出来事そのものより「その経験で何が変わったか」。導入→出来事→学びの型と、過去形・現在完了・感情の表現を1枚に。

Web版はこちら

**ここだけ3行**

1. 型は「いつ何を→何が起きた→どう変わった」の3段
2. 出来事は過去形、今に残る変化は現在完了・現在形
3. 語数の半分は「転機」と「学び」に使う

**経験談は「ビフォー・アフター」で書く**

「夏に～へ行った。～をした。楽しかった。」は日記で、答案にならない。採点者が見たいのは**「経験の前と後で、自分の考えや行動がどう変わったか」**だ。だから出来事は短く、変化のきっかけ（転機）と学びを厚く書く。意見型の具体例として自分の体験を使う時も同じで、体験は主張を支える「証拠」として書く。

## ◆ 経験を書く型（80～100語） 5

① **導入：いつ・どんな経験か（1文）**
One experience that changed me was ～ / When I was in ～, I ～. 問いの語を使って、何の話かを最初に言う。

② **最初の状態（1～2文）**
At first, I was nervous because ～. 変わる前の気持ちや考えを書くと、後の変化が際立つ。

③ **転機：何が起きたか（2文）**
However, ～. / To my surprise, ～. 考えが変わるきっかけになった出来事を、場面がわかるように具体的に。

④ **学び：何がわかったか（1文）**
Through this experience, I learned that ～. that 節の中身は今も真実なので現在形。

⑤ **今とこれから（1文）**
Since then, I have ～. / In the future, I want to ～. 経験が今の自分につながっていることを示して締める。

## ◆ パートごとの時制

| パート | 時制 | 例 |
|---|---|---|
| 出来事 | 過去形 | I joined a volunteer program last summer. |
| それより前のこと | 過去完了 | I had never spoken to a foreigner before. |
| 出来事の最中 | 過去進行形 | While I was waiting for the bus, it started to snow. |
| 学んだ中身 | 現在形 | I learned that small actions matter. |
| 今も続く変化 | 現在完了 | Since then, I have read the news every day. |
| これから | want to / will | I want to keep helping others. |

## ◆ 経験談の時制ルール 5

☐ **1 時点があれば過去形**
last summer・when I was ～・in 2024 などの時点を出したら、その出来事は過去形。現在完了は使わない。

> When I was fifteen, I visited Hiroshima for the first time.
> 15歳の時、初めて広島を訪れた。

× When I was fifteen, I have visited Hiroshima.

☐ **2 「それより前」は過去完了**
出来事の時点よりさらに前の経験・状態は had p.p.。「それまで一度も～なかった」に便利。※before / until で前後が明らかなら過去形も可。

> I had never cooked for anyone until I joined the cooking club.
> 料理部に入るまで、誰かのために料理をしたことはなかった。

☐ **3 経験の有無は現在完了**
終わった時期と結びつけず、今までの人生の経験として「～したことがある」と言う時は現在完了。I have been to ～ は「行ったことがある」。

> I have been to Canada twice.
> カナダには2回行ったことがある。

☐ **4 過去の習慣は used to**
「以前はよく～したものだ（今は違う）」は used to＋原形。変化を書く時の前半に使える。

> I used to be afraid of speaking in front of others.
> 以前は人前で話すのが怖かった。

☐ **5 学びの中身は現在形のまま**
learned / realized は過去形でも、その中身が今も真実なら that 節は現在形でよい。

> I realized that every job is important.
> どの仕事も大切だと気づいた。

## ◆ 経験を書くフレーズ 16

☐ **One of the most memorable experiences in my life was ～.** ★★★ … 人生で最も印象に残る経験の1つは～だ
導入の定番。was の後は名詞（動名詞）

☐ **When I was in my second year of junior high school, ～** ★★★ … 中学2年の時～
学年は in my ～ year of ～ で表す

☐ **I still remember the day when ～.** ★★☆ … ～した日を今でも覚えている
場面を印象的に始められる

☐ **At first, ～.** ★★★ … 最初は～
変化の前の状態。後で However と対比させる

☐ **However, things changed when ～.** ★★★ … しかし、～した時に状況が変わった
転機の合図として使える

☐ **To my surprise, ～.** ★★☆ … 驚いたことに～
To my joy / To my disappointment も同じ型

☐ **I decided to ～.** ★★☆ … ～しようと決めた
自分の行動の変化を示す

☐ **I was nervous about ～ing.** ★★☆ … ～するのが不安だった
about の後は動名詞

☐ **I was moved by ～.** ★★☆ … ～に感動した
be moved＝心を動かされる

☐ **I was disappointed that ～.** ★★☆ … ～にがっかりした
失敗談も「学び」につなげれば答案になる

- ☐ **I felt proud of 〜.** ★★☆ … 〜を誇りに思った
  be proud of と同じ。of の後は名詞・動名詞
- ☐ **Through this experience, I learned that 〜.** ★★★ … この経験を通して〜だと学んだ
  学びの1文の定番。that 節は現在形でよい
- ☐ **This experience taught me the importance of 〜.** ★★★ … この経験は〜の大切さを教えてくれた
  無生物主語で引き締まる
- ☐ **Looking back, I realize that 〜.** ★★☆ … 振り返ると〜だとわかる
  今の視点から振り返る。realize は現在形
- ☐ **Since then, I have 〜.** ★★★ … それ以来〜している
  変化が今も続くことを現在完了で示す
- ☐ **This experience made me want to 〜.** ★★☆ … この経験で〜したいと思うようになった
  将来の目標につなげる締め

## ◆ 感情を表す語の使い分け 4

- ☐ **I was excited.** (わくわくした(人の気持ち)) vs **The trip was exciting.** (旅行はわくわくするものだった)
  気持ちを抱く側は -ed、引き起こす側は -ing
- ☐ **embarrassed** (人前で)恥ずかしい vs **ashamed** (悪いことをして)恥じている
  失敗で照れるのは embarrassed
- ☐ **nervous** (これからのことで)緊張して vs **worried** (心配事を)気にかけて
  本番前のどきどきは nervous
- ☐ **I was moved.** 感動した vs **I was impressed.** 感心した・すごいと思った
  心が震えるのは moved、技や態度は impressed

## ◆ 経験を書く答案の減点ポイント 6

- ☐ ✕ ~~出来事を順番に並べて「楽しかった」で終わる~~
  ○ **転機と学び(考えや行動の変化)を書く**
  感想だけでは問いに答えたことにならない。
- ☐ ✕ ~~Last summer, I go to Hokkaido and enjoy skiing.~~
  ○ **Last summer, I went to Hokkaido and enjoyed skiing.**
  体験の途中で現在形に戻らない。and の後も過去形。
- ☐ ✕ ~~I enjoyed very much.~~
  ○ **I enjoyed it very much.**
  enjoy は目的語が必要。enjoy myself も可。
- ☐ ✕ ~~I was very exciting.~~
  ○ **I was very excited.**
  exciting だと「私はわくわくさせる人だった」の意味になる。
- ☐ ✕ ~~背景説明に語数の半分を使う~~
  ○ **背景は1〜2文、転機と学びを厚く**
  語数の配分が構成点を左右する。
- ☐ ✕ ~~問いと関係の薄い経験を選ぶ~~
  ○ **問いの語(challenge / changed など)に直結する経験を選ぶ**
  「よく書ける話」より「問いに合う話」。

**答案見本(89語)**

問:Write about an experience that changed the way you think. ／ One experience that changed the way I think was a volunteer trip to a small island in my second year of junior high school. **At first,** I was nervous because I **had never been** away from my family. **However,** the local people welcomed us warmly and taught us how to fish. **To my surprise,** they used very little plastic in their daily lives. **Through this experience, I learned that small daily choices can protect nature**. **Since then,** I **have** always **carried** a reusable shopping bag and a water bottle. ／ 導入→最初の状態→転機→学び→今。出来事は過去形、それより前は過去完了、今の習慣は現在完了。

## ◆ 確認テスト

1. I _____ abroad before I went to Australia last year.
   a never go　b have never been　c am never　d had never been
2. Through this experience, I learned that teamwork _____ important.
   a had been　b is　c being　d will be
3. Since then, I _____ English every day.
   a study　b had studied　c have studied　d studied
4. The game was so _____ that I could not sleep.
   a exciting　b excite　c excitement　d excited
5. I _____ be shy, but now I enjoy talking with people.
   a used to　b was used to　c use to　d am used to
6. I was _____ when I fell down on the stage.
   a proud　b bored　c embarrassing　d embarrassed

## ◆ 書いたら採点してもらう 1

**英作文超絶採点くん(原田英語)**
無料
答案を貼るか撮るだけで一文ずつ添削・採点。経験談の時制のぶれのチェックに。
haradaeigo.com/eisakubun-saiten-ai/

## ◆ 解答

1 had never been 過去の時点より前は過去完了。
2 is 今も真実の内容は現在形でよい。
3 have studied Since then＋今まで続く行動は現在完了。
4 exciting わくわくさせる側(試合)は -ing。
5 used to 以前の状態(今は違う)は used to＋原形。
6 embarrassed 人前での失敗の恥ずかしさは embarrassed。