TED-Ed ふつう Amy Adkins 日本語字幕あり #夢 #睡眠 #脳科学

人はなぜ夢を見るのか、諸説を整理

Why do we dream? - Amy Adkins

「眠っている間、脳は何をしているのか」



5:38	918万	★★★★☆	6語
長さ	再生回数	入試に出そう度	キーワード

動画はここから
スマホで読み取ると、動画と音声つき単語のページが開きます。

日付 クラス・番号 名前

どんな話？
紀元前3千年紀、メソポタミアの王たちは自分の夢を書き留めて解釈していました。それから何千年たっても、人がなぜ夢を見るのかは決着していません。有力な7つの説を一気に見比べられます。

1 観る前に考えよう WARM-UP

5分

Q1 What was the last dream you remember?
最近覚えている夢は何ですか？

Q2 Why do you think we dream?
なぜ人は夢を見ると思いますか？

Q3 Guess: What will the speaker want to tell us?
タイトルと写真から予想：話し手がいちばん伝えたいことは？（日本語OK）

2 キーワードを予習しよう KEY WORDS

5分

#	英語	知ってる度	観る前：意味を予想	観たあと：正しい意味
1	dream	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	theory	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	memory	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	emotion	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	brain	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
6	asleep	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
寝る前に観ると、その夜の夢が気になって楽しくなります。翌朝、夢を思い出してみるのもおすすめです。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

3 3回観よう（視聴ログ） WATCH LOG

5:38 × 3

ROUND 1	1回目は日本語字幕で観て、7つの説をつかむ	☐ 観た	字幕：なし・英・日　0　25　50　75　100%
ROUND 2	2回目は英語字幕で、仮説を述べる表現を3〜5個メモ	☐ 観た	字幕：なし・英・日　0　25　50　75　100%
ROUND 3	3回目は説を紹介する部分を30秒、声に出してまねる	☐ 観た	字幕：なし・英・日　0　25　50　75　100%

4 話の流れマップ STORY MAP

1回目のあと

それぞれの部分で、話し手が何を言ったか・何を見せたかを、日本語でメモしよう（キーワードだけでOK）。

1 HOOK つかみ	
2 QUESTION 問題・問い	
3 IDEA アイデア・主張	
4 EXAMPLE 具体例・根拠	
5 MESSAGE まとめ・呼びかけ	

5 聞き取れた英語メモ PHRASE CATCHER

2回目

#	聞き取れた英語（単語・フレーズ）	意味	何分ごろ
1			
2			
3			
4			
5			

聞きどころ

・So / But / Now / Here's the thing など、話の切れ目のことばに注目すると流れがつかめます。
・くり返されるキーワードは、そのトークの主題。聞こえたら何分ごろかメモしよう。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

6 観たあとに答えよう AFTER YOU WATCH

10分

Q1 Which explanation for dreaming did you find most convincing?
どの説がいちばん説得力があると感じましたか？

Q2 How is sleep related to memory?
睡眠と記憶はどう関係していますか？

7 要点を3つにまとめよう 3 KEY POINTS

5分

1

2

3

8 英語で意見を書こう WRITE YOUR OPINION

目標 40〜60語

Q What is the most important idea in this talk? Do you agree with it? Why?
このトークでいちばん大切な考えは何？ あなたは賛成？ その理由は？

P **結論・意見** I think (that) ... In my opinion, ...	
R **理由** This is because ... The main reason is ...	
E **例・体験** For example, ... In the talk, the speaker ...	
P **もう一度結論** That is why ... So, I believe ...	

使ったキーワード _____ 語数 _____ 語

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

9 単語チェック VOCABULARY CHECK

12点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **dream**
2 **theory**
3 **memory**
4 **emotion**
5 **brain**
6 **asleep**

□ a 眠っている
□ b 感情
□ c 説
□ d 脳
□ e 記憶
□ f 夢

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

眠っている a＿＿＿＿＿
脳 b＿＿＿＿
感情 e＿＿＿＿＿＿
記憶 m＿＿＿＿＿
夢 d＿＿＿＿
説 t＿＿＿＿＿

10 テーマ単語で入試へ：脳・心理・行動 EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「脳・心理・行動」テーマとつながっています。下の語から選んで入れよう（形を変えてもOK）。

WORD BANK **perception** **procrastinate** **consolidate** **bias** **stimulus** **neuron**

1 Many students _____ until the night before the test.
多くの生徒が、テストの前の晩まで勉強を先延ばしにします。

2 Everyone has a _____, even if they do not notice it.
気づいていなくても、誰にでも偏りはあります。

3 Sleep helps the brain _____ new memories.
睡眠は、脳が新しい記憶を定着させるのを助けます。

4 A loud sound is a strong _____ for the brain.
大きな音は、脳にとって強い刺激です。

5 Our _____ of time changes when we are bored.
退屈しているとき、時間の感じ方は変わります。

6 Each _____ sends signals to many others.
一つひとつのニューロンが、多くの別のニューロンに信号を送ります。

11 1分リテル RETELL

話す

トークの内容を1分で人に説明しよう（日本語→英語の順でもOK）。使えたキーワードに✓。

☐ **dream** ☐ **theory** ☐ **memory** ☐ **emotion** ☐ **brain** ☐ **asleep**

1回目 ＿＿＿秒 2回目 ＿＿＿秒 3回目 ＿＿＿秒

12 シャドーイング SHADOWING

3日間

気に入った30秒を選んで、3日続けよう。

☐☐☐ 1. 音声を流しながら、英語字幕を目で追って口パクでなぞる（オーバーラッピング）
☐☐☐ 2. 字幕を見ずに、少し遅れて声に出してまねる（シャドーイング）
☐☐☐ 3. スマホで録音して聞き比べ、言えなかった語に印をつける

13 ふりかえり SELF-CHECK

タイトルと話し手を、人に説明できる	◎ ○ △
キーワード6語の意味が言える	◎ ○ △
話の流れを3つ以上に分けて説明できる	◎ ○ △
観たあとの問いに、英語で答えられた	◎ ○ △
英語で意見を40〜60語書けた	◎ ○ △

このトークで心に残ったひとこと・次に観たいトーク

次のおすすめ：「次の感染爆発に、世界は備えているか」「先延ばし魔の頭の中をのぞいてみた」「話す言葉が変わると、世界の見え方も変わる？」→ haradaeigo.com/tedhacks/talks/

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

2・9 キーワードの意味

1. **dream** 夢
2. **theory** 説
3. **memory** 記憶
4. **emotion** 感情
5. **brain** 脳
6. **asleep** 眠っている

9A マッチング

1-f 2-c 3-e 4-b 5-d 6-a

9B スペル

asleep / brain / emotion / memory / dream / theory

10 テーマ単語(脳・心理・行動)

1. **procrastinate**
2. **bias**
3. **consolidate**
4. **stimulus**
5. **perception**
6. **neuron**

7 要点の例

1. **答えのない面白さ**:「まだ分かっていない」ことを堂々と扱う話です。諸説を並べて比べるので、自分ならどれが納得できるか、考えたくなります。
2. **仮説を述べる英語**:「〜と考えられている」「一説では」など、断定しない書き方が学べます。科学英語では欠かせない、大事な表現ばかりです。
3. **睡眠と脳の話題**:睡眠や記憶は、英語長文でも人気のテーマです。脳や睡眠に関する語彙を、実際の話題の中で身につけることができます。

観終わると身につくこと

「分からない」を前向きに受け止める視点が持てます。仮説を控えめに述べる英語の言い回しも、自分の文章で使えるようになります。

このトークで伸びる力

「仮説」「証拠」「〜と考えられている」といった、科学的な書き方が学べます。睡眠と記憶は英語長文で人気のテーマで、脳の語彙も一気に増えます。説を比べる表現も身につきます。

授業プラン(50分)

0〜5分	導入	ワークシート①の問いをペアで話す(日本語OK)
5〜10分	単語	キーワード予習。知ってる度チェック→意味の予想
10〜16分	1回目	日本語字幕で全体を観る。②の話の流れマップを書く
16〜21分	確認	ペアで話の流れを説明し合う。聞き取れた英語をシェア
21〜27分	2回目	英語字幕で。聞き取れた英語メモを増やす
27〜46分	書く	③観たあとの問い＋英語で意見(PREP)
46〜50分	共有	2〜3人が発表。④の自己評価

こんな人に

- 夢や脳の不思議に興味がある人
- 仮説を述べる英語を身につけたい人
- 睡眠の話題の長文を読みたい人

採点のめやす(英作文 8)

内容(問いに答えている)3点／理由と例 3点／英語の正確さ 2点。キーワードを使えたら＋1点のボーナス。

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。