TED-Ed やさしい Matt Cutts 日本語字幕あり #習慣 #挑戦 #自己成長

30日間、新しいことに挑戦してみよう

Try something new for 30 days - Matt Cutts

「30日なら、きっと続けられる」



3:28	258万	★★☆☆☆	5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？

ずっとやりたいと思っていたのに、まだ手をつけていないことはありませんか。Googleの初期の社員として知られる話し手は、そんな人に「30日間だけやってみよう」と提案します。自分自身の挑戦を例に、小さな習慣が毎日の過ごし方や自信にどんな変化をもたらしたのかを、軽やかに語る短いトークです。目標を立てて達成するための気楽な考え方が分かり、観終わったらすぐに何か始めたくなります。

1 観る前に考えよう WARM-UP

5分

Q1 What new thing would you like to try?
どんな新しいことに挑戦してみたいですか？

Q2 Why is it hard to keep a new habit?
新しい習慣を続けるのはなぜ難しいのでしょう？

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	challenge	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	habit	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	confidence	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	stick with	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	memorable	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
1回目は日本語字幕で、話し手の挑戦を書き出す

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

3:28 × 3

ROUND 1 1回目は日本語字幕で、話し手の挑戦を書き出す

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目は英語字幕で、提案や決意の表現を3〜5個メモする

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 3回目は最後の呼びかけ30秒を、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

・1回目は日本語字幕でOK。分かる単語を3つ拾えたら合格です。
・数字・人名・何度もくり返される単語に注目しよう。そこが話の柱です。

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。

6 観たあとに答えよう AFTER YOU WATCH

10分

Q1 What will you try for the next 30 days?
これからの30日間で何に挑戦しますか？

Q2 Why does 30 days work well for a challenge?
挑戦に30日がちょうど良いのはなぜですか？

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 20〜30語

Q What did you learn from this talk? Write two or three sentences.
このトークから何を学びましたか？ 2〜3文で書こう。

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

10点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **challenge**
2 **habit**
3 **confidence**
4 **stick with**
5 **memorable**

[ ] a 習慣
[ ] b 挑戦
[ ] c やり続ける
[ ] d 記憶に残る
[ ] e 自信

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

挑戦 c_____
やり続ける s_____ _____
記憶に残る m_____
習慣 h_____
自信 c_____

10 テーマ単語で入試へ：教育・学習・子ども EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「教育・学習・子ども」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: **discipline** **engage** **gifted** **achievement** **comprehension** **feedback**

1 Reading _____ improves with regular practice.
読解力は、継続的な練習で伸びます。

2 Clear _____ helps students see how to improve.
分かりやすいフィードバックがあると、生徒はどうすれば上達できるかが見えてきます。

3 _____ children may need special support at school.
才能に恵まれた子どもには、学校で特別な支援が必要なこともあります。

4 Hands-on activities _____ students more than lectures.
体験型の活動は、講義よりも生徒を引きつけます。

5 Sleep and diet can affect academic _____.
睡眠や食事は、学業の成果に影響を与えることがあります。

6 Studying every day takes _____.
毎日勉強するには、自制心が必要です。

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✓。

☐ **challenge** ☐ **habit** ☐ **confidence** ☐ **stick with** ☐ **memorable**

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5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20〜30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：「学校は、創造性を殺しているのか？」「批判的思考力を高める5つのコツ」「先延ばし魔の頭の中をのぞいてみた」 → 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. **challenge** 挑戦
2. **habit** 習慣
3. **confidence** 自信
4. **stick with** やり続ける
5. **memorable** 記憶に残る

9A マッチング

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

9B スペル

challenge / habit / stick with / confidence / memorable

10 テーマ単語(教育・学習・子ども)

1. **comprehension**
2. **feedback**
3. **Gifted**
4. **engage**
5. **achievement**
6. **discipline**

7 内容の手がかり

ずっとやりたいと思っていたのに、まだ手をつけていないことはありませんか。Googleの初期の社員として知られる話し手は、そんな人に「30日間だけやってみよう」と提案します。自分自身の挑戦を例に、小さな習慣が毎日の過ごし方や自信にどんな変化をもたらしたのかを、軽やかに語る短いトークです。目標を立てて達成するための気楽な考え方が分かり、観終わったらすぐに何か始めたくなります。

このトークで伸びる力

話し手のゆっくり明瞭な英語は、初級者のリスニングにぴったりです。体験→気づき→提案という構成は、英語スピーチや自己表現の作文の手本としてそのまま使えます。

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
10〜14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
14〜19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
19〜23分	2回目	英語字幕で。聞き取れた英語メモを増やす
23〜46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

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。