TED ふつう Brittany Packnett Cunningham 日本語字幕あり #自信 #励まし #社会

自信の育て方と、まわりへの広げ方

How to build your confidence -- and spark it in others | Brittany Packnett Cunningham

「自信は生まれつきではなく、育てるもの」



13:31	215万	★★☆☆☆	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？
自信は生まれつきの性格だと思っていませんか。この講演は、自信は育てられるものであり、周りの人にも分けられると語りかけます。

1 観る前に考えよう WARM-UP

5分

Q1 What does it mean to feel confident?
自信があるとはどういうことだろう？

Q2 Can confidence be learned?
自信は身につけられるものだろうか？

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	confidence	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	encourage	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	support	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	self-doubt	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	community	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
自分に当てはまる部分を探しながら聴くのがコツです。共感した箇所は、あとでメモに残しましょう。

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。

3 3回観よう（視聴ログ） WATCH LOG

13:31 × 3

ROUND 1 1回目：日本語字幕で自信を育てる方法を理解する

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目：英語字幕に切り替え、気になる表現を3〜5個メモ

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 3回目：印象に残った30秒を、声に出してシャドーイング

☐ 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 When do you feel confident?
あなたはどんな時に自信を感じますか？

Q2 How can we help other people feel confident?
他の人が自信を持てるよう、私たちはどう助けられますか？

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

10点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **confidence**
2 **encourage**
3 **support**
4 **self-doubt**
5 **community**

□ a 地域社会
□ b 支える
□ c 励ます
□ d 自信
□ e 自己不信

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

支える s＿＿＿＿＿
地域社会 c＿＿＿＿＿＿＿＿
自信 c＿＿＿＿＿＿＿＿＿
励ます e＿＿＿＿＿＿＿＿
自己不信 s＿＿＿-＿＿＿＿

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 **comprehension** **enroll** **compulsory** **curriculum** **assess** **curiosity**

1 Good teachers keep children's _____ alive.
良い教師は、子どもの好奇心を絶やしません。

2 Teachers _____ students in many different ways.
教師は、さまざまな方法で生徒を評価します。

3 She _____ in an evening class to learn English.
彼女は英語を学ぶために夜間の講座に登録しました。

4 The school changed its _____ to include coding.
その学校は、プログラミングを取り入れるようカリキュラムを変えました。

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

6 Education is _____ for children up to a certain age.
子どもは一定の年齢まで、教育を受けることが義務づけられています。

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✓。

☐ **confidence** ☐ **encourage** ☐ **support** ☐ **self-doubt** ☐ **community**

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：「学校は、創造性を殺しているのか？」「たった1つの物語が、偏見をつくる」「批判的思考力を高める5つのコツ」 → 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. **confidence** 自信
2. **encourage** 励ます
3. **support** 支える
4. **self-doubt** 自己不信
5. **community** 地域社会

9A マッチング

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

9B スペル

support / encourage / community / self-doubt / confidence

10 テーマ単語(教育・学習・子ども)

1. **curiosity**
2. **assess**
3. **enrolled**
4. **curriculum**
5. **comprehension**
6. **compulsory**

7 要点の例

1. **自信を育てる発想**:自信を「あるかないか」ではなく、「育てるもの」として捉え直し、そのための3つの方法が示されます。自分に足りないと感じる人ほど、新しい見方が得られます。
2. **人を励ます英語**:confidence や encourage など、誰かを励ます場面で役立つ語が学べます。抑揚のある語り口も、聴き取りの練習になります。
3. **部活・職場での応用**:自分だけでなく、周りの人の自信も育てるという視点が新鮮です。後輩指導やチームづくりにも使えるヒントが見つかります。

観終わると身につくこと

観終わると、自信は少しずつ育てていけるという実感が持てます。人を励ます英語表現を知り、友人や仲間に声をかける場面でも使えるようになります。

このトークで伸びる力

confidence, encourage, support など、人を励ます場面で使う語彙が学べます。スピーチ調の力強いリズムで、抑揚を意識した聞き取りの練習になります。

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
10〜24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
24〜29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
29〜37分	2回目	英語字幕で。聞き取れた英語メモを増やす
37〜46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

- 自分に自信が持てない人
- 後輩や部下を励ましたい人
- スピーチ調の英語に慣れたい人

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。