



英語感覚積み立て100時間チャレンジ!

1マス10分です。自分へのご褒美も忘れず設定してくださいね☆

開始日 年 月 日 ()

↓英語時間積み立てチェック表↓

7/1 多読 7/1 文法 7/2 DVD 7/3 発音練習

記入例

1マス10分になっています。
英語に触れていた時間に好きな色を塗ってもよし、
矢印でつぶすもよし、
日付や、その時間にナニをしたか…を記入するのも
良い目安になると思います。
楽しく工夫してつかってみてください。

決めたことをやりとげた自分に、
ご褒美をするのもお忘れなく!

10時間達成するごとに、次の
達成予定日と達成日を設定すると、
自分のペースを掴みやすいかも

	達成ご褒美案と達成予定日/達成日
5	祝! 10時間達成! 達成予定日 7/5 達成日 7/6
10	TOPSのチョコレートケーキを食べる
15	祝! 20時間達成! 達成予定日 達成日
20	映画を見に行く
25	祝! 30時間達成! 達成予定日 達成日
30	スーパー銭湯に行く
35	祝! 40時間達成! 達成予定日 達成日
40	
45	祝! 50時間達成! 達成予定日 達成日
50	
55	祝! 60時間達成! 達成予定日 達成日
60	
65	祝! 70時間達成! 達成予定日 達成日
70	
75	祝! 80時間達成! 達成予定日 達成日
80	
85	祝! 90時間達成! 達成予定日 達成日
90	
95	祝! 100時間達成! 達成予定日 達成日
100	

Note:

- :スピーキング練習をした時間
- :文法を見直した時間
- :リスニング練習をした時間
- :英文を読んだ時間
- :英文を書いた時間

100時間達成のために英語に触れるためのアイデアメモ

リスニング練習: DVD、動画サイト、Pod Cast、ラジオ、テレビ
スピーキング: インターネット、音読、俳優の真似、独り言
リーディング: 多読、精読、英語ブログ
ライティング: 英語日記、英語ブログコメント
文法: 無料サイト利用、ごく基本的な参考書

英語に触れるアイデアだとか、
進捗状況を言葉にしてみるとか、
新しく学んだことのメモ、嬉しかったこと困ったこと、
日記、単なる雑談だけ、なんでも OK 記入欄

Uroco 2008-2009 all rights reserved

オンラインで楽しく英会話上達・オンタノ <http://easykaiwa.seesaa.net/>





英語感覚積み立て100時間チャレンジ!

1マス10分です。自分へのご褒美も忘れず設定してくださいね☆

開始日 年 月 日 ()

↓英語時間積み立てチェック表↓

↓英語時間積み立てチェック表↓										達成ご褒美案と達成予定日/達成日	
<input type="checkbox"/>	5	祝! 10時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	10										
<input type="checkbox"/>	15	祝! 20時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	20										
<input type="checkbox"/>	25	祝! 30時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	30										
<input type="checkbox"/>	35	祝! 40時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	40										
<input type="checkbox"/>	45	祝! 50時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	50										
<input type="checkbox"/>	55	祝! 60時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	60										
<input type="checkbox"/>	65	祝! 70時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	70										
<input type="checkbox"/>	75	祝! 80時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	80										
<input type="checkbox"/>	85	祝! 90時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	90										
<input type="checkbox"/>	95	祝! 100時間達成! 達成予定日 達成日									
<input type="checkbox"/>	100										

Note:

