



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、単なる雑たけび、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↓

| | | | | | | | | | | 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 達成日 |
| | | | | | | | | | | 10 | |
| | | | | | | | | | | 15 | 祝! 20時間達成! 達成予定日 達成日 |
| | | | | | | | | | | 20 | |
| | | | | | | | | | | 25 | 祝! 30時間達成! 達成予定日 達成日 |
| | | | | | | | | | | 30 | |
| | | | | | | | | | | 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:

