



リスニングで**CEFR B1**に 到達するための学習戦略

—— TOEFL Junior[®]を事例に ——

国際バカロレア・ディプロマプログラム
世界必須科目『知の理論』Principal Examiner
Lead Educator for Language Learning

熊谷 優一

はじめに	p.1
2. リスニングの問題タイプ	p.1
3. リスニングスコアを上げるための学習戦略	p.3
4. おすすめの教材	p.4
5. 最後に	p.5

1. はじめに

各種英語試験において、文法やリーディングに比べて、リスニングのスコアが上がらないという声を多く聞きます。本レポートでは、TOEFL Junior®を例に、リスニングのスコアをCEFR B1レベルに到達させるための学習戦略について、学習者個々人が自分のペースでリスニングスキルを向上させることを可能にするトレーニング方法を紹介します。

2. リスニングの問題タイプ

まずはTOEFL Junior®ではどんな問題がリスニングで出題されるのか簡単に理解しましょう。TOEFL Junior®のリスニングテストは以下の3パートで構成されています。

- ①Part 1：20～30秒程度の話を聞いて、質問に答える問題。
- ②Part 2：会話を聞いて、質問に答える問題。1つの会話に質問は4つです。
- ③Part 3：授業内容を聞いて、質問に答える問題。それぞれ4つの質問に答えます。

この中でスコアが上がりづらいのは、Part 3です。アカデミック(学術的)な内容が出題されるからです。自然科学(理科系)、人間科学(社会系)などの知識を持っていないと英語が聞き取れても、内容が理解できなかったということはありませんでしたか?英語以外の教科の知識も必要ですから、他教科の勉強もやっぱり必要です。

つぎに、どんな質問に答えるのかを見ていきたいと思います。質問のタイプは大きく分けると、以下の4つです。

- ①話の目的に関する質問
- ②話の詳細な内容に関する質問
- ③話の内容から推測される情報や言動に関する問題
- ④話の主題に関する問題

それぞれ、こんな質問が出題されます。スコアを上げるために、何が聞かれるのかを理解しておくことはとても大切なので、ここで問題タイプ別によく聞かれる質問の一例をあげてこうと思います。

①話の目的に関する質問

- What is the purpose of the talk?

②話の詳細な内容に関する質問

- Why does the boy mention to the event?

③話の内容から推測される情報や言動に関する問題

- What will the students probably do next?

④話の主題に関する問題

- What is the teacher mainly talking about?

以上は一例ではありますが、質問の傾向を掴んでおくことで、聞く内容のどこに注意を傾ければいいのかを理解できるようになるはずです。

<コラム①>

「リスニングの問題はメモを取りながら聞け!」をよく言われますが、聞いた内容すべてに同じだけの注意を払って、一字一句メモをとることはできません。ではどうすればいいか。設問を予め読んで、聞く内容を絞り込むのです。TOEFL Junior®だけでなく、すべての英語のリスニング問題では、聞く内容すべてを理解することは求められません。質問に対して、4つの選択肢の中から聞いた内容に合っているものを選択することで理解度が評価されます。したがって、質問と選択肢に焦点を当てて問題を聞く習慣をつけてみてください。

3. リスニングスコアを上げるための学習戦略

ここではリスニングスコアをCEFR B1レベルに到達させることを目標に、どのような基礎トレーニングをすればいいのかを紹介します。

しかしながら、ことわっておかなければなりません。それは、部活でも、何でもそうだと思いますが、結果を出そうと思ったら、地道な基礎トレーニングが必要だということです。英語も同じです。パフォーマンスを向上させるために、週に3回程度でいいので、継続してリスニングのトレーニングをしてみてください。取り組むリスニングテキストの長さにもよりますが、1日15分を目安に始めるとよいでしょう。

では、自宅や通学途中でできるリスニングスキルを向上させるための基本的なトレーニング方法について、難易度や精神的な圧迫感が小さい順に紹介します。リスニングが苦手、いやそもそも英語が嫌いという人は、まずは①だけでも取り組んでみてください。それができたら、②、そして③と取り組む内容の幅を広げるといいでしょう。まずははじめの一步を踏み出すことが大切です。①だけでも何もしないよりは、成果を感じることができるでしょう。

- ①パラレル・リーディング……テキストを見ながら、聞く内容と同時に音読する。
- ②シャドーイング……テキストを見ずに、聞いた内容を即時に声に出す。
- ③ディクテーション……聞いた内容を書き取る。

それぞれのトレーニングについて簡単に解説します。①と②はそれを音読する、③はそれを筆記することに異なりがありますが、すべて音声を聞くことでリスニングスキルの向上を目指します。

①のパラレル・リーディングは教科書の既習の内容でもいいですし、一度解いたリスニング問題のでもいいです。スピート、トーン、アクセントなど、自分の声と聞く音声とをシンクロさせるように心がけて読んでみてください。これで英語の音声の速度に耳がついていけるようになります。テキストあたり、2～3回で取り組みれば十分です。

②のシャドーイングは①に比べると難易度が上がります。何も見ずに、聞いた音声をすぐに音読します。聞き取れないところや言い切れないところもあるかもしれませんが、そういうところは気にせず飛ばして、ついていけるところから再開してください。最初は、短めの会話から始めてみるといいでしょう。これも2～3回を目安に取り組みましょう。

③のディクテーションの難易度は高めです。①、②で十分に耳をウォームアップした後に、同じ素材を用いて、聞いた内容を書き取るといいでしょう。短い文章であれば、2～3回聞けば8割の内容は書き取れると思います。完璧に書き取ることを目指す必要はありません。テキストあたり、聞くのは3回までにしましょう。限度を決めて取り組むことで継続して取り組めるようになります。ただ、書き取れなかった部分や単語は必ず振り返りましょう。テキストを再確認し、①、②にもう一度戻ってみると最初よりも随分簡単に音声が入り、スムーズに音読できる様になっているはずです。

4. おすすめの教材

ここでは、3で紹介したトレーニング方法を実践するにあたって、いくつかお薦めの教材を紹介します。残念ながら、現段階で開発中ではありますが、みなさんが練習できるようなTOEFL Junior®の問題集は十分に出版されていません。そこで、今回は代替可能なリスニングトレーニングとして有効な、私がこれまで生徒に薦めてきた教材を紹介しようと思います。

①語彙力も合わせてつきたい君には『Duo 3.0(アイシーピー)』

硬軟合わせた例文で、暗誦するのが楽しくなります。1文ずつ提示されているので取り組みやすく、単語と熟語を同時にマスターすることができます。別売りでCDがあります。それを聞きながら、パラレル・リーディングやシャドーイングしたり、ディクテーションしたりすることで、語彙力も合わせて向上させることができます。

活用方法としては、全45 Sectionに分かれているので、1日1 Sectionから始めてみてください。調子が出てきたら、Section数を増やしたり、週末に1冊分終わらせたりと、緩急つけてもいいかもしれません。

②とにかくリスニングスコアを上げたい君には『メガ模試 TOEIC TEST リスニング 1200 (スリーエーネットワーク)』

この問題集はTOEIC®の問題集なので、必ずしもTOEFL Junior®と同様の問題が出題されているわけではありませんが、リスニングのスピードについていくためのトレーニングとしては非常に有効だと思います。Part1には手を付けず、Part 2、Part 3、Part 4の問題に取り組んでください。

まずは、Part 2だけ解いてみてください。その後、パラレル・リーディングやシャドーイングしたり、ディクテーションをしたりするだけでも、リスニングスキルは高まるはずですよ。それで慣れたら、Part 3を、さらに慣れたらPart 4に取り組んでみてください。一度に全部やろうとすると続かないものです。大切なことは、トレーニングを継続して、TOEFL Junior®のテストでリスニングをB1に到達させることです。また、他の科目の勉強もありますから、慣れてきてPart 3とPart 4は、ディクテーションまでする必要はありません。ディクテーションするのはPart 2だけでいいです。その代わりに、パラレル・リーディングやシャドーイングは時間配分心がけながら、抜粋でもいいので、取り組んでみてください。

ここで紹介したのは、あくまでも私が効果的だと思っている教材ですが、みなさんが持っている教材でもいいですし、例えばインターネットの音声や動画には字幕もついている素材も多いので、それらを活用して、①～③のトレーニングをすることもできます。ちなみに、私が高校生だった頃は、『CNN English』という雑誌でトレーニングしていました。

<コラム②>

プラスαを求める皆さんには、トレーニングするときの音声ファイルのスピードを1.2倍速で聞くなど、負荷をかけることをおすすめします。これは、例えば野球や剣道などのスポーツで、素振りに重いバットや竹刀を用いるのと同じ感じですが。スピード感に慣れれば、実際のテストではゆっくり聞こえるようになり、より余裕を持ってリスニング問題に取り組めるようになります。

5. 最後に

リスニング問題を解くときに、知らない単語が出てきたり、聞き逃してしまった部分があったりして、動揺してその後が耳に入らなくなったという経験はありませんか？不安は成功を妨げる最も大きな要因です。これまで述べてきたように、私たちはすべてのことを聞き取り、理解することはできません。その都度、不安になって問題を解けなくなるのではなく、聞き逃したところ、知らない単語はそのまま聞き流して、その他の部分で手がかりをつかみ、問題を解くマインドを培ってください。

そのマインドはどれだけトレーニングしたかによって培われます。ですから、日々のトレーニングと問題演習を通して、どんどん不安に強い、英語学習者を目指してください。みなさんの回りには、それを克服して学び続けている先生たちがいます。心折れそうなときは、そんな先生たちがどのような戦略を立てて、目標を達成することができたのか助言を求めてください。きっと、皆さんの最大の理解者になってくれるはずです。

TOEFL Junior®は合格、不合格という結果ではなく、自身の英語力が今、どのあたりにいるのか、その到達度を測ります。みなさんの目標次第でその学習戦略は異なりますが、現在CEFR B1レベルを目指す学習者の皆さんには、将来的にB2、またC1レベル目指す上で必要だと思われるトレーニングを紹介しました。

皆さんの英語学習の参考になれば幸いです。

