

## 英語学習の準備体操

英語学習はスポーツのトレーニングに似ています。

英語が好きな人も、苦手だったり、嫌いな人も「英語はスポーツ」  
なんだという気持ちで英語に取り組んでみてください。

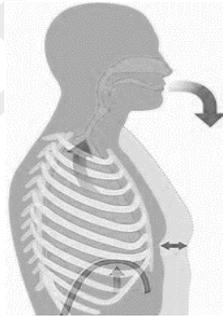
ただ、スポーツも、もし根性で練習しなければならないときは苦痛ですが、「好きだから楽しい」というスポーツなら、気持ちもう  
キウキして、胸躍る気持ちで練習できると思います。

身体を使って毎日楽しんでいるうちに発音力身につくわけ  
です。ただ、スポーツでもそうですが、いきなりやるとついケガをし  
てしまいます。そのために、準備体操をしますね。

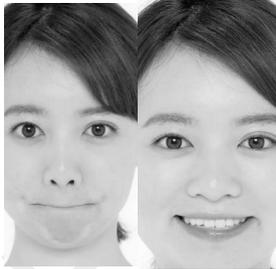
英語もそうです。英語を好きなものにするためには、「英語＝ス  
ポーツ＝楽しい・さわやか」とよいイメージ作りをしながら体を  
動かしましょう。

## 発声のための基礎トレーニング

1. お腹からスーッと思い切って息を出す。



2. 口を縦・横・斜めに大きく動かす。口を開けたり閉めたり尖らせたりする。



[m]

[n]



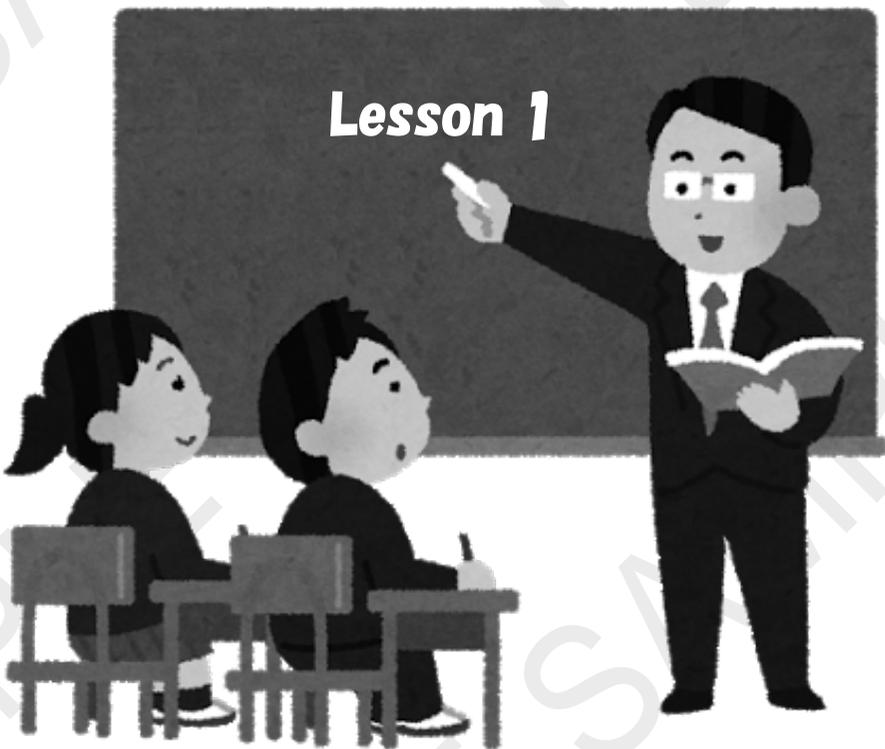
[u:]

[w]

3. 喉の奥のほうまでしっかり使う



この発音だけは なにがなんでも  
マスターしよう！



01.mp3



[æ]

- ◆ 口をぐっと横へ引いてニッコリ
- ◆ あごに力を入れて、口の格好が写真のように横に長方形を作るイメージ
- ◆ 「エ」から「ア」へゆっくりスライドさせるように

[口作り]

apple     cāt     māp

注意: apple vs. 「アップル」

[æ]





01-1.mp3

### 1. シングル・トレーニング

apricot bad bank sad can't



01-2.mp3

### 2. トリプルアップ・トレーニング

bad bad and bad

\*この and は 軽く「アン」と発音。

sad sad and sad

can't can't and can't



01-3.mp3

### 3. 口作りトレーニング

That's a bad apricot.

I feel very sad.

I can't do this.

