

分野		単語		Reading		Listening		Writing	
参考書名									
英検まで	目安量(時間)【やり方】	200個/日(1時間) 【やり方】 朝: 範囲の単語をテスト、間違えたら10回復唱しながらノートに書く。 昼: 歯磨き中に単語と例文を熟読 夜: 範囲の単語をテスト		1回/2週(2時間) 【やり方】 ①時間制限を設けず、段落ごとに50時程度で要約をつけながら読む。 ②時間制限を設けて、段落ごとに50時程度で要約をつけながら読む。 ③時間制限無しで問題を解く。(頭の中で段落要約を忘れずに！) ④時間制限を設けて問題を解く。(頭の中で段落要約を忘れずに！)		1UNIT/1日(30分) 【やり方】 ①聞こえてきた内容を書き出す ②内容のある程度推測して、2回目を聞いて書き出す ③問題の要約 ④問題文を解く		1チャプター/2日(1時間) 【やり方】 ①別冊にある時事問題とキーワードを読む ②文章構成と文章作成を時間制限無しで行う ③模範解答を模写する。使える表現や単語をメモする。 ④添削をお願いする ⑤戻ってきた答案をもう一度見直して、2回目を書く	
90	3/4(月)	<input type="checkbox"/>	1-200	<input type="checkbox"/>	1回目	<input type="checkbox"/>	文化歴史1	<input type="checkbox"/>	UNIT1 社会
89	3/5(火)	<input type="checkbox"/>	1-200	<input type="checkbox"/>	弱点分野を分析	<input type="checkbox"/>	文化歴史2	<input type="checkbox"/>	
88	3/6(水)	<input type="checkbox"/>	1-200	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	文化歴史3	<input type="checkbox"/>	
87	3/7(木)	<input type="checkbox"/>	1-200	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	文化歴史4	<input type="checkbox"/>	
86	3/8(金)	<input type="checkbox"/>	1-200	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	文化歴史5	<input type="checkbox"/>	
85	3/9(土)	<input type="checkbox"/>	1-200	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	文化歴史6	<input type="checkbox"/>	
84	3/10(日)	<input type="checkbox"/>	1-200	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	文化歴史7	<input type="checkbox"/>	
83	3/11(月)	<input type="checkbox"/>	201-400	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	文化歴史8	<input type="checkbox"/>	
82	3/12(火)	<input type="checkbox"/>	201-400	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	文化歴史9	<input type="checkbox"/>	
81	3/13(水)	<input type="checkbox"/>	201-400	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	文化歴史10	<input type="checkbox"/>	
80	3/14(木)	<input type="checkbox"/>	201-400	<input type="checkbox"/>	大問2、3 時間制限なし	<input type="checkbox"/>	文化歴史11	<input type="checkbox"/>	UNIT2 教育
79	3/15(金)	<input type="checkbox"/>	201-400	<input type="checkbox"/>	大問2、3 時間制限あり	<input type="checkbox"/>	文化歴史12	<input type="checkbox"/>	
78	3/16(土)	<input type="checkbox"/>	201-400	<input type="checkbox"/>	1回目	<input type="checkbox"/>	文化歴史13	<input type="checkbox"/>	
77	3/17(日)	<input type="checkbox"/>	201-400	<input type="checkbox"/>	弱点分野を中心に復習	<input type="checkbox"/>	文化歴史14	<input type="checkbox"/>	
76	3/18(月)	<input type="checkbox"/>	401-600	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	文化歴史15	<input type="checkbox"/>	
75	3/19(火)	<input type="checkbox"/>	401-600	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	文化歴史16	<input type="checkbox"/>	

74	3/20(水)	<input type="checkbox"/>	401-600	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済1	<input type="checkbox"/>	UNIT3 サイエンス
73	3/21(木)	<input type="checkbox"/>	401-600	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済2	<input type="checkbox"/>	
72	3/22(金)	<input type="checkbox"/>	401-600	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済3	<input type="checkbox"/>	
71	3/23(土)	<input type="checkbox"/>	401-600	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済4	<input type="checkbox"/>	
70	3/24(日)	<input type="checkbox"/>	401-600	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	政治・経済5	<input type="checkbox"/>	UNIT4 国際
69	3/25(月)	<input type="checkbox"/>	601-800	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	政治・経済6	<input type="checkbox"/>	
68	3/26(火)	<input type="checkbox"/>	601-800	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	政治・経済7	<input type="checkbox"/>	
67	3/27(水)	<input type="checkbox"/>	601-800	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	政治・経済8	<input type="checkbox"/>	
66	3/28(木)	<input type="checkbox"/>	601-800	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	政治・経済9	<input type="checkbox"/>	
65	3/29(金)	<input type="checkbox"/>	601-800	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	政治・経済10	<input type="checkbox"/>	
64	3/30(土)	<input type="checkbox"/>	601-800	<input type="checkbox"/>	2回目	<input type="checkbox"/>	政治・経済11	<input type="checkbox"/>	UNIT5 環境
63	3/31(日)	<input type="checkbox"/>	601-800	<input type="checkbox"/>	間違えたところを中心に復習	<input type="checkbox"/>	政治・経済12	<input type="checkbox"/>	
62	4/1(月)	<input type="checkbox"/>	801-1000	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済13	<input type="checkbox"/>	
61	4/2(火)	<input type="checkbox"/>	801-1000	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済14	<input type="checkbox"/>	
60	4/3(水)	<input type="checkbox"/>	801-1000	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済15	<input type="checkbox"/>	UNIT6 医療
59	4/4(木)	<input type="checkbox"/>	801-1000	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	政治・経済16	<input type="checkbox"/>	
58	4/5(金)	<input type="checkbox"/>	801-1000	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー1	<input type="checkbox"/>	
57	4/6(土)	<input type="checkbox"/>	801-1000	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー2	<input type="checkbox"/>	
56	4/7(日)	<input type="checkbox"/>	801-1000	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー3	<input type="checkbox"/>	
55	4/8(月)	<input type="checkbox"/>	1001-1200	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー4	<input type="checkbox"/>	
54	4/9(火)	<input type="checkbox"/>	1001-1200	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー5	<input type="checkbox"/>	UNIT7 国際
53	4/10(水)	<input type="checkbox"/>	1001-1200	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー6	<input type="checkbox"/>	
52	4/11(木)	<input type="checkbox"/>	1001-1200	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー7	<input type="checkbox"/>	
51	4/12(金)	<input type="checkbox"/>	1001-1200	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー8	<input type="checkbox"/>	
50	4/13(土)	<input type="checkbox"/>	1001-1200	<input type="checkbox"/>	3回目	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー9	<input type="checkbox"/>	
49	4/14(日)	<input type="checkbox"/>	1001-1200	<input type="checkbox"/>	間違えたところの復習と作戦会議	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー10	<input type="checkbox"/>	
48	4/15(月)	<input type="checkbox"/>	1201-1400	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー11	<input type="checkbox"/>	UNIT8 政治
47	4/16(火)	<input type="checkbox"/>	1201-1400	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー12	<input type="checkbox"/>	
46	4/17(水)	<input type="checkbox"/>	1201-1400	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー13	<input type="checkbox"/>	
45	4/18(木)	<input type="checkbox"/>	1201-1400	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー14	<input type="checkbox"/>	
44	4/19(金)	<input type="checkbox"/>	1201-1400	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー15	<input type="checkbox"/>	
43	4/20(土)	<input type="checkbox"/>	1201-1400	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限なし)	<input type="checkbox"/>	医学・テクノロジー16	<input type="checkbox"/>	
42	4/21(日)	<input type="checkbox"/>	1201-1400	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	自然環境1	<input type="checkbox"/>	UNIT9 ビジネス
41	4/22(月)	<input type="checkbox"/>	1401-1600	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	自然環境2	<input type="checkbox"/>	
40	4/23(火)	<input type="checkbox"/>	1401-1600	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	自然環境3	<input type="checkbox"/>	
39	4/24(水)	<input type="checkbox"/>	1401-1600	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	自然環境4	<input type="checkbox"/>	
38	4/25(木)	<input type="checkbox"/>	1401-1600	<input type="checkbox"/>	大問2 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	自然環境5	<input type="checkbox"/>	
37	4/26(金)	<input type="checkbox"/>	1401-1600	<input type="checkbox"/>	大問3 段落要約(時間制限あり)	<input type="checkbox"/>	自然環境6	<input type="checkbox"/>	
36	4/27(土)	<input type="checkbox"/>	1401-1600	<input type="checkbox"/>	大問2、3 時間制限なし	<input type="checkbox"/>	自然環境7	<input type="checkbox"/>	

35	4/28(日)	<input type="checkbox"/>	1401-1600	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限なし	<input type="checkbox"/>	自然環境8	<input type="checkbox"/>	UNIT10 環境
34	4/29(月)	<input type="checkbox"/>	1601-1800	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限なし	<input type="checkbox"/>	自然環境9	<input type="checkbox"/>	
33	4/30(火)	<input type="checkbox"/>	1601-1800	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	自然環境10	<input type="checkbox"/>	
32	5/1(水)	<input type="checkbox"/>	1601-1800	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	自然環境11	<input type="checkbox"/>	
31	5/2(木)	<input type="checkbox"/>	1601-1800	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	自然環境12	<input type="checkbox"/>	
30	5/3(金)	<input type="checkbox"/>	1601-1800	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	自然環境13	<input type="checkbox"/>	
29	5/4(土)	<input type="checkbox"/>	1601-1800	<input type="checkbox"/>	4回目	<input type="checkbox"/>	自然環境14	<input type="checkbox"/>	
28	5/5(日)	<input type="checkbox"/>	1601-1800	<input type="checkbox"/>	弱点分野を中心に復習	<input type="checkbox"/>	自然環境15	<input type="checkbox"/>	
27	5/6(月)	<input type="checkbox"/>	1801-2000	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限なし	<input type="checkbox"/>	自然環境16	<input type="checkbox"/>	
26	5/7(火)	<input type="checkbox"/>	1801-2000	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限なし	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会1	<input type="checkbox"/>	
25	5/8(水)	<input type="checkbox"/>	1801-2000	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限なし	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会2	<input type="checkbox"/>	
24	5/9(木)	<input type="checkbox"/>	1801-2000	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限なし	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会3	<input type="checkbox"/>	
23	5/10(金)	<input type="checkbox"/>	1801-2000	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会4	<input type="checkbox"/>	
22	5/11(土)	<input type="checkbox"/>	1801-2000	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会5	<input type="checkbox"/>	
21	5/12(日)	<input type="checkbox"/>	1801-2000	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会6	<input type="checkbox"/>	
20	5/13(月)	<input type="checkbox"/>	2001-2200	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会7	<input type="checkbox"/>	
19	5/14(火)	<input type="checkbox"/>	2001-2200	<input type="checkbox"/>	5回目	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会8	<input type="checkbox"/>	
18	5/15(水)	<input type="checkbox"/>	2001-2200	<input type="checkbox"/>	弱点分野を中心に復習	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会9	<input type="checkbox"/>	
17	5/16(木)	<input type="checkbox"/>	2001-2200	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会10	<input type="checkbox"/>	
16	5/17(金)	<input type="checkbox"/>	2001-2200	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会11	<input type="checkbox"/>	
15	5/18(土)	<input type="checkbox"/>	2001-2200	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会12	<input type="checkbox"/>	
14	5/19(日)	<input type="checkbox"/>	2001-2200	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会13	<input type="checkbox"/>	
13	5/20(月)	<input type="checkbox"/>	2201-2400	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会14	<input type="checkbox"/>	
12	5/21(火)	<input type="checkbox"/>	2201-2400	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会15	<input type="checkbox"/>	
11	5/22(水)	<input type="checkbox"/>	2201-2400	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	教育・心理・社会16	<input type="checkbox"/>	
10	5/23(木)	<input type="checkbox"/>	2201-2400	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
9	5/24(金)	<input type="checkbox"/>	2201-2400	<input type="checkbox"/>	大問2、3時間制限あり	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
8	5/25(土)	<input type="checkbox"/>	2201-2400	<input type="checkbox"/>	6回目	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
7	5/26(日)	<input type="checkbox"/>	2201-2400	<input type="checkbox"/>	弱点分野を中心に復習	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
6	5/27(月)	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
5	5/28(火)	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
4	5/29(水)	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
3	5/30(木)	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
2	5/31(金)	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
1	6/1(土)	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	予備日	<input type="checkbox"/>	
0	6/2(日)				英検1級				

UNIT10 環境

模擬1 社会

模擬2 国際

模擬3 サイエンス

予備日

英検1級