

シャドーイング（跟读 gēn shù）って何？

聞こえてくる音声を、ほぼ同時にあるいは少し遅らせて、できるだけ正確にくり返す。

(CD) 好久不见，你好吗？ 我很好，谢谢。

(あなた) (少し遅れて) 好久不见，你好吗？ 我很好，谢谢。

シャドーイングの方法

ウォーミングアップ

<意味の確認>

- ① 音声を聞き、すぐにその日本語訳を言う。
- ② 音声を聞き、テキストを目で追いながら黙読。
- ③ 聞き取れなかった箇所の意味をチェック。
- ④ ①がすらすらできるようになるまで、①～③を繰り返す。

<発音の確認>

- ① 音声を聞き、テキストを目で追いながら小声で復唱する。
- ② 上手に言えなかった箇所の発音を重点的に練習する。
- ③ ①がすらすらできるようになるまで、①と②を繰り返す。



ウォーミングアップで全体の内容と発音を確認できたら、次はいよいよ本格的なシャドーイングに入ります。シャドーイングを行う際には以下のポイントに注意しましょう。

- ✧ モデル音の後について、**そっくりそのまま**声に出して復唱する。一つのセンテンスが終わるまで待たずに、すぐに復唱を開始する。
- ✧ 途中で辞めずにとにかくついていくことが大切！
- ✧ 原則としてテキストを見ないで行う。
- ✧ 次々に新しいテキストに移るのではなく、一つのものが完全にすらすらと言えるようになるまで繰り返すこと。
- ✧ 集中力を必要とする練習なので、1度に長時間ではなく、少しずつ(15～20分)を毎日続ける。