

フレーズで英単語4500 練習記録用紙(1)

練習した日付を記入しましょう！

年 組 番 名前

記入例

トラック	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
STEP 1~3	4/10	4/11	4/12	4/13	4/14	4/15	4/16	4/17	4/18	4/19
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら	4/11 12 13	4/12 13	4/13	4/14 15	4/15 16 17 18	4/16 17	4/17 18 19	4/18 19	4/19	
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら	4/11	4/12 13	4/	4/14 15 16	4/15 16	4/16 17 18	4/17 18	4/18	4/19	

DISC-A

トラック	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	41	42	43	44	45	46				
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										



Nice work !
Keep it up !
(よくやったね！
その調子で
がんばれ！)

フレーズで英単語4500 練習記録用紙(2)

練習した日付を記入しましょう！

年 組 番 名前

DISC-B

トラック	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	41	42	43	44	45	46				
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										



フレーズで英単語4500 練習記録用紙(3)

練習した日付を記入しましょう！

年 組 番 名前

DISC-C

トラック	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										
トラック	41	42	43	44	45	46				
STEP 1~3										
STEP 4 (シャドウイング) スラスラ読めたら										
STEP 5 (ディクテーション) 書き取れたら										



Good job !
(よくがんばったね！)