

はじめに	2
本書の構成	6
CDトラック表	10

第1章 多聴+シャドーイングのすすめ 門田修平	11
シャドーイングをアウトプットにつなげる	12

第2章 効果的なシャドーイング学習 門田修平	21
10のステップの学習法	22

第3章 ベンチマークで自己レベル判定 門田修平	37
LLとYLを使ったリスニング力の判定	38
シャドーイング用素材一覧	42
LLベンチマーク	44
YLベンチマーク	70

第4章 朗読音声を使ったステップアップ 高瀬敦子	87
「朗読音声」で英語の音に慣れる	88
LL1 & LL2 でシャドーイング	90
シャドーイングにチャレンジ① Aladdin and the Lamp	91
シャドーイングにチャレンジ② Where's Lorena	95
シャドーイングにチャレンジ③ Wind Power	99
シャドーイングにチャレンジ④ The Voyage of Sinbad, the Sailor	103
LL3 & LL4 でシャドーイング	108
シャドーイングにチャレンジ⑤ Monkey Party	109
シャドーイングにチャレンジ⑥ Touching the Void	113
シャドーイングにチャレンジ⑦ Farley The Red Panda	117
シャドーイングにチャレンジ⑧ The Picture of Dorian Gray	121
LL5 でシャドーイング	126
シャドーイングにチャレンジ⑨ Para-Life RESCUE!	127
シャドーイングにチャレンジ⑩ Robinson Crusoe	131

第5章 なま音声を攻略するためのヒント 米山明日香	135
「なま音声」の音変化を知る	136
情報の過不足に対処する	148
「なま音声」に対応する力をつける	154
シャドーイングにチャレンジ① VOA News Learning English	155
シャドーイングにチャレンジ② Leonard DiCaprio	163

第6章 なま音声を使ったステップアップ 柴原智幸	171
「なま音声」を聞き取るために	172
LL2 & LL3 でシャドーイング	176
シャドーイングにチャレンジ① Christopher Belton	177
シャドーイングにチャレンジ② Barack Obama	181
シャドーイングにチャレンジ③ Al Gore	185
LL4 & LL5 でシャドーイング	190
シャドーイングにチャレンジ④ Kimberly Forsyth	191
シャドーイングにチャレンジ⑤ Emma Watson	195
シャドーイングにチャレンジ⑥ Brad Pitt	199
LL6 & LL7 でシャドーイング	204
シャドーイングにチャレンジ⑦ Eric Schmidt	205
シャドーイングにチャレンジ⑧ Chud Hurley	209

補章 シャドーイング素材の探し方 多聴多読マガジン編集部	213
-------------------------------------	-----

【コラム】	
おすすめの「朗読音声」シリーズ①	86
おすすめの「朗読音声」シリーズ②	107
おすすめの「朗読音声」シリーズ③	125
おすすめの「朗読音声」シリーズ④	189
おすすめの「朗読音声」シリーズ⑤	203