

# 歌唱技能を習得するための授業支援 — 小学校における授業実践 —

荒 木 善 子

岐阜聖徳学園大学教育学部

## A music class for supporting singing skill: A primary school case study

Yoshiko ARAKI

キーワード：児童 歌唱技能 授業支援 響き 発声

### I. はじめに

筆者は、今まで岐阜県下の教育委員会や様々な幼稚園、小学校、中学校から教員の合唱指導能力向上を目的とした合唱指導法講座の講師を依頼されてきた。内容は、音の聴き方、身体を使った声の出し方、楽曲の解釈、演奏方法等である。毎回、依頼先の教育委員会・学校・学年・クラスの合唱に対する具体的なねらい・願い・想いに沿って指導の意義・方法を研究し、園児・児童・生徒・教員への実践を通して講座を行ってきた。

その際「歌う」という技能指導に不安を抱えている先生方に数多く出会った。その背景として小学校教員を目指すにあたり、声楽の専門分野の指導を学生時代に講義としてあまり受けていないことが考えられる。例えば、本学の小学校教諭一種免許状取得する学生達は音楽に関する授業として初等音楽Ⅰ・初等音楽Ⅱ・初等教科教育（音楽）を受講する。その中で歌唱部門として技術指導を取り上げているのは3年生前期開講初等音楽Ⅱ4.5コマのみである。また、教員になったのち通常勤務内で自分の専門教科ではない歌唱技能向上を図れる機会は少ないと考えられる。

本稿は、教育学部で声楽を指導している筆者が児童の歌唱技能習得のための授業支援のあり方を考察・提案・実践すると共に、これらによってもたらされた成果について分析し、支援のさらなる改善を目的とする。

### II. 研究方法

公立小学校で筆者が授業者として授業支援実践（以下実践と記述）を行う。

#### 1. 研究授業実践対象の条件

- (1) 岐阜聖徳学園大学所在地である岐阜県下の公立小学校高学年児童を対象とする。
- (2) 研究授業実践を依頼する学級担任教員の中学校教諭一種免許状教科が音楽ではない学級に所属している児童で行う。
- (3) 「音」「響き」等、具体的に数値化が困難で感覚的な面が重視される分野での実践の為、一人一人の変化がとらえやすい少人数学級で行う。
- (4) 児童が今まで培ってきた音楽に対する背景が分かるような事前アンケートは行わない。
- (5) 児童の教育環境を安定させるため担任教員は実践時に立ち会う。

#### 2. 実践方法

実践は、小学校学習指導要領解説音楽編第5学年及び第6学年の〈内容A表現（1）歌唱の活動ウ呼吸及び発音の仕方を工夫して、自然で無理のない、響きのある歌い方で歌うこと。〉<sup>1)</sup>に沿った歌う姿勢と呼吸の仕方、様々な共鳴を学びながらの発声トレーニング方法を提示し行う。特に、53項の「歌うことが好きという児童の気持ちを大事にしながら、児童が意欲をもって取り組むような歌唱の活動を実践することが大切である。」、55項の「柔らかに豊かな響きをもった歌声へと指導を進める。声帯に無理のかからない歌い方で、歌声を響かせて歌う。訓練的な指導にならないように配慮することが望ましい。」に留意して指導を行う。

具体的には、児童一人一人が声楽の専門的知識と技能、様々な指導法を有する授業者の指導により歌唱の技能・知識が向上すること、授業者の範唱を聴き共に歌うことにより歌唱に対する興味・関心が高まりより充実した音楽活動が出来るようになることを目指す。本稿テーマが「音楽授業支援」のため、実践後担任教師が応用でき、児童に定着させられる指導方法を提案する。

3. 評価方法

筆者自身が行う研究授業展開の記録、および児童の指導前と指導後の変化を分析し、授業毎に考察した。1 回目は、児童と担任教員に授業目的と内容に関する感想文を依頼した。2 回目は、研究授業開始時に前回授業の振り返りシートを記入させ、提示したワークの各項目に感想を、終了時にはわかったこと・できたことを記入させた。また、映像と画像と音声で授業を記録した。

4. 研究授業実施校及び実施日程

- 対象の条件を満たす実施校及び対象者として下記のように決定した。
- (1) 研究等の対象：加茂郡七宗町立神淵小学校 5 年生 児童 12 名（男子 8 名 女子 4 名）
  - (2) 実施場所：加茂郡七宗町立神淵小学校 音楽室 住所：岐阜県加茂郡七宗町神淵 9871
  - (3) クラス担任は小学校教諭一種免許状・中学校教諭一種免許状教科数学所持
  - (4) 研究授業実施日程 第 1 回：平成 28 年 7 月 14 日（木） 3 時間目（45 分）  
第 2 回：平成 28 年 10 月 6 日（木） 3 時間目（45 分）

Ⅲ. 指導内容に対する考察・提案・実践

表 1 「小学生の音楽（教育芸術社）」における歌声の変遷

	A：平成 27～30 年度版	B：平成 23～26 年度版
1 年	P. 19 口の中をよくあけて、明るい笑顔で、歌う。	P. 57 すてきな笑顔で優しい気持ちで歌う。
2 年	P. 22 背中を伸ばしたまま…肩を上げ… 肩だけをさっと下ろして…ほほえむ感じで歌う。	P. 17 背中を伸ばしたまま…肩を上げ…肩だけをさっと下ろして…ほほえむ感じで歌う。自分の声に気を付けながら、遠くに呼びかけるように歌う。
3 年	P. 30 声をおでこのあたりに響かせて、息を遠くの方へ届かせるような感じで歌う。	P. 37 声を遠くの方へ届けるような感じで歌う。 P. 44 あくびをするようなつもりで空気を吸ってみると、口の奥で冷たく感じる所がある。そこをよく開けて歌う。
4 年	P. 9 あくびをするようなつもりで空気を吸ってみると、口の奥で冷たく感じる所がある。そこをよく開けて歌う。 P. 25 スタッカートの所は、笑った時のようなおなかの動きを感じて、軽くはずむように歌う。また、言葉をはっきりと発音して歌う。	P. 17 目と目の間のあたりに響きを集める感じで声を出す。低い音を歌う時も高い音を歌う時も同じような感じで響かせる。 P. 35 スタッカート of 所は、笑った時のようなおなかの動きを感じて、軽くはずむように歌う。
5 年	P. 9 低い音を歌う時も、声が上の方に向かっていくような感じで、明るい声で歌う。	P. 11 旋律の動きが大きく上下する場合には、息に流れや響きの位置までもが大きく上下しないようにイメージしながら歌う。
6 年	P. 9 鼻のつけ根から目の間の辺りに響きを感じて歌う。	P. 11 旋律の音が大きく上がる時は高い音を響かせるような感じのまま低い音を歌い出すと美しい響になる。

1. 教科書の「歌う」技能指導内容の変化

まず岐阜県下で多く使われている「小学生の音楽」の「歌声」の変遷（表 1）を見てみよう。どの学年も B に比べ現在使われている A の教科書に技能面が多く記述され、それらを教師は児童に指導していかなければならない。〈1 年 口の中をよくあけて〉とは声楽的用語を用いて説明すると、舌根を下げ軟口蓋を上げることであり〈2 年 肩を上げ肩だけをさっと下す〉とは肋骨の位置の保持と開きであり、〈3 年 おでこの辺りに響かせて〉のおでことは副鼻腔の中でも前頭洞を、〈6 年 鼻のつけ根から目の辺りに響きを感じて〉は同じく篩骨洞を意識して音を共鳴させることである。これらを指導する為には教師の声楽に関する深い専門知識と高い歌唱技能が要求される。

## 2. 実践 第1回「音を聴く」「呼吸」「歌う姿勢」

「うたうこと」のワークシート（表2「うた」はひらがな）を配布し、「今日はこの三点をやっていきましょう。」と1時間の流れを児童が推測できるようにする。その後、一つ一つの項目ごとに確認しながら実践する。シート作成に当たって児童が分かりやすく書きやすいように内容・言葉遣いを工夫する。キーワードは《 》で括り、朱筆する。カラーペーパーを使用し他の資料との差別化を図る。自由記述に対しては例を挙げる。選択制を導入する。「呼吸」と「歌う姿勢」は融合させて実践する。

表2 授業時使用するワークシート内容

*音楽の授業では《聞く》より《聴く》事が大切です。あなたはどこで「音」を聴いていますか？具体的に書いてみましょう（例 耳）
*うたう時は《息の使い方（呼吸）》が大切です。うたっている時は、息をはいている状態です。あなたが曲をうたいはじめる時、息をどう意識しているか教えてください。自分が「そうだな。」と思うところに○を付けましょう。 （ ）私は息をあまり意識しないですうたいはじめます。 （ ）私はまず息を吸うことを意識してうたいはじめます。 （ ）私は最初に息を吐いてから吸ってうたいはじめます。
*今までの音楽の授業の中で先生方から教えていただいた《うたう姿勢》で覚えていることを教えてください。（例 足を少し開く・胸を張る・あごを出さない）

### （1）「音を聴く」

音楽は注意深く「聴く」ことが大切である。それを意識付ける為に、児童に「聞く」と「聴く」の違いを考察させる。音を注意深く「聴く」ことで、児童一人一人が自分・先生・友達の歌声の様々な変化をとらえ、感じ、考え、評価することができるようになる。それによって児童は自分自身の歌声に、より興味関心を持つ。「聴く」能力は、歌う技能向上に大きく貢献する。

また、音楽を聴くことは「音の響きを感じる」ことであることも認識させる。

### ①「音の響きを感じる」指導方法の提案

母音や言葉を使っていろいろな音程で授業者が歌い、

- i) 児童の両掌を授業者に向けさせ、児童自身の身体で空気に伝わった響きを感じ取らせる。
- ii) 床や机に児童の手を当てさせ、声がそれらに共鳴した振動を感じ取らせる。
- iii) 薄い紙・紙風船・ゴム風船を児童に持たせて2)と同じく共鳴した振動を感じ取らせる。
- iv) 授業者がグランドピアノのダンパーペダルを踏み発声した時、解放されたピアノ弦に声が共鳴した音を聴き取らせる。
- v) 大太鼓・小太鼓の皮に授業者の声が共鳴した音を聴き取らせる。

### ②実践

「聴く」のは「どこで」という質問に対し、「目3名／耳5名／心3名／体5名（複数回答有）」の記述があった。どうしてそう思うかの理由を児童一人一人がみんなの前で発表しイメージを共有した。「相手の方を見て、目で見て耳で聴く。／歌っている音楽を心で感じる。／耳・目・心とかまとめて身体全体で聴いている。」今回は1) 3)（紙風船）で響きを感じ、4) 5)（大太鼓）の響きを聴き取らせた。

1) では授業者が歌う声の響きを各々の手で感じて素直にびっくりしていた。「先生、もう一回。」という要望に児童が満足するまで対応することが大切である。3) では「これは何でしょう。どう使うのかな。」と言って興味を持たせ「さっきよりもっと感じる方法があるよ。」と紙風船を出す。紙風船は児童に膨らまさせる。児童は膨らんだ紙風船を順番に掌にのせ授業者が声を出すたびに「さっきより凄い。」とより響きを感じるようになっていた（図1）。4) では聴き取りやすいようにピアノの周りに移動した。授業者の「アー」という声に反応してピアノから授業者と同じ音色の「アー」という声が聴こえてきた。「では、オーと声を出すとピアノはどうするか



図1 響きを感じている様子



図2 響きを聴いている様子

な。」と尋ねると「オーだと思う。(9名)」「さっきと同じ。(3名)」と答えた。先程と同じように授業者が声を「オー」と出すとピアノはオーと鳴って聴こえ、単音だけでなく2つの音を歌えば両方の音が聴こえてきた。児童から「こんにちわーやYahooーって言ったらどうなるの。」と提案され、歌ってみたらそれも歌った通りに聴こえてきた。ある児童は「ピアノと会話しているみたいだ。」と発言していた(図2)。席に戻り授業者が声を出し児童が応えて声を出し、響きを模倣した。「みんなの声がピアノと一緒に歌えるようにやってみよう。」という声掛けに対して「やってみる。」「やってみたい。」と本時の意識付けができた。「木琴や鉄琴はどうなるの。」という疑問に対し5) 大太鼓と歌声との共鳴音も聴き取らせた。

## (2)「呼吸」「歌う姿勢」

呼吸に関して、フレデリック・フースラー<sup>2)</sup>はく効果的に十分に呼吸をする方法を会得しないうちは、決して正しく吸気を行えるようにはならないだろう。><sup>3)</sup>と呼吸の大切さを説いている。また、メリッサ・マルデ<sup>4)</sup>は呼吸の基本原理としてく筋肉が効率よく動くには、身体のバランスが保たれていなければならない(中略)バランスが取れていると、すばらしく効率のよい骨格が体重をしつかりと支えてくれます。そうすれば、呼吸のために使われる筋肉が自由になり、息を吸って吐き出すという動きが出来るのです。><sup>5)</sup>と述べている。児童が歌う際、意識的に「呼気」を先に行いその後「吸気」を行って声を出すこと、呼吸で使われる筋肉や骨・軟骨をバランスよく使うことをしっかり指導しなければならない。

次に、歌う姿勢について考察する。姿勢に関する教科書記述(表1)は2年生のみで、学習指導要領には姿勢に関する記述は無い。教師が「背中をまっすぐ伸ばして歌いましょう。」と声掛けする場面によく出会うが、「まっすぐ」という言葉は児童に直線をイメージさせやすいが、私達は、様々な脊柱の曲線(図3)で「まっすぐ」立っているのである。

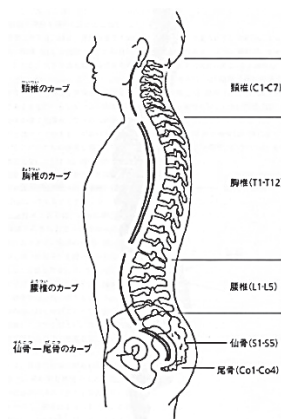


図3 脊柱のカーブ<sup>6)</sup>

### ①「呼吸」指導方法の提案

「呼」は息を吐くこと「吸」は吸うことであることを確認する。文字で見ると分かりやすいのだが、言葉で質問されると答えがなかなか返ってこない場合が多い。身体がバランスの良い骨格で立っている状態で息を吐かせる。つま先に重心を置き、背中が反ったり前屈みにならないよう注意する。

身体全体が開いた状態になると「息」は自然に入ってくることを体感させる。

- i) 肩の高さに腕で輪を作らせる。その中にだんだん膨らんでくる風船があるイメージを持たせ、無意識の中で息は入るのか出るのかを体感させる。
- ii) 背伸びした時、膝を曲げた時息はどうなるのか体感させる。

### ②「まっすぐ立つ」指導方法の提案

- i) 床に仰向けになって寝て、踵と床を直角にして足の裏に床面をイメージしながらそのまま両手を組んで背伸びをする。その際、頸椎のカーブと腰椎のカーブ(図3)により身体と床面に隙間ができることを確認する。

- ii) 教室の壁面に頭・肩・お尻・踵を着けるように立ち1)と同様に隙間ができることを確認する。

### ③実践

授業者が2年生教科書P.22を提示し、児童は書かれている動きを行った。肩を上げるのは簡単にできるのだが肩だけをさっと下すと指示しても児童全員が身体全体の力が抜けてしまい肋骨の位置を保持できず、まっすぐ立てていない。「まっすぐ立つ」為に今回は②2)で指導した。児童一人一人を音楽室の壁面を背に立たせ、「壁に身体をペタンコしましょう。頭とお尻、踵をくっつけて頭の上をトントントンと軽くたたきましょう。身体測定で身長測る時どうしてる。」「腰の所に隙間はある。」と声掛けしてワークを行い、そのままで「アー」と発声した(図4)。その後、教室中央に児童を集め、壁をイメージして背中に感じながら声を出させた。ここから、呼吸法1)2)を加えていった。「指揮者になったつもりで指揮を振りながら声を出してみよう。」「手を斜め上に置いて前に出しながら息を吐いて、そのまま振り上げながら息を吸って歌ってみよう。」「息を吸ってる途中で声になる感じだよ。」授業者の声に児童の声を乗せさせた。その時の響きが素晴らしかったので児童には分からないようにピアノのダンパーペダルを担任教師に踏んでもらいもう一度声を出させた結果、ピアノの弦に児童の声が共鳴した。その共鳴に児童が気付けなかったため、ピアノの近くに移動してもう一度試みると全員に自分たちの歌



声とピアノとの共鳴が聴こえた。児童から思わず「やったー。」「響いた。」と歓声があがった。姿勢を整えるとさらに響きが増した(図5)。次に、高い音を出すワークとして背伸びをしながら手を振り上げて発声(図6)したり、深い響きを出すために膝を曲げて足の裏にかかる重心を感じて発声した(図7)。声の出し方だけでなく音色まで変化した。



図4 まっすぐ立つワーク



図5 ピアノに共鳴



図6 伸び上がった発声



図7 深い響きの発声

### 3. 実践 第2回「呼吸の支え」「空気を感じる」「音を見る」

授業開始時に「うたうことの振り返り」シートを配布し、7月14日以降児童が音の聴き方・息の使い方・まっすぐな姿勢・足の裏にかかる重心を意識して授業に臨んでいたのかを児童一人一人に記入させ確認する。もう一面に「うたうこと-2」として今回のワークの内容を提示する。すべての項目は1回目に児童が習得したものを深めるための内容とする。今回は、児童の身近にあるものとしてフラフープ(小学校備品)・うちわ・シャボン玉を副教材として授業を計画する。児童が授業で歌っている「つばさをだいて」の一部(図8)の上声部を利用して実践する。



図8 つばさをだいて海野洋司作詞橋本祥路作曲

#### (1)「呼吸の支え」

呼吸の支えとして児童が横隔膜(図8)を無意識に使えるようにしたい。フースラーは横隔膜はその周辺が胸郭の縁についているのだが、その中で最も強い筋組織は背部内側にある(「横隔膜起始部」、「骨盤横隔膜」)。この理由だけでも、正しい歌唱にさいして、推進力の主体が下背部から起こるというわけがわかる。横隔膜はそれ以外にはまったく意識的な取扱いはらない。<sup>>7)</sup>と述べている。今回は横隔膜背部の接点部分を特に着目して指導していく。

#### ①「呼吸の支え」指導方法の提案

授業で教師が「犬がハッハ息をしているみたいに息を吐いておなかの上の方で一番動いている場所を探してみよう。そこが横隔膜のあるところだよ。」と横隔膜の腹部における接点(図9)を説明している場面に出会ったことはあるが、背部の接点を指導している場面には筆者は出会っていない。児童はフラフープの持ち方や動かし方、身体とフラフープの接点を感じながら歌うことにより横隔膜の背部の支えを無理なく体得する。

#### ②実践

肩甲骨の下の部分(横隔膜の背部の接点)を感じるために立っている身体と垂直にフラフープをあて、真っすぐ腕を伸ばし身体からできるだけ離れた部分を、親指を輪の下に他の指は上にしてつかませた(図10)。フラフープを押すと息が入り緩めると息が入ってくる事を確かめた。押して、緩めて、歌った時全員の響きが安定した。更に手首を下方にねじる感じで身体をより開いて歌った時一回目より非常に安定した響きと音色になった。握った部分を広げるように横方に腕全体に力を加えながら歌うとより伸びの良い声になっていった。高音は肩甲骨からフラフープが外れないように注意しながら上に向かって動かしながら歌うと安定するのだが、児童から「上にあげるタイミングが遅かった。」との発言を受け、全員でタイミングをそろえた。歌詞の「だれもが」の繰り返しは押してからそれを維持しながら歌い、「まっている」の「ま」を歌う直前に上にあげるタイミング(図11)を取った。タイミングが全員そろった時、児童自らが納得する歌声になった。繰り返し歌い定着させた。その後、フラフープを身体から外して歌う練習を行った。「身体からひじを軽くちょっと離すとさっきのフラフープが背中にある感じになるよ。」

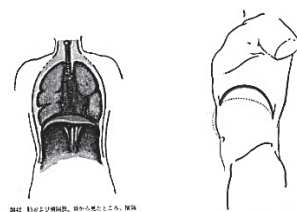
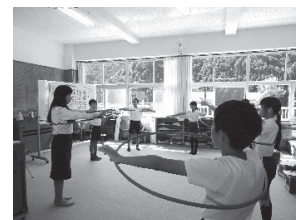
図9 横隔膜の位置<sup>8)</sup>

図10 フラフープの持ち方



図11 高音を歌う様子

と指示をした。その結果、全員が横隔膜の支えを自然に使って歌えるようになった。

## (2)「空気を感じる」

歌声は歌っている人から聴いている人に空気を通して伝わっている。それを体感させる。

### ①「空気を感じる」の指導方法の提案

児童が空気を面積・体積・容積のどのイメージで感じているか考えさせた後、手のひらを大きく振らせ空気を感ぜさせる。その後うちわを同じように振ると感覚がどのように変化したかその感想を発言によって全員で共有する。教室を「海の中」と想像させその中を泳ぎながら歌わせる。

### ②実践

児童に手のひらとうちわを使い空気を感じさせた。児童は「空気が重い。」「やわらかい。」と空気の存在を意識できた。「教室が深海になりました。さあ平泳ぎで泳ぎながら歌ってみましょう。」の指示で身体を大きく開きながら伸びやかに歌うことができた。さらに、高音の「ま」の部分はけのびをしながら水面に出よう指示する(図12)と高音が安定した。児童の一部から「今水面に出られなかった。」という発言があったので出られたという感覚を体感できるまで繰り返した。その結果「水面に出られた。とっても気持ちよく歌えた。」と全員が高音を響きのある歌声で歌えた。



図12 水面に向かって伸び上がりながらの歌唱

## (3)「音を見る」

音は実際には目で見えるものではない。シャボン玉を見て音の輝きを類推させる。

### ①「音を見る」の指導方法の提案

シャボン玉はだれが見てもキラキラと表面が輝き「きれい。」と感じる。その美しさを児童の歌声で表現させる。「シャボン玉が割れないように。」と柔らかい響きを意識して歌わせる。

### ②実践報告

シャボン玉は、児童に作らせるため口で吹いて作るタイプではないものを用意した。それを見た瞬間、児童が「先生、声でシャボン玉割るの。」と発言した。(2)の成果でもあるが、「今度はシャボン玉を響きで割るのではなく、歌声がシャボン玉のようにキラキラするよう歌ってみましょう。」と意図を伝えた。空中を舞うシャボン玉と共に表情も優しく明るい柔らかな歌声が教室に響き渡った。

## IV. 分析・考察

第1回に関しては、実践内容とその結果、児童から提出された感想文と担任教員の感想(表3)を分析する。授業者の声の響きを身体全体で感じ、その後歌声と様々な物との共鳴を聴き取ることにより、児童一人一人が自分の歌声に対して興味関心を持ち、集中して様々なワークを行うことができた。その結果、児童は自然で無理のない歌い方で歌うことができるようになった。さらに呼吸法や姿勢の改善を図ったことにより授業開始後35分で児童の歌声がピアノの弦と共鳴した事実の特筆に値する。それらによって児童の「もっとうまくなりたい。もっと高い音を歌いたい。もっと知りたい」という歌唱に関する技能・知識向上への意欲が増していった。

第2回に関しては、実践内容とその結果、表4・5を分析する。「振り返り(表4)」では、第1回における指導内容が児童におおよそ定着していることが分かった。歌唱技能向上への意欲も持続していた。「歌うこと-2(表4)」では、フラフープ・うちわ・シャボン玉を使ったワークを行ったことにより姿勢・身体の伸び・横隔膜を使った声の支え・足の重心等を自然に感じることができるようになった。それらを総合的に行って歌った結果、歌声の響き・音色が様々なに変化した。また、児童自らが自分自身やクラスの仲間の歌声の変化に気付けるまで成長した。「わかったこと(表5)」では、歌声を響かせ、かつ高音を歌うための方法が、「できたこと(表5)」ではその結果として響きのあるきれいな高い歌声を楽に出せたことが記述されていた。

これらから、児童一人一人が声楽の演奏及び指導を専門分野として研究している筆者が歌う歌声の響きを感じ、その共鳴を聴き取ることを体得し、「歌声」に興味関心を持つことができた。さらにそれらを深めるため理論に裏付けされかつ児童の身近にあるものを利用しての分かりやすい様々なワークを行うことにより、学習指導要領の示す歌唱技能を無理なく習得できることがわかった。

表3 第1回の授業実践に対する児童と担任教員の感想

児童	記述内容
A	息の吐き方が最初は分からなかったけど姿勢をよくして1回息をはいて吸うととても高い声が出た。ピアノに高い声を話しかけるみたいにやるとピアノとぼくたちが会話できたのでうれしかった。もっと高音と低音を響かせる方法を知りたいし、もっと歌を上手に歌いたい。
B	知らなかったことを今日の授業で知れたので良かった。特に歌を歌う時に息をはいてから吸って歌うこと。ピアノのペダルをふんだまま声を出すのと響くことを初めて知った。響いたときはすごいな、響いて良かったなと思った。
C	いろんなことを知れたし自分の歌の歌い方などを振り返ることが出来た。一番思い出に残っているのはピアノなどと会話や手を使って息をはいたり吸うこと。
D	こういう姿勢で歌うと聞いてそれを音楽の時以外でも生かしていきたい。もっと歌のコツを教えて欲しい。
E	歌う時の姿勢は、肩幅足を開き、背筋を伸ばして頭をトントントンとやることを教えてもらった。そのおかげでとてもきれいな歌声が出た。ピアノと会話できる荒木先生はすごいと思ったけど指導を受けてぼくたちもできてうれしかった。
F	きれいな声を出すには姿勢が関係していることを知った。吐いてから吸うことや背筋を伸ばすことなどがたくさん学べた。これからの音楽の授業も教えてもらったことを意識して歌いたい。
G	ピアノにアーといったらかえってこないと思っていたけど実際やってみたらアーとピアノが話しているみたいな感じがした。頭を3回たたいたら姿勢がほんとうにまっすぐになった。10月は今度のと違ったのをたくさん教えてほしい。
H	今日初めて知ったことがとてもたくさんあって、とても勉強になった。歌う時の声の出し方が分かった。でもまだ知らないことがあるので10月に来た時に詳しく教えてほしい。
I	最初は背筋をピンとしなくてもいいと思った。歌う時は背筋を伸ばして小さい階段を踏むようにして頭をボンボンとたたくととても良い姿勢になると教えてもらい、みんなでアーと言ったらとても響いた。
J	ピアノと会話できるのを初めて知った。これからはもっと歌声がきれいになるように音楽の勉強を頑張る。
K	いろんなことを知って大変勉強になった。一つだけ質問がある。私は呼吸をする時に吸ってはいて吸っているがそれはいけないことなのか。
L	声をシンバルのように響かせ手に振動がくるのもスゴかったし、ピアノに響かせ会話するのもスゴかったし楽しかった。
担任教員	これまでの音楽の時間には、正しい音程やリズムで歌うことや、美しい声を出すことに時間をかけてきました。今回荒木先生に指導していただき、声が空気を伝わり、物や体に共鳴することを実感することができました。それが実感できると声を出すことが楽しくなり、どんどん声が出るようになりました。歌声の響きにのせて、自分の心を相手に伝えていくことも教えていただきました。心のこもった歌には、人を感動させる力があります。5年生の子ども達にも、そんな歌が歌えるようになってほしいです。／「歌声にのせて心を伝える」と授業の様子を神淵小学校5年生学級通信NO.162016.7.20で保護者に紹介した。

表4 第2回の授業実践におけるワークシート「振り返り」「うたうこと-2」の児童記述

「振り返り」あなたは7月14日の授業後音を注意して聴くようになりましたか：なった7名わからない3名無記入1名／あなたがどこで音を聴いていたか教えて下さい：耳で聞く5名耳で聴く1名身体全体できく6名心できく6名響きを感じてきく2名（複数選択）／歌う時息の使い方（呼吸）が大切です。歌っている時は息をはいている状態です。歌う時、意識して息をはいて…すって…歌っていますか？意識して、はいて吸って歌っている2名意識しているがいつもではない6名分かっているが意識できない3名まだ分からない0名／意識してまっすぐな姿勢（かかと・おしり・頭・トントントン）で歌っていますか？意識して、いつも歌っている7名意識しているがいつもではない3名分かっているが意識できない1名まだ分からない0名／意識して足の裏にかかる重心（上にのびて…下において…の時の足のつま先）で歌っていますか？意識して、いつも歌っている3名意識しているがいつもではない6名分かっているが意識できない2名まだ分からない0名」（児童11名の回答）
「うたうこと-2」フラフープを使って呼吸とささえの練習をしましょう。フラフープが背中にあたる場所と持っている手の場所を考えましょう。どんな感じかな？：体が伸びて姿勢がよくなって高い声が出やすかった。自然に姿勢がよくなって歌いやすくなった。良い声が出せた。フラフープを上げるとおなかから出た。歌っているとフラフープが感じなくなった。重心を感じた。／音は、歌っている人から聴いている人に空気を通して伝わっていきます。では、空気を感じてみましょう。どんな感じかな？：空気が重く感じた。やわらかくなっている。手で振るよりうちわで振った方が重みを感じた。抵抗があってプールの中で動いているような感じ。前に歩くと前から水が押し寄せてくる感じで重い。／教室が海の中になりました。さあ歌ってみましょう。どんな感じかな？：フラフープと同じように歌いやすかった。空気を水に感じると振動が来る感じがした。声が自然に響いた。声がいっぱい出た。手を上げて体が伸びると高い音が出しやすい。自然にゆれて歌いやすくなった。／「音」を見てみましょう。シャボン玉がわれないように歌ってみましょう。どんな感じかな？：やさしく歌えた感じ。フワフワしているみたいに歌えた。リラックスして高い声で歌えた。安心してやさしい感じ。ふわっとゆるやかに歌えた。



表5 第2回の授業実践に対する児童の感想

児童	わかったこと	できたこと
A	体を使ってやると響くことがわかった。	響く声、シャボン玉のことを意識したらきれいな声が出た。
B	空気を感じて歌うときれいに歌えた。	声がいっぱい出せたと高い声も出た。
C	姿勢がよくなると声が高くなる。	高い声をあまりがんばらないようにできた。
D	背筋をのばすと高くなる。	高い声を出すこと。背筋をのばす。
E	体がのびるととても高い音が出る。	高い声が出やすくなった。はいて吸ってを意識できた。
F	水面をイメージしたりすると高い声が出る。	高い声が出せた。
G	海の中とかにいて安心して歌えるようになった。	物とかを意識したら高い声が出た。
H	物を意識すればきれいな声が出ること。	高い声が出てふわっと歌えた。
I	海の中でけのびをするときれいな声や大きな声が出た。	シャボン玉のようにきれいな声が出た。
J	自然に姿勢がよくなって歌いやすくなった。	高い声が出て歌いやすくなった。物を意識して歌えた。
L	何か体験するとどうすればいいのかわかる。	高い声が出た。出やすい。

## V. まとめと課題

小学校学習指導要領改訂（平成29年3月告示）で第5学年及び第6学年2内容A表現（1）ウ（イ）に、「呼吸及び発音の仕方に気を付けて、自然で無理のない、響きのある歌い方で歌う技能」と「技能」という言葉が加筆された。今後ますます音楽の技能を児童は要求され、先生方は指導していかなければならない。

今回の授業実践で「歌唱技能を習得するための授業支援」を行うことによって児童の技能・知識の向上、および歌唱に対する興味・関心が高まり充実した音楽活動が行えるようになることは実証された。今後も、児童にも先生方にも分かりやすい指導法を追求し授業支援を続けていきたい。また、児童に対する授業支援にとどまらず、音楽専科でない先生方の歌唱技能習得及び指導能力向上を図るための方策をも研究し、実践していきたい。

## 謝辞

稿を終えるにあたり、授業時間のご提供とアンケート実施にご協力いただきました岐阜県加茂郡七宗町立神淵小学校長堀部恵先生、および学級担任寺田浩子先生に感謝申し上げます。また、研究対象になった5年生児童に感謝します。

なお、本研究は本学術倫理審査委員会の承認を受けている（承認番号2016-10）。また、児童の写真掲載についても小学校および本人・保護者の同意を得ている。

## 注・文 献

- 1) 文部科学省(2007)：小学校学習指導要領解説音楽編, 55.
- 2) フレデリック・フースラー(1889 - 1969) スイスの音楽発声の教育者であり、はじめに誤った診断を下された声を自分で治療することから発して、発声研究家として国際的名誉を得た。
- 3) フレデリック・フースラー(1987)：「うたうこと 発声器官の肉体的特質-歌声のひみつを解くかぎ-」(須永義雄・大熊文子訳) 音楽之友社, 東京, 49.
- 4) メリッサ・マルデ 声楽家、公認アンドーヴァー・エデュケーター。博士(声楽) ノーザンコロラド大学で声楽および声楽教育を指導している。
- 5) メリッサ・マルデ(2010)：「歌手ならだれでも知っておきたいからだのこと」(小野ひとみ監訳), 春秋社, 東京, 50.
- 6) メリッサ・マルデ(2010)：「歌手ならだれでも知っておきたいからだのこと」(小野ひとみ監訳), 春秋社, 東京, 22.
- 8) フレデリック・フースラー(1987)：「うたうこと 発声器官の肉体的特質-歌声のひみつを解くかぎ-」(須永義雄・大熊文子訳) 音楽之友社, 東京, 図 42-43.