

# リコーダー奏の技能を活用した発声技能の習得 — 小学校教員養成課程における発声指導実践 —

高木 彩也子                      荒木 善子  
岐阜聖徳学園大学教育学部

## The Acquisition of Vocal Skills by Utilizing Recorder Performances: Practicum in Vocal Training for the Education Training Curriculum of Elementary School Teachers

Ayako TAKAGI, Yoshiko ARAKI

キーワード：初等音楽 発声技能 教員養成 発声指導 リコーダー奏

### I. はじめに（研究の動機と背景・目的）

小学校教員を志すにあたり、歌唱及び器楽（本稿ではリコーダー奏に絞る）の演奏技能は習得すべき事項である。本学の教育学部カリキュラムでは、初等音楽Ⅰ（1年次）においてピアノとリコーダーの演奏技能を習得し、初等音楽Ⅱ（3年次）においてはじめて発声技能を扱う。

小学校音楽科において、リコーダー奏については第3学年から導入されているが「小学生の音楽」（第1～第6学年）<sup>1)</sup>の中で、発声技能に関する記述とリコーダー奏の技能に関する記述を比べると、明らかに発声技能に関する記述が少ない（表1）<sup>2)</sup>。小学校音楽科において【A. 表現・歌唱】の活動は、他の領域と同様に重要であるにも関わらず、リコーダー奏に比べ発声技能に関する具体的記述が乏しいことが指摘できる。また筆者が初等音楽Ⅱの受講生に対し、小学校の音楽の授業で指導された内容（歌唱とリコーダー奏の技能）について事前アンケートを行った結果、歌唱に対する苦手意識は少ないものの、小学校音楽学習指導要領【A. 表現・歌唱】で目標とされている発声技能<sup>3)</sup>に関して、具体的に実践・指導できる学生は少ないことが分かった。対照的にリコーダー奏に関しては、小学校時代に学んだ奏法に関する内容を、より具体的に覚えており、指導・実践できると答えた学生が多いことも明らかとなった<sup>4)</sup>。本学の初等音楽Ⅰではソプラノリコーダーを使用しており、小学校での指導が前提となっているため学生も比較的スムーズに取り組むことができている。一方歌唱経験は器楽に比べ最も長いと考えられ、歌うことが好きという学生は多いものの、指導された内容は感覚的で曖昧にしか覚えておらず、専門的な発声法を身につけ、実際に指導できるほどの技能は持ち合わせていないのが現状である。この結果は先行研究<sup>5)</sup>においても同様であり、リコーダー奏よりも発声技能は専門的技術の習得が難しく、学生が技術向上を実感するまでかなりの時間を要する。そのため限られた授業時間の中で、より客観的かつ効率的な発声技能指導法を考案する必要がある。

そこで本研究では、「初等音楽」の歌唱指導において、比較的学生が得意とするリコーダー奏の技能を、発声技能に活用することを試みる。学生への授業実践を通し、児童に対するより客観的で具体的な発声技能指導法について考察する。  
(高木彩也子)

### II. 研究方法

#### 1. 研究の対象

本実践研究は、令和3年度「初等音楽Ⅱ」（前期開講）を履修する国語専修28名（荒木担当）・社会専修31名（高木担当）を対象とする。これらの学生は、1年次で「初等音楽Ⅰ」、2年次で「初等教科教育法（音楽）」を修得している。なお、実践期間は令和3年4月から7月である。

#### 2. 実践方法

「初等音楽Ⅱ」はA部門歌唱・鑑賞、B部門創作・器楽のオムニバス形式である。筆者が担当するA部門全8回で授業実践を行う。第1回から第5回の発声技能テーマは、第1回姿勢、第2回呼吸・息の方向（スタッカート唱）第3回呼吸・息の方向（レガート唱）、第4回響き（音色）、第5回響き（鼻腔共鳴・表情筋）とする。授業導入時に、「小学生の音楽」（第3学年）<sup>6)</sup>より抽出したリコーダー奏技能（表1）

を二クラス共通テーマとして取り上げ、発声技能習得に活用する。第6・7回は第1～5回で習得した技能を応用した合唱練習を行い第8回はまとめの合唱発表で成果が得られたかを問う。第1～5回、第8回については学生たちに「UNIVERSAL PASSSPORT アンケート」で毎回自己評価させる。また、毎時紙面上でポートフォリオを課す。「自己目標」「自己評価」「授業記録及び考え・感想・指導法案等」「本時のまとめ」「次週への自己課題」「質問コーナー」についてまとめたものを次週提出させる。それらを毎回分析し評価した後返却する。  
(荒木善子)

表1 歌声とリコーダー奏の技能に関する記述（第3学年抜粋）

発声技能に関する記述	リコーダー奏技能に関する記述
P36 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.18 リコーダー（楽器）説明
	P.20・【ささえ方】 下唇にリコーダーをそつとのせる・右手の親指で支える・肩や腕の力を抜いて背筋をまっすぐに伸ばす。…【記述1】 ・【座った時】 浅く腰掛ける・足を床にしっかりとつける …【記述2】 ・【音穴のとじ方】 指を自然に曲げ、指のはらで隙間ができないようにとじる
	P.22 【音の出し方】 ・「tu」というように、舌の動きを使って音を出したり止めたりすることをタンギングという。【記述3】 ・ないしょ話をする時のように「tu」と言いながら息を出したり止めたりする …【記述4】 ・【息使い】 大きなしゃぼん玉をつくるようなつもりでやさしく息を出してふく。…【記述5】
	P.23 ・タンギングと息の強さに気をつけながら②の音をふく。 …【記述6】
	P.24 ・息の強さに気をつけながら歌うようにふく。 …【記述7】 ・言葉のかんじを生かして歌うようにふく。 …【記述8】
	P.25 ・指の動きとタンギングがうまく合うようにふく。 …【記述9】 ・「リコーダー奏者の言葉」リコーダーを演奏するときには、歌うようにふくことが大切です。曲のかんじをつかむために、旋律を「tu」で歌ってみるといいですよ。 …【記述10】
	P.45 【リコーダーで低い音をふくときのポイント】 ・リコーダーで低い音をふくときは「to」と言うときのようにやわらかく息を出す。…【記述11】 ・《アドバイス》下あごが下がらないようにきをつけよう ・上のホースからながれる水の絵は、息のながれの様子を表しているよ。「tu」のタンギングとくらべて、「to」のタンギングの息のながれはどうなっているかな。…【記述12】 ・タンギングと息のながれに気をつけてふく。 …【記述13】

### Ⅲ. 実践内容詳細

第1～5回の各クラスにおける実践内容とそれに対する授業後アンケートの自由記述内容を述べる。発声技能に対応したリコーダー奏技能に関しては表1を参照されたい。

(例：【記述1】…【ささえ方】下唇にリコーダーをそつとのせる／以下略。)

#### 1. 荒木担当クラス（国語専修28名）

実践内容中にある図1・3・4・5は「小学生の音楽」（第3学年）の絵を参照して学生がまとめたものである。

##### (1) 第1回 姿勢

授業導入時に「花の香りをかぐような感じで素早く吸う。ゆっくりとむらなく吐く。」（中学生の音楽1）<sup>7)</sup>から、歌唱時息は鼻から吸うことを理解させた。

次に各々今までの演奏経験を思い出し、立って歌う姿勢、リコーダーを持って構える姿勢を取らせ、そのどちらが自然に背筋をまっすぐに伸ばせるか各自で判断させた。結果は「リコーダー奏時」であった。それを踏まえて実践を行った。

実践方法は以下の通りである。(図1参照) ①【記述1・2】椅子に浅く腰掛け、背筋を伸ばして座ったままリコーダーを持ってかまえる。足の裏に重心を感じる。②柔らかな音をイメージしながら一点ト音を吹く。③リコーダーは持ったまま、口から外し、その姿勢を保って同音で『アー』の母音で発声する。④リコーダーを置き、手は①の位置でかまえ、肘を広げる。まず身体力を抜きながら口からゆっくり息を吐き、次に肘をゆっくり上げながら鼻から息を吸う。そのまま肘を上げながら同音で『アー』と発声する。⑤立って④を行う。

リコーダー奏時は全員鼻呼吸ができていたので発声時もそれを意識させた。

自由記述欄には「歌う時は前を向いて良い姿勢と言われていたが今までは具体的な姿勢が分からなくてできていなかった。リコーダーを吹く姿勢のまま、そして吐く瞬間だけ手を前にするという指導がとても分かりやすく身につけることができた／リコーダーを持つ姿勢を一度とってから発声をしたため発

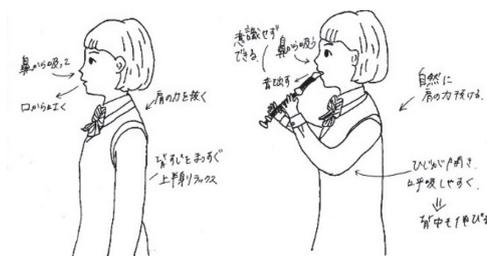


図1 学生ノート教科書P.20参照

声をする時の正しい姿勢が分かりやすく身につけることができた。肩に力を入れずに自然な姿勢で発声できた」等の記述がみられた。

(2) 第2回 呼吸・息の方向 (スタッカート唱)

スタッカートとは「その音を短く切って演奏する」と教科書に書かれている。スタッカート唱は横隔膜の使い方が非常に難しい奏法である。肋骨が身体の内側に入り腹筋が前後して音を切るのではなく、発声時に肋骨が外側に素早く動き横隔膜が下がることにより正確なスタッカート唱が可能となる (図2参照)。まず、筆者がスタッカート唱を行い、音の短さ、横隔膜の動きを理解させた。それを踏まえて実践を行った。

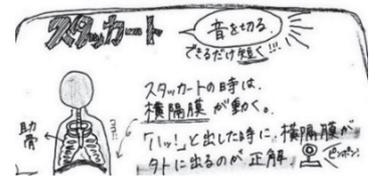


図2 学生ノート

実践方法は以下の通りである。①【記述3】スタッカートのリコーダー奏の確認をする。スタッカートの付いている音符は舌を上歯の裏に当てて息を止め『t』で演奏する。(図3参照) ②譜例1 (後出) の楽譜を最初の2小節をリコーダーで譜面通り『tu-』で演奏する。繰り返しの2小節は『ア-』の母音で発声する。③譜例2 (後出) 八分音符をスタッカートに換えて演奏する。④各自練習後二人ペアで確認する。一人が先にリコーダー奏、もう一人が続けて歌い、それらを交互に行いスタッカート唱ができていないか確認する。③「ゆかいに歩けば」(第4学年教材)<sup>8)</sup>をスタッカート『t』を意識してリコーダー奏を行った後、それを活用して歌唱する。



図3 学生ノート 教科書 P. 22 参照

指導時に、スタッカートの付いていない音符は「線」で『tu-』『ア-』と、付いている音符は「点」で『t』『アッ』で表せることを提示し、その違いを確認した。「音を短く切る」という感覚を体得することが大切であることを繰り返し伝えた。

自由記述欄には「リコーダーでのスタッカートでどの位音を切らないといけないのかということが体感でき、タンギングでは舌の先で音を軽く切っていたのを発声では呼吸で音を切るようにと繋げていくことができた/スタッカートの音の出し方について普通に歌っているだけでは分かりづらいがリコーダーのタンギング技術を使うことで児童にも分かりやすく説明でき、リコーダーと発声を順番に行うことでスムーズに違いに気づき比較的簡単に習得できるようになる」等の記述がみられた。

(3) 第3回 呼吸・息の方向 (レガート唱)

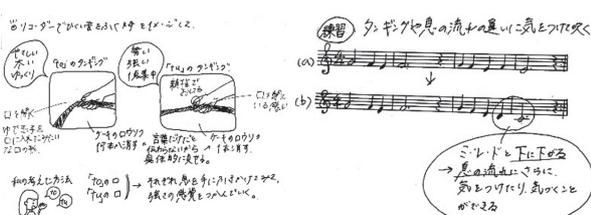


図4 学生ノート教科書 P. 45 参照

『tu』の二つの絵 (図4) の違いを探す。見つけた事柄をペアで共有する。児童に指導する時の声掛けを考える。③【記述13】息の強さ・方向を考えて図4 (a) (b)を『to』で吹き、その後音名唱する。

指導時に、息の強さに対する学生の発言「『tu』はバースデーケーキのろうそくを1本消す息の強さで、『to』はろうそく全部に軽く息を吹きかける感じでクリームが飛ばないように」を取り上げた。その言葉を添えて息の強さ・方向を考えてリコーダーを吹き、その後音名唱した。『to』の時はマスクの中の息が立ち上るイメージを持ち、暖かい息を感じさせた。「あの雲のように：息を遠くのほうへととどかせるような感じで歌いましょう。(第3学年歌声)」への活用方法であることを明確にした。

自由記述欄には「リコーダーのタンギング練習で柔らかく息を吐くことを学び、『to』と『tu』の違いを理解することで歌にも活かされた/音と音の間を区切らないようにするためにはリコーダーによる『to』のタンギングは音と音の間に隙間がなく、歌唱にもその特徴を取り入れることでとてもうまく歌えた」等の記述がみられた。

(4) 第4回 響き (音色)

「おぼろ月夜」(第6学年教材)<sup>9)</sup>を暖かい淡い音色で歌うために「リコーダー奏のどんな息を活用すれば思った音色が出せるだろうか」を課題として実践を行った。

実践方法は以下の通りである。①【記述5】実際にしゃぼん玉を作って見せる。大きなしゃぼん玉を作るためには優しい柔らかい息が必要であることに気づく(図5参照)。



図5 学生ノート教科書P.22参照

【記述11・13】柔らかい息遣いで息の流れに気をつけ暖かい音色を求めて4小節をリコーダー奏する。②【記述4・13】ないしょ話をするように息の強さに気をつけながら、口の前に持っていった人差し指に息をあて、息の暖かさを感じる。③それらの息を使ってリコーダー奏した後歌唱する。

指導時に、大きなしゃぼん玉を作る時の息遣いを様々な言葉で表現できるよう指示した。

自由記述欄には「ほんわりとした柔らかい暖かい包み込むような息といった様々なイメージを持つことで、その息で吹くことができ、歌の発声にも活かすことができた/息遣いのイメージをみんなで共有したことでさらにイメージが深まった。優しい息は優しい声に繋がること、包み込むような息は包み込むような歌声に繋がること分かった」等の記述がみられた。

(5) 第5回 響き (鼻腔共鳴・表情筋)

「顔の表情によって音の表情も変化する」「おでこの辺りに響かせる(第3学年)鼻の付け根から目の間の辺りに響きを感じて歌う(第6学年)」を児童に説明できる知識と技能を身につけることを課題として実践を行った。

実践方法は以下の通りである。①【記述10】リコーダーで一点イ音を四分音符で無表情に、次に笑顔で吹きその音色の違いに気づく。②「副鼻腔」をネットで画像検索する。「おでこの辺りに前頭洞」「鼻の付け根から目の辺りに上顎洞・篩骨洞」という空間があることを認識する(図6参照)。③空間が共鳴することを理解するため音叉(コッスA=440Hz)を使用する。4グループに分かれ、各々音叉を机の角でたたき、頭の空間に見立てた机に当てて共鳴音を確認する。それ以外の空間でもその共鳴音を聴き、違いと理由を考えさせる。④実際に鼻腔共鳴を感じながら発声する。

指導時に筆者の歌声が教室全体やピアノの弦に共鳴していることを体感させた。また、発声器官の「声帯」について説明し、音叉音は「喉頭原音」、机の空間が「頭部の空間」であると発声における共鳴の原理を説いた。

自由記述欄には「リコーダーの時に歌うように吹くことで歌うことへのハードルが下がり、無表情と笑顔での音の違いを知ることによって音の強弱や表現の仕方がしやすかった/楽器・歌唱という違いはあっても鼻腔共鳴と表情筋を意識することは変わらず、意識することで豊かな奏法へと変化させることが分かった/表情が変わると音色が変わることを理解できた。頭蓋骨・鼻腔を共鳴させることは難しくできなかった」等の記述がみられた。(荒木善子)

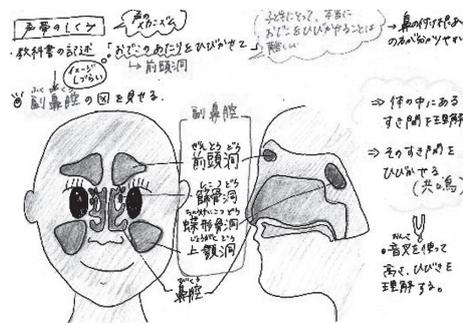


図6 学生ノート

2. 高木担当クラス (社会専修31名)

(1) 第1回 姿勢

授業導入時に、まず自身の歌う姿勢を確認することから始めた。2人1組となり、自らが「最も正しい・歌いやすいと思う姿勢」で立ち、互いの姿勢を観察するよう指示した。そのままの姿勢で『ma』と発音しながら、ドーレーミーレードの音型で半音ずつ上行し、C1から最高音E3まで発声練習を行った。次にリコーダーを使用した姿勢の実践に移った。実践方法は以下の通りである。

①【記述2】で示されている姿勢を意識して椅子に座る。② ①で意識した姿勢を保ったままリコーダーを持って立ち、かまえる。立ってリコーダーをかまえる際は【記述1】を意識する。③リコーダーをかまえた時の胸の開きを維持したまま腕を降ろし、先ほどの姿勢を保つ。背筋の伸び、両脚の重心、胸が自然と広がっていることを確認する。④ ①～③で矯正された良い姿勢を意識し、最初に行った発

声練習を行う。

これに加えて次のような指示をした。①で背筋をまっすぐにして座る際は、上から吊られているイメージを持つ。足を床につけることに加え、重心が上に上がらないようにするため、足の裏で床をつかむようにし、両脚親指の方に重心をかけるよう意識することを指示した。また③でリコーダーをかまえた際には両脇の下にテニスボール1個分が入るくらい自然に開くよう指示した。④の発声練習では、①～③で矯正した良い姿勢を学生に意識させた後で悪い姿勢の例も説明し、良い姿勢・悪い姿勢で歌唱した際の声の出方の違いを体感させた(図7)。自由記述欄には「リコーダーを持つことで、身体を中心に一本のまっすぐな軸を意識することができ、背筋をまっすぐ保てた／リコーダーをかまえる姿勢を作った後に腕を降ろすと本当に胸が開く感覚が分かり、息がうまく吸えたと感じた／背筋伸ばして、胸を張ってとよく言われていたが、言葉で説明されるよりリコーダーを使うことで自然と正しい姿勢に矯正できた／悪い姿勢の時と、姿勢を正した時の声の通りが全く変わり驚いた」等の記述がみられた。

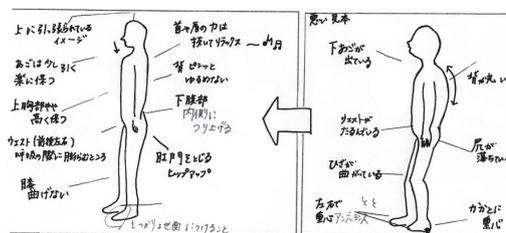


図7 良い姿勢・悪い姿勢の例(学生ノート)

(2) 第2回 呼吸・息の方向(スタッカート唱)

スタッカート唱は習得するのが非常に困難な技術であり、音を切るときに喉を締めるのではなく横隔膜を正しく使用することが重要になってくる。学生に横隔膜の動きを意識させるため、リコーダー奏のタンギングを活用し、以下の実践を行った。

①【記述3】【記述4】を参考に、タンギング『tu』を行う。舌の動きを重視し、『t』を発音する際の舌の動き、息の流れを止めるときの舌の使い方を実践する。②練習3(図8)<sup>10)</sup>を『tu』で歌う。その後タンギングを意識しながら練習3をリコーダーで吹く。③練習3の八分音符部分をスタッカートにして『tu』で歌い、スタッカートを付けていない時との横隔膜の動きの違いを、ペアになり相互に確認する(図9)。④スタッカートを付けて、練習3をリコーダー奏する。この回の実践では、リコーダー奏する前に練習曲を『tu』で歌うことを繰り返した。『tu』と歌う際は、舌を前歯の裏で弾かせて子音『t』を明確に発音することを指示した。明確に発音することで『t』と発音した際の舌の動きと連動して、横隔膜が下がり肋骨が外側に動く。母音『u』だけで歌うよりも『u』の前に子音『t』を入れることで、発声時の横隔膜の動きが理解しやすくなる。動きの分かりにくい学生には、発声時に肋骨下部に両手を当て、横隔膜の弾みを確認するよう指示した。発声に伴う横隔膜の一連の動きを理解させた上で更にスタッカート唱を行うことで、音を切る際に横隔膜が弾むことを体感させた。実践の応用として、授業内では「ゆかいに歩けば」(第4年学年教材)のスタッカート部分をリコーダーで吹き、横隔膜の弾みを復習したのち、実際のスタッカート唱へと展開した。自由記述欄には「タンギングを意識してリコーダーを吹くことで横隔膜が動く感覚が分かり、スタッカートを歌う際もその動きを思い出しながら歌ったら、スムーズにスタッカート唱ができた／声からスタッカートに入るよりも楽器で演奏してから入ることで、スタッカートの感覚が分かりやすいと思った／リコーダーは比較的分かりやすく音で結果が感じられるため、歌唱に応用しやすかった」等の記述がみられた。

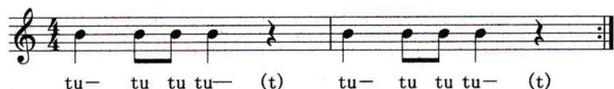


図8 練習3

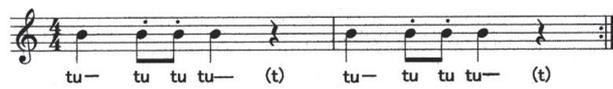


図9 練習3(スタッカート版)

(3) 第3回 呼吸・息の方向(レガート唱)

音を滑らかにつなげて歌うレガート唱では、息の方向が特に重要になってくる。抽象的な息の方向を可視化し客観的に理解するため、以下の実践を行った。

①【記述12】の2つの絵【図4参照】(前出)を参考に、ホースの水の流れを手で表現し、『to』と『tu』では流れがどう異なるか考える。②息の方向を手で表しながら、G1の音で四分音符4拍分『to-』、『tu-』それぞれ発声する。③練習ソファミ【図4-a参照】(前出)を『to』、『tu』で歌い、自身の口腔の空間、

息の方向の違いを体感する。次に『to』、『tu』それぞれのタンギングで練習ソファミをリコーダー奏する。

『to』と『tu』では母音が異なるため、口腔内の空間が変化する。ホースの絵において『to』の例ではホース口を狭めておらず、『tu』の例ではホース口を狭めており、この例はまさに母音『o』、『u』発声時の口腔内の空間の違いを示している。『o』は『u』に比べると口腔内が開くため声をやわらかく響かせやすい。またホースの水の流れは息の方向を示しているが、口腔内の空間が変わることで息を当てる方向も変わり、息の強さも変わってくる。『tu』の時は空間が狭まるため息の方向も直線的であるが、『to』の時は空間が広がり息の方向も放物線を描くように変化する。学生には②の発声時にこの息の方向（直線、放物線）を具体的に手で示すよう促し、その手が示す方向に息を流して発声するよう指示した。③の実践では『to』『tu』二種類の息の方向、口腔内の空間を意識して発声、リコーダー奏を行い、レガート唱にはどちらが適しているかを考察させた。自由記述欄には、「リコーダーによる『to』を意識して歌唱することによって、息の出かたが『tu』と比較した時に滑らかになり、また口の中の空間が『tu』の時より広がっているのが実感できた。／ホースの口が具体的でわかりやすく、自分の口の中の空間がイメージできた。水の流れも息の方向だととらえるとイメージしやすく、小学生にも伝わりやすいと思った／リコーダーを咥えている状態で口の中を広げるのは難しく、小学生には分かりにくいと感じた」等の記述がみられた。

#### (4) 第4回 響き（音色）

音色を作る要素には様々なものがあるが、今回は息の強さに着目した。息の強さを可視化するため【記述5】で取り上げられていたシャボン玉【図5参照】（前出）を利用し、以下の実践を行った。

①大きなシャボン玉、小さなシャボン玉をつくるには息の強さをどのように変化させればよいか、考えさせる。②筆者が実際に息の強さを変えてシャボン玉をつくる。息をやさしく（＝大きなシャボン玉）、息を強く（＝小さなシャボン玉）ができることを学生に提示する。③息の強さ（やさしく、強く）をそれぞれ意識しながら「おぼろ月夜」（第6学年教材）をリコーダー奏する。

息の強さによるリコーダーの音色の変化は、低音域よりも高音域の方が分かりやすいため、③でリコーダー奏する際は、「おぼろ月夜」の中でも高音域D2が出てくる部分を抜粋した（図10）。強い息で吹くと攻撃的な音色になり、やわらかく息を送ると優しい音色になる。学生たちにはこの両方を体感させ、おぼろ月夜にはどちらの音色が相応しいか考察させた。その後「おぼろ月夜」の歌唱に移る際には、自身の身体がリコーダーになったつもりでやさしく息を送り、楽器全体を響かせるイメージを持つよう助言した。自由記述欄には「リコーダーで吹くと音の出方の違いが顕著に分かるため、歌ったときも同じ捉え方で息の強さを意識することができ、声の印象が変わることが理解できた／優しく息を出すと言っても児童は具体的なイメージができず弱々しくなる傾向があると思う。「大きなシャボン玉を作るように」と言うことで割れないように優しく息を出す、息を持続的に出すことにつながるためレガートを説明するときに使いたい。」等の記述がみられた。



図10 「おぼろ月夜」抜粋

#### (5) 第5回 響き（鼻腔共鳴・表情筋）

最後の実践は発声技能からリコーダー奏への活用を試みた。【記述7】【記述8】で「歌うように吹く」と言及されているが歌はすべての演奏の基本であり、鼻腔共鳴・表情筋を意識しながら演奏することは双方にとって重要である。両者の相乗効果を検証するため、以下の実践を行った。

①鼻腔共鳴（鼻腔、副鼻腔）を各自ネットで画像検索し、実際の位置を確認する。②ハミング唱を行い、鼻腔共鳴の響きを探す。③筆者が「ゆうやけこやけ」（図11）<sup>11)</sup>をリコーダー奏する。鼻腔共鳴・表情筋（特に眉、目、頬骨）を使用した時、使用しない時の両方の例を学生に提示し、響きの変化を考察させる。④鼻腔共鳴・表情筋を意識しながら「ゆうやけこやけ」を歌唱したのち、同様にリコーダー奏する。

②のハミング唱は第1回で行った音階をハミングで歌った。この際C1～C2までは副鼻腔の上顎洞、C2～E3までは前頭洞が響くことをイメージするよう指示した【図6参照】（前出）。響く感覚が分からない学生には上顎洞、前頭洞の位置に手を当てながらハミングすること、鼻腔共鳴が響くことに連動してマスクが振動していることを感じさせた。響きの位置が変わっていくことが難しい学生には「顔の上にピアノの鍵盤があり、音が高くなるほど鍵盤の位置も上がることをイメージする」ことを助言した。

④で学生が実践する際には、鼻腔共鳴・表情筋を意識すると共に、心の中で「ゆうやけこやけ」と歌いながら吹くことを助言した。自由記述欄には「鼻腔共鳴・表情筋を意識してリコーダー奏した後に歌うと、一気に高音の発声が楽になった／器楽を演奏するときにも歌う時のように表情筋や響きのポイント等意識することが大切であり、同様に歌唱表現にも大切だと感じた／これまではリコーダーから歌だったが、歌からリコーダーの学習をすることでより「器楽と歌唱は繋がっている」ということが理解できると感じた／鼻腔共鳴のやり方が掴めなかった」等の記述がみられた。(高木彩也子)



図 11 「ゆうやけこやけ」(わらべうた)

#### IV. 考察・分析

各クラス共通の発声技能テーマをもとに5回の実践を行った。実践方法はクラス毎に異なるものの、表2の授業後アンケート結果から、両クラスとも多くの学生がリコーダー奏技能を発声技能に活用できたということが分かる。また最終回第8回の合唱発表で、第1～5回の実践で学んだことを活用して歌うことができたと答えた学生は荒木クラス回答者24名中21名、高木クラス回答者26名中22名であった。今回の実践成果の一つ目として、学生たちの発声技能に関する感覚的だった部分がリコーダー奏技能を活用したことでより具体化したことが挙げられる。第1回姿勢では、言葉で説明されるよりもリコーダー演奏時の姿勢を活用することで、自然と発声時の良い姿勢をとることができたと感じた学生が多くいた。リコーダーをかまえるという動作だけで、胸が開き背筋が伸び、自然と発声時の良い姿勢に矯正できたことは新たな発見であった。第2回呼吸・スタッカート唱ではタンギングを活用することで、スタッカート唱の際に身体のだの部位をどのように使えば良いのかという曖昧だった部分を明確に意識化することができた。第3回呼吸・レガート唱、第4回音色では、ホースの水の流れ、シャボン玉を例に、発声技能では体感しにくい息の方向、息の強さを可視化した。更にリコーダーの音色でそれらの変化を感じたことで、歌唱の際にもリコーダー奏で行ったことを自身の身体に置き換えて具体的に発声することができたといえる。一方、第5回響きに関しては、鼻腔共鳴・表情筋の使い方によって響きが変わることは実感できたものの、鼻腔を共鳴させる感覚を掴むことが難しく、実際の発声に活用できなかったと答えた学生が両クラスともみられた。鼻腔を共鳴させ、豊かな響きをつくることは発声技能の中でも応用的な段階であり、リコーダーを活用するだけでは不十分であったと考えられる。ただし、歌とリコーダーを全く別のものとして捉えるのではなく、どちらも鼻腔共鳴・表情筋を意識することで演奏そのものが変わるということに学生が気づけた点は大きな成果である。響きの違いをリコーダーで体感させることはできたため、今後は鼻腔共鳴を習得するためのより効果的な指導法を考案することが課題といえる。また二つ目の成果として、各回の実践の成果を第1段階としてリコーダーの音を通して客観的に聴くことができたため、自身ができているかできていないかを的確に判断した上で、その後の発声技能に活用できたことが挙げられる。歌唱の際には自身の身体が楽器となるため、自身の歌声を耳で聴き、発声技能の上達を判断することは非常に困難であるが、客観的に判断する手段として、リコーダーの音色を活用したという点において一定の効果があつたといえるだろう。(高木彩也子)

表 2 授業後アンケートクラス別集計結果 【 】はアンケート回答者数

アンケート内容	荒木クラス (28名)	高木クラス (31名)
リコーダー演奏時の姿勢は発声に活用できましたか	【28】 はい (27) いいえ (1)	【28】 はい (26) いいえ (2)
タンギング「tu」はスタッカート唱に活用できましたか	【26】 はい (24) いいえ (2)	【24】 はい (22) いいえ (2)
タンギング「to」はレガート唱に活用できましたか	【24】 はい (22) いいえ (2)	【26】 はい (22) いいえ (4)
リコーダーによる息の強さは「おぼろ月夜」の〈音色〉を工夫して歌うときの発声に活用できましたか	【24】 はい (21) いいえ (3)	【24】 はい (21) いいえ (3)
リコーダー奏において鼻腔共鳴・表情筋を意識しながら「歌うように吹く」を実践しました。それらは歌唱時の発声にも活用できましたか	【23】 はい (20) いいえ (3)	【26】 はい (25) いいえ (1)

## V. まとめ

本研究では「初等音楽」の歌唱指導において、リコーダー奏の技能を発声技能に活用することを試みた。リコーダー奏技能の観点から発声技能にアプローチするという事は新たな試みであったが、誰もが簡単に音を出すことができ、小学校第3学年から慣れ親しんだリコーダーを使用することで、学生たちも抵抗感なく発声技能の習得へと結びつけることができたといえる。小学校教員養成課程の限られた時間の中で、効率的に発声技能の専門的技術の習得、児童への発声指導法を教示することが課題であるが、今回の実践をその一つの指導方法として提案したい。学生への実践結果は明らかとなったが、今後は実際の教育現場において、この指導方法により児童の発声技能がどのように変化したか検証が必要であろう。今回は「発声技能」という基礎的技術に特化した。最終的な目標はその曲のもつ「曲想」にふさわしい歌声の追求である。今後は「発声技能」から発展し、子どもたちの豊かな「歌唱表現」に結びつけるための実践を行っていきたいと考えている。

(高木彩也子)

## 注・文献

- 1) 小原光一 ほか17名 (2020) : 「小学生の音楽1～6」, 教育芸術社, 東京.
- 2) リコーダー奏が導入される第3学年以降の、発声技能及びリコーダー奏に関する記述は以下の通りである。第4学年(発声: 2項目、リコーダー奏: 5項目)、第5学年(発声: 4項目、リコーダー奏: 5項目)、第6学年(発声: 1項目、リコーダー奏: 6項目)。
- 3) 小学校音楽学習指導要領【A. 表現・歌唱】では各学年の目標として以下のように示されている。第1学年及び第2学年「自分の歌声及び発音に気を付けて歌うこと」、第3学年及び第4学年「呼吸及び発音の仕方に気を付けて、自然で無理のない歌い方で歌うこと」、第5学年及び第6学年「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」。
- 4) 事前アンケートによると①小学校の音楽の授業で呼吸・発声の仕方を学んだ/荒木クラス(はい85%、いいえ15%)、高木クラス(はい96%、いいえ4%)、②リコーダーの奏法について学んだ/荒木クラス、高木クラスともに100%の学生が(はい)と答えた。学んだ内容については両クラス共通して、発声に関しては「お腹から声を出す」「大きく口を開けて大きな声を出す」等曖昧な表現が多くみられ、リコーダー奏に関しては「タンギング、穴の押さえ方、息の送り方」等、奏法に関する具体的なキーワードの記述をする学生が多かった。
- 5) 石田陽子・中村佳世子・木谷哲子 (2016) : 初心者のための歌唱指導法およびピアノ実技指導法に関する考察—実技指導におけるボディ・マッピングの重要性を考える—, 四天王寺大学紀要, 60, 68-70.
- 6) 前掲1) 「小学生の音楽3」, 教育芸術社, 東京.
- 7) 小原光一 ほか18名 (2021) : 「中学生の音楽1」, 教育芸術社, 東京, 14.
- 8) 前掲1) 「小学生の音楽4」, 教育芸術社, 東京, 34-35.
- 9) 前掲1) 「小学生の音楽6」, 教育芸術社, 東京, 12-13.
- 10) 6) に同じ。23.
- 11) 6) に同じ。24.