

# 歌唱指導の工夫

## 1 生徒の思いや感じ方を生かす歌唱指導

### 【豊かな響きを目指す歌唱指導】

歌唱指導は、歌うものを感じ、また感じたものを歌うように生徒を導いていくことです。ということは、歌唱経験の教育的価値は、歌う態度によって決定的に影響されるということです。歌は、音符や楽句の寄せ集めではなく、感情の表現であるとするとその表現を生かせる雰囲気や情景をつくるのが先決問題です。そのために費やされる時間は、すなわち、歌を教育的に価値のあるものにするために費やされる時間といえるでしょう。

繰り返していえば、生徒が進んで、表情豊かに歌おうと努力するような指導が必要なのです。小さな子どもには表情がつけられないという人は（音楽の先生で、そういう人がたくさんいますが）その人に、子どもの表現力を発達させる力がないのです。子どもが真剣な意欲をもって歌っている限り、音符の誤りや声の出し方は、第2の問題であって、あまりやかましくいう必要はないのです。

（J.S.マーセル著／美田 節子訳『音楽教育と人間形成』より）



#### (1) 生徒の音楽的な思考をとらえた指導

音楽に対する直感を働かせたり想像をふくらませたりし、音楽に深い思いをめぐらせ、より豊かな音楽活動の方向を見いだすこと。

#### (2) 音や音楽との出会わせ方の工夫

範唱は、楽曲の美しさを直感的に感じ取ることができ「こんな声（音）で表現したい」という思いをふくらませることができるもの、生徒の音楽づくりのヒントになるようなものを準備する。

また、範唱を聴くときは、「自分の好きなところ」、「楽しいと感じるところ」、「美しいと感じるところ」など、聴く目当てをもたせ、楽曲のよさや美しさについて考えさせることが大切である。

生徒が音楽を聴いて感じ取ったものを基に授業を構成していく。

## 2 各学年の指導事項

### (1) 新学習指導要領の表現に関する事項の系統（中学校学習指導要領解説 音楽編より）

「各学年の目標及び内容 2 内容 (1)A 表現」では、「歌唱の活動を通して、次の事項を指導する。」として、[共通事項]との関連を図りながら育成する能力が示されている。

ア	第1学年	第2学年及び第3学年
	歌詞の内容や曲想を感じ取り、表現を工夫して歌うこと。	歌詞の内容や曲想を味わい、曲にふさわしい表現を工夫して歌うこと。

(フ) 歌詞の内容の理解

- ① 歌詞をよく読み、言葉のもつ意味や内容を理解する。
- ② 歌詞をよく読み、言葉のもつ雰囲気や味わいを感じ取る。
- ③ 歌詞の内容から、情景や心情を想像し、イメージを膨らませる。
- ④ 歌詞を音読し、言葉の響きやリズム、アクセントなどを感じ取る。

(イ) 諸要素とのかかわり

- ① 歌詞のまとまりや旋律のまとまりから、楽曲全体の構成を知る。
- ② 歌詞の内容から調性を感じ取ったり、速度や強弱を工夫する。
- ③ 言葉のリズムやアクセントと旋律との関係を感じ取る。
- ④ 歌詞の内容と旋律の流れを感じ取る。

(ウ) 教材選択のポイント

- ① 歌詞の内容が生徒の実態に即している。
- ② 歌詞の内容から共通のイメージを膨らませることができる。
- ③ 音楽の仕組みが分かりやすい。
- ④ 強弱や速度の変化の工夫がしやすい。
- ⑤ 無理のない音域である。

イ	第1学年	第2学年及び第3学年
	曲種に応じた発声により、言葉の特性を生かして歌うこと。	曲種に応じた発声や言葉の特性を理解して、それらを生かして歌うこと。

音楽の種類や様式によって様々な発声法が存在することを理解し、それぞれの発声の仕方に興味・関心をもつことで、歌唱表現の多様さやおもしろさを知ったり、その発声法の背景にある歴史や文化を知ったりして、自己の歌唱表現に生かすことが学習の目的である。

(フ) 言葉の表現に気を付けて

母音や子音、濁音や鼻濁音などの発音に関することや音楽のもっている抑揚やアクセント、リズムなどを理解し言葉表現すること。このことは、音楽科における歌唱の指導だけにとどまらず、正しく美しい日本語を表現するという意味においても大変重要である。

(イ) 美しい言葉

何が美しいのか、自分にとって「美しい言葉」とはどのようなものなのか、「美しさ」に対し、しっかりと自分のイメージをもたせることが大切である。

諸外国の歌曲を歌唱教材として扱い原語で表現させる場合は、その原語がもっている抑揚やアクセント、リズムを正しく理解し、表現できる技能が必要となる。特に発音に対しては十分な理解と配慮が必要であるが、外国語の学習にならないよう生徒の実態に即して、無理のない教材を選択する必要がある。

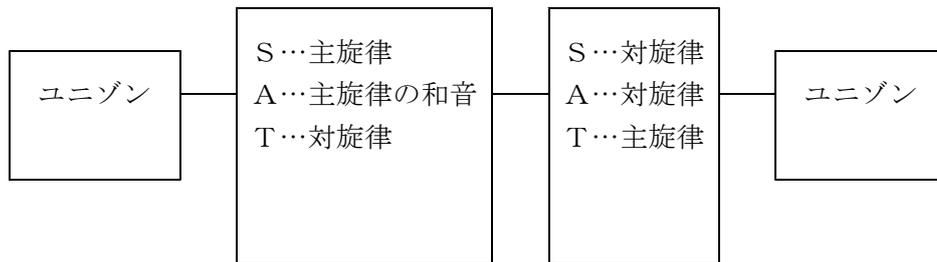
ウ	第1学年	第2学年及び第3学年
	声部の役割や全体の響きを感じ取り、表現を工夫しながら合わせて歌うこと。	声部の役割や全体の響きを理解して、それらを生かして歌うこと。

## (ケ) 声部の役割

- |           |            |           |
|-----------|------------|-----------|
| ・主旋律を受けもつ | ・対旋律を受け持つ  | ・和音を生み出す  |
| ・リズムを刻む   | ・低音で響きを支える | ・音響的效果を出す |

- ① ある声部を抜いて表現し、響きの変化を感じ取らせる。
- ② 声部を一つずつ重ねていき、次第に豊かな響きへと変化していくことを感じ取らせる。
- ③ 女声と男声の声部を入れ替え、響きの違いや声部の役割を感じ取らせる。  
これらの活動は、声部の役割を理解するだけでなく、声部に適した音色の工夫や、上級学年における小アンサンブルの活動へとつながりをもたせることができる。

## (イ) 声部の役割を生かす



出だしのユニゾンはどの声部も主旋律という役割をもっているが、続くソプラノへ自然につなぐ工夫が必要になる。

- ・ 主旋律を表現するためにはどのような表現が適切であるか。
- ・ 主旋律を支える対旋律は主旋律に対してどの程度の音量が必要か。
- ・ 低音で響きを支えるためにはどのような音色が適切なのか。

## (ウ) 全体の響きに調和させて

- ① 自分たちの演奏を録音して聴く  
録音したり録画したりしたものを聴き、自分たちの表現について話し合う。
- ② 演奏から退いて客観的に聴く  
ある程度的人数での合唱の場合、第三者の立場から感じたことを発表する。
- ③ 指揮者として全体を指揮する。  
豊かな音楽経験が必要であるが、多くの生徒に体験させることは様々な点において有効である。
- ④ 小アンサンブルの活用  
楽曲全体が聴き取りやすく、自分の役割や他の声部の役割も理解しやすい。また、練習の過程での話し合いなどもしやすいなどの利点が多い。さらに、大合唱や大合奏に比べると、一人一人の役割がはるかに重いということで、生徒へ積極的な活動が期待できるなどの点からの効果的な活動である。

## 3 発声指導の際の予備知識

### (1) 頭声と胸声

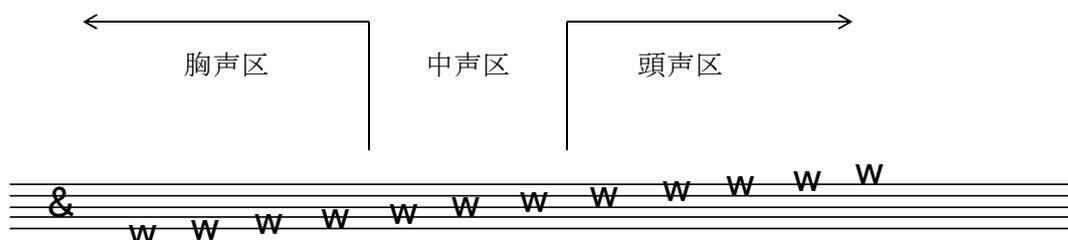
医学的には、声帯が部分的に振動した音声を **頭声**  
声帯の全体が 振動した音声を **胸声** と呼ぶ。

人の声には、基本的にこの2種類しかない。話し声は胸声（俗に地声と呼ばれている）であり、この胸声でそのまま歌うと、いわゆる生の声となり、響きが固く、伸びやかさや共鳴に欠けた声

になる。そこで、呼吸を工夫することなどによって、声帯がきちんと閉じた状態を作り出す。このような工夫された胸声による歌声では、響きの活力、厚みや幅の広がり、多彩な音色などが得られる。

しかし、これだけではある高さから上の声を出すことに無理がある。そこで声帯の振動が部分的になるように変え、頭声にすることによって高い声を出す。

ただし、歌うときには、胸声から頭声へ、頭声から胸声へと急速に変えるのではなく、声帯の振動状況をスムーズに変化させる中間的な音域「中声区」がある。（この音域には、個人差がある。）



小学校低学年の児童にハ長調の音階を歌わせると、ラカシのあたりで急に声がひっくり返ったようになるのは、この中声区の操作がうまくできないからである。むしろそれが普通である。このようなとき、「音程が悪い。」とか「変な声を出さないように。」などの注意は禁物である。

## (2) 子どもの声帯の成長と音域 (平均値)

年齢	声帯の長さ	音域
6歳～8歳	約9mm	H～Ḋ
9歳～10歳	約10mm	H～Ė
11歳～12歳	約11mm～12mm	A～Ḟ
変声直後の女子 変声直後の男子	約13mm～14mm 約17mm～18mm (女子のほぼ1オクターブ下)	

## (3) 歌声に少し異常を感じる場合

- ・ 嗄声（かすれたり、息もれするような声）の生徒
- ・ 狭声域（声帯の振動がうまくいかず音域がかなり狭い声）の生徒
- ・ 低声域（大人のような声で、低い音域しか出せない）の生徒

このような子どもたちは生まれてからの生活の中で、無意識に無理な声帯の使い方を継続したり、あるいは発声器官を含む呼吸器官の病気の後遺症的な要因によって、スムーズな声帯の振動ができないでいることによるものが多い。無理やり一斉に歌わせることは避け、根気よく指導することが大切である。

（例）子どもに好きなメロディを歌わせて（音の高さ、調は指定しないことが大切）、その子が楽に、またよい表情で歌える音域を調査して、それを基に教材を移調して歌唱させてみる。

#### (4) 変声期

身体が成長するにつれ、声帯の幅や長さも増してくる。女子には急速な変化は起きないが、男子では声帯の長さが女子の2倍以上になり、変声の期間もきわめて短い。(半年から1年くらい)

男子の声帯の成長過程

- ・ 初期：それまでの3度くらい下で歌うようになる。
- ・ 中期：高い音域でも低い音域でも声の質にばらつきが目立つようになる。
- ・ 後期：高い声がほとんど出なくなり、低い声も出しにくそうに歌う姿が見られる。

#### (5) ゲーム感覚で音高、音程、重なりに対する感覚を高めながら

##### ○ 音階練習を遊び感覚で



符尾が下向きの音符を教師が歌い、上向きの音符を生徒が歌う。

慣れてきたら5度音程で行ったり、生徒同士で行ったりするようにする。

#### (6) 二部合唱の導入

##### ○ 主旋律の3度下の旋律を歌う。

※ 一点ハ（下のド）に対してはドを、1オクターブ上のドに対してはミの音で歌う。）



##### ○ 他の曲にも応用してみましょう。

## 4 中学生の歌唱（合唱）指導

### (1) 中学校の各学年段階の特性を踏まえて指導すること

ア 中学生の時期は心身の発達が急激に進む時期である。

(ア) 1年生は、「小学校7年生！」

小学校でどんな学習をしてきているのかを踏まえて指導すること。

(イ) 「男子は、皆、変声期に入っているわけではない。」

まずは斉唱から。1年生は同声二部合唱からおう。

(ウ) 最初から男女を分けた指導をしない。全員で主旋律を歌うことから始めて、合唱のパートも全員で把握するようにすること。

(エ) 女子の場合、頭声区の発声が身に付いていないために、安易にアルトへ行きたがる。

頭声区が弱声のためにアルトが地声で大きく声を張り上げてしまい、バランスが整わ

ない合唱を耳にすることがある。胸声区は、口型と発音に気を付けさせながら歌詞の内容を踏まえた気持ちのこもる歌唱を心掛けること。特に女子は、「い」段、「え」段の発音が口角に力の入った平べったい甘えた発音になりやすいので注意すること。

イ 小学校高学年の指導を踏まえた連続した指導が大切であること。

(ア) 1年生の早い時期で、合唱の学習の仕方を十分に指導しておくこと。

(イ) 2年生は、中間の学年のため声の変化も大きく指導がしにくい。しかし、本格的に三部合唱に取り組みせたい時期なので、楽曲の特徴や歌詞の内容をとらえてどのように歌ったらいいのか考えさせる指導を充実させること。

ウ 教科書の楽譜に気付いたことや感じたことを書き込む指導を行うこと。

結果としての響きにこだわり過ぎない。生徒がどのように楽曲を感じ歌おうとしているかという心情面の変容を重視すること。

エ 男子の変声期の声は、女性が1オクターブ下で歌っている感じと考え、女性の先生としては、例えば、宝塚歌劇団の男役の発声をまねて指導するのもよい。

オ 3年生になると、男子の変声についても一段落するので混声三部合唱や部分四部合唱に本格的に取り組める。

大事なことは、楽曲のよさや特徴を感じ取って生徒自身がどのように歌いたいということ。

また、パート練習の行い方や相互に評価し合って指摘し合う学習の進め方がしっかり身に付いていることが前提となる。時数が少ないので生徒が1、2年生で学習の進め方については充分指導しておくこと。

カ 男子は、変声が進むとすべて胸声区で歌うことになるので、呼気の流れと口腔を広げて響きをつくることができれば、どんどん歌声はよくなる。

キ 女子も変声する。体が大きくなれば声帯も大きくなるのでコントロールしにくくなる。頭声区の指導を充実させること。

(2) 範唱CDをもっと聴かせよう。

各中学校で、「範唱CDを聴かせていますか。」と問うと「最初だけ。」「パートのCDはいつもよく聴かせるが、全体の演奏はあまり・・・。」といった答えが返ってくるが多い。CDの演奏を聴かせることは、それが教師の設定した「おおむね満足できる」状況、すなわち目標であり評価規準である。その目標を生徒にもしっかりとらえさせることが必要である。

また、演奏の中に表現のヒントがたくさんちりばめられている。どのような曲の特徴があるのか、どのように歌っているのか、どんなことに気を付けているのかといったことを考えながら、注意深く聴くという活動をもっと増やすことが大切である。

(3) 曲の構成を踏まえた指導を行う。

中学生の合唱曲は、形式が似ている。例えば、「翼をください」のような、前半が語る感じで、後半が盛り上がり、さらに繰り返しの後、コーダ部分があってテンポも速くなり盛り上がり上がって終わるといった曲が多い。

そこで、フレーズをとらえて、「問い」と「答え」を踏まえて指導したり、旋律の流れをとらえて指導したりすると、自然と強弱がついてくる。

また、縦書き歌詞カードや楽譜を提示することはたいへん有効である。例えば、縦書きの歌詞カードの前半と後半が、段を変えて書かれているだけで曲の構成に気付く。作曲者

が詩の構成を踏まえて、曲の構成を考えていることにも気付く。コンピュータやプロジェクターを使用するなど簡単に準備ができる。

(4) 視覚的に訴える教具・資料，板書を工夫する。

例1 歌詞の抑揚やリズムをとらえさせる指導

<p>&lt;強弱アクセント&gt; なつが くれば おもいだす</p> <p>&lt;高低アクセント&gt; つが く もいだ な れば お す</p>
---

生徒に自分の抑揚やアクセントを記録させて，比較するもの面白い。

例2 心情曲線を使った指導

心情曲線を描いていけば，旋律線と重なり，強弱とも一致する。

しろいひかりの なかに やまなみはもえて

曲名：「旅立ちの日」