

# 指導資料

# 音楽 第51号

鹿児島県総合教育センター  
令和2年4月発行

対象  
校種

小学校 義務教育学校  
中学校 特別支援学校



あなたの声掛けで，歌声が変わりますよ！  
～ 学級担任の先生方へ。歌う子供たちに，この「一言」を～

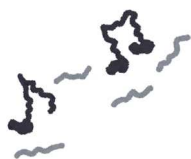
子供たちに身に付けさせたい歌唱の技能は「自然で無理のない歌い方」や「互いの歌声などを聴いて声を合わせて歌う」ことなどである。では，学級担任としてどのような声掛けをすればよいのだろうか。具体例を用いて示す。

ナビゲーター



おんぶのすけ

朝の会。  
とある教室から…



N先生

子供たちの歌声が聞こえてきたよ。

大きな声を張って歌っているね。どう思う？



子供らしくて元気があるから，それでいいと思うんだけど。

でも，音程がはずれたり，のどに負担をかけたりする歌い方はよくないよね。

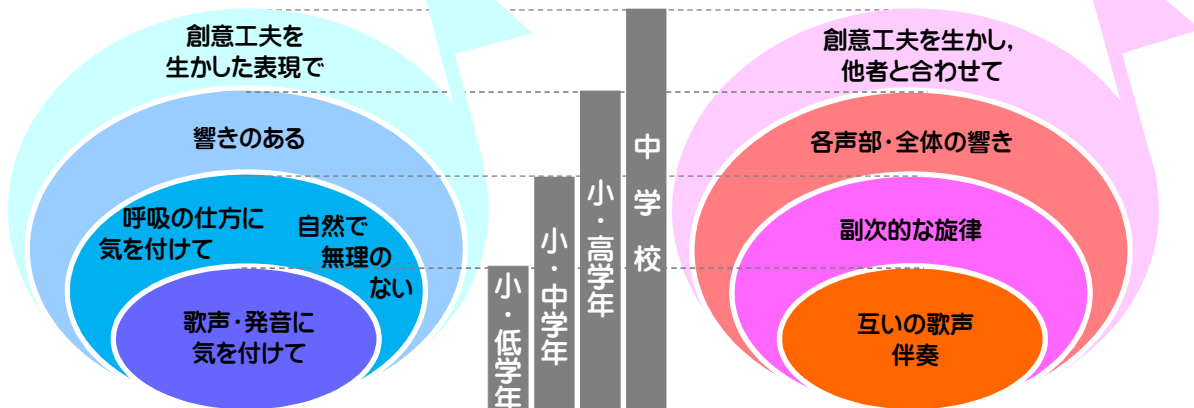


学習指導要領では，歌い方に関する技能について，下のようになっているよ。

どんな歌い方をすればいいの？



何を聴いて，声を合わせればいいの？



では，先生がどんな声掛けをすれば，上のような歌い方に近づくだろう。具体的な声掛けの方法を，次のページで見ようね。





「いい匂いをかぐように  
吸ってみましょう。」

リラックスして息を吸うことができます。  
特に小学校低学年は呼吸がまだ浅いので、  
「しっかり息を吸いましょう。」などの声掛けは、逆効果になることがあります。

「おなかのポンプで、  
声を遠くまで出しましょう。」

腹筋を意識して息を出すことができます。  
それが腹式呼吸をすることにつながる  
ので、響く声を出す土台ができ、声帯への  
負担も減らすことができます。

「おしりを締めましょう。」

この声掛けも、腹筋を意識させる  
ことができます。腹筋を使って息を  
出し、声を支えることができるの  
で、音程や強さが安定した歌声を出  
し続けることができます。

「口を縦に開けましょう。」

母音(アイウエオ)の違いが  
明瞭になります。より大人に  
近い歌声にも変わります。「声  
が幼いな」と思ったら、この言  
葉を掛けてみましょう。

「言葉をはっきり歌いましょう。」

発音が明瞭になります。歌声が聴きやす  
くなると同時に、歌詞の内容が伝わりやす  
くなるので、より聴く人の心に訴え、感動的な歌  
にすることができます。



## 呼吸 や 発音の仕方

を変える一言



「かかとに紙を1枚はさんだつもりで。」

姿勢が安定します。ほんの少し前傾姿勢にな  
りますので、かかとに重心をかけたときよりも  
体のバランスがよくなり、声が出しやすい姿勢  
になります。

「肩甲骨を寄せましょう。」

姿勢がよくなります。「胸を張っ  
て。」と助言してしまうと、逆に余  
計な力が入ってしまいますので、肩  
甲骨を寄せるイメージで少しだけ  
胸を張るようにします。

「桜島のとっぺんを  
見ましょう。」

この声掛けも、姿勢をよくしま  
す。少しだけ目線を上げることで、  
頭部全体が上向きになります。

※ 桜島が見えない場合は、目線が  
少し高くなるような対象物を探し  
てください。

「うわあ。びっくりした。」

と言って、実際にびっくりした顔  
を子供に見せてみましょう。

びっくりした表情をすることで、  
顔の様々なパーツが開きます。特に  
目が大きく開くので、明るい響きの  
声にもつながります。



「頬の筋肉を上げましょう。」

この声掛けも、顔の表情をよくします。  
笑顔に近付くので、楽しそうに歌う様子  
も伝わります。うまくできない子供には、  
「指で頬骨のあたりを少し押し上げてみ  
ましょう。」と助言してみましょう。

## 身体の 使い方 や 顔の表情

を変える一言





「のような声を出してみましょう。」

「ホーホーホー」ふくろう

「ホーツホツホツホ」上品なマダム笑い

楽しみながら、響きのポイントをつかむことができます。鍵盤の高いドの音あたりを使って声を出させます。声帯を締め付けることなく、響く声を出すようになります。

大人になった自分

CD

目指す声の響きをイメージしやすくなります。子供は、大人になった未来の自分の姿や、範唱CDの美しい歌声などに、あこがれるものです。

# 声の 出し方

を変える一言

「口の中をトンネルにしてみましょう。」

響きのある声が出るようになります。トンネルの中で出した声が響くことは子供たちも知っているのですが、トンネルのようなイメージでどの奥を開かせ、声を出させるようにします。



「高い音と低い音を、似た声にしてみましょう。」

高音域と低音域で異なる声質を、近付けることができます。高音域では「自然で無理のない歌い方」ができて、低音域では地声になってしまいがちです。

低音域でも、「呼吸や発音の仕方」、「身体の使い方」、「顔の表情」は変えないことも助言してみましょう。

「高い音は、頭の上から出るような感じで。」  
「低い音は、鼻に響かせるような感じで。」



この声掛けも、高音域と低音域で異なる声質を、近付けることができます。低音域の声はどうしても響かなくなるので、鼻の上部に響かせるようなイメージで声を出させてみましょう。

# 聴いて 合わせる

こと

を変える一言

「友達の素敵な歌声が聞こえていますか。」

互いの歌声に気付き、音程やリズムを周りの歌声に合わせることを意識できるようになります。特に小学校低学年に有効な声掛けで、友達と一緒に歌う楽しさを味わうことができます。



「素敵な伴奏（CD）の音を聴いてください。」

伴奏の音に気付き、全体の響きを意識して歌えるようになります。音程やリズムに加え、声量にも気を付け、調整する技能が身に付きます。



「たまには伴奏（CD）なしで歌ってみましょう。」

互いの歌声を聴くことに集中できるようになります。左記の声掛けとは相反するようですが、小学校高学年以上の手段として有効です。例えば、合唱をアカペラで歌うと、副次的な旋律や各声部の歌声により気付きやすくなります。



学級の子供たち全体に声掛けをする方法はだいたい分かったけど、個別に支援を必要とする子供には、どのようにアプローチしていったらいいかな。

それぞれの学校で様々な課題があると思うけど、よくある質問をQ&A方式で載せてあるので、参考にしてみてね。



## 【よくある質問】

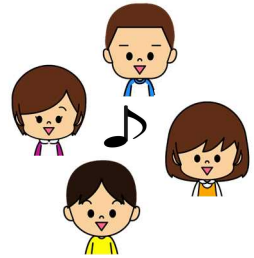
**Q. 音程がうまくとれない子供がいます。その子供への働き掛けを教えてください。**

**A. 教師が横で歌う。**

曲の最初の音程が肝心。教師がその子供の横で、曲の最初の音程をとります。その高さの音を（例えば「ソー」と）伸ばして出せるようになることが、最初の一步です。

**A. グループで輪になって歌う。**

最初の音程が取れるようになったら、歌える子供たちのグループに入れ、輪を作って歌わせます。「友達の歌声をよく聴いて歌ってごらん。」と助言しましょう。



**Q. 変声期を迎えた子供がいます。その子供に配慮すべきことを教えてください。**

**A. 学級等で共通理解する。**

小学校高学年では変声期が始まり、声が出しづらくなる子供が出てくることを学級や学年全体に話し、子供たちの間で情報を共有します。



**A. 無理なく歌わせる。**

音程が狂ったり、1オクターブ下げて歌ったりするかもしれませんが、本人の歌いたい気持ちを大切に、温かく見守りましょう。

**Q. 小学校高学年や中学生になり、歌いたがらない子供がいます。その子供への働き掛けを教えてください。**

**A. 改善点を称賛する。**

前ページの内容を指導し、その子供に少しでもよくなった点が見られたら、その場を逃さず「できるようになったね。」と称賛しましょう。

**A. 支持的な雰囲気のある学級をつくる。**

「主体的・対話的で深い学び」を実現する上でも、支持的な学級風土をつくることは大切です。歌いたがらない子供を他の子供たちが励まし、働き掛けるような雰囲気づくりができるといいですね。

後日。  
同じ教室から...



わあ...  
このクラス、とてもきれいな歌声に変わっているね!

先生が声掛けをしたからと言ってすぐに歌声が変わる訳ではないけれど、継続的な声掛けで歌声は変わっていくよ。  
ぜひ、子供たちと粘り強く取り組んでみてね。



おしまい!

—引用・参考文献—

- 小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 音楽編 平成29年7月
- 中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 音楽編 平成29年7月

（教職研修課 中山 拓郎）