

## 研究テーマ ●音楽学習における体ほぐし・心ほぐしの研究

教育学部・音楽教育講座

教授 日吉 武

## 研究の背景および目的

音楽学習は「活動する」ことが中心となる学習です。この「活動する」ということでは、まず身体が活発に動くことをイメージしますが、もう一つ不可欠なこととして「心が活発に動くこと」もあげられます。両方がそろえば、より楽しく充実した、「いきいきと」した音楽活動ができるのです。そのために音楽学習の開始時や活動途中に効果的なほぐしを行い、身体や心の動きを活発にすること、また音楽活動に障害が生じた時、楽しく積極的に乗り切るための方法について研究しています。

## ■おもな研究内容

- 学校現場の音楽学習場面において、「どのような『体ほぐし・心ほぐし』が行われているか」という現状調査
- 体を効果的に動かし、身体能力を引き出す方法として「ナンバ身体論」「古武術の身体操作」「ゆる体操」「アレクサンダーテクニーク」を取り入れた音楽学習の体験調査
- 体ほぐし・心ほぐしを音楽学習の中で効果的に実践するための指導方法と指導プログラムの開発
- 学校現場での音楽学習場面（授業や部活動等）における実践と検証



小学校での出前授業。体と心をほぐして、楽しく唄うことを児童に体験してもらい、効果を検証しながら授業を行うことができる。

- 生涯学習の場面（合唱活動等）における実践と検証などを行い、「体ほぐし・心ほぐし」を取り入れた音楽教育のプログラム開発に取り組んでいます。

## 期待される効果・応用分野

研究により開発される新しい指導方法やプログラムは、音楽学習により楽しく積極的に取り組むための呼び水としての効果があると考えています。例えば音楽の授業、合唱活動や吹奏楽部の活動の導入や展開の段階で、「楽しい」という気持ちを生み出すため、より楽に技能や演奏表現が高まることが予想されます。この研究成果は学校現場における音楽教育だけでなく、より専門的な音楽学習の場や、広く生涯学習における音楽活動にも活かせる研究内容です。

## ■共同研究・特許などアピールポイント

- 学校現場での実践はもちろんのこと、教員研修等でも活用できる内容です。教育研究会依頼の講習会等で成果を還元しています。
- 鹿児島県内外の合唱団等が練習に研究成果を取り入れています。

## 🗨️ コーディネーターから一言

「体ほぐし・心ほぐし」を音楽学習に取り入れて、楽しく学べる指導方法・プログラムを研究開発。学校現場だけでなく、教員研修や県内外の合唱団の練習等での講習も行っています。お問い合わせをお待ちしています。

研究分野	音楽科教育、合唱指導法、ピアノ教育
キーワード	体ほぐし・心ほぐし、息づかい、合唱指導、音楽科カリキュラム