

初等教育教員養成課程における発声指導の一試案

日 吉 武〔鹿児島大学教育学部（音楽教育）〕

A Proposal for Voice Training in the Elementary School Teacher Training Program

HIYOSHI Takeshi

キーワード：音楽科教育、発声指導、自然で無理のない発声、たとえを使った指導

1. はじめに

歌唱指導は、小中学校の音楽科教育において表現領域の中に必ず含まれるものであり、欠かすことのできない指導事項である。しかし、実際の現場の教師からは多くの悩みがあげられている現状がある。

歌唱指導には、発声指導、歌詞指導、合唱指導など様々な内容があるが、その中でも特に教師が悩み、とまどっているのが、発声指導である。教師の研究会や教育委員会主催の研修会等でも、取り上げてほしい内容として必ずと言ってよいほど要望される。児童・生徒によりわかりやすい指導法はあるのか、大きな声は出るがそれ以上先に進まない、もっときれいな歌声にしてあげたいが方法がわからない、歌ってくれなくて困っている等々、その内容も多岐に渡っている。

そのような現場の現状は、本学部の学校教育教員養成課程の学生たちの歌唱指導に対する考え方や知識にも反映されているように思う。筆者が担当している小学校教科専門科目「小学校音楽Ⅱ」を受講している学生に事前調査をしたところ、児童への発声指導について、「発声の内容がわからないので何をしたいのかわからない」という危機的なものから、「ちゃんと前を向いて歌うように指導したらよい」「口を大きく開けて遠くの方へ声を出す」といった歌唱指導としては至極当たり前だったり、あいまいさが濃い記述が数多く見受けられた。

学生たちは小中学校で歌唱指導を受け、発声指導も体験してきているはずなのであるが、その指導があまり定着していない、指導内容を記憶していない、残念ながら指導を受けていないケースもある、という厳しい現状が見て取れる。このよう

な学生が将来小学校の教員として歌唱指導に携わっても、児童の発声指導をしっかりと行うことはできようはずもない。

本論は、上記のような現状を踏まえ、義務教育課程である小中学校音楽科での発声指導の内容について検証するとともに、筆者が小学校音楽Ⅱで行った授業実践の分析を通して、初等教育教員養成課程における発声指導のあり方について一つの試案を提示することを目指したものである。

2. 小中学校音楽科教育における発声指導の内容

(1) 小学校・中学校学習指導要領の内容における発声指導

発声指導について現行の小学校学習指導要領では、「第2 各学年の目標及び内容」の中の「2 内容」において次のように書かれている。^{*1}

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、自然で無理のない声で歌うこと。

第5学年及び第6学年：

呼吸及び発音の仕方を工夫して、豊かな響きのある、自然で無理のない声で歌うこと。

この記述を指導者側に立ってまとめれば、「低学年では自分の歌声に気を付けるよう指導し、中学年では呼吸と発音の仕方について指導、また自然で無理のない声で歌うように教え、高学年では中学年での歌い方をさらに工夫させ、より豊かな響きのある歌声を身に付けさせる」ということになろう。

一方、現行の中学校学習指導要領では、「第2各学年の目標及び内容」の中の「2 内容」において次のように書かれている。^{*2}

第1学年：

曲種に応じた発声により、言葉の表現に気を付けて歌うこと。

第2学年及び第3学年：

曲種に応じた発声により、美しい言葉の表現を工夫して歌うこと。

この記述を指導者側に立ってまとめれば、「中学校では曲種に応じた発声で歌うよう指導し、1年生では言葉の表現に気を付けさせ、2、3年生ではより美しい言葉の表現を工夫させる」ということになる。

つまり小中学校での発声指導の内容は、次の事項になると言える。

小学校：呼吸の仕方、発音の仕方、自然で無理のない声、豊かな響きのある歌声

中学校：曲種に応じた発声、言葉の表現

これらの事項の中で、「自然で無理のない声」と「曲種に応じた発声」の二つは小中学校で指導すべき歌声の質に関わるものとして特に重要である。

「自然で無理のない声」について、指導要領の解説には次のように書かれている。

「児童一人一人の声の持ち味を生かしつつも、心身ともに成長の過程にある児童の声帯に無理のかからない歌い方を重視することであり、従来の頭声的発声で求めてきた歌い方と大きく異なるものではない。しかし、これまで頭声的発声を特定の発声法と受け止めて指導する状況も見られたことから、今回の改訂では、児童がより美しい歌唱表現を求め、伸び伸びとした歌声で歌う活動を通して、曲想に合った自然な歌い方を工夫し、無理のない声づくりを進めていくことの重要性を強調したのである。」^{*3}

つまり「自然で無理のない声」とは、従来音楽科教育で指導されてきた頭声的発声であるのだが、児童の声の持ち味を生かしつつ声帯に無理のかからない歌い方を重視した発声であり、また曲

想に合った自然な歌い方ができる発声である、ということができる。

一方、「曲種に応じた発声」について、指導要領の解説には次のように書かれている。

「世界には多様な歌唱曲があり、それぞれにふさわしい表現の声の出し方や音色を工夫することである。すなわち、歌唱曲において必要とする声の出し方は曲種によって異なるものであり、歌おうとしている歌唱曲に応じた歌声がそれぞれに存在するのである。したがって指導者はまず発声の多様性を認識し、教材とする歌唱曲に必要な声の音色や発声の特質をよくとらえて指導に当たることが大切である。」^{*4}

つまり「曲種に応じた発声」とは、それぞれの歌唱曲に必要な声の音色や発声の特質をとらえ、それぞれに応じた声の出し方をさせる発声である、ということができる。

また中学校の指導書解説は、この発声について次のようにも述べている。

「指導に当たっては、曲種に応じて生徒自身がよりふさわしいと感じる声の出し方や音色で歌うことを尊重したい」^{*5}「学習の対象としている歌唱曲に対して、生徒自身がふさわしい声の出し方や音色を感じ取って歌うことである。～中略～発声についても地域や時代の特徴をとらえて曲種にふさわしい声を理解し、自己の中にイメージを作って歌うことが大切である。」^{*6}

つまり、教師がそれぞれの曲種にあった発声を一から指導してしまうのではなく、生徒自身の発声のとらえ方や感じ方から出発し指導していくことが重要だということである。この点は発声指導に鑑賞もからめていくことにつながり、歌声をより幅広い観点からみる力を養っていくことを求めていると言えよう。小学校と比べて中学校の発声指導では、教師にも生徒にも声の特徴をとらえる能力を持つことが要求されているのである。

では、小学校から中学校への一連の流れの中で、発声指導はどのようにとらえられるべきであろうか。小学校でつけた力を基礎として中学校でさらに学んでいくことを踏まれば、それは次のように整理することができよう。

児童・生徒の声の持ち味を生かしつつ声帯に無理のかからない歌い方を重視して頭声的発声を指導し、呼吸と発音の仕方、言葉の表現を身に付けさせ工夫させる。また、曲想にあった自然な歌い方やより豊かな響きのある歌声を身に付けさせる。さらに、中学校段階ではそれぞれの曲種における歌声の特徴をとらえさせ、それぞれに応じた声の出し方をしよう指導する。

(2) 小学校・中学校音楽科の教科書における発声指導

次に、小学校・中学校音楽科の教科書における発声指導の記述内容について、教育芸術社発行の教科書（平成19年4月現在、音楽科の教科書として鹿児島県で最も使われている）^{*7}について、まず小学校からみてみると次のようになる。^{*8}

小学校

1年：くちのあけかたにきをつけてやわらかいこえでうたいましょう。

2年：うたうときのせいは…

せなかをのばしたまま… → かたを上げ
→ さっと下ろして… → ほほえむかんじ
でうたいましょう。

3年：

○おなかの下のほうにふかく息を入れてから、ゆっくりと息を出すかんじで歌いましょう。

○あくびをするようなつもりで空気をすってみると、つめたくかんじるところがあります。そこをよくあけて、声を遠くのほうへとどけるようなかんじで歌いましょう。

4年：

○スタッカートのところは、わらったときのようなおなかの動きを感じて、軽くはずむように歌いましょう。

○自然で無理のない声を手の先のほうに集めるような気持ちで歌いましょう。

小学校の教科書における記述内容をまとめると、発声指導における指導事項は「口形、姿勢、呼吸法、息の使い方、口の中の開け方、自然で無理のない声、歌声の方向性」の7点にまとめるこ

とができよう。

次に中学校をみてみる。^{*9}

中学校

1年：

○姿勢（響きのある声で歌を楽しもうとする気持ち、美しい姿勢をつくります。）

■美しい響きをつくる

●安定した下半身

- ・重心は少し前のほうにかける
- ・両足の間を少し開ける
- ・ひざは自然に伸ばして

●リラックスした上半身

- ・背筋もまっすぐに ・肩の力を抜いて
- ・胸はやや高く ・首筋はまっすぐに
- ・髪を上を引っ張られているような感じ

○呼吸（安定した歌声で歌うためには、スムーズな呼吸が大切です。）

- ・ゆっくりとむらなく吐く
- ・花の香りをかぐような感じで吸う
- ・背中にも吸うような感じで

●スムーズな呼吸エクササイズ

①鼻と口から、おなかのほうへ息を吸う（吸いすぎないように）。

そして少しの間、息を止める。

②歯と歯の間から無声音で「スー」と息を出す。

○響きづくり（心地よい歌声で歌うには、遠くまで通る響きのある声を出すことが大切です。）

●響かせる場所：まゆやおを上げて、左右のまゆの間に響かせるような感じで

●息の方向：頭のとっぺんに向かって息が出ていくような感じで

●響きづくりエクササイズ（比べてみよう！お互いに聴き合って確かめてみよう。）

★鼻の下に手を当てて…… → 手の上のほうに向かって声を出す感じで → 上あご、鼻、額などに響きが感じられ、音色が明るくなるね。

★鼻の下に手を当てて…… → 手の下のほうに向かって声を出す感じで → 声が下に落ちていき、音色が暗くなるね。

23年上：

○明るく輝かしい声で歌うには、力強い息が必要です。そのためには、おなかのまわりに力を感じて、なめらかに息を出し続けることが大切です。

(独唱は、自分の声の特徴を生かしながら、堂々と自信をもって歌い上げよう。)

23年下：

○のびのびとした声で歌うためには、歌声の「もと」になる「息の流れ」がのびのびとしていることが大切です。そこで次のようなことに気をつけてみましょう。

①このように休符がフレーズの途中にある場合は、プレスをしないでその前後がつながっているようなイメージで歌いましょう。

②大きなフレーズはあまり力まず、後半に向かって広がっていくような感じで歌いましょう。

(おなかのあたりに息の源を感じて)

中学校の教科書の記述内容は小学校に比べるとより詳しいものになっているのがわかるが、それらの指導内容をまとめると、発声指導の事項は、「姿勢、呼吸法、響きづくり、息の方向、力強い息、息の流れ、おなかのあたりの意識」の7点にまとめることができる。

小学校と中学校の教科書における指導事項をまとめると「口形、姿勢、呼吸法、口の中の開け方、自然で無理のない声、歌声の方向性、響きづくり、息の方向、力強い息、息の流れ、おなかのあたりの意識」ということになる。

これらのうち特に歌声の方向性や息の方向には次のような助言があげられている。

○声を遠くの方へ届けるような感じで歌う。

○自分の頭よりも上に上げまっすぐ伸ばした手の先を集めるようにして歌う。

○頭のとっぺんに向かって息が出て行くような感じで。

○鼻の下に手を当てて、手の上のほうに向かって声を出す感じで歌ってみると、上あご、鼻、額などに響きを感じられ、音色が明るくなる。

上記の助言は、いずれも従来の頭声的発声のための助言と同じであり、教科書で重点的に取り上げている発声が頭声的発声であることを示している。

つまり、教科書の目指させている歌声は、腹式呼吸を使い軟口蓋をよく開け、歌声を頭の上の方から遠くへ向けて、視線よりも斜め上の方に集めるようにイメージして発声し、おなかのあたりに力を感じながら息の流れをコントロールして歌っていくものである。

ここまで学習指導要領と教科書の記述から、小中学校で指導されるべき発声の方法について検証してきた。中学校で曲種に応じた発声への広がりはあるものの、基本的には従来からある頭声的発声を柱に指導していくことが明らかであった。

そこで、上記のような指導を受けてきたはずの学生たちが、発声指導についてどのようにとらえ理解しているのか、その現状を把握した上で、特に小学校における発声指導について必要な指導方法を学生に指導する授業実践を行った。

3. 授業実践の概要

(1) 実践にあたって

これまで述べてきたような発声指導のとらえを踏まえ、筆者が担当している小学校教科専門科目「小学校音楽Ⅱ」において学生への発声指導を試みた。

「小学校音楽Ⅱ」は、小学校の音楽指導の二領域「表現」と「鑑賞」について、その指導法に焦点をあてた演習中心の授業である。表現領域の歌唱では、発声法の基礎技能の習得と共通教材を中心とした各学年の歌唱指導のあり方について演習することを目標として学習させている。

筆者はこの授業を平成16年度より担当しているが、本研究は平成19年度前期に受講した学生を対象とした。

平成19年度前期の「小学校音楽Ⅱ」は、2～4

年生まで38名の学生が受講した。38名はいずれも本教育学部の初等教育教員養成課程を履修している学生である。そのうち専門分野として音楽を学んでいる音楽専修の学生は5名であった。

(2) 発声指導に関する学生への事前調査

初等教育教員養成課程を履修する学生は、上述してきた発声指導の内容について、少なくとも教科書の記述内容についてはある程度把握し理解しているべきなのであるが、その実態を第2回目の授業において事前調査した。

調査では、二つの質問について自由記述で回答させた。質問事項は「小学校の時の音楽の授業で、あなたが習った発声（歌声の出し方）はどのようなものでしたか。覚えている範囲で書いてください。」「あなたは児童にはどのような発声指導をしたらよいと考えますか。思いつくものを自由に書いてください。」の二つである。

①「小学校の時の音楽の授業で、あなたが習った発声（歌声の出し方）はどのようなものでしたか。覚えている範囲で書いてください」について

学生は数多くの事項をあげているが、その中で複数の学生があげてきたのは、次の事項である。

(数字はその事項をあげた学生数)

口を大きく(縦に)開ける (12), 腹から声を出す (11), 大きな声で歌う (6), 腹式呼吸 (5), 頭のとっぺんから声を出す感じで (5), 背筋を伸ばして (4), 腹に力を入れる感じで (3), 足を肩幅くらいに開いて立つ (3), 頭の上から前へ発声させる (2), 顔の筋肉をあげる (2), 上から糸で引っ張られているように立つ (2), のどから声を出さない (2), おなかに手をあてて練習する (2), 壁をつきぬけるような声を出す (2)

ここであがってきた事項を小学校の音楽教科書における発声指導事項のどこに関わるか整理すると次のようになる。

口形～口を大きく(縦に)開ける
姿勢～背筋を伸ばして, 足を肩幅くらいに開い

て立つ, 上から糸で引っ張られているように立つ

呼吸法～腹式呼吸

息の使い方～おなかに手をあてて練習する

自然で無理のない声～腹から声を出す, 大きな声で歌う, 頭のとっぺんから声を出す感じで, のどから声を出さない

歌声の方向性～頭の上から前へ発声させる, 壁をつきぬけるような声を出す

これらの記述は必ずしもすべて間違っているわけではないが、小学校音楽科が目指している「自然で無理のない声」につながっているかという点、次にあげるような疑問点がある。

- 口を大きく開ける、といっても開けすぎでは力みが生じ逆効果である。
 - 腹式呼吸の詳細な意味がどれくらいわかっているか不透明である。
 - おなかに手をあてて練習するのはよいが、どのようにおながが反応すれば正しいのかが不透明である。
 - 腹から声を出すというだけでは自然で無理のない声とは言えないし、大きな声で歌う、という指示も、ただ大きな声になってしまえば怒鳴り声と変わらないことになってしまう。
 - のどから声を出さない、というが、声帯は喉にあるのであり、子どもに納得のいく説明になっていない。
 - 壁をつきぬけるような声を出す、ということは、ただ前に強い声を出してしまうことになり、響きにつながらない可能性がある。
- 発声指導で取りあげるべき内容に絡んではいるが、そのとらえ方によっては力みにつながり、喉、声帯を痛める間違った発声になってしまうことも考えられる内容であると言える。

また、「腹に力を入れる感じで」「顔の筋肉をあげる」など、正しい頭声的発声のためには必要な事項も、理由のない、ただそうすればよいという知識だけでは、よりよい発声で楽しく歌唱するための生きて働く事項につながらないと考えられる。

さらに、これらの具体的指導事項について、言及している学生が多い事項でも12名と全調査数の

3分の1にも満たないという現状も問題である。正しい記憶である姿勢についての回答も多いもので4名であり、非常に少ない。上記した以外にも、「声を張らずに美しく」など自然で無理のない歌声の指導にふさわしい記述もあるのだが、すべて回答者が1名という現状である。「発声練習をしたことがない」という回答もあった。

小中学校の音楽の授業で指導されるべき発声についての定着が、かなり曖昧なものであることを示す結果である。

②「あなたは児童にはどのような発声指導をしたらいと考えますか。思いつくものを自由に書いてください。」について

この質問にも、学生は数多くの事項をあげているが、その中で複数の学生があげてきたのは、次の事項である。(数字はその事項をあげた学生数)

口を大きく開けて (10)、背筋を伸ばし、姿勢を良くして (7)、腹式呼吸 (6)、おなかから声を出す練習 (6)、遠くを目がけて声を出す (5)、大きな声で (5)、腹筋に力を入れさせる (3)、のどから声を出すのではないことを指導 (2)、高音は頭のとっぺんまで届くようなイメージ (2)、口を縦に開けて歌う (2)、足を肩幅くらいに開く (2)、恥じらいを捨てて大きな声で (2)、周りの人の声をよく聴く (2)、身振り手振りを使ってイメージで指導する (2)、裏声を充実させる (2)、喉が痛まないような歌い方をさせる (2)

「背筋を伸ばし、姿勢を良くして」「腹式呼吸」「高音は頭のとっぺんまで届くようなイメージ」「裏声を充実させる」という記述は、小学校で基本として指導すべき「自然で無理のない声(頭声的発声)」につながるものであるが、あげている学生は一番多い姿勢に関わる内容でも7名と、全体の2割に満たない。また頭声的発声の指導に最もつながる「裏声」に言及したのはいずれも音楽の専門教育を受けている音楽専修の学生であり、やむを得ないことではあるが他の専修の学生には見られなかった。

逆に指導があいまいになり力みにつながらかねない「口を大きく開けて」という記述は、10名と

全体の26%強があげている。他にも、「遠くを目がけて声を出す」など、もう少し具体的に補足して説明しないと声帯を痛めるんだ間違った発声につながる記述が5名あがるなど、自然で無理のない声の指導内容のとらえ方としては課題の多い結果と言えよう。「発声の内容がわからない」「正しい方法など知らないで、具体的なことは言えない」という残念な記述も見られた。

(3) 本研究で実践した発声指導の内容

事前調査で明らかになった発声指導についての知識、理解、経験の不足に対処するために、小学校音楽科における発声指導の内容、特に教科書の指導事項に合わせ、頭声的発声の指導を行うこととした。その際、アニメーションキャラクター等のたとえを使ったり、体を動かしながら行う発声指導方法を多く取り入れた。^{*10}

次に実践した指導方法をあげる。

○アニメーションキャラクター【トトロ】をイメージさせて行う指導方法

アニメーション「となりのトトロ」のキャラクター【トトロ】を想像させ、両手を広げる動作をさせながら呼吸の量を増やし音量をアップさせる方法である。この方法は呼吸法の指導になると同時に、発声への恥じらいや抵抗感をなくし関心意欲を高める効果がある。

○アニメーションキャラクター【ミッキーマウス】をイメージさせて行う指導方法

裏声を発する人気キャラクター【ミッキーマウス】の声を真似させることで、裏声の響きが集まったポイントへ意識を向けさせ、自然で無理のない発声へ近づけさせる指導方法である。この方法はただ元気のよい怒鳴り声のような発声を、自然で無理のない響きのある歌声に変えるのに有効である。

○手のひらに温かい息を吐くことをイメージさせて行う指導方法

もっと温かくやさしい声にしようと呼びかけ、手のひらに口で息を吐きかけさせ、息が温かいことを感じさせるとともに、腕を伸ばして手のひらを遠ざけ、そこに息を届けるようなつもりで発声させる方法である。手のひらを口の前でなく顔の

前方、上の方にあげさせるとよい。この方法は歌声の方向をまとめ、また上方へ向けるという、歌声の方向性の指導になると同時に、発声に気持ちをこめることへの意識づけにつながる指導方法でもある。

○姿勢の指導方法

自分の頭の後ろで両手を組ませ、頭と手を軽く押し合わせる。これにより姿勢のバランスをとらせ、胸が広がり背中が伸びたまっすぐな姿勢を実感させることができる。また両足は軽く広げ、足の外側が肩幅の範囲内に収まるようにさせる。ただ姿勢を良くしよう、足は肩幅位に、と言うのではなく、具体的な動作でバランスをとらせたり、より具体的な指示でわかりやすさを高めた方法である。

○口形と口の中の開け方の指導方法

手鏡で自分の口の中を見させ、息を吸うと口蓋垂が上がることを観察させる。また自分の喉仏をさわらせ、息を吸うと喉仏が下がることを観察させる。この状態が、口の中がよく開いた状態であることを説明し、これを保ちながら発声させる指導方法である。

またその際、口の前の方は大きく開ける必要はないことを実感させるために、親指を軽くくわえさせ、あまり口の前を開けていない状態で発声しても母音が歌え響きもあることを体験させる。普通に会話するときや歌詞を歌うときに、口の前はそれほど大きく開かないことを思い浮かべさせ、無理のない口形で発声することを理解させる指導方法の一つである。

○注射をイメージさせて行う指導方法

医者から注射をされる際、丁寧に注射針を刺し、注射器を少しずつ押し出して薬を出し、終了したら丁寧に抜く、という一連の動作を想像させる。そして、そのイメージで息を少しずつ吐くようにしながら発声するというものである。ゆっくりと息を使いながら響きを丁寧に保つという息の使い方の指導方法の一つである。

○手をあわせて祈るポーズをさせて行う指導方法

神社やお寺でお祈りするときのように顔の前で手をあわせ、その手を頭よりも少し上に持って行き、手をよく見詰めながら発声させる。祈るとき

に行われる気持ちのまとまりが発声にも生かされ歌声にまとまりが付き、また手をしっかり見つめることで上の方へ歌うという方向性もしっかりと実現できる効果がある。歌声の方向性、より遠くへ届けるという意識を育てる指導方法の一つである。

○アニメーションキャラクター「アンパンマン」をイメージさせて行う指導方法

両手を上に上げ、頭の真上で指先を合わせ肘を横に広げるポーズをつくり、自分の頭が両腕の広がりにあわせアンパンマンの頭のように丸く大きくなったかのように想像させる。それにより口の中や鼻腔が広がり、響きがより柔らかく、より広がるようになる効果がある。口の中の開け方や自然で無理のない声の指導方法である。

○自分の両手で腹筋を押させながら行う指導方法

自分の両手の指先で自分の腹筋を押しながら、まず強く息を吐かせ、実は息を強く吐くときは腹筋が外に張り出すことを実感させる。そして次に、腹筋を押ししている両手を押し返すように腹筋に力を入れ外側に張り出しながら発声させる。

「腹筋を使う」ということの実際の状態を理解させ、息を少しずつ使うことやより強い発声につながる効果がある。呼吸法や息の使い方の指導方法の一つである。

4. 授業実践の成果

実践を行った小学校音楽Ⅱの受講者38名に、一連の講義の最後に事後調査を行った。

まず「この講義で発声練習をしてあなたの歌声は変わりましたか」と尋ねた設問では、全体の53%、20名の学生が「おおいに変わった」と回答した。他の回答は、全体の42%、16名の学生が「どちらかと言えば変わった」、全体の5%、2名の学生が「どちらとも言えない」であった。

「おおいに変わった」と「どちらかと言えば変わった」を合わせれば、36名、全体の95%の学生が「歌声が変わった」と評価しており、今回実践した発声指導は受講者の発声技能の向上に大変有効であったといえることができる。

次に発声指導全体についてその効果や意味のとなえを尋ねた質問、「この講義を通じて、あなた

の発声（歌声の出し方）に対する考えはどのように変わりましたか」に対する記述から、本実践の成果をとらえてみたい。

- 自分には声を響かせたり、きれいな発声をするのは無理だと思っていました。でも、体をほぐしたり、「トトロになろう」「はい、ぼくミッキー」などをするだけで、今までと違う発声ができたように感じた。(家政2年・女)
- 声の出し過ぎで喉が痛くなるのは、へたな発声をしているからなんだなと思いました。この講義で学んだ発声の仕方は、楽に声を出すのに役に立つなと思いました。(数学2年・女)
- 歌はただ歌えばいいと思っていたけれど、やっていくうちにとても奥深いと感じました。少し注意を払うだけで声が変わり、達成感があつてとてもやりがいがありました。(家政2年・女)

自分の発声のよりよい方向への変化に対する気付きや、歌うという行為そのものへのとらえ方の変化がうかがえる記述である。このように自分の歌声の改善についての実感や、歌唱というものへのとらえ方の深まりがあれば、児童への発声指導にも好影響が期待できよう。

- 発声には腹筋だけが必要だと思っていたが、工夫次第で格段に大きく響く声が出ることを、身をもって理解できた。(理科3年・男)
- 以前はいかにのどを痛めずにかつ声を大きく出すかを考えていたが、今回の講義より、大切なのは声を大きくというよりも、いかに呼吸を深く行い、声を響かせるのが大切なのだということを実感した。(理科3年・女)
- 児童に対して様々な発声の教え方があるということを学びました。今までは大きな口を開けて歌う、と思っていたことが大きくなりました。(数学2年・女)
- 前は歌う時の口の形や口の中の形なんて気にしないで歌っていたが、口の開け方一つで声の響きが違うことがわかった。また、高い音や低い音など自分が音を出すのがきつい時は目をつぶったりしてなんとか絞らだそうとしていたが、逆効果だということもわかった。(教育学3年・女)
- 発声の仕方には、もっと高度なテクニックが必要で、専門的な知識が必要だと思っていたが、この授業を通して、ほんとにちょっとしたところを

直すだけで、歌声がこうも変わるんだなということを実感した。基本的なところをしっかりと、発声練習をしっかりとすることが大切なのだということ学んだ。(技術4年・男)

発声に対するこれまでの知識・理解に修正が加えられている記述である。特に発声指導に必要な指導事項が一つではなく複数あること、またそれを実行することで歌声の改善になることへの理解が、児童へのよりよい発声指導に生かされることになるだろう。

- 声はお腹やのどだけでなく、様々なイメージを駆使して出すのだということを理解した。(社会3年・男)
- 歌声を出すのにかなり苦手感があつた。しかし、苦手な私でも楽しく歌うことができる練習法、指導法が分かり、勉強になった。練習の仕方でも発声もかなり違ってくる。(社会3年・女)
- 今までは抽象的に“響きを持たせて”とか“遠くまでとどくように”と言っていたが、どうすればそうなるのかという部分が抜けていたように思う。特に小学生に教える時には、抽象的な言葉ではなく、イメージ化させていくの方がわかりやすいのだと思った。またイメージ化してそのことを意識させるだけで声の出方もだいぶ違うのだということが実感できた。(心理3年・女)
- イメージを変えるだけで、歌声も歌いやすさも変わった。(数学2年・女)
- 「ただ大きい声を出せばいい」のではなく、具体的なイメージを持てるものを用いて具体的な指示をすることで、効果的な発声の仕方を身に付けることができるのだと学んだ。正しい発声を身に付けることで、響きある声生まれ、自分でも歌声が変わっていくことに楽しみを感じる。(心理2年・女)

たとえを使ったり体を動かしたりして行う発声指導方法が、わかりやすさや楽しさを生み出し有効であることをあらためて確認できる記述である。特に声の出方や歌いやすさが変わったという指摘は、今回実践した指導方法が関心意欲態度と技能の両面の伸長に有効であることを示している。

○指示を与えるときには、具体的な言葉が必要になってくるということを理解できた。自分なりの指導の言葉を見つけていきたいと感じるようになりました。(社会3年・男)

○ただ声を出せとか、頭の上から出せとかイメージしにくいことを、「トトロ」や「ミッキー」など具体的なイメージを浮かべるだけで声が変わって驚きました。ちょっとしたことで良くも悪くもなるものだから、教えるときは具体的なイメージが浮かぶように伝えたいと思いました。(家政2年・女)

○児童に伝えるための方法の大切さを感じた。同じことを伝えるにしても、具体的なイメージをつかませることが大事だと思った。児童と同じ目線で考えることが大事で、教材研究という意味でも、教師が努力をしていかなければいけないと思う。日常の中にヒントはあるのだと感じた。(音楽4年・男)

○知識があること、意識ができることが、歌声についてはこんなにも影響するものかと思った。意識していると、自分の歌の悪い所も感じるようになってきた。(心理4年・男)

○今まで、発声についての知識がほとんどありませんでしたが、この講義を通じて発声について具体的な方法をたくさん知ることができました。具体的な方法を知れたことで歌いながら意識して歌おうとできるし、歌っている途中で発声の方法を忘れていても思い出して発声の方法を意識するよう努められると思います。また、具体的な方法というのは、自分の反省点に気付け、次回の課題にも気付きやすいと思います。発声には様々な方法と具体的な楽しい指導方法があることを知れて良かったと思います。

(心理3年・女)

発声で指導すべき事項について、よりとらえやすい方法、たとえ等を工夫していくことによって、指導や練習、自らの歌い方に深まりが出てくる事への気付きである。

これらの記述を見ると、今回実践した指導方法が、教わる側にとってはわかりやすく楽しいと共に、振り返りを行いやすい方法でもあるということがわかる。また同時に、教える側にとっては、指導方法の工夫の重要性に気付き、そしてそれを

考えるためのヒントとなる指導実践であったこともわかった。

上述したような成果があった一方で、自らの歌声の変化について「どちらとも言えない」と回答した2名の学生は、実技試験でも歌に対しての苦手意識が見られ、その部分の克服が仕切れなかった結果が調査に現れていると思われる。

しかし、例えばトトロやミッキーマウスをイメージさせた指導の後では次のような積極的な気付きを述べている。

○発声では、ただお腹から声を出すことだけでなく、体や心をほぐすことがまず大事なんだと思いました。そして声量や響きをつけるためにキャラクターを使って説明することで楽しくできるということがわかりました。

○今まで、大きな声を出すには姿勢を良くして歌うのが大切だと思っていたが、心や体をほぐして、吐く息を使って、響きのある声を一点に集中させることを意識することが大切なんだとわかった。

また、事後調査の最後では、次のように述べている。

○音楽は苦手であり好きではないけれど、この講義はとても楽しかったです。

○腹式呼吸と言われて、実際にどうするかまでは教えてもらっていなかったので、「トトロになろう」など、自分に身近なものでたとえられているので、イメージしやすくなったと思う。

指導のねらいは確実に伝わっているととらえられる記述なので、このような学生には全体指導だけでなく個別指導を取り入れ、個々の状態に応じた助言を与えていくのが有効だと考えられる。

5. まとめと課題

本研究と授業実践の成果としては次の6点を挙げるができる。

○小中学校音楽科で指導する発声の方法については、中学校で曲種に応じた発声への広がりはあるものの、基本的には従来からある頭声の発声を柱に指導していくべきことが明らかになっ

た。

- 学生の発声指導についての体験の記憶やその内容に関する知識・理解はかなり曖昧であり、児童に正しい発声指導を行うには力量不足であることがわかった。
 - アニメーションキャラクター等のたとえを使ったり、体を動かしながら行う発声指導方法は、わかりやすさや楽しさを生み出し、学生の関心意欲態度と発声技能の両面の向上に極めて有効である。
 - 学習指導要領や音楽教科書の内容から導き出された発声指導事項に沿って目的を明確にした発声指導方法は、学生の発声技能の向上に有効であるとともに、学生の発声に関する知識・理解の修正にも有効である。
 - アニメーションキャラクター等のたとえを使ったり体を動かしながら行う発声指導方法や指示をより細かく明確にした指導方法は、教わる側にとっては取り組みの振り返りを行うために有効である。
 - アニメーションキャラクター等のたとえを使ったり体を動かしながら行う発声指導方法や指示をより細かく明確にした指導方法は、教える側にとっては指導方法の工夫の重要性に気付き、工夫を考える上でのヒントとして有効である。一方、今後の課題としては、次の点をあげておきたい。
 - 学生の発声技能の向上のためには、全体指導だけでは不十分な点もあり、個別指導を取り入れることも必要である。
 - 本研究で実践した指導方法については、講義最終回において全体をひとまとまりとして効果の検証を行ったものであった。個々の指導方法それぞれの有効性について検証を行うことも必要である。
- 以上の二点を本研究の課題として、今後も発声指導についての研究・実践に取り組んでいきたい。

【注】

- * 1 文部科学省：「小学校学習指導要領（平成10年12月）」改訂版, 2004, 65, 67, 69頁
- * 2 文部科学省：「中学校学習指導要領（平成10年12月）」改訂版, 2004, 60, 62頁
- * 3 文部科学省：「小学校学習指導要領解説音楽編」, 教育芸術社, 1999, 42-43頁
- * 4 文部科学省：「中学校学習指導要領解説音楽編」, 教育芸術社, 1999, 38頁
- * 5 同上, 22頁
- * 6 同上, 38頁
- * 7 音楽科の教科書は教育芸術社以外に、教育出版（小学校・中学校）、東京書籍（小学校）があるが、それらの教科書の記述内容については新たな機会に論ずることとする。
- * 8 畑中良輔ほか7名：「小学生の音楽1～6」, 教育芸術社, 2005
- * 9 畑中良輔ほか7名：「中学生の音楽」, 教育芸術社, 2006
- * 10 アニメーションキャラクター等のたとえを使ったり、体を動かしながら行う発声指導方法については、本研究の前に拙論「歌唱教育における発声指導の一試案 ―ひびきのある声づくり―」（全国大学音楽教育学会研究紀要第17号, 2006）において取りあげている。