



HOKKAIDO UNIVERSITY

Title	〈研究ノート〉授業プラン「声の探検」とその解説
Author(s)	八木, 正一
Citation	教授学の探究, 4, 59-71
Issue Date	1986-03-28
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/13533
Type	departmental bulletin paper
File Information	4_p59-71.pdf



〈研究ノート〉

授業プラン「声の探険」とその解説

八 木 正 一
(埼玉大学教育学部)

I

音楽科においても、毎年数多くの授業研究会が開かれる。そのテーマは「生き生きと歌う子どもを求めて」に類したものが多く。

授業研究会では、研究授業を材料にして論議が行われる。歌唱表現の授業の場合、論議の多くは次のような点に集中する。「どんな声で子どもたちに歌わせればよいか、いい声を出させるにはどのようにしたらよいか、私のところの子どもは元気よく歌うが、どなり声になっている、どうしたらよいだらうか、研究授業での子どもたちはいい声を出していたが、どのような指導をしたのか」

学校現場——とくに小学校では、声に対する関心、声の指導に対する関心が、われわれの想像をこえて大きいのである。これには二つの要因が考えられる。音楽科の授業が歌唱を中心に行われていること、声の指導の方法が確立されているとはいいいがたいこと¹⁾、である。この二つが、声に対する現場の高い関心と深い関係をもっている。

ところで、発声あるいは声楽の教育は、専門家による個人指導で行われるのが一般的である。それは、専門家の指導を受けながら、声楽教材曲を年月をかけてとにかく歌いこむという形で行われる。おそれずにいえば、学習者がいつの間にか発声や歌い方の「コツ」を体得するという図式になっているのが、発声・声楽教育の現状なのである。まさに、技能の世界である。

いつの間にか体得したコツは、習得者自身にその構造が意識化されていないことが多い。したがって、それを他人に伝えようとする際——教えようとする際、「いつの間にか体得させる」方法をとらざるをえない。これは技能の特性であり、限界でもある。

このようなコツを体得できる教師は、音楽の専門課程において（あるいは専門家の）個人指導を受けた者にかぎられる。残念ながら、小学校教師を養成する課程には、そのような機会は通常設けられていない。一斉学習で声や歌の指導を受ける若干の機会が用意されているだけである。コツをつかむにはほど遠いのが現状である。したがって、声や歌に関しては、ほとんど何も教えられないまま多くの小学校教師が送り出されているのである。

音楽の授業は歌唱中心に行われている。多くの小学校教師は、声や歌唱に関してはほとんど教育を受けていないに等しい。まさに、徒手空拳で授業に臨んでいるのである。いわゆる知的教科では、このような状況はまず考えられない。授業研究会が先のような論議に結果するのは当然でもある。

子どもによい声を出させることのできる教師は、いずれかの機会に声に関する技能を習得した教師である。現状はそうになっている。したがって、「あの先生は歌えるから、声のよい指導ができるのだ」となるのである。これは当然「歌えない者は声の指導ができない」に連動する。

声の指導の問題が、教師の技能の問題に一元的に帰されていくのである。

もちろん、教師が高い技能をもっているにこしたことはない。だからといって、「高い技能をもっていなければ指導ができない」ことを容認するわけにはいかない。さほどの技能はなくても、とび箱をほとんどの子どもに跳ばせる、たとえば向山洋一の指導はあまりにも有名である。これは、いわゆる技能指導の原則をさし示した実践である。むずかしいといわれる声の指導に関しても、この原則は貫かれるべきだと筆者は考えている。そのためには、声のしくみと指導の方法が客観化されなければならないはずである。本稿での試案はその糸口を提供しようとするものである。

II

試案の解説の前に、声の指導を含めた、音楽の授業におけるいわゆる技能に関する指導の問題点について述べておこう。

これを大きく整理すれば次の三つになる。

- (1) 「がんばれ!!」的指導
- (2) 「先生のまねをしなさい!!」的指導
- (3) 「何度もやりなさい!!」的指導

この三点について若干のコメントを加えておこう。

(1)「がんばれ!!」的指導 音楽の授業においてこのような場面を目にすることは多い。たとえば次のような場面である。合唱の指導をしている。男声パートが、楽譜上の高さより下がっている。このような場合、「男声は声がぶらさがっていますよ、がんばってもう少し高く歌いましょう。男声がんばれ」といった指導が行われる。これでは何の指導も行われていないに等しい。ただ精神力を強調しているだけである。

(2)の「先生のまねをしなさい!!」もよく見られる指導である。どちらかといえば、かなりの技能を備えた指導者に多いパターンである。「先生が弾いてみるからよく見てごらん」「先生が歌うからよく聞いてごらん。そのようにやってみよう」というわけである。見たり、聞いたりだけで一定の技能が習得できれば苦勞はない。このような指導が成功するのは次の二つの場合である。子どもにやる気と素質のある場合、指導の時間が豊富に保障されている場合である。幼児の段階から10年も20年も指導するピアノの個人レッスンならいざ知らず、授業における指導として「まねをしなさい」的指導はなじまない。授業の時間はごく限られているし、「やる気」のある子どもたちばかりではないからである。加えて、授業は集団指導を基本にしているからである。

技能の指導では、「何度もやりなさい!!」——くり返し練習型指導もよく見られる。もちろん、くり返し練習自体はべつに否定されるものではない。問題は、練習のための明確で納得できる手がかりを与えないまま機械的にくり返させることにある。いわゆる「音楽嫌い」を作る一因となる指導である。

悪いことに、このような指導を行っているとき、教師はいつの間にか錯覚に陥ってしまう。子どもができないのは、子どものくり返し練習が足りないからだという錯覚である。たとえば、リコーダーが吹けないのは、子どもたちが練習しないからだ、(やる気がないからだ)となるのである。指導の問題が子どもの問題にすりかえられてしまうのである。

以上のような指導の問題は、じつは技能自体の問題と連動している。

技能とは、練習によって何となく体得したカンやコツのような能力として考えることができる。武谷三男は、技能を「主観的心理的個人的なるものであり、熟練によって獲得されるもの」⁹⁾と定義する。このような技能の特徴は田辺振太郎によって次のように説明される。「目的を実現するための手段に対する意識はまだ客観性を具えるにいたっていない。練習によって何となくできるようになるが、『こうすれば必ずできる』という形で行動の仕方を一つの確定した方式に組み立てて言葉で述べて客観的なものとして提出することはできない」³⁾

このように技能をとらえれば、先の精神力やくり返し練習、うむをいわさぬ模倣を強調する指導の問題が、技能自体の限界からの必然的な帰結と理解することができる。

ところで、音楽科と同様、体育科もいわゆる技能が問題となる教科である。さか上り、とび箱等々をいかにできるようにさせるかが現実的な課題となる教科なのである。この点に関連して進藤省次郎はとび箱を例にして次のように述べている。「(とび箱)を『跳び越せる』という事実＝技能を身につけただけでは、他者に自己の技能を伝えることが難しいのである。客観的な『跳び越し方』に技術の構造やその法則を認識する力を強調するのはこのためであり、これはすべての技術指導においていえることである」⁴⁾()内引用者、傍点進藤)

これはいわゆる技能指導を考える上できわめて重要だと筆者は考える。進藤のこの指摘は、技能指導を技術指導として再組織する重要性に言及したのもでもある。技能を教えるのではなく、技術を教えようと理解することができる。

技能が主観的な能力であるのに対して、技術は客観的な能力だと考えられる。前出の田辺は技術の特徴をこう説明する。「その目的を達成するための手段の客観的内容までが明確に意識されてきているので、単なる個人の能力の中に閉じこめられないで、操作の一定の方式として客観化して他の人々に対しても知識の形で提供して社会的に一般化することもできるし、また理論的な思考によって方式を改良することもできるようになる」⁹⁾技能が何となくできる能力とすれば、技術はわけがわかってできる能力であろう。

技術を教えることは同時に、指導過程の技術化へむけて大きく道を拓く。教える内容が技術であるということは、教えようとする「できること」の構造と、どうすればそれができるようになるかが明らかになっていることに他ならないからである。技能レベルの内容を教えようとするれば、その方法が技能的にならざるをえないことと対照的である。

ところで武谷三男の次の文章は興味深い。「わが国においてはさまざまな問題の解決が本質的に技術の改良によって行われず、労働の強制、すなわち、労働時間の延長、労働強度の強化、すなわち、労働者の犠牲において切り抜けられたということを特徴とするのである」⁶⁾(下線引用者)この文章の「わが国」を音楽科、「労働」を学習、「労働者」を子どもと読みかえてみよう。まさに音楽科の実技指導の現状と問題を言いあてた文章となる。技能主義によって貫徹されてきたのが音楽科なのである。こうした現状にてらす時、技術を教えるという観点を定立することは積極的な意味があろう。

この観点をふまえ、現場での関心の高い発声指導に関する簡単なプランを構想し、技能主義克服の方向を模索してみようというのが本稿の意図である。

これまでわれわれはいくつかの授業プランを作成してきた。それらはリズム、形式といった音楽を構成する要素、あるいは音楽史、楽器学の内容に関するものがほとんどであった。いわゆる「技能」に関しては初めての試みである。完全なものではないが、以下簡単に解説を加えていくこととしたい。なお、本プランは小学校高学年での授業を想定して作成されたものであ

る。

III

声を出す行為は、われわれの日常的な行為である。もちろん子どもも同様である。会話やメロディーの口ずさみなど、われわれは日常的に声を出している。しかしそれだけに、声に対して特別の注意を払うことは少ない。本プランの導入は、声——とくに歌声に注意を向けさせようとするものである。導入部分のプリントは次のとおりである。(本プランの学習はプリントにそって進められる。)

プリント 1

声の探検

1 いろいろな声

(1) 世の中にはよく「そっくりさん」がいます。でも、よく見るとどこがちがっています。まったく同じ顔というものはないものです。じつは、それがとってもかけがえのないことなのです。

顔がちがっているように、わたしたちの声も、みんなちがっています。みんなそれぞれ自分だけの声をもっているわけです。だから、声を聞いただけで、その人がだれだかあてることも出来るわけです。

○ 声あてゲームをしてみましょう。

やり方 1 ひとつの班の人、全員前に出ます。

2 その中のひとりがめかくしをする。

3 班の中のだれかが、めかくしをした人の名前を呼ぶ。

4 めかくしをした人は、名前を呼んだ人をあてる。

5 あってれば、皆で拍手。

6 めかくしの人を交代する。

(班を交代してやってみましょう。)

○ 次は、同じ曲をふたりの歌手に歌ってもらったものです。

「ヤマトより愛をこめて」 ささきいさお、沢田研二

「山口さんちのツトム君」 小嶋くるみ、水森亜土

どんな感じでしたか。

(2) 人はそれぞれにちがった声をもっているのですが、声の出しかたによっても、

いろいろちがった声がでます。わたしたちも、日ごろ何種類かの声を使いわけています。

怒ってどなる時の声 びっくりした時のキャーという声 お母さんにおこずかいをねだる時の声 ふつうのはなし声 ひそひそ話の声
○先生と二、三人の人にいろいろな声を出してもらおう。

(3)「声の出しかた」は、自然や生活習慣、好みなどによって、民族独特の「声の出しかた」にも発達しています。その一部を聞いてみましょう。

- 「チロルの挨拶」
- 「津軽じょんがら」
- 「貴妃醉酒」
- 「オーソレミオ」
- 「石松と三十石船」
- 「神秘詩」

ここでの内容は次のようになっている。

○声には個性があること

○われわれは何種類かの声を使いわけていること——さまざまな声を出す可能性をもっていること

○声には、個性と同時に民族性があること

○発声法によって声の色が異ってくること

なお(3)の「チロルの挨拶」⁷⁾は、アルプス地方独特の発声によって歌われる曲である。ヨーデルと呼ばれている。「津軽じょんがら」⁸⁾は日本民謡特有の発声による曲である。「貴妃醉酒」⁹⁾は京劇独特の発声による典型的な中国の曲である。「オーソレミオ(私の太陽)」¹⁰⁾は有名なイタリア民謡であり、ベルカント唱法によって歌われている。「石松と三十石船」¹¹⁾は浪曲発声によるものである。最後の「神秘詩」¹²⁾はイランの曲である。「うぐいすの技法」と呼ばれる、声を転がす独特の発声で歌われる。

この導入につづいて次のプリント2のような活動を行う。

プリント 2

2 いい声に挑戦

いろいろな声がありました。声は個人によってもちがいます。また、歌う「音楽」によってもちがってることがわかりましたか。日本の浪花ぶしを、日本の浪花ぶしを、オペラを歌うように歌うととてもおかしくなります。

これから皆さんが挑戦するのは、特別な音楽ではありません。たとえば、教科書の歌やキャンプにいった時皆でうたうような「ふつう」の音楽を歌うときの「声のだしかた」です。さあ、挑戦してみよう。

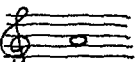
I 大きいことはよいことだ

①自分の二本足で立ちましょう。

べつに「気をつけ」はしなくてよいです。ただ、立ってみましょう。

②「ラーメン」と、とても小さな声でいってみましょう。息が無くなるまで続けていってみましょう。息が無くなったらパツといきをすってまたやります。これを、三度。

③小さな「ラーメン」から始めて、だんだん ラーメン ラーメン ラーメン
ラーメン ラーメン ラーメン といってみましょう。
五回くりかえす。

④先生の合図で  の音をアーで出しましょう。
[高すぎる人は自分の出しやすい高さでよい]

⑤自分の家まで聞こえるつもりで、思い切り大きく出してみましょう
[いくら大きい声を出しても病気にはなりません]

声を出さないことには発声の指導は始まらない。まず声を出してみよう。それもできるだけ大きな声を出してみようというのがこの部分の活動である。初心者に大きい声を要求すれば、ほとんどの場合地声¹³⁾となる。とくに、本プランのように話し声をそのまま大きくしていくと必ず地声となる。この部分では地声でよいから、とにかく大きな声を出すことを求めている。

地声は緊張した声帯全体が強く振動してえられる声である。口腔の共鳴が中心となっている。声帯および周辺の筋肉も強く緊張する。したがって歌声としては、浪曲など特別の発声を除き地声は適さない。その意味で、地声から学習を開始することには問題はある。しかし、とにかく大きい声を出させることがまず重要であるとの判断から、あえてこの活動を組織した。地声の問題点を子どもたちに意識化させるねらいももっている。

プリント 3

大きい声をだすと、「スカッ」としますね。いやなことがあったら、思い切り大きな声で「バカヤロ〜」なんていうと、気持ちがスッとすることもあります。

でも、今のような大きい声で歌うとどうでしょうか。聞いている人もだんだん力が

はいつてきて、首にあおすじが浮いてきそうになります。

Ⅱ大きいことはよいことか？

大きい声でうたうのはよいことです。が、今の「ラーメン」のような大きい声はちよっと疑問です。

プロの歌手は大きい声で歌うことができます。でも、今のような「ラーメン」の声ではありません。

なにが違うのでしょうか

「ラーメン」は、話す声そのまま大きくなった声です。10分も大きな声で「ラーメン」といつづけていると、声がかすれてきます。声を作る声帯という筋肉が疲れて、ふるえなくなるからです。

歌う声は、話す声に調味料を混ぜたものである

調味料

1 ユーレイの声

2 気どった奥様の感じで「アーラ、こんばんは」という声

3 〃 「ホッホッホッホ」と笑うようなこえ

先生のみねをして、「ラーメン」にこの調味料をまぜてみよう。

〔歌ってみよう〕調味料のまざった声で、やわらかく「日本昔話」のテーマ曲を歌ってみよう。

プリント2につづいて上のような学習を行う。この学習は、やわらかい声——いわゆる頭声的な発声に注意を向けさせようとするものである。歌声としては、やはり無理のない声に適している。歌う方にも聞く方にも緊張を強いることのない声が無理のない声であろう。

頭声は、声帯の縁の中央部の振動によってえられる声だといわれる。声帯内筋の緊張により声帯全体が強く振動する地声と対照的な声である。頭声を発声する場合は、輪状甲状筋の働きにより、声帯が薄くしかも長くのばされる¹⁴⁾。したがって、地声に比べてやわらかい声となる。声量は地声や胸声に比べて劣る。この傾向はとくに初心者著しい。が、共鳴の訓練によって豊かな音量のえられる声である。

ここでの学習は、豊かな頭声そのものを習得させるものではない。頭声的なやわらかい声を出させるという点にねらいが置かれている。つまり、声を出す際に、輪状甲状筋を参加させる感じをつかませようということである。

この指導のためには、イメージ豊かでの確かな指示がなされなくてはならない。岩崎洋一は、

そうした指示語を整理し分析を試みている¹⁵⁾。本プランでは、「気どった奥様の声」と「ユレーイの声」を中心として頭声的発声の指導を組織した。この指示語としては他に「汽車の汽笛のポー」「馬のいななき」が有効であろう¹⁶⁾。

プリントの「ラーメンにこの調味料をまぜる」はややむずかしい表現である。「気どった奥様の感じでラーメンと言ってみよう」と同義である。教師が演示できれば一層効果的である。

さて、発声のポイントは次の点にあると考えられる¹⁷⁾。

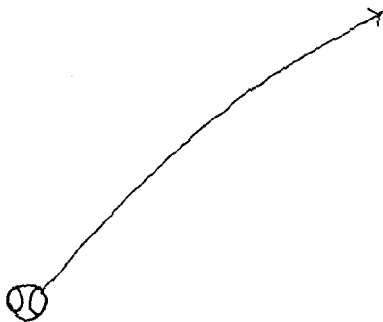
- (1) 姿勢
- (2) 呼吸——とくに呼気と息の支え
- (3) 共鳴
- (4) 発声筋（外喉頭筋、声帯調節筋など）の意識化と協応

これらが最適に協応してはじめて、無理なく響いた声が出られる。上のポイントのうち(4)は重要であるが、どちらかといえば専門的な声楽発声のためのポイントとして考えられる。本プランでは(1)、(2)、(3)に焦点をあてた。次のプリント4は、前段階の学習をふまえ、(1)、(2)、(3)を協応させ声を出してみる活動を組織したものである。

プリント 4

Ⅲ 声のホームラン競争

特別の場合を除いて、ホームランはつきのように飛んでいきます。



矢印の方向で球が飛ぶと、よく飛んでいきます。

声も飛ばすものです。けっして、キバツてしほりだしてはいけません。

顔をまっすぐにして、目だけ45°上の方を見てください。壁と天井の境が見えますか。そこにむけて、声を飛ばしてみます。（肩を下げる感じでたっておきましょう。）

やり方

- 1 ニコッと笑った顔をする。
- 2 バラの香りをスツとかぐようにいきをすう。

- 3 写真のシャッターをおす瞬間を想像する。
- 4 そんな感じで、かるく息をとめる。
- 5 玉突きのみまをつく感じで、「ポーン」といいながら、声を45°上に飛ばす。
(目だけはしっかり目標を見ておくこと。)
- 6 この時、「うんこ」を切る時のようにおしりの穴を締めると声はもっと飛びます。
- 7 20回飛ばしてみる。
- 8 何本ホームランがあったか、自分で採点する。

[飛ばす感じで歌ってみよう]

とくに○印をつけたところがホームランになるように歌ってみましょう。

自由なる大地へ

坂本秀樹 作詞
位田 勉 作曲

と も よ - (ほくら-のせ か いは - やみにとぎさ
こころ-のき す なの - あることとし

れ - て - よごれている け れ ど -
ん じて - うたごえひび か せ どう -)

と も よ - ほくら-のほ こ ろを - おおきくひら
か らで - しぜんをよび

い - て - じゅうのちを め ぐ せ - う -
さまし - せいしんのち つ く る - う -)

(低音部が主旋律)

と ひ た て あ の - はくちうのよう に

う う に あ る - あのはしめざ して

ほ く ら の ほ し は すばらしいち ほう

い のちみ な ぞるち を - - -

「やり方」の1は、鼻腔へ声が抜けるための顔面の筋肉の状態を示したものである。2は吸気の方法に関する指示である。「バラの香りを嗅ぐ」に類したことばは、吸気感覚を表現するために一般的に用いられている指示語である。過度の吸気はさまざまな筋緊張をもたらす。この指示語はそれに対する警句でもある。なお、呼吸の方法（胸式・腹式）についてはここでは立ち入られないこととした¹⁸⁾。

3の「シャッターをおす瞬間」は、胸郭下部を自然に広げ、横隔膜を下方に無理なく押し下げる発声の呼気のフォームを表現する指示語である¹⁹⁾。じつは、シャッターをおす瞬間には無意識にこのフォームが作られている。支えのある呼気のフォームと極めて近似しているのである。同様の指示語として、「筆に墨をつけて大きな字を書く瞬間」などもある²⁰⁾。このような状態は、声門を楽な形で保つためにも必須であると考えられる。

6は姿勢と呼気に関する指示である。呼気は腹圧を上方に高めることによっておもに行われる。(内肋間筋も働くが)臀筋の下への緊張と肛門の緊張は、腹圧を上の方へむかって高める助けとなる。(腹圧が下方へ高まるのが排泄時である)同様の指示として「背伸びの時の腰の感じで」²¹⁾等がある。

ここでは上のような状態を協応させながら「飛ばす」イメージで声を出させてみることにした。鼻腔共鳴を伴いながら顔面に声をあてる——アンザッツの感じをつかませることもねらっている。

ここでの学習を実際の歌唱に応用してみるため、「自由なる大地へ」を歌う活動を組織した。この曲は楽譜の○印の部分を、まさに声を飛ばすように歌うと、生き生きとしかも気持よく歌える曲である。

次のプリント5は、とくに共鳴に焦点をあてたものである。

プリント 5

IVかゆい鼻

- ① 2.5センチくらいのアメ玉を想像する。それを口の中に入れてとってください。
その時の感じで口を開ける。
- ② そのままくちびるだけ閉じる。
- ③ 前のホームラン競争の要領で声を飛ばす。(目はギョロリとあけて、45°上をにらみつける。)
- ④ 45°の方向に声が飛んでいる人は、上くちびる、または、鼻がかゆくムズムズしてきます。

どうしてもかゆくならない人は、鼻がムズムズしてきたと自分にいいかせる。

⑤かゆくなってきたら、そのまま口びるをジワッとあけながら、「マー」と声をのばしてみる。

⑥同じやり方で「メー」、「ミー」、「モー」、「ムー」と声をのばしてみる。注意 「マー」の声を出しているとき、口の中の感じはあまり変えない。

〔歌ってみよう〕

つぎの楽譜の歌をうたってみましょう。三回くりかえします。一回めは「マー」で、二回めは「ルー」で、三回めは「マー」で歌います。

♩=94
マー マー マー マー マー マー マー マー
マー マー マー マー マー マー マー マー (シヤンテ)

周知のように喉頭原音——声のもと——の音量は小さい。これが共鳴によって拡大され声となる。共鳴腔としては、咽頭腔、口腔、鼻腔が考えられる。プリント5のねらいは、口腔から鼻腔にかけての共鳴の感じを意識化させることにある。この学習は、学習者に比較的理解しやすいものである。できているかいないかを自分の体で感じるができるからである。共鳴がえられれば、上唇から鼻部にかけての振動を感じるができる。歌唱教材として、「シヤンテ」の一部を用意した。

ここまでのプリント2～5までが、実際に声を出す学習である。やはり、声の学習は一度では不備である。2～5の内容は何度か学習されることが望ましい。と同時に、歌唱教材を歌う際に、ここで学習した内容を子どもたちにつねに意識化させることも重要である。

プリント 6

3あなたも声の審査員

審査員になったつもりで、今から聞く10人の歌に点をつけてください。点は0点から100点までつけます。下の表にそれを書こみましょう。

テレビなどでみていると、審査の先生は、歌った人に、あとでどこがよかったか悪かったかいますね。講評です。下の表の右のメモ欄に講評する内容をメモしておきましょう。できたら、「声」がどうだったかということを中心にして聞きましょう。

なお、今から聞く10人の歌は、みんなふつうの人が歌ったものです。

○あとでみんなで発表してみましょう。

- 12) プリンスレコード「世界の民族音楽第一集」より
- 13) 地声とは裏声と対をなして邦楽で使われる用語でもある。いわゆる発声用語としては、ふつう胸声・頭声が使われる。(洋楽的)発声訓練を受けた地声が胸声であると考えてよかろう。
- 14) 声の生理的なメカニズムに関しては、小田野正之「発声法」(『小学校音楽教育講座9 音楽基礎技法』音楽之友社所収)がコンパクトでわかりよい。
- 15) 岩崎洋一「学校教育における発声指導用語の解釈——児童発声を中心に——」(『音楽教育学』第12号, 日本音楽教育学会所収)
- 16) 同前参照
- 17) 発声関係文献に共通する内容を分類すれば、ほぼこの四点となる。なおこれらは、声楽専門家の間でも一般的にポイントとして認識されているものでもある。
- 18) これは重要な問題ではあるが、学習内容が多岐にわたることもあって、本プランではふれないこととした。
- 19) 小田野正之「発声法」『小学校音楽教育講座9 音楽基礎技法』音楽之友社 1983年 125ページ参照
- 20) 同前参照
- 21) 同前 132ページ