

身体表現を導入した歌唱指導の効果

—生徒の思いや意図の実現を目指して—

教育学研究科 教育実践創成専攻 教科領域実践開発コース 中等教科教育分野 猪又 光貴

1. はじめに

近年、新型コロナウイルスの影響は収まり、歌唱活動の制限が緩和されている。しかし新型コロナウイルスが生徒に与えた影響は大きく、生徒の歌唱に関する様々な力が低下していることが考えられる。特に技能に関する面で大きな影響を受けているだろう。本研究では昨年度と同様に、歌唱における技能に焦点を当て、生徒の技能を高める方法について検討していく。

2. 研究動機

平成 29 年度告示の中学校学習指導要領解説音楽編では、音楽科の目標として「曲想と音楽の構造や背景などとの関わり及び音楽の多様性について理解するとともに、創意工夫を生かした音楽表現をするために必要な技能を身に付けるようにする」ことが挙げられている。ここでいう「創意工夫を生かした音楽表現をするために必要な技能」とは、創意工夫の過程でもった音楽表現に対する思いや意図に応じて、その思いや意図を音楽で表現する際に自ら活用できる技能のことである（文部科学省,2017）。このことから、歌唱をはじめとする表現領域において、生徒に自分の思いや意図を表現する力を育成することが求められていることが言える。

しかし、今年度の実習を行った甲府市内の中学校では、音程やリズムを意識して歌うことができる生徒が多く見られる一方で、自分の思いや意図を歌唱で表現することができる生徒が少ない実態が見られた。また、国立教育政策研究所（2010）が全国の中学校を対象に実施した調査においても、同様の傾向が示されている。

以上のことを踏まえ、今後私が教師として授業を実施していく際に、どのような指導を行うことで、生徒に思いや意図を歌唱で表現する力を身につかせることができるのか考え、研究を始めた。

3. 先行研究

様々な授業実践を調査する中で、歌唱指導に身体表現を取り入れた研究が数多く行われている。手塚（2008）や河合（2024）など、歌唱表現への影響を検討した研究が報告されている。その中でも、本研究との関連が深い桑原（2004）および西沢（2005）の研究を取り上げる。

桑原（2004）は、小学生中・高学年を対象とした歌唱の授業実践において、身体表現が音楽の構成要素や歌詞内容を意識した歌唱を促すことを明らかにした。

また西沢（2005）は、小学校低学年を対象とした歌唱の授業実践において、身体表現が歌詞内容の理解を促すとともに、自然で無理のない声づくりに繋がることを明らかにした。

4. 研究目的

先行研究より、身体表現が歌唱表現に影響を与えることがわかる。しかし、身体表現によって生徒が思いや意図を歌唱で表現できるようになるかについては、十分に検証されていない。また身体表現を取り入れた実践例は小学生を対象としたものが多く、中学生を対象としたものは少ない。そこで本研究では、中学校音楽科の授業において、歌唱指導に身体表現を取り入れることで、生徒が思いや意図をより良く表現できるのかを検証する。

5. 研究方法

歌唱指導に身体表現を導入した授業を設計・実施し、生徒のワークシートや録音の分析を行い、身体表現によって思いや意図を表現する力に向上が見られるのかについて検証していく。

6. 実践内容

(1) 授業概要

授業数は全3時間とし、令和7年9月から10月にかけて授業実践を行った。対象は甲府市内の公立中学校第1学年の3クラスである。題材曲として《浜辺の歌》を用いた。《浜辺の歌》とは、1916年に林古溪（作詞）と成田為三（作曲）によって作られた中学校の歌唱共通教材である。

授業では、手話などの複雑な身体表現ではなく、手振りなどの生徒にとって取り組みやすい簡易な身体表現を用いた。その理由としては、複雑な身体表現を用いると、生徒は体を動かすことばかりに意識が向いてしまい、歌唱に支障をきたす可能性があると考えたことである。また生徒自身にも身体表現を考えさせるため、生徒が自由に発想しやすい手振りを取り入れた。

(2) 第1時

第1時の授業実践では、めあてを「思いや意図を持って歌おう」と設定し、表1に示す4つの活動を行った。

活動内容	指導上の工夫	指導のねらい
①作詞者・作曲者や、歌詞の意味について学ぶ	・歌詞の内容をイラストを用いて視覚的に理解させる	・歌詞の内容理解を促し、曲への興味・関心を高める
②1段目（1-5小節）と2段目（6-9小節）の思いや意図を考える	・「感じたこと」と「歌いたいこと」を分け、選択形式で記入させる（図1）	・思いや意図を考えることが苦手な生徒を支援する
③3段目（10-13小節）と4段目（14-18小節）の思いや意図を考える	・記述形式で記入させる（図1）	・自分の思いや意図を考えさせる
④自分の考えた思いや意図を意識して歌う	・ICTを用いて自分の歌声を録音させる	・自分の歌い方の特徴について気づかせる
⑤自分の歌声について自己評価を行う	・思いや意図を表現できたのかを理由も含め、5段階で自己評価させる（図2）	・自分の現状について把握させ、今後の目標を持たせる

表1：第1時の授業内容

○前半部分（1段目から2段目）や後半部分（3段目から4段目）について考えよう！		
	○どんな感じがするかな？	○どのように歌いたいかな？
前半部分	1段 1 おだやかで優しい感じ 2 広がったり戻ったりする感じ	言葉をつないでやわらかく歌う <（クレッシェンド）や>（デクレッシェンド）を活かして歌う
	2段 1 おだやかで優しい感じ 2 きびしく悲しい感じ	言葉をつないでやわらかく歌う 小さく暗い響きで歌う
後半部分	3段	
	4段	

図1：思いや意図を持たせる工夫

○思いや意図を表現する（自分が考えた歌い方で歌う）ことができたか自己評価しよう！	
自己評価	評価の理由
5 4 3 2 1	→できたことやできなかったことなどを書こう

図2：自己評価

(3) 第2時

第2時の授業実践では、めあてを「自分の思いや意図を基に、身体表現を考えよう」と設定し、表2に示す5つの活動を行った。

活動内容	指導上の工夫	指導のねらい
①第1時の学習内容を思い出しながら歌う	・音の動きに合わせて、腕を動かして歌わせる	・曲の特徴を振り返らせる
②前半部分（1、2段目）の思いや意図を基に、全体で身体表現を考える	・教員が複数の身体表現を提示し、どの身体表現が思いや意図を表現しやすいのかを歌いながら考えさせる ・全体で考えたことを記入させる（図3）	・身体表現を用いることで、歌声に変化が現れることに気づかせる ・自分たちで考えたことを整理させる
③後半部分（3、4段目）の思いや意図を考える	・第1時に考えた後半部分の思いや意図を振り返り、再度思いや意図を考えさせ、記入させる（図4）	・第1時と第2時の思いや意図の変化を見取る
④後半部分の思いや意図を基に、身体表現を考える	・周りの人と相談し合う時間を設ける	・身体表現を考えることに苦戦している生徒を支援する
⑤後半部分で考えた身体表現を試す	・身体表現を試す時間を十分に確保する	・身体表現を用いて歌うことに慣れさせる

表2：第2時の授業内容

○前半部分と後半部分の身体表現を考えよう！

1段目	○どのように歌いたい？ 1 おだやかで優しい感じにするために、言葉をつないでやわらかく歌う 2 広がったり戻ったりする感じにするために、<や>を活かして歌う ○身体表現はどうする？ 1 片手をU字のように <u>ゆくりと、優しく動かす。</u> 2 両手を <u>たんだん上げたり、もどいたりする。</u>
2段目	○どのように歌いたい？ 1 おだやかで優しい感じにするために、言葉をつないでやわらかく歌う 2 さびしく悲しい感じにするために、小さく暗い響きで歌う ○身体表現はどうする？ 1 片手をU字のように <u>ゆくりと、優しく動かす。</u> 2 両手を <u>ゆくり下に向かえよう。</u>

図3：考えをまとめたワークシート

後半部分	3段目	○どのように歌いたい？ ○身体表現はどうする？
	4段目	○どのように歌いたい？ ○身体表現はどうする？

図4：後半部分のワークシート

(4) 第3時

第3時の授業実践では、めあてを「身体表現を用いて、自分の思いや意図を表現しよう」と設定し、表3に示す4つの活動を行った。

活動内容	指導上の工夫	指導のねらい
①第2時で考えた身体表現を用いて歌う	・生徒と一緒に教員自身も堂々と身体表現を用いて歌う	・安心感を与え、身体表現への恥ずかしさを軽減させる
②歌声を録音する	・録音する時間を十分に確保し、生徒に何度も録音させる	・録音することへの恥ずかしさを軽減させる
③自分の歌声について自己評価を行う	・第1時と同様に、思いや意図を表現できたのかを理由も含め、5段階で自己評価させる	・自分の現状について把握させ、今後の目標を持たせる ・第1時と第3時の自己評価の変化を見取る
④身体表現に対して感じたことを記入する	・身体表現に対する自分の成果と課題を考えさせる	・身体表現を用いて歌うことで、どのような効果があるのかを生徒に気づかせる ・自分の課題点を発見し、今後の目標を持たせる

表3：第3時の授業内容

7-1 ワークシートの分析

第1時、第2時に生徒が記述した思いや意図を比較し、身体表現が生徒の思いや意図にどのような変化を与えるのかについて分析を行う。ここでは、8名の生徒の記述内容を取り上げていく。

まずAさんとBさんの記述内容を検討する。第1時と第2時の思いや意図について表4に示す。2名とも、第1時では「ゆっくり」「静かな」など、感じたことを抽象的に記述していたが、第2時では「夕方の海」「波」といった具体的な情景を用いて記述できるように変化していた。このことから、2名とも曲に対するイメージが深まっていることがわかる。

	思いや意図（第1時）	思いや意図（第2時）
Aさん	ゆっくり広がる感じにするために、やさしく、やわらかく歌う	夕方の海を歩いているように、ゆっくりと優しい感じにするために、歌詞をつなげて歌う
Bさん	静かな感じにするために、静かにおちついたようにやわらかく歌う	波がひき静かなおだやかな感じにするために、やわらかく歌う

表4：生徒の思いや意図①

次にCさんとDさんの記述内容を検討する。第1時と第2時の思いや意図について表5に示す。2名とも、第2時では、第1時に感じたことを歌詞の具体的な箇所と結びつけて記述していた。このことから、2名とも第1時に感じ取ったことがより深まっていることがわかる。

	思いや意図（第1時）	思いや意図（第2時）
Cさん	おだやかだけど力強い感じにするために、フォルテなどの強い強弱をいしきして、1段目よりも明るめに歌う	全体的に優しくゆったりしているが、「おとよくも」の歌詞のところは力強く歌いたいのので、強弱を意識して少しおかげさに歌う
Dさん	さみしく、ゆれてる感じにするために、シャープを気をつける	「風の音よ」のところが少しさみしそうに感じるため、クレッシェンドやデクレッシェンドを使って歌う

表5：生徒の思いや意図②

また、EさんとFさんの記述内容を検討する。第1時と第2時の思いや意図について表6に示す。2名とも、第1時では「スラーを活かす」「フォルテのところをしっかり出す」など、歌い方について抽象的に記述していたが、第2時では楽譜の具体的な箇所を挙げ、どのように歌うのかを明確に記述できるように変化した。このことから、2名とも歌い方のイメージを具体化していることがわかる。

	思いや意図（第1時）	思いや意図（第2時）
Eさん	流れがなめらかな感じにするために、スラーを活かして歌う	はねるような感じにするために、「風」から「の」のところと、「雲」から「の」のところの上下の音程をはっきりして歌いたい
Fさん	少し前よりも激しい感じにするために、強弱を意識してフォルテのところをしっかり出す	2段目よりも激しい感じで歌うために、強弱を強調して、フォルテのところをしっかり出す（高い音をさらに強く）

表6：生徒の思いや意図③

最後に、GさんとHさんの記述内容を検討する。第1時と第2時の思いや意図について表7に示す。Gさんは、第1時では感じたことのみ記述していたが、第2時では歌い方についても記述が見られるように変化していた。Hさんは、第1時では感じたことや歌い方についての記述が見られなかったが、第2時では両方について記述が見られるように変化していた。このことから、2名とも思いや意図を持つことができたことがわかる。

	思いや意図（第1時）	思いや意図（第2時）
Gさん	やさしい感じ	やさしい感じにするために、言葉をつなげて歌う ゆったりな感じにするために、クレッシェンドを意識する
Hさん	無記述	静かな感じにするために、小さな声で歌いたい

表7：生徒の思いや意図④

以上の記述内容を踏まえ、身体表現を取り入れることで、生徒の思いや意図を深化させることだけでなく、思いや意図を持つことが難しい生徒に対しても効果をもたらすことが明らかになった。

7-2 自己評価と録音の分析

最後に第1時と第3時の生徒の自己評価や録音を比較し、身体表現によって思いや意図を表現することができるのかについて分析を行う。図5は第1時と第3時の自己評価の人数を比較したものである。第1時では、5（できた）と回答した生徒が8名、4（少しできた）と回答した生徒が33名、3（どちらとも言えない）と回答した生徒が22名、2（あまりできなかった）と回答した生徒が7名、1（できなかった）と回答した生徒が2名であった。一方、第3時では、5と回答した生徒が17名、4と回答した生徒が37名、3と回答した生徒が12名、2と回答した生徒が6名、1と回答した生徒が0名であった。第1時と第3時を比較すると、1から3を回答した生徒が減少し、5や4を回答した生徒が増加したことから、全体として思いや意図を表現できた生徒が増加していることがわかる。

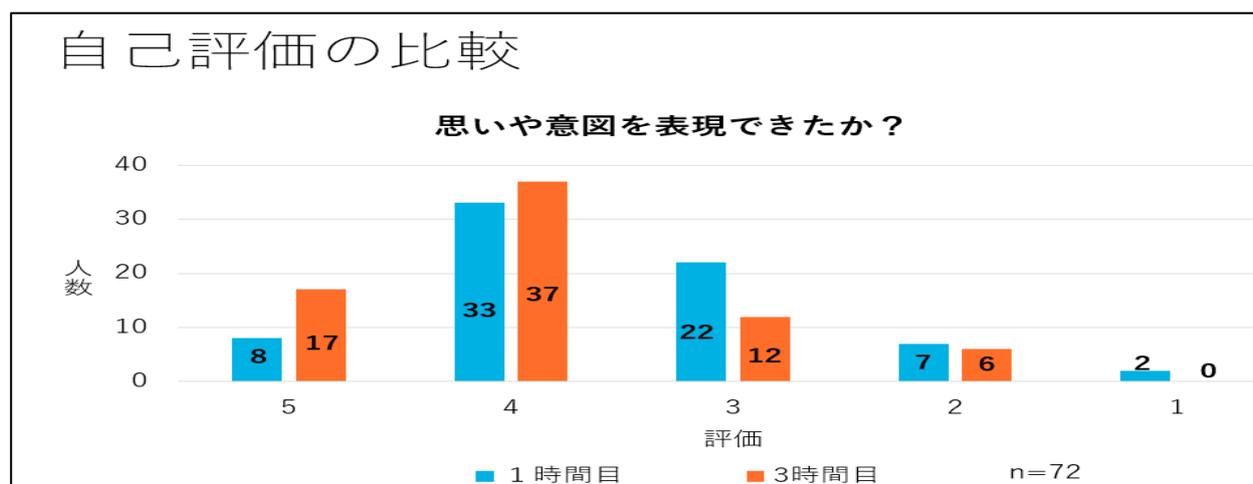


図5：第1時と第3時の自己評価の比較

次に、第1時と第3時の自己評価における記述内容について検討する。ここでは、3名の生徒を取り上げる。

まずIさんの記述内容を検討する。第1時と第3時の自己評価について図6に示す（図6には、後半部分の思いや意図も含めている）。第1時では音程を意識して歌うことに精一杯になっていたが、第3時では自分で考えた身体表現を用いて歌うことで、自分の思いや意図を表現できるようになったことが確認された。実際にIさんが考えた身体表現は、「3段目は片手を横にまっすぐ動かす（伸ばす音は真っすぐ、少し弱くするところは手をグーにして抑えたりする）。4段目は片手をU字にやさしくゆっくりと動かし、最後は少し腕を下げる感じ」というものである。

Iさんの録音を分析すると、第1時では音程を取ることに苦戦し、自分の思いや意図を表現する段階には達していなかったが、第3時では片手の動きを工夫することで、音程が改善されるだけでなく、自分の思いや意図を表現できるように変化していた。特に4段目は、最後の部分で腕を下げながら歌うことで、より切ない感じが表現されていることが確認された。

思いや意図		自己評価とその理由
Iさん	③おだやかでゆったりとした感じにするために、波がうちよせたり、流れたりするようにクレッシェンドで強調するところなどをはっきり歌いたい ④昔のことを少し恋しく思うような感じにするために、ただ美しいだけでなく、少しはかない感じで歌いたい	4 まだ音程をとるのに一生懸命で、歌詞の意味を意識して歌えなかった
↓		
思いや意図		自己評価とその理由
Iさん	③おだやかでやさしい感じにするために、波が流れているみたいに抑揚を意識して歌う ④最後は消えていくようにさびしい感じにするために、音程が上がったり下がったり、少しグラグラするところもなめらかにつなげて歌いたい	5 自分が曲に対して思ったことを十分に再現できた。おだやかで優しいところと少しさびしく歌うところの区別ができた

図6：生徒の記述内容①

次にJさんの記述内容を検討する。第1時と第3時の自己評価について図7に示す。第1時では3段目の思いや意図を表現することを課題に感じていたが、第3時では自分で考えた身体表現を用いて歌うことで、改善の余地はあるものの、3段目の思いや意図を表現できたことが確認された。実際にJさんが考えた3段目の身体表現は、「少し強くなめらかにU字の形で動かす」というものである。

Jさんの録音を分析すると、第1時では力んで声が少し揺れてしまい、3段目の思いや意図を表現することに苦戦していたが、第3時ではU字を活用することで、力まずに余裕を持って歌い、自分の思いや意図を十分に表現できるように変化していた。

思いや意図		自己評価とその理由
Jさん	③少し強い風が吹いているような感じにするために、 クレッシェンドを意識するように歌う ④思い出に浸っているようなさみしいような感じにするために、 デクレッシェンドを意識して歌う	4 3段目の所のクレッシェンドを意識することが少し難しかった。次はもっとがんばりたい
↓		
思いや意図		自己評価とその理由
Jさん	③1段目の想像の波より大きく感じたから、 声の大きさの変化をなめらかにはっきりと歌いたい ④3段目よりも少し落ち着いたように感じられたので、3段目よりもゆっくり歌う	4 大きな声でなめらかに歌うことを意識して歌うことができた。もう少し大きくすることを意識したいと思った。

図7：生徒の記述内容②

最後にKさんの記述内容を検討する。第1時と第3時の自己評価について図8に示す。第1時、第3時ともに、題材曲を歌うこと自体に苦戦しており、思いや意図を表現することを課題に感じているのが確認された。

Kさんの録音を分析すると、音程を意識することや、高い音を出すことに苦戦し、思いや意図を表現する段階には達していないことがわかる。

これらの要因として、主に2つ挙げられる。1つ目は、身体表現そのものに意識が集中し、歌唱表現にまで十分に注意を向けることができなかったことである。2つ目は、3段目と4段目で同一の身体表現（両手をだんだん広げたり、閉じたりする動き）を用いており、自分の思いや意図に即した身体表現を十分に考えられていなかったことである。これらのことから、身体表現が歌唱表現を支援する役割を十分に果たしていなかったことが示唆される。

	思いや意図	自己評価とその理由
Kさん	③おだやかでやさしい感じ（だけど強め）にするために、クレッシェンドやデクレッシェンドを活かして歌う ④広がったり戻ったりする感じにするために、言葉をつないでやわらかく歌う	3 そもそもあまり歌えなかった
↓		
Kさん	③おだやかでやさしい感じ（だけど強め）にするために、クレッシェンドやデクレッシェンドを活かして歌う ④広がったり戻ったりする感じにするために、言葉をつないでやわらかく歌う	3 身体表現はまあまあできた。声はダメ（超出しづらい音程で、歌えなかった）

図8：生徒の記述内容③

以上の結果から、IさんやJさんのように変化が確認された生徒が多く見られた一方で、Kさんのように変化が見られなかった生徒も一部存在することが明らかになった。このような生徒の学びを支援するための方法について、今後より検討していく必要がある。

8. 成果と課題

本研究での成果や課題についてまとめていく。まず成果として2つ挙げられる。1つ目は、生徒の思いや意図を引き出すことができたことである。身体表現を用いる前は、思いや意図を持つことができなかった生徒が、身体表現を通して曲の特徴などを捉えやすくなり、思いや意図を持つことができた。その他にも、思いや意図を深化させることができた生徒も見られた。2つ目は、身体表現によって自分の思いや意図を表現できる生徒が増加したことである。最初の段階では、多くの生徒が音程やリズムを意識することに精一杯になっていたが、次第に自分の思いや意図を表現できるように変化していた。

一方、課題として主に2つ挙げられる。1つ目は、恥ずかしさなどから身体表現を十分に活用することができない生徒が見られたことである。生徒の記述内容には、「緊張で動きが小さくなってしまった」「もっと恥ずかしがらずに身体表現をしたい」という記述がいくつか見られた。授業実践を行う際も、生徒が取り組みやすくなるような工夫を行ったが、完全に生徒の恥ずかしさをなくすことはできなかった。このような生徒が安心して身体表現に取り組めるように、声かけや学習活動などについてより検討していくことが必要だと考えた。2つ目は、常時的に身体表現を取り入れていくことである。生徒の中には、身体表現を用いても、自分の思いや意図を表現することが難しい生徒が見られた。3時間という限られた時間の中で、歌唱が苦手な生徒を思いや意図を表現できる段階に持っていくのは難しい。そのため、身体表現を常時活動として行い、少しずつ生徒が思いや意図を表現できるように支援していくこ

とが必要だと考えた。以上が、本研究での成果と課題である。本研究を通して学んだことを今後の教科指導に生かせるように、より一層努力を重ねていく。

9. 参考・引用文献

- ・河合紳和 (2024) 「歌唱表現の創意工夫に関する指導についての一考察：指揮による表現を用いて表現意図を明確化する試行授業を通して」『教科開発学論集』第12巻, pp61-71
- ・桑原章寧 (2004) 「身体活動を取り入れた歌唱表現の学習内容の発展一中・高学年における身体活動を取り入れた歌唱指導を通して一」『学校音楽教育研究』第8巻, pp49-50
- ・国立教育政策研究所 (2010) 特定の課題に関する調査 (音楽) 調査結果
https://www.nier.go.jp/kaihatsu/tokutei_ongaku/houkoku_zentai_001.pdf
- ・教育音楽小学版編集部 (2019) 「特集 高学年の弱々しい歌声はなぜ? どう指導する」『教育音楽小学版 (月刊版)』第74巻 第7号, pp. 34-35, 音楽之友社
- ・教育音楽小学版編集部 (2015) 「特集 上手な先生がやっている歌唱指導のテクニック」『教育音楽小学版 (月刊版)』第70巻 第10号, pp. 27, 音楽之友社
- ・教育芸術社 (2025) 「中学校の音楽1」
- ・津田俊子 (2008) 「音楽教育における身体表現の意味と役割」『佛教大学教育学部学会紀要』第7巻, pp73-82
- ・手塚悦子 (2008) 「身体表現としての指揮的表現と楽曲のかかわり方との相互作用」『学校音楽教育研究』第12巻, pp51-52
- ・中村亜沙子 (2014) 「思いや意図をもって表現する力を高める小学校音楽科指導の工夫—楽譜を手掛かりに音楽を形づくっている要素を感じ取り、表現の工夫に生かす活動を通して—」『広島県立教育センター』
- ・西沢久実 (2005) 「身体表現活動を取り入れた歌唱表現に関する研究」『学校音楽教育研究』第9巻, pp47-48
- ・二宮貴之 (2015) 「教員・保育士養成校における実践的音楽教育：身体表現を伴った歌唱表現法について」『学校音楽教育研究』19, pp236-237
- ・齋藤香代 (2005) 「音楽の授業における身体表現についての疑問と実践での悩み」『音楽教育実践ジャーナル』第3巻 第1号, pp. 16-22
- ・文部科学省 (2017) 中学校学習指導要領解説 音楽編
- ・弓削田綾乃 (2009) 「幼児の身体表現に関する学生の意識と実践についての一考察」『浦和論叢』第41号, pp135-146