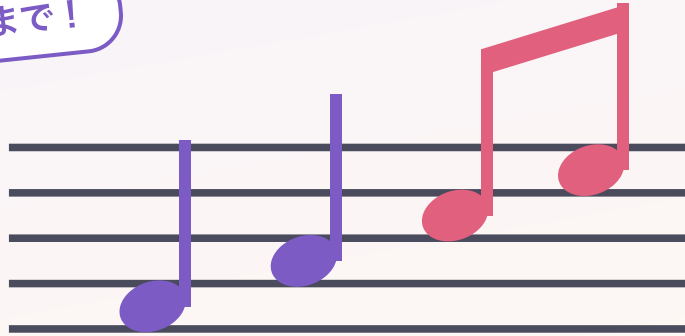


最後まで！



歌いきった！

ひとりで1曲歌いきる

最初から最後まで、通して歌おう



この教材の使い方

1

声と体で感じる

音楽は、歌ったり手をたたいたりするほど身につきます。気になったところは、何度でも声に出してみましょ

2

本物の音を聴く

この教材に出てくる曲や楽器は、音源や動画でも聴いてみましょう。耳で知ると、理解がぐっと深まりま

3

「やってみよう」は手と体で

答えは30ページにあります。正解がひとつではない問題もあります。自分の感じ方を大切にしましょう。



Ken (ケン)

音楽が好きな中学生。ギターを始めたばかり。



Emma (エマ)

カナダから来た留学生。ピアノが得意。

もくじ

曲を選ぶ	3～6
曲の構成をつかむ	7～10
合わせて練習する	11～13
仕上げる	14～17
歌いきる	18～19
練習しよう	20～24
ふり返り	25～30

歌いきる曲を、1つ決めよう。

まずは、最初から最後まで歌いきりたい曲を1つ選ぶことから始めます。



- 好きな曲、歌いやすい曲、どちらを選んでも構いません。
- 自分の声域に合った曲だと、無理なく練習を続けやすくなります。

1. 歌いきりたい曲を1つ決めて書こう。

- 長い曲や音の高低差が大きい曲は、練習に時間がかかることがあります。
- はじめての通し練習には、短めでシンプルな曲がおすすめです。
- 難しい曲に挑戦したいときは、無理のない範囲から始めましょう。

1. 選んだ曲の長さと、難しいと感じる部分を書こう。

- 歌詞を見ながらも歌えますが、覚えると表現に集中しやすくなります。
- 1番ずつ、区切って覚えると負担が少なくなります。
- 声に出してくり返すほうが、目で読むだけより覚えやすいことがあります。

1. 選んだ曲の1番の歌詞を、声に出して3回読もう。

メロディも、耳と声で覚えよう。

- 音源を何度も聴くと、自然とメロディが耳に残ります。
- 覚えにくい部分は、その部分だけくり返し練習しましょう。
- 歌詞とメロディを同時に覚えようとせず、順番に進めても構いません。

1. 選んだ曲を3回聴いて、〇ずさめるところを増やそう。

曲には、組み立てがあります。

structure

曲がどんな部分の組み合わせでできているか

ポイント

- 多くの曲は、いくつかのまとまりが組み合わさってできています。
- 構成を知っていると、次に何が来るかを見通しながら歌いやすくなります。

やってみよう

1. 選んだ曲を聴きながら、曲の変化を感じる場所に印をつけよう。

書いて覚えよう

verse

曲の始まりの部分。物語や場面を語ることが多い

pre-chorus

サビへの盛り上がりを準備する部分

chorus

曲の中でいちばん盛り上がる部分

- Aメロで始まり、Bメロで気持ちが高まり、サビで盛り上がる曲がよくあります。
- サビは曲の中でもとくに印象に残る、大切な部分です。

1. 選んだ曲のAメロ・Bメロ・サビを、聴き分けてみよう。

どこで息を吸うか、決めておこう。

- 長いフレーズを歌いきるには、息つぎの場所を決めておくことが大切です。
- 意味の切れ目や、メロディの区切りで息を吸うと自然に聞こえます。
- 歌詞に印をつけておくと、通し練習のときに迷わずに済みます。

1. 選んだ曲の歌詞に、息つきをする場所の印をつけよう。

曲のいちばんの見せ場を見つけよう。

- 多くの曲には、いちばん力を込めて歌いたい部分があります。
- その部分に向けて、少しずつ声や気持ちを高めていくと自然な流れになります。
- 盛り上がるの前後で強弱を変えると、山がはっきりします。

1. 選んだ曲で、いちばん盛り上がると思う場所を書こう。

伴奏と合わせる・音源と合わせる

1人でも、伴奏や音源と合わせて練習できます。

ポイント

- ピアノなどの伴奏に合わせて歌うと、テンポや音程がずれにくくなります。
- 伴奏がなくても、もとの音源に合わせて歌う練習ができます。
- 最初はゆっくりの速さで合わせ、少しずつ本来の速さに慣れていきましょう。

やってみよう

1. 音源に合わせて、選んだ曲の1番を歌ってみよう。

書いて覚えよう

- 部分練習だけでなく、最初から最後まで通して歌う練習も大切です。
- 通して歌うと、息つぎのタイミングや体力の使い方が見えてきます。
- うまいいかない部分があっても、最後まで歌いきることを目指しましょう。

1. 選んだ曲を、最初から最後まで通して歌ってみよう。



歌詞をまちがえたら、最初からやり直したくなるんだ。



本番では止まらずに続けるほうが大切だよ。練習でも慣れておこう。

- まちがえても止まらず続けることは、本番でとても役立つ力です。
- 少しくらいのまちがいは、聴いている人にはあまり気づかれないこともあります。

1. わざと歌詞を間違えたふりをして、止まらずに続ける練習をしてみよう。

自分の歌を、客観的に聴いてみよう。

自分の歌を、客観的に聴いてみよう。

ポイント

- 通して歌った様子を録音すると、自分では気づかない点に気づけます。
- 良かったところと、直したいところの両方を見つけてみましょう。

やってみよう

1. 選んだ曲を1回通して録音し、聴き直してみよう。

書いて覚えよう

気づいたことを、次の練習に生かそう。

気づいたことを、次の練習に生かそう。

ポイント

- 録音を聴いて気づいたことを、具体的に書き出しておきましょう。
- 1つずつ直していくほうが、いっぺんに直そうとするより効果的です。

やってみよう

1. 録音を聴いて気づいた改善点を1つ書こう。

書いて覚えよう

- 改善点にしばって、その部分だけくり返し練習しましょう。
- 直った部分は、もう一度通して歌い、全体の流れの中で確認しましょう。

1. 改善点を意識して、選んだ曲をもう一度通して歌おう。

- 本番前には、軽いウォーミングアップで体と声を目覚めさせましょう。
- 深呼吸をして、気持ちを落ち着けることも大切な準備です。
- うまく歌えるかより、伝えたい気持ちに意識を向けましょう。

1. 本番前にやりたい準備を3つ書こう。

練習してきた1曲を、人前で歌いきろう。

18

次の目標を、見つけておこう。

- 1曲歌いきった経験は、次の曲にも生かせる力になります。
- 次に挑戦したい曲を決めておくと、練習の楽しみが続きます。

やってみよう

1. 次に歌いきってみたい曲を書こう。

書いて覚えよう

実際にやってみよう・ペアで練習

たがいに聴き合って、感想を伝えよう。

- A** (1曲通して歌う) (曲を最後まで歌う)
- B** (よかった点を伝える) _____
- A** (役を交代して聴く)
- B** (1曲通して歌う) (曲を最後まで歌う)

ポイント

- 交代で歌い、聴き合うことで、お互いの良さや工夫に気づけます。
- よかった点を先に伝えると、次の練習への励みになります。

ワンポイント 完ぺきでなくても大丈夫。最後まで歌いきったことをまずほめ合しましょう。

書いて覚えよう

よくあるつまずき・上達のコツ

つまずきは、上達のサインです。

つまずき

よくあること

とちゅうで息切れする

息つぎの計画がない

サビで声が疲れる

力の配分ができていない

まちがえて止まる

続ける練習が足りない

コツ

こうしてみよう

息つぎの場所を決める

歌詞に印をつける

力を入れる場所をしぼる

全部を強く歌わない

止まらず続ける練習をする

わざと間違えて練習する

ポイント

- できないところは、部分練習と通し練習を交互に行いましょう。
- 1回でも最後まで歌いきれたら、大きな一歩です。

やってみよう

1. あなたが1曲通して歌うときにつまずきやすいことは？ _____
2. 上のコツから、1つえらんで試してみよう。

書いて覚えよう

用語をおさらい

この教材で出てきた言葉を確認しよう。

構成の言葉

☐ Aメロ

曲の始まりの部分

☐ Bメロ

サビへ向かう部分

☐ サビ

曲でいちばん盛り上がる部分

練習の言葉

☐ 通し練習

最初から最後まで歌うこと

☐ 部分練習

難しい部分だけを練習すること

☐ 録音

自分の歌を客観的に聴く方法

歌いきる言葉

☐ 息つぎの計画

息を吸う場所を決めること

☐ 改善点

次に直したいところ

☐ 本番前の準備

ウォーミングアップと心の準備

心構えの言葉

☐ まちがえても続ける

止まらずに歌う力

☐ 盛り上がりの場所

曲でいちばんの見せ場

☐ 次に歌いたい曲

次の目標

ワンポイント 覚えた言葉に✓をつけよう。言葉を知ると、1曲を仕上げる見通しが立てやすくなります。

書いて覚えよう

復習クイズ

ここまでの内容をチェックしよう。

1. 言葉と意味を線でむすぼう

- | | | |
|--------|---|--------------------|
| Aメロ | ● | ● ア. 息を吸う場所を決めること |
| サビ | ● | ● イ. 最初から最後まで歌うこと |
| 通し練習 | ● | ● ウ. 曲の始まりの部分 |
| 息つぎの計画 | ● | ● エ. 次に直したいところ |
| 改善点 | ● | ● オ. 曲でいちばん盛り上がる部分 |

2. 曲の構成にかかわる言葉を3つ書こう

1. _____
2. _____
3. _____

3. 正しいほうに○をつけよう

1. 曲でいちばん盛り上がる部分 → (サビ / Aメロ)
2. 最初から最後まで歌う練習 → (通し練習 / 部分練習)

書いて覚えよう

選んだ曲を1回聴く

歌詞を頭の中で思い出す

サビの部分だけ歌う

1曲通して歌ってみる

今日の通し歌唱をノートに書く

家族の前で1曲通して歌う

- 1回5分でも、毎日続けることが1曲を仕上げる力になります。

発表してみよう・感想を書こう

仕上げた1曲を、みんなに届けよう。

発表した日

歌いきった曲

いちばん練習した
ところ聴いてくれた人の
感想

Ken の例

発表した日 8月1日／曲 好きな歌1曲／いちばん練習したところ サビの盛り上がり／感想 最後まで安定して聞こえたと言われた

感想を3文で書こう

① 1曲を歌いきる前は、～でした。② 今は、～ができるようになりました。③ これからは、～に挑戦したいです。

書いて覚えよう

もっと知りたい人へ・次のステップ

歌いきる力は、これからも育っていきます。

もっと知りたい人へ

発表の場で

学校や地域の発表会に参加する

録音で

定期的に自分の歌を記録する

動画で

好きな歌手の歌いきり方を見る

次のステップ

新しい曲へ

少し難しい曲に挑戦する

合唱

みんなで声を合わせる歌に挑戦する

樂器

楽器を演奏する世界に進む

ポイント

- これで「歌う」を中心にした教材は一区切りです。次は「楽器の種類」。歌の力を、楽器の世界にも広げていきます。

書いて覚えよう

ひとりで1曲歌いきるチャレンジ

毎日の中でも、1曲を仕上げる練習はできます。

決めよう

歌いきりたい1曲を選ぶ

通そう

最初から最後まで歌ってみる

届けよう

だれかの前で歌いきる

こたえ

L26 A×ロ→ウ サビ→オ 通し練習→イ 息つぎの計画→ア 改善点
→エ 2. A×ロ / B×ロ / サビ 3. サビ / 通し練習

L33 (例) 1曲を歌いきる力は、構成をつかみ、息つぎを計画し、
通して練習することで育つ。

書いて覚えよう

ひとりで1曲歌いきる (Season 3 | No.30)

発行：一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。

有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。

くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。