

子供の「生きる力」を引き出す音楽指導 コロナ禍、小学校3～6年生の音楽会に向けての取り組み

関根 朋子

Sekine Tomoko

要旨

本研究では、コロナという不測時だからこそ、子供の「生きる力」を引き出したいという強い願いをもって実施した「校内音楽会」の取り組みを通し、TOSS音楽指導法について検証していく。

予測困難な社会の変化を象徴したコロナ禍では、音楽科はマスク着用のまま、歌えない・楽器演奏もできないという今まで受けたことのない制約を強いられた。それでも何とか「生きる力」を感じさせたいと工夫を試みた。例えば、校内音楽会で「唱歌の4小節をソロで歌う」という演目を、コロナ禍、執り行うことにした。結果、本番では「ソロ歌い」に対象児337名中、201名が挑戦した。ここに至るまでのTOSS音楽指導法により、子供の「自己肯定感」が育ち、それが「生きる力」を引き出した可能性がある。

これらの取り組みや考察が、今後新たな困難に遭遇した際の参考になる。

キーワード：生きる力、自己肯定感、向山型指導法、TOSS音楽指導法

I. 問題と課題

1. 音楽科におけるコロナ禍での問題点

コロナ禍、子供は例年とは大きく異なる学校生活を過ごした。休校があり、移動教室、遠足、保護者の参観行事は悉く中止となった。子供たちが授業や行事に取り組む姿を保護者に見せる場は殆どなかった。東京都の場合、近距離での会話や発声等をできるだけ避けるため、授業においてグループや少人数による話し合い・教え合いなどの活動は控える、音楽においては歌唱活動や管楽器（リコーダー等）を用いる活動は行わないといったガイドライン（*文献1）が出された。学校での経験や学びが保障されないことに加え、友だちと近くで話をしたり、触れ合ったりすることにも配慮が必要とされ、当たり前の人間関係が構築できずストレスを抱える子供が増加した。

学習指導要領（*文献2）では、知・徳・体を通して「生きる力」を子供達に育むことが明記されている。このような予測困難な状況の中にあって、「『知識・技能』の習得」、「『思考力・表現力・判断力』の育成」、「『学びに向かう力・人間性等』の涵養」の三つの柱を元に育成されるとする「生きる力」を育むことはできるのだろうか。これが音楽科の大きな問題点となった。

2. 研究の目的

本研究の目的は、コロナ禍、TOSS音楽による指導により、「自己肯定感」が育ち、それが「生きる力」を引き出すことに繋がったのかを検証し考察することである。

学習指導要領では「生きる力」について、「変化する社会の中で、個々が主体的に自らの生き方を考え、他者と共により良い社会を築くために必要な力」とし、知・徳・体

（「確かな学力」、「豊かな人間性」、「健やかな体」）を総合的に育むことで、子供たちが「生きる力」を身につけ、未来に向けて主体的に生きていけるようにすることが、中核的な目的だと示している。さらに、音楽科で育む「生きる力」の要素として、「自己表現力の育成」、「コミュニケーション能力」、「他者との協力」、「創造力の発揮」、「持続的な学びへの意欲」などを挙げている。音楽活動に取り組むことで、「自分の感情や思いを表現」し、「コミュニケーション能力」や「自己肯定感」が高まり、「達成感」や「学ぶことの楽しさ」を実感することができる。こうした経験は、「学び続ける意欲」を養い、「生涯学習の基盤」となる「生きる力」を育成することに繋がる。

コロナ禍、この「生きる力」を音楽という教科で引き出すにはどうしたらよいのか。

筆者は「向山型指導法」に則った音楽授業を行っている。「向山型指導法」とは、できない子をできるようにさせ、できる子も満足させる授業システムである。ここでまず育つのは「自己肯定感」である。「自分にもできるのだ」という「自己肯定感」が「達成感」や「学ぶことの楽しさ」を実感させ「生きる力」に繋がる。「音楽指導」には、音楽独自の内容を取り扱う場合も出てくるので、向山型指導法をトレースした音楽指導を「TOSS 音楽指導法」と呼び、研究を進めている。音楽の場合も同様、どの子にも「自己肯定感」をもたせることが「生涯学習の基盤」となる「生きる力」育成に繋がっていく。

本研究では、「生きる力」に示されている「自己肯定感」は、コロナ禍という不測時だから、より「必要で、欠くことのできないもの」と捉え、「生きる力」を引き出す「自己肯定感」に焦点を当て考えていく。

「向山型指導法」を展開した向山洋一は「教育のもっとも根本的な目標をただ一つだけ言えと言われたら『人間の生きていく気力を育てることである』と言える。『人間の生きていく気力』があって次に『生きていく技、つまり学問など』を身につけさせるのである」（*文献3）と記している。「生きる力」を引き出す活動を数多く積み重ねることで、向山が示す「人間の生きていく気力」が養われていくと筆者は考える。

発達障害教育を進める伊藤寛晃は、発達凸凹の大きい子供たちが主体的にかかわる活動を通し、「生きる気力」を引き出す実践を行なっている。電波の届かない山中の合宿で仲間と語り歌い踊り、生活を共にすることを通し、協働する喜びを感じられるようになっていく（*文献4）。このような活動を積み重ねることで、向山が示す「人間の生きていく気力」が特別支援の必要な子供たちにも育っていくと考える。

II. 研究の仮説と研究の手順

コロナ禍での音楽先行実践については、「コロナ禍で音楽表現を制限されてきた児童生徒の資質・能力を伸ばす音楽指導の在り方の研究」（*文献5）や「保育者養成課程における音楽教育方法に関する研究：コロナ禍における「児童音楽 I」の授業を中心に」（*文献6）といった研究が報告されている。オンラインやデジタルツールの活用といった新しい指導法について書かれたものや、学校や自宅での学習環境を絡めたもの、対面での授業ができないことによる子供のモチベーションの低下をあげた研究もある。マスク唱後、マスクを取ることを許された状況での、子供の変化を取り上げたものもあった。しかし、マスク着用児童による教室実践報告は少ない。

TOSS 音楽指導法の特徴

「向山型指導法」、「ふしづくり音楽教育システム」などの実践から学んだ知見、脳科学の要素を生かした「人間発達学」「感覚統合」からの学び、発達凸凹の大きい子供が通う翔和学園からの学びなどを総合し、進められているのが「TOSS 音楽指導法」である。

(1) 「ふしづくり音楽教育システム」を取り入れる

「ふしづくり教育システムは」50年前に実施された「ふしづくり音楽教育」研究（*文献7）をベースにした指導法である。16万人の子供の能力調査から、子供につけたい音楽能力を ①音楽の流れに乗る力②真似する力③すぐ再現する力④即興する力⑤抽出する力⑥変奏する力⑦記譜する力と定義づけ、子供たちに本当の音楽の基礎基本の能力がつく

「音楽指導システム」を作り上げた。システムの中核となる「ふしづくり一本道」は「80段階 25ステップ」（*文献8）から成り、これに沿って授業を進めれば、どの子にも音楽能力がつくとして、全国に広まった。この研究で注目したいのは、「音→表現→記号」のステップによる指導だ。「音をまず聴いてから（音）、表現し（表現）、その後楽譜や知識（記号）を学ぶ」という指導のステップを柱として研究は進められ、子供に大きな変容が見られた。聴覚を鍛えることで音楽能力が身につくという音楽指導法である。

(2) 唱歌は「日本語が相手に正しく伝わる」ように歌う

例えば、「名詞」は均等に圧力がかかるようにまっすぐに歌い、「子音」は軽く浮かすように歌う（*文献9）。このように歌うことで名詞がはっきり聞こえ、マスク唱でも、歌詞が相手に伝わりやすくなる。「日本の歌」（唱歌）は毎時間取り上げる。

(3) 「わらべうた」で「日本人の音楽感覚」と「社会性」を身につける

どの民族にも自国の「わらべうた」がある。子供たちは「わらべうた」を歌いながら自国の音楽感覚（音階や拍子）を身につけ、次世代へ伝承する役目も果たしている。子供はわらべうたで遊びながら、社会性を身につけ、歌ったり踊ったりして体を動かすことで、「身体の動きを滑らかにする」こともできる。

(4) 「身体の動き」を滑らかにする体操を取り入れる

身体の動きは脳の発達と連動している。例えば、肩甲骨を動かすことで姿勢が良くなり鉛筆を持つ筋肉の動きが楽になる。そこでコロナ禍、「人間発達学」「感覚統合」の知見を生かし、「身体の動き」を滑らかにする体操動画を作成し、活用した（*文献10）。

(5) 音楽授業は複数のコマで進める

45分授業、1単位時間に、6, 7つのコマ（活動）を進める（*文献11）。

音楽には、繰り返すことで定着する能力があり、短くてよいから毎時間行いたい活動が多くある。毎回積み重ねることのできるようになり、子供が「自己肯定感」を高める。

複数のコマを行うことで、音楽に苦手意識をもつ子供も活動によって挑戦しようとしたり、「切り替えの苦手さ」など特別支援の子供にみられる問題が改善されたりするメリットも期待できる。

研究仮説を「不測時にあっても、TOSS 音楽指導法により、子供の『自己肯定感』を高めることによって、『生きる力』を引き出すことができるであろう」とした。

研究仮説を検証するために以下の研究手順を踏んだ。

① コロナ禍、子供の「自己肯定感」を高めた TOSS 音楽指導実践を洗い出し整理する。

- ② コロナ禍「授業技術の使用の有無は、子供の力を引き出すことに影響したか」について「授業の腕を上げる十の原則」を元に比較検討する。

Ⅲ. 実践検証

令和3年11月コロナ2年目の秋に、3年に一度行われる「校内音楽会」が予定されていた。先が読めないコロナであったが、子供の「生きる力」を何とか引き出したいという思いは、校内のすべての教職員に共通していた。音楽会の開催日については、管理職から「生の音を聴き合わせたい。そのために音楽会を4日間（児童鑑賞日3日間、保護者鑑賞日1日）で行いたい」との提案があった。子供の「生きる力」を引き出すためにも、音楽会をリアル会場で4日間にわたって開催しようという方向で計画は進んだ。

音楽の授業は、飛沫による感染拡大という理由から、歌唱や器楽の演奏が見合わされ、緩和後もマスク着用しての歌唱が余儀なくされた。今できる精一杯のことをしていこうということで共通理解し、取り組みを進めた。

1. コロナ禍、子供の「自己肯定感」を高めた TOSS 音楽指導実践を洗い出し整理する

「まず聴いて歌う」習慣をつけておけば、あっという間に歌えるようになる。これを行うのに行わないのでは全体の練習時間が大きく変わってくる。基本的なことも普段から教えておく。「歌い始め」の指導では十分息を吸う、言葉を大切にしておき、声を出す、「歌い終わり」の指導では、最後まで丁寧に歌い、余韻を味わう。普段からの継続した指導がベースにあることは、コロナ禍でも同様だ。

「コロナ禍、有効だった活動の洗い出し」では、「活動のねらい」を①堂々と表現するための素地をつくる指導、②聴く力を育成し、できる、「自己肯定感」を高める活動、③身体の動きをほぐしリラックスさせる活動、④その他の4つに分類した。

表1 コロナ禍、子供の「自己肯定感」を高めたと考えられる TOSS 音楽指導実践

活動のねらい	音楽活動・工夫	コロナ禍、有効だった音楽指導
① 堂々と表現 するための素地 をつくる指導	マスク唱	マスク着用のまま歌う 教師を真似、小さな声でのマスク唱からスタートした
	呼吸法	マスク着用のまま息を深く吸い、長く声を伸ばす 「長生（息）競争」に遊び感覚で取り組む
	個々を聴取激励	教師は子供の耳元で一人一人の歌声を聴き激励する
	聴き合い、評価	横並びペアの友だちと聴き合い、互いを評価する
	個別評定	指定された「短い部分」を、全員が順に演奏する 緊張・集中により、個々の演奏が激変した
	唱歌の歌唱法	マスク唱でも、「歌詞」が相手に伝わりやすくなる
	楽器の活用	毎時間「全員ドラム」や「全員木琴」など、短時間でも全員が必ず演奏体験する
	聴く力の育成	「音→表現→記号」、まず聴くことからスタートする 指導と学習を進める

②聴く力を育成し、できる、「自己肯定感」を高める活動	「ふしづくり一本道」	「ふしづくり音楽能力育成システム・ふしづくり一本道」に沿い、易→難の順で活動を進める
	「自己肯定感」を高める鑑賞指導	身体を動かし、「ものさし」をもって音を聴く「鑑賞ノート」を通し「自己肯定感」を高める
③身体の動きをほぐしリラックサさせる活動	身体表現・身体活動	音楽の流れに合わせた「左右お手合わせ」や「肩叩き」で身体を動かし、ステップを踏み、揺れる音楽能力だけでなく社会性も育成する
	感覚統合体操	音楽に合わせて動きをつけた動画に合わせて、踊る感覚統合面での「身体の動きの悪さ」をサポートした
	わらべうた・お手合わせ	わらべうたでの「エア－お手合わせ」は、相手との距離を1m確保し、手を合わせたつもりで行った
	GO-NOGO	動から静へ、抑制する力を育成する目的で行うピアノに合わせて動いたり止まったりした
④その他	ICT活用	ICTを「お手本」「録画」「アプリ活用」に使用した
	授業実施に際しての教師の工夫	「短時間でいいから毎回取り入れる活動」を行うための教室移動、向山型指導法「所時物の原則」を「TOSS音楽指導法」で行った

①堂々と表現するための素地をつくる指導

ア. マスク唱

コロナ当初、音楽授業での歌唱は一切禁止された。10月、ようやく少し制限が緩和された。そこで、教師の歌を真似て小さな声で歌う「マスク唱」をスタートした。

教室では、前後左右十分に1.5m間隔を取って練習した。これを体育館で行うと、互いの距離が十分確保できるので、普通にマスク唱をすることができた。

イ. 呼吸法

マスク着用状態で、十分息を吸う、息を吐くといった基本的な活動を徹底させるのは難しかった。それでも「息を確実に吸う」、「息を吐き切る」を意識させ、呼吸する自分の身体を意識させた。呼吸は生きていく上の基本であり、姿勢や歩行にも影響する。呼吸法が身につけていないと歌ったり堂々と表現したりできない。成人後にも、影響が大きく残る可能性がある。呼吸が安定すると、フニャフニャ声ではなく、芯のある声になる。

i 呼吸法の定着を図り、声を出しやすくする

T(教師)：「みなさん、立ちましょう！」 C(子供)：「ハ~~~~~イ！」

マスク着用でも声を通るよう深く息を吸い、声を出す練習だ。楽しい雰囲気で行った。

ii 長生き(長息)競争(※文献12)

T：「みなさん、立ちましょう。長生き競争です。聞こえる声を出します。息を吸ってーはい！」 C：「ロ~~~~~」一息で声を出し、息が途切れたら座る。

T：「・・・42, 43, 44秒！すごい44秒。今日の長生きチャンピオンはA君でした」。

一番「長息」の子供は最後、全員の注目を浴びながら声を出すことになる。マスクをしていることを苦にせず皆が挑戦した。「もう一回！」という要望は聞き入れず一日の授業1回限定で行った。マスク着用で行うには息と体力が必要だが、皆が燃えた。

ウ. 個々を聴取・激励

教師は子供の耳元で一人一人の歌声を聴き激励する。コロナ禍、感染リスクを低くするため子供の真正面に立つことがないようにした。教師が子供の中に入り、個々の声を耳元で聞いて廻る。マスク唱なので、近くで聴かないと子供一人一人の音程や歌詞、声の質はわからない。聴いて廻りながら、一人一人に「指でマル」のハンドサインを示したり、「いい声！」と耳元で囁いたりして声をかける。実際に声を聴くことで、「前時からの成長」や「やる気」に気づくことができる。

エ. 聴き合いと評価

「横並び」のペアで友だちと聴き合い、互いを評価する。面と向かうことなく、「横並び」で相手の声を聴くので、飛沫が相手にかかるリスクは減り、逆にマスクをしていることで、互いに安心して声を出せる。

じゃんけんで勝った方から歌っていく。負けた方は相手の歌を聴き、よかったところを伝える。その後交代して聴き合う。和やかで、和気あいあいとした雰囲気が進められる。

オ. 個別評定

指定された「短い部分」を全員が順に演奏する。緊張・集中により、個々の演奏が激変する。マスク唱で、生まれて初めて個別評定を受けたときの子供の様子を記す。課題は「君をのせて」のクライマックス、「とうさん」の部分だ。

T : Aさんから「♪とうさーん」はい！

C : 「♪とうさーん」

T : 二重丸 (◎) !

最初の一人を評定したところでどよめきが起こった。「いじめだ〜！」一人の男子が声を発した。初めての評定に黙っていられなかったようだ。しかし、聞き流し、どんどん同じペースで評定を続けた。

T : (次の人を指さし) 「♪とうさーん」 C : 「♪とうさーん」

T : 声が震えていました。お腹で声を支えていた証拠です。二重丸！(次の人を指さし) 「♪とうさーん」・・・。

本来は説明なくポンポン進める所だが、個別評定一回目、不安を感じる子どものために「短い説明」を加えた。個々の声を聴いた後、子供たちの声は激変し、授業に取り組む態度もより真剣なものに変わっていった。

カ. 「日本の歌」で歌い方の基礎を学ぶ

毎時間、「日本の歌」(唱歌)を取り上げ、「日本語を歌おう！」(*文献7)に沿って指導した。例えば、「名詞」は均等に圧力がかかるようにまっすぐに歌い、「子音」は軽く浮かすように歌う。このように歌うことで名詞がはっきり聞こえ、マスク唱でも、歌詞が相手に伝わりやすくなる。「二重母音」のある部分では「真空唱法」を活用し、腹筋を用い、声を置き直して歌うよう伝えた。

キ. 楽器の活用

「全員ドラム」、「全員木琴」、短い時間で交代しながら、毎時間、全員が必ず体験できるようにした。飛沫感染の恐れから、リコーダーや鍵盤ハーモニカは演奏できない。吹奏以外の楽器のみ使用可能ということで活用したのがドラムセット、木琴(鉄琴)、お琴、電源式キーボード、電池式鍵盤ハーモニカだった。

i. ドラム

コロナ禍急遽2セットを追加購入し、授業では合計3台のドラムセットを配置し、3グループに分け取り組ませた。練習場面を限定し、⑦右足で大太鼓を叩くだけ、④左手で小太鼓を叩くだけ、と局面を限定し、授業時間に全員が何回も練習できるようにした。

⑦右足で大太鼓を叩くだけ、④左手で小太鼓を叩くだけがそれぞれできるようにあれば、⑦+④ができるように、易→難の順に、取り組ませた。

休み時間は音楽室を解放した。毎回希望者があふれ、挑戦しようとする姿が見られた。

ii. 木琴

木琴で主旋律を演奏する。1台の木琴に、2～3名の配置が可能だ。制約が大きい時、全員で取り組める楽器として、木琴は欠かせなかった。ばちを叩くために必要な「腕の力のコントロール」ができない子供が多かった。叩きたい場所を叩けないだけでなく、強弱の力のコントロール、響きを感じた叩き方など、指導する必要があった。

③ 聴く力を育成し、できる、「自己肯定感」を高める活動

ア. 聴く力の育成

「まず音を聴き」（脳幹）次に「表現し」（大脳辺縁系）、その後「歌詞の内容を考えて」（大脳皮質）という「音を聴くことを優先」した指導順で学習を進める。やがて手掛かりを元に音楽を聴いたり、音楽の要素を判断したりできるようになる。

新曲を歌う際、楽譜を見ながら歌うと何度歌ってもなかなか覚えられない。ところが、楽譜を見ずに歌うと、聴覚をたよりに音を聴こうと集中するため、聴覚が鍛えられる。最初は時間がかかるが、徐々に音を聴こうとする力が付き、短い時間で歌えるようになる。

イ. ふしづくり一本道

実際には「80段階25ステップ」の第1～第10段階から子供の実態に応じ行った。マスク着用で4人組の円を作り、手で拍子をとりながら言葉を次々にまわしていく。他に、相手が演奏する「続く節」の後、「終わる節」を拍の流れを止めずに演奏するものもある。「拍反応力」や「拍の流れに乗る力」が、友達とのやり取りの中で育成される。

ウ. 聴く力を育成し、「自己肯定感」を高める鑑賞指導

ただ聴かせるのではなく、映像を見せるのでもない。聴く際に「ものさし=基準」を与え聴かせる。「場所、時間、動物、季節、もの、人、色」など、「ものさし」を限定することで、聴く視点が明確になる。ここで子供の感想が書かれたノートを確認し、子供の学びの変化を把握する。鑑賞記録ノートには、教師と子供のやり取りが詰まっている。それまで、自分の好みや自分の思いを元に感想を書いていた子供が、「登場人物の落胆と楽曲の速度の遅さ」を関連付けて書いた場合など、クラス全員の前で感想を読ませ価値づけた。他の子にはない考えを書いた場合や捉え方がよかった場合なども同様である。

一人を力強く褒めると、他の子供の聴き方にも変化が起こる。自分もできるのではと感じるからだ。子供一人一人にスポットを当てるだけで、意見を言うことへの抵抗が減り、鑑賞の授業に興味をもつようになる場合が頻繁に見られた。「音楽のものさし」を教え、根拠を元に書かれた感想を褒め続けることで、個々の「自己肯定感」が上がっていった。

③ 身体の動きをほぐしリラックスさせる活動

ア. 身体表現・身体活動

音楽の流れを感じながら「左右のお手合わせ」や「肩叩き」をして体を動かし、左右にステップを踏み、肩を組んで左右に揺れる。これらの活動は子供同士楽しく関わりながら、「リズム感」育成や「フレーズの流れにのる」という音楽能力を育み、社会性をも育成する。コロナ禍でもひと工夫加えて取り入れた。お手合わせの動きを行いながら実際には手を触れない、肩を組んだつもり、手を繋いだつもりで活動を行った。これだけで、高学年でも盛り上がり声が出しやすくなり、子供たちから笑顔があふれた。

イ. 感覚統合体操

「ピタゴラススイッチ」、「ミッキーマウスマーチ」など、教科書で取り扱っている鑑賞教材に動きをつけたものを動画に撮り、その動きを真似させた。コロナ禍、外に出て十分身体を動かさないで、身体の動きの悪い子供が大勢増えたように感じていた。まっすぐ立ったり、歩いたり、鉛筆をもったりするには、肩甲骨の動きや安定した体軸が不可欠だ。



写真1. 感覚統合体操

映像を見ながら体を動かすことは（*写真1）、自分の中のボディシェマが確立されていることを意味する。感覚統合の要素を生かした動きが含まれた運動の開発をチームで行い、子供に実践していった。音を聴くとリズムに合わせて動きたくなる。この動きたくなる無意識の動きは、脳の深部にある大脳基底核・大脳の内側にある補足運動野・小脳などで行われ、筋肉の動きが無意識に調整されて滑らかな動きになっていく。

ウ. わらべうた

「せっせっせ」、「茶摘み」、「なべなべ底抜け」、「おちゃらか」、「あんたがたどこさ」、「いないいないばあ」などのわらべうたで「エア－お手合わせ」を行った。相手との距離を1.5 m以上開けて向かい合い、実際に手は触れないが触れたつもり「エア－お手合わせ」を毎回短時間行った。

エ. GO-NOGO

抑制する力を育成する。ピアノに合わせ、行進する。音楽が止まったら直ちに動きをストップする、そしてピアノが鳴りだしたら再度歩き出す。これを繰り返すと自己抑制ができるようになる。ピアノの速度や音の高低、リズム、装飾音、音色の感じに合わせて身体を動かす。音楽に合わせて動くことで、毎回笑いや歓声がおこった。短時間、マスクをしながら体育館で毎回行った。（*文献12）

④その他

ア. ICTの活用

使えるものは何でも使い、できることをできることからやらせていった。

- i. 【表現での活用】自分の演奏の動画録画とその視聴によりメタ認知効果も上がった。
- ii. 【参照ツールとしての活用】手本動画の視聴。手本を見ながら奏法を練習したり、伴奏やドラム・リズムに合わせて練習したりする。（*写真2）
- iii. 【アプリの活用】 MusicLab で音楽遊びをする、わらべうたを MusicLab の Song Maker に入力し伴奏をつける、ロイロノートに聴いた曲の感想を書き込む、Gクラスルームに出題される音楽問題を解くなども行った。子供たちの ICT 活用能力は高く、コロナ2



写真2 手本動画

年目では、ほぼ全員、動画の撮影とその動画の提出ができた。一人に教えると、あっという間に全員ができるようになった。

2 「授業技術の使用の有無は、子供の力を引き出すことに影響したか」比較検討する

1で示した「コロナ禍、有効だった音楽指導」については、指導を行う際、用いた「授業の腕を上げる十の原則」の影響が大きいと考える。そこで、「授業の腕を上げる十の原則」に即し、コロナ禍での教師の指導を取り上げ、指導技術があった場合、ない場合について比較した（*表2）。

表2. 向山型指導を生かしたコロナ禍音楽授業での教師の指導

「授業の腕を上げる十の原則」	向山型を生かしたコロナ禍、音楽授業における教師の指導・対応	向山型を用いない場合に予想される音楽授業との比較
1 趣意説明	「息は鼻から吸い、息を吐きながら立ちます。歌う時と同じ呼吸法になるので、声が安定します」（マスク唱）	「趣意説明の原則」がなければ、子供は目指す方向がわからないので「取り組む姿勢」が弱くなる
2 一時一事	「聴きます」「絶対に声を出してはいけません」「小さな声で歌います」「教科書を出します」	「一時一事の原則」に則って指示が提示されなければ、明確に指示は伝達されない ワーキングメモリの弱い児童は、複数の指示を聞くのが難しい
3 簡明	「自由の女神！構えは三角！」 （リコーダー指導） （何をしたらよいか、一目でわかる） *体育館で間を取っての指導	「簡明の原則」・「明確な指示」を用いれば、何をすべきか子供はすぐに理解する 短く明確に伝えることで、支援の必要な子供もすぐに集中できる
4 全員	「持っているものを置きます」 「先生におへそを向けます」	「全員の原則」手に持っている物を置き、体の向きを整え聞かせる手に持たせたままでは、注意散漫の子が必ず現れる
5 所時物	1時間の授業で「音楽室（鑑賞）→屋上（歌）→体育館（器楽）」と活動場所を移動した 大型シールドカーテンを設置したドラム、木琴、オルガン、琴などを用い、グループごと、全員が短時間でも演奏できるようにした	密状態を避けるための場の確保が為されなければ、わくわくどきどきする音楽授業は展開できない 一人の子も放置しないためにも、「子供の活動時間確保」を第一優先し、場所や時間、使用楽器を調整した
6 細分化	鑑賞曲「そりすべり」で「鞭の音」に注目し「パシッと音がし	「何の手がかりも与えず全曲通して聴かせる」「安易に動画や映像

	た」「どうなっているのか」とイメージを膨らませる 「曲の中で鞭がとんできます、鞭でお尻を打たれないよう急いでお尻を押さえます」と聴かせる	を見せる」「どうだったかを聞き、鑑賞文を書かせる」 集中して聴くことが難しく、何を感じて何を書けばよいのかわからない子が出てしまう
7 空白禁止	どの子も何をすればよいのかわかって活動している状態を保つ 歌唱指導では一曲を通して、「歌えたら立ちます」 歌えた子には、覚えて歌えるようになるという課題を与える 「立った人は覚えて歌います」	歌えるようになったら次に何をす るのかわからない子が出てくる 歌えるようになったのだから、それ でよしと活動を止める子、勝手な 動きを始める子が出てしまう空白 を作らない
8 確認	「教科書に○がついているか、お隣さんと確認」 (誰ができて、誰ができていないのかの把握)	習熟状況を一人一人確認することで教師は次の課題を提示できる 個々の確認をしないと、緊張感のない授業になる
9 個別評定	「出だしの『い』だけ歌います」 (リズムとテンポよく全員を評定する)	「個別評定の原則」誰がよいのか、何がよいのかを示す 真似すべき手本がわかると、どの子も短時間でできるようになる
10 激励	「緊張した中、よく声を出しましたね」	「それでいい!」と個々を認め、励ます 実技教科の場合、「ほめてほめてほめまくる」ことが有効である

「授業技術の使用」により、できる子だけでなく、教室にいるできない子や音楽が苦手な子、発達に凸凹がある子などでもできる、理解できるよう工夫がなされている。「教師の指導技術の有無」は、子供に定着すべき能力に大きく影響するだろうことが推測される。

3 音楽会に向けての具体的な取り組み

音楽会は、学年ごとの発表とした。児童鑑賞は2学年ごと、3日に分け行ない、保護者鑑賞は4日目最終日に、学年ごと保護者を入れ替えながら行った。一学年100名ほどの保護者が入ると、広い体育館が密の状態となった。

筆者が担当したのは3年から6年生、4学年だった。演目は各学年とも ①「唱歌でつづる日本の四季」、②器楽、③合唱の三部を組み合わせ行った(*表3)。普段の力を出し、個々の努力が積み重なるよう指導計画を立てた。折しもGIGAスクール構想によりICT活用が国家プロジェクトとして導入された。ICT活用は子供にとってもわくわくする活動だった。そこで、ICT機器やタブレットを多用し音楽会準備を進めた。

(1) 子供の「自己肯定感」を高める取り組みを計画的に進める

①「唱歌でつづる日本の四季」に向けての取り組み

表3 音楽会に向けた授業指導計画

月	4	5	6	7	8	9	10	11
全校	全校合唱 「離任式の歌」	全校合唱 「翼をください」	全校合唱 「ふるさと」	全校BP 「トレパーク」	夏休み課題	各学年	各学年	各学年 本番
日本の歌	日本の歌 ふるさと、鯉のぼり、夏祭り、ゆき、さくらさくら、茶摘み、我が海の子、ふるさと、春の小川、かたつむり、富士山、紅葉、朧月夜、夏はきぬ、冬景色				課題より1曲 選び、録画 →ロイロノート 提出	コマ練習 ハミング唱 鯉のぼり 名詞、クライマックス	ソリスト決定オー ディション→希望 者(自薦他薦共)→ 体育館練習	体育館練習 (本番4日間)
合奏			曲決め 候補から 子供が選択	主旋律 練習	夏休み課題 タブレットで 範奏視聴 練習→送付	主旋律テスト (易しい) 希望パート調査 →Google-form	①パート練習 ②主旋律練習 ③部分合奏 ④体育館練習	④体育館練習 ⑤リハーサル
合唱			曲決め 候補から 子供が選択	主旋律 練習	夏休み課題 タブレットで 範奏視聴	下声部 パート決定	学年練習	学年練習

『唱歌でつづるふるさとの四季』（源田俊一郎編曲）を元に、学年ごと歌う曲を入れ替え（*表4）、本番を迎えた。

学年全員で唱歌を6～7曲歌い繋いでいく中、各曲、曲の一部分（4小節）を立候補したソリストが歌っていった（*表5）。

自分が担当する曲になると各クラスの前に、ソリストが歩み出て歌った。全員マスク唱だ。

ソリストは各クラス1日15名、4日間でのべ60名がソロに挑戦できる。4日間毎回歌うソリストもいた。ソリストは自分が希望する曲を歌うことを基本とした。

表4 学年別歌唱曲

曲名	3年	4年	5年	6年	曲名	3年	4年	5年
1 故郷 1番	○	○	○	○	8 村祭り	○	○	
2 さくらさくら		○	○		9 私は海の子			○
3 春の小川	○			○	10 富士山	○		
4 朧月夜				○	11 もみじ		○	○
5 こいのぼり		○	○		12 冬景色			○
6 茶摘み	○	○			13 雪	○		
7 夏は来ぬ			○	○	14 故郷2、3番	○	○	○

表5 日本の歌 歌唱順（6年生）



ア. 歌い方がわかる歌唱法

日本の歌は毎時間、藍川メソッドに則って、授業で歌ってきた。歌い方がわかるので、やる気さえあれば、どの子も安定感のある日本の歌を歌うことができた。

イ. 夏休みの宿題は、タブレット録画

タブレットに自分の一番好きな唱歌を歌う様子を録画し、筆者にその動画を送るということが夏休みの課題だった。子供たちのICT活用能力は高く、コロナ2年目のこの時期、子供たちから動画は送られてきた。録画映像から、息の吸い方から発音まで、かなり細部にわたって聴きとることができた。この事実がわかったことは貴重な発見であったし、子供自身、自分をメタ認知するよいきっかけになったと感じた。

時間にして15～30秒という短い動画だったが子供は気を遣って収録していた。保護者の前で歌ったものをそのまま収録した子の他、保護者がいない時に、兄弟にわからないようベランダや二段ベッドの下段で、伴奏音源を自分で準備しての収録などである。これらの動画からも、子供たちの強いやる気と意欲を感じることができた。

ウ. オーディション

音楽会一カ月前に最終オーディションを行った。歌いたい曲を確定し、仲間が見ている前で歌うというものだ。担任も同席し頑張る様子を見守った。ちょうどこの時期、コロナ感染状況が芳しくなく、再度休校になるかもしれないという情報が流れた。

子供たちには休校への不安や、せっかく積み上げてきた努力が無になるのではという不安もあったと思われる。緊張の中、友だちの前で必死に歌う姿があった。

オーディション後、ソリストを確定した。希望者は全員ソリストに決定、担任と専科が相談し推薦され、それを受け入れ、歌うと決意した者もソリストに追加した。挑戦者は最終的に、対象児 337 名中、201 名となった。

エ. ICT を効果的に活用し、演奏できるようにして本番を迎える

歌唱では、タブレットを用い、自分が歌う様子を録画し、歌うことへ関心を持たせた。自宅で録画した歌唱映像を夏休みの宿題として提出させたことで、音楽会で自分が歌うイメージを維持できたようだ。歌唱音源、伴奏音源は Google-drive にアップし活用させた。

オ. 教職員の協力

i 日頃の音楽活動の積み重ねがなくては、音楽会は成立しない。体育館、ミニホールでの練習場所の提供や授業時間通りの教室移動など、教職員が一丸となってサポートし対応した。歌唱オーディションでは、子供が一人一人歌った後、担任も一曲歌って披露した。

皆で音楽会を作ろうという雰囲気は、子供にも教員にも保護者にも大きく影響し、集団で盛り上げようとする雰囲気づくりが行事成功に欠かせないことを再認識した。

ii 子供への言葉かけや励ましは担任はじめ、教職員の全面的な応援が必要不可欠である。勤務校では、本人への言葉かけの他、保護者を巻き込んだの激励なども多く見られた。

iii 一筆箋の活用

今回、ソリストはあまりにも大勢いる。我が子の演奏を保護者が聞き逃す可能性について担任から指摘を受け、保護者あてに、一筆箋を用意した。何日目に演奏するのか、歌う曲は何なのか明記されたことで、4日間あった本番は、混乱なく進んだ。当日こられなかった保護者対象に、別日、視聴会も設けた。

②「学年合奏」に向けての取り組み

ア. 合奏では、「主旋律」演奏を基本とする

器楽は「主旋律」部分の練習から開始した（*表3）。「主旋律」とは「その曲の中心となるメロディー」のことで、「本番、どの子にも演奏してほしい」部分だ。「主旋律」は練習が進めばどの子も口ずさめ、演奏しやすくなる。演奏できれば自分がわくわくし、家の人に聞いてもらって喜ばれる。「主旋律」がはっきり聞こえるので合奏は厚みを増す。何より、仲間との一体感を感じやすい。言葉では言い表せなくても、「合奏が楽しかった」と感じさせることができる。

そこで、やる気さえあれば挑戦できる仕掛けを考え、7月から練習に取り組んだ。「主旋律」部分を歌い、演奏させたのだ。夏休みに入る前に、「夏休み明け・主旋律テスト」を予告した。「テスト」はやる気さえあれば誰もがができる部分である。この「テスト」に合格すれば、鍵盤楽器以外の楽器選択（演奏）が可能になる。

例年と違い、不要不急の外出ができないので、夏休み、子供たちの多くは自宅にいたことが予想された。しかも、11月には久々に保護者が参観する音楽会が予定されている。演奏映像がタブレットから見られる（*写真3）ので、「自己肯定感」の低い子供の意識を

引き上げることができる。練習したくない者は2学期になって学校で教師が面倒を見ればよい。「テストを行い確認する」と伝えれば、夏休み明け直後でも、子供たちの演奏レベルはある程度確保できる。

イ. ICT 活用の個人練習、グループでの学び合い

夏休み明けテスト後の希望調査（Google-form）で、すぐに担当楽器が決まった。合奏練習は9月から熱心に進んだ。授業や休み時間、友達同士教え合う姿と共に、手本動画を参考に各自パートを練習する姿も見られた。動画は自宅でも活用できるのでニーズが高かった。また、イヤホンの活用で自分の音源に集中できるというメリットがわかり、急ぎ保護者に通知し導入した。これにより、練習時間が確保できた。



④ 「学年合唱」に向けての取り組み

普段の声作りができていれば声が響く。マスク唱なので、のどに力を入れて歌う子も少ない。「主旋律」を皆で確認した後、パートを確定し、タブレットの音源を元に各自パートを練習させた。給食中のバックミュージックで音源を流してもらうことは効果的だった。出だし、クライマックス、最後の歌い方を確認する程度をこなし本番を迎えた。

（２）子供が当事者意識をもつ

ソロ担当決定後、子供たちを広い体育館に集め、まず歌わせてみた。体育館は広すぎ、声はなかなか届かない。ソロの子供は焦って、家や学校での練習を始めた。マスクをしたまま深く息を吸い、声を出そうとするようになったのだ。

風呂で歌う、家族の前で歌う、家族に苦情を言われ家族が不在の時に声を張り上げ練習する、個々が工夫しながら練習を重ねた。学校でも、廊下で歌う、誰もいない場所を見つけ歌う、友達に聞いてもらう、クラスで聞いてもらう、担任に聞いてもらうなど、コロナどころではなく、なりふり構わず練習する様子が見られた。「気力を振り絞って」という言葉に近い雰囲気があった。これらの活動を通し、頑張っている仲間を応援しようとする雰囲気が生まれた。ソロを歌わない子も自分の担当する仕事を積極的に進め、仲間から影響を受けている様子などが伝わってきた。そして、子供たちを取り巻く雰囲気全体が変わっていった。

「子供は自分の気分がよいときに、一番良い声を出す」（*資料13）とは、坪口純朗がいつも語っていた言葉であり、この時、現場で実感したことである。ソロに立候補しなかった者、あるいは歌うことを希望しなかった者については、合奏でのソロ、伴奏、パートリーダー、演目紹介など、他のパートで責任を全うさせるようにし、当事者意識がもてるようにした。特別な出番をもつ子どもが大勢いる、その子を一緒に応援する立場の子にも、その熱は伝わっていった。

IV. 考察

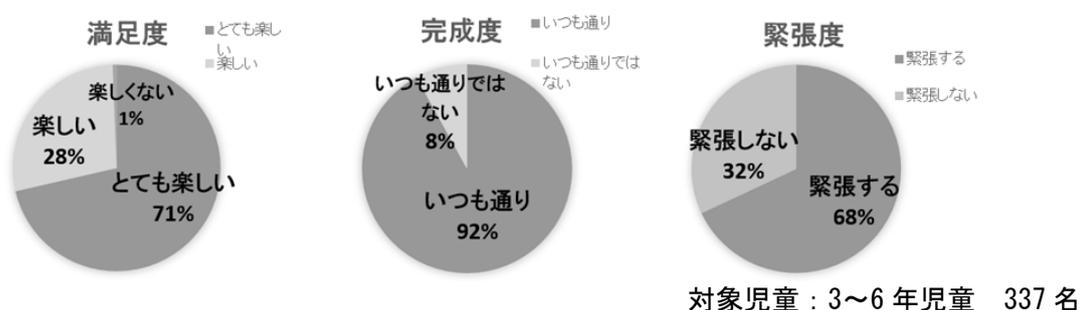
音楽会に関するアンケートや感想については、以下のように行った。

表5 児童・保護者へのアンケート

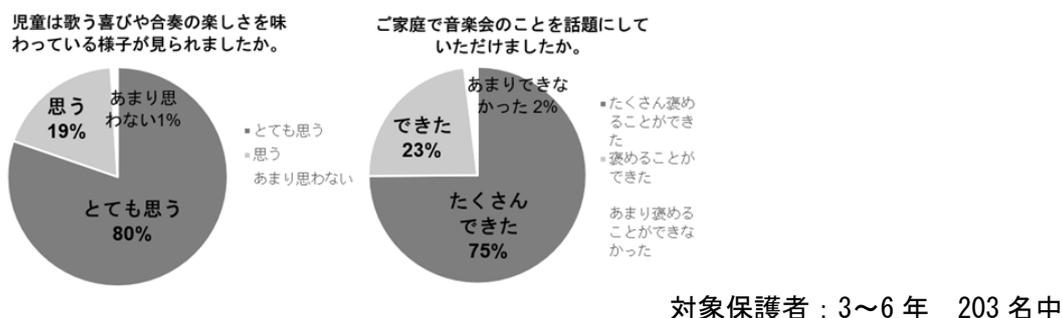
調査方法	対象	内容
1 簡単なアンケート	児童	① 音楽会は楽しかったか（満足度）

		② 音楽会でいつもの力が出せたか（完成度） ③ 本番緊張したか（緊張度）
2 簡単なアンケート	保護者	① 子供が楽しめていたか（満足度） ② 家庭で子供と話題にしたか（ほめる）
3 記述式調査	児童	① 家族のこと ② コロナ禍、マスク唱、音楽会の実施について ③ 自己表現力や*自信に関する記述 ④ 仲間と息を合わせ、音楽を作り上げる ⑤ 仲間と力を合わせ、音楽会をつくろうとする ⑥ 達成感、継続して練習し続けること

グラフ1 児童へのアンケート（表5 1及び3に関して）



グラフ2 保護者へのアンケート（表5 2に関して）



(1) アンケート結果

ア 子供への簡単なアンケート

音楽会直後子供に行ったアンケート、満足度（1-①）では、「音楽会がとても楽しかった」「楽しかった」と答えた子供が99.0%、あまり楽しくないと答えたのは2名だった。完成度（1-②）については、92%がいつも通り出来たと答え、8%がいつも通りできなかったと答えている。緊張度（1-③）については、68%が緊張したと答え、32%が緊張しなかったと答えている。

イ 保護者への簡単なアンケート

保護者もまた、満足度（2-①）で99%の保護者が「子供たちがとても楽しんで取り組んでいる」「子供たちが楽しんで取り組んでいる」と感じている。家庭での話題として「音楽会を話題に取りあげ子供をほめたり声をかけたりできた」については（2-②）98%が「とてもできた」、「できた」と答えている。

ウ 子供への記述式調査

ソロを4日間担当した子供が感想(3-①)を記している。「1日目、ソロがはじめてだったので、すごく緊張した。2日目はそんなに緊張しなかったが、震えはとまらなかった。3日目は全然緊張しなかった。4日目は家族をみつけすごく緊張し、ソロの時は目の前に家族がいたのですごくドキドキした。でもちゃんと歌えた。」

「コロナ禍、マスク唱、音楽会の実施」(3-②)について、「コロナなのに、音楽会ができてよかった」、「マスクが邪魔で声が出せなかった」などが記されている。「自己表現力や「自己肯定感」に関する記述」(3-③)として、「息が震え、身体がものすごく震えた。歌う時には堂々と、練習よりうまく歌えた」と、マスク唱故に、意識したであろうことも記されている。「仲間と息を合わせ、音楽を作り上げる」(3-④)に関しては「音楽会が本当に楽しかった。皆と練習するときに『やっぱ皆で音楽をするのは楽しい』と気付いた」という感想が記された。「仲間と力を合わせ、音楽会をつくろうとする」(3-⑤)では、「教えてもらいながらできるようになった」「友達に教え、友だちが一生懸命練習してくれたこと」を挙げた子もいる。「達成感、継続して練習し続けること」(3-⑥)では、殆どの子供が「たくさん練習したから忘れられない「本番」になった」「本番緊張したがいつも通り歌えてよかった」と記した。

(2) 考察

ほとんどの子供が「音楽会が楽しい」と答え、保護者も楽しみにしていた様子がわかる。コロナ禍、1年ぶりに開催された保護者参観行事となる本音楽会であった。子供が楽しみにしていたことは間違いないだろう。ここで注目したいのは、緊張したと答えた子供が68%いる中で、99%の子供が「音楽会」を楽しかったと答えていることだ。「緊張した中での演奏にもかかわらず楽しかったと感じることは、「自己肯定感」が高まったことの表れ」と捉え、「生きる力」を引き出すことができたと考えられるのではないだろうか。

音楽会で4日間ソロを歌った子供の感想を記したが、練習してもなお震える自分の身体、家族が見守るだけで、新たな緊張が起こることなど、本番がなければ体験できなかったであろうことがわかる。自分を取り巻く環境を再認識できる機会となったと考える。

「友達に教え、相手が受け入れてくれたこと」を挙げている子に関しては、自己有用感が高まり、「自己肯定感」に繋がったと捉える。

「大勢の前で歌う」という緊張の中自分の力を出そうとした体験や、仲間を巻き込んでの練習について多くの子供が感想を記した。「練習の効果」や本番に向けた取り組みを通し得られる「自己肯定感」や「達成感」についても大勢が記した。継続した練習の積み重ねが良い結果をもたらす成功体験は、将来困難に直面した際にも乗り越えるであろう「やり抜く力」、そして「生きる力」に繋がると考える。

久々の仲間との合奏を楽しみ、仲間の演奏を聴き「よさや美しさ」を感じ、仲間と共に演奏を作ろうとする「協働の力」や「他者との協力」、本番に向け努力しようとする「学び続ける力」、仲間の親身な「応援」や「自分にもできる」と当事者自身が感じる「手ごたえ」や「自己任用感」も「生きる力」につながるものであると捉える。

上記の感想や記述からも、本研究の仮説「不測時であっても、TOSS音楽指導法により、子供の『自己肯定感』を高めることによって、『生きる力』を引き出すことができるであろう」という可能性について示唆を得たと考える。

V 研究の成果と課題

本研究では、「生きる力」に示されている「自己肯定感」は、コロナ禍という不測時だから、より「必要で、欠くことのできないもの」と捉え、仮説を設定し、「生きる力」を引き出す「自己肯定感」に焦点を当て考えてきた。

本研究の成果は、コロナ禍においても TOSS 音楽指導法により進めた音楽会に向けての取り組みが子供の「自己肯定感」を高め、子供の変容をもたらし、「生きる力」を引き出した可能性について示唆を得たと受け止めている。この「生きる力」を数多く積み重ねることが、向山が示す「人間の生きていく気力」につながっていくと考える。

今回はコロナという不測時を、TOSS 音楽指導法で乗り越えることができたが、時代により、地域により、学校によっては新たな問題が起こることが予想される。

「自己肯定感」の他、「自己表現力の育成」や「コミュニケーション能力」、「他者との協力」、「創造力の発揮」、「持続的な学びへの意欲」といった音楽面での「生きる力」は、「生涯学習」の基盤を育成することに繋がる。

どのような時代でも、目の前の困難に負けず、知恵を絞って生き抜く子供を育てるべく、引き続き、子供の「生きる力」を引き出す音楽指導を求めていく。

参考文献

- 1 「東京都コロナ対策ガイドライン」(2020.3) : 「音楽においては、歌唱の活動や管楽器(リコーダー、鍵盤ハーモニカ等)を用いる活動は行わない。」
- 2 「小学校指導要領(平成29年告示)解説」(2018.2)
- 3 向山洋一(1985) : 「授業の腕をあげる法則」p.68、12 明治図書
- 4 伊藤寛晃(2011) : 「翔和学園“生きる気力を育てる”発達障害教育」p.51 明治図書
- 5 小川暁美(2024) : 「コロナ禍で音楽表現を制限されてきた児童生徒の資質・能力を伸ばす音楽指導の在り方の研究」
- 6 神原雅之(2022) : 保育者養成課程における音楽教育方法に関する研究 : コロナ禍における「児童音楽 I」の授業を中心に
- 7 山本弘(1968) : ふしづくりで決まる音楽能力の基礎・基本」p.105~163 関根朋子編 明治図書
- 8 山本弘(1968) : 「音楽教育の診断と体質改善」p.25 明治図書
- 9 藍川由美(2007) : 「日本語を歌おう! 藍川メソッド」p.4~71 カワイ出版
- 10 福田恵美子(2017) : 「ゆっくり発達している子どもが輝く遊びの処方箋」p.50 CBR
- 11 飯田清美(2001) : 「向山型で音楽授業」p.11~110 明治図書
- 12 横崎剛志(2019) : 「さすが!と言われる合唱指導の原則」p.29 学芸みらい社
- 13 TOSS 音楽非同期チーム(2022) : 非同期教材「ピアノが弾けなくても音楽授業はできる」教師の学びオンラインコース NPO-TOSS
- 14 坪口純朗(2023) : 「ツナグ未来への記憶」映像 NHK 福井放送局