

# ピアノ学習初心者のための効果的な練習法に関する考察

## 『ブルクミュラー 25 の練習曲』における技術の習得

佐山 直子

### A Study on effective piano practice for beginners The acquisition of piano technique using Burgmuller's "25 Easy Studies"

Naoko SAYAMA

キーワード：ピアノ、練習、ブルクミュラー

#### 1. はじめに

本学では、2年生で学習する弾き歌いの準備を目的に、1年生でピアノ演奏の基礎を学ぶ。そのためのテキストとして『バイエル教則本』（以下『バイエル』）、『ブルクミュラー 25 の練習曲』（以下『ブルクミュラー』）及び『ソナチネアルバム』を進度順に使用している。

『バイエル』では初歩的な技術を学ぶが、『ブルクミュラー』では表現のための音楽用語が多く出てくるほか、速いテンポ指定のある曲が多く、さらに弾きづらい音型が出てくる等のために難易度が上がる。しかし、いかに表情をつけるか、速い音型をいかに美しく弾くか等、様々な演奏技術を学ぶ上では大変適した教材として、多くのピアノ学習者が使用する教材である。

多くの初心者の学生にとって、弾き歌いの課題は、とりあえずは止まらずに演奏できるようにする、という最低限の目標に止まってしまうこともあるのが現状だが、簡単な伴奏の曲でもきれいなフレージングで弾くことや、両手及び歌とピアノのバランスを整えて弾くこと、

多様な音色で弾くこと等は、将来、子どもに「表現」としての音楽を伝える立場に立つ学生にとっては必要なことである。また子どものために作られた歌の中には、高い演奏技術を必要とする美しい伴奏を伴ったものもあり、本来はそのような曲は音楽的表現を伴ったスムーズな演奏が出来ることが望ましい。その際に指に気を取られていては子ども達の顔を見ながら歌うこともままならないため、『バイエル』を終えた後には『ブルクミュラー』で、速い曲をテンポよく弾くことも含めた演奏技術を獲得しておくことが必要であろう。

保育者養成校に入学してからピアノ学習を始めたという初心者にとっては、幼児から経験を積んだ者に比べて短期間で両手奏まで学ぶため、『バイエル』でやっと読譜や両手・指を使うことに慣れたばかりで、姿勢や手のフォームが定まらない者も多い。ピアノ学習の経験が長く達者に弾ける者と初心者とを比較すると、腕や手、指が自分の思った通りに動かせるか、そうでないか、という点が大きな相違であることは明らかである。保育者志

望の学生はピアノ以外のすべき事をたくさん抱えており、専門的にピアノを勉強するわけではないので、長時間の練習を強く勧めることはし兼ねる。しかし、意欲のある初心者の学生が、指が動かないために肉体的にも精神的にも苦痛を感じている様子がしばしば見受けられ、このような学生達のやる気を奪わないためにも、また限られた時間内でより効果を上げるためにも、一度曲の流れから難しい箇所のみを切り離し、ジムで筋肉トレーニングをするような感覚で、「この練習がこの部分に効く（克服できる）」という目的意識を持ちながら、ポイントを押さえた合理的な反復練習を取り入れることが上達への早道ではないかと考えた。

本稿では、平成28年度の授業で『ブルクミュラー25の練習曲』から課題として出されていた第1、2、5、9、15、25曲の中から、学習する者が特につまづきやすいテクニックの問題箇所を11項目に分け、初心者がピアノ奏法を身につけるためのトレーニング方法・手順について試み、その結果について考察する。

対象者は、筆者が平成28年度に指導した本学1年生の12名である。

授業は曲の番号順に進めていくが、9名は全ての曲を終了、1名は第5曲まで、1名は第9曲まで、1名は第15曲までを終了した。

## 2. 実践

1) 「柔らかく深いタッチ」(第1曲、第5曲の出だしや左手の三和音)

p(弱く)で柔らかく、しかしじわっと温かいイメージの和音で、湯山昭作曲『雨ふりく

まの子』の最後の和音にも使用するタッチである。イメージに合った音を作る、という意識が浅い初心者では、ほとんどの場合、この出だしを無造作に弾き始めるが、非常に大切に弾かなければこの音色が作れない。また右手の単旋律も鍵盤の表面から指先を離さない意識を持ちながら弾く。

「第1曲 すなおな心」(1小節から8小節目)



「第5曲 無邪気」(1小節から7小節目)



①ピアノの鍵盤を音が鳴らないようにしながら、非常にゆっくり押し下げる。

②その速度を覚えておき、両手の指先をそつと合わせる。次に互いの指先に圧力をかけて押し合う。その際、指先がつぶれないよう、骨の先端を合わせるつもりで。

③ピアノの蓋の上で同じ動作を行う。指の先端を蓋に軽く触れるように置き、徐々に手首を落としながらゆっくりと指先に圧力を加えていく。

④指先に加える圧力(落とす力)のスピード

を少しずつ速くしていく。

⑤ピアノでその動きを再現した時に、加えた圧力・速度と音量の具合をよく聴いて調整する。

⑥右手のメロディーの練習としては、フェルト製の鍵盤カバーを丸めるなどして柔らかいクッションのようにし、それに指先を触れさせながら包み込むように軽く握る。そして指先を布の表面から離さないようにして、もぞもぞとメロディーの指使い通りに動かす。

以上のような動きを練習した後と同じ動きを鍵盤上に移すと、柔らかく深い音が得られやすい。

## 2) 「片手で弾くポリフォニーの音型」(第1曲右手、第25曲左手)

第1曲ではソプラノの2音をつなげて弾かなければならない。しかし5の指を押さえたまま内声を弾くと、いつの間にか5の指が鍵盤から離れてしまうため、それぞれの指を独立して動かすことが必要となる。第25曲でも同様のことが言える。左手の5と3や5と2の指を押さえたまま、1の指を連打する動きが容易ではない。

### 「第1曲」(13小節目)



①右手は5の指が肘から始まっていると感じながら、前腕の重みをかけてピアノの蓋や机の上に置いたまま、1の指のみ連打させ、次に2の指のみ、3の指のみをそれぞれ連打する練習をする。

②楽譜通りの指使いで、5の指を置いたまま、1、2、3の指を順に速く何度も動かす。

### 「第25曲 乗馬」(17小節から24小節目)



①左手は手首の力を抜いて、左の3や2の指を置いたまま、或いは5の指を置いたまま、1の指の連打を速く、または非常にゆっくり繰り返す。

## 3) 「素早い、大きな跳躍」(第2曲、第5曲)

どちらの曲も最後の部分に出てくる音型である。元気な童謡の最後などにも用いられる。一瞬で次の位置に飛び、次の音を発音する前には鍵盤に触れて用意が出来ているように移動しないと、ミスタッチの原因となるのと、しっかりしたタッチで弾くことが難しくなる。

### 「第2曲 アラベスク」(29小節から最後)



### 「第5曲 無邪気」(16小節目)



①どこに跳躍・着地するかを目で確認する。特に第2曲は2回連続して跳躍するため、今手が置いてあるところのひとつ先のポジショ

ンに素早く視線を動かす練習を繰り返す。

そのために第2曲は1度目の跳躍は、左手の1の指を目安に右手を移動させ、2度目の跳躍は右手の1の指を目印に左手の5の指のポジションを移動させること、第5曲は左手の1の指を目印に次の右手の1の指を移動させることを意識する。また移動先が目印がない方の手は、付箋紙を貼っておく。

②跳躍する前の和音を弾いた瞬間に目印に一直線に移動し、次のポジションに正確にピタリと止まる、という練習を繰り返す。跳躍した先の鍵盤に止まれるようになるまで繰り返す。

#### 4) 「16分音符の速い音型の粒をそろえる(片手)」(第2、15、25曲)

第2曲「アラベスク」(第3小節から第6小節)



「第2曲 アラベスク」(11小節から16小節目)



「第15曲 バラード」(3・4小節目など)



「同上」(87小節から91小節目)



「第25曲 乗馬」(40小節から43小節目)



速い音型は手のフォームが定まっていないと、どうしても音がくっついたり、転んでしまったりすることが多い。その大きな原因の一つに1の指以外の4本の指が鍵盤に触れる位置(指先が向く方向)がまちまちなことが挙げられる。まずは指先を揃えるところから始める。

①ピアノの蓋などの上で、5本の指のどこが鍵盤に触れているべきなのかを観察する。1の指は爪が側面を向くように置き、先端が触れるように鍵盤に対して少し上から斜めに構える。各指の骨の先端を少し斜めに置くイメージ(指の腹が触れると指先がつぶれる)で揃えて鍵盤に置く。1)の②で行った、両手の指同士を合わせて意識するのもよい。

②楽譜の音型の指使いでゆっくりと1音1音指を動かす。その際に指先の形が崩れないように注意する。

③②で指先が崩れないで出来るようになったら、ピアノで実際に弾いてみる。

④手首を緩めて前腕の回転運動をほんの少し加えながら（右手上行の時に1の指で下げ、最高音で上げる。下行はその逆。左手は右手と対照的に）動かす。段々速度を上げていくが、1以外の指先が揃っていて、回転運動とタイミングが合っていることに注意する。

#### 5) 「重音および三和音のレガートでの連打」 (第5、25曲左手)

「第5曲 無邪気」(1小節から8小節目の左手)



「第25曲 乗馬」(17小節から22小節)



①まず初めの音を弾く。ゆっくり鍵盤を上げていき、指先に鍵盤の表面が付いてくることを目で確認しながら、一番上まで来る寸前でまた音を出す。

②指定されたテンポ（に近い速さ）で弾いてみる。

#### 6) 「オクターブ跳躍の反復」(第9曲右手)

「第9曲 狩」(5から7、9から11小節目)



下行跳躍と上行跳躍に分けて考える。また前腕を動かし過ぎないことに注意する。

①5から1の指への下行跳躍の後にすぐ2の指を1の指があった鍵盤の上に持ってくることに、5の指を緩めることを同時に行う。その際の動きは鍵盤上で5の指で上がり、1の指で下げる、という回転運動を伴う。

②2の指で打鍵する直前には、2, 3, 4, 5の4本の指は扇を素早く広げるようにしっかり開き、5が出来るだけ次の音に近いところにいるようにする、という動きを繰り返す。

③①と②の動きを組み合わせ、反復練習をする。

#### 7) 「左右のバランス」(第9曲)

5小節から12小節目までのA部分で左がメロディーを取り(6)の譜例参照)、下記の楽譜の通り、13小節からのB部分と29小節からのC部分は右手にメロディーが移る。

「第9曲 狩」(13小節から20小節目)



「同上」(29小節から36小節目)



①両手を違う強さでコントロールしながら演奏する感覚をつかむために、同時に反対の強さで両手を握る(右手を強く、左手を弱く、またはその逆)。ピアノの蓋でも同様に、5本の指を置き、同時に力を異なった加減で入れる練習を繰り返す。

②教師の両手の平の上、或いはピアノの蓋の上に指を乗せ、ピアノを弾く形で指を乗せ、楽譜通りに、左右異なる強さで指を動かす。

8) 左右のリズム合わせ (第15曲)

「第15曲 バラード」(3・4小節目など)



①左右の指が同時に鳴る音のみ(左はC音とA音)を取り出し、どの指が一緒に響くのかをよく聴きながら「指の感覚で」覚える。

②左手を時計回りの回転を加え、1小節を一つの回転で弾ききる。

③右手は左手にとらわれず、1拍目が合っていることを聴きながら、規則的に動かす。

④特に3拍目が合わないことが多いため、3拍目を倍の長さにして繰り返す。

9) 和音を揃える (第15曲 右手)

「同上」



①右手の練習である。まず5の指でしっかり音を出して延ばしておく。

②下の2音をそっと添える。

③①と②を同時に行う。ここまでの作業を繰り返す。

10) 前打音 (第25曲)

装飾音を弾く指が鍵盤を離れないまま次の主音符を弾いてしまうことが多い。指の独立のための体操を行う。

「第25曲 乗馬」(2小節目など)



①甲を反らせるようにして指を思いきり開き、指を突っ張る。

②4の指だけを指のつけ根から直角になるまで折り下げる動作を繰り返す。

③3の指を同様に行う。

④楽譜通りに弾き、主音符の3の指を弾いた瞬間に4の指を鍵盤と平行になるまで、一瞬で振り上げる。

#### 11) 規則的な左右交互のリズム (第25曲)

「第25曲 乗馬」(33・34小節目、37・38小節目)



どちらかの手の振りが大きくなって、リズムが不規則になることが多いため、鍵盤からほとんど離れないようにして弾く。

①ピアノの蓋に両手を置き、指先は蓋に触れたまま、瞬間的に指先に圧力を左右交互にかける練習を繰り返す。手首の動きが均等に動くように注意する。

### 3. まとめ

学生にどのような練習をしたのかを聞くと、曲の初めから最後までを何度も繰り返し弾きました、と答える者が多い。しかし「はじめに」でも述べたように、保育者養成校の学生は、ピアノの練習に長時間割く余裕はなく、ただ通して弾くことを繰り返すだけでは、難しいところで必ず止まってしまう。

初心者が特に難しさを感じる部分というの

は、あまり個人差がなく決まっているので、授業で1人約15分という限られた時間内ではあったが、難しい箇所を中心に指導することにした。細かい動きの説明なども加えたため、時間をオーバーしてしまうこともあったが、その結果は、皆テンポの中で、それほど崩れることなく難しい箇所も弾きこなせるようになった。また、特に腕や手、指先の繊細な動きを感じながら、その加減をコントロールすることによって異なる響きが作られることを理解することで、徐々に動きと表現が結び付けられるようになった。

#### 【使用楽譜】

『ブルクミュラー 25の練習曲』(全音楽譜出版社)

#### 【参考文献】

井上直幸『ピアノ奏法』春秋社(1998)

市田儀一郎『タッチ、このすばらしい手』

全音楽譜出版社(1990)

ハンス・カン『ピアノ演奏おぼえがき』音楽之友社(1987)

樹原涼子『ピアノを教えるってこと、習うってこと』音楽之友社(2006)

アルフレッド・コルトー『コルトーのピアノメソッド』全音楽譜出版社(1994)

パスカル・ドゥヴァイヨン『ピアノと仲良くなれるテクニック講座』音楽之友社(2011)

林美希『よくわかるピアニストからだ理論』ヤマハ(2012)