

器楽授業におけるピアノ練習法の指導についての考察

保育士、幼稚園、小学校教諭の資格取得を目指す学生への練習法指導

澤田 綾子

The study of the better teaching method of practicing the piano in an instrumental music class
:Teaching the practicing methods to the students who aim for obtaining the licenses of nursery
schools, kindergartens or elementary schools

Ayako SAWADA

キーワード： 譜読み 身体の使い方 聴く力 自分を客観的に見る トレーニング

1. はじめに

保育士、幼稚園教諭、小学校教諭資格取得のためのピアノ演奏技術の基礎と歌唱伴奏法を学ぶ、器楽の授業において、学生たちにとっての一番のハードルは、レッスンとレッスンの間の1週間をどのように過ごすか、家での練習をどのようにするか、であると考えられる。

ピアノ演奏というのは頭脳、目、耳、身体などをコーディネートして行う、非常に複雑な作業である。なので、ただ練習しなさいと言われても、初心者は何をやっているかわからない、ピアノの前に座っているだけで練習した気になったり、30分と言われたから、30分間雲に手を動かしているだけだったり、楽譜が読めないから合っているのかもわからない、できないところの具体的な練習方法がわからない、などなど。また、何をしたいかわからないためピアノに向かうのが億劫で、何も練習しないで次のレッスンを迎えてしまうという学生もあり、練習方法の指導の必要性を実感する。

本稿では、ピアノ演奏に必要な要素の考察、音楽的要素の考察、1曲を習得するまでの練習の過程を考察していきたい。

それと同時に、本学学生の練習量の実態や、どのような練習をし、どんなところに困難を感じているかなど、アンケート調査を行い、その結果に即して、本学の学生にとってより実践的で効果的な練習方法を提示していくことを目的としたい。

2. ピアノ演奏に必要な要素の考察

楽器演奏は音楽的な芸術性だけでなく身体的な技術を伴う。ピアノ演奏については、音が多いためしっかりした読譜力も必要になってくる。

ピアノ演奏に、必要な技術や要素は実に多岐にわたっており、精神、頭脳、身体的技術がこれらの要素を総合的にコントロールすることにより、生き生きとした、人の心に響く演奏となる。

それらの技術、要素を、練習という観点から考察していきたい。

読譜

楽譜を読むには、五線譜の音の高さの位置を覚える、音符の種類と音の長さの知識、拍子の知識、調子記号と音階の知識、記号と用語の知識、ト音記号とヘ音記号の読み方など覚えることが山ほどある。

しかも単に知識として覚えただけでは、使えるようにはならない。その楽譜を演奏するとどんな音楽になるのかを実際に練習する中で体得していかなければならない。

楽譜を読んで音にする、楽曲を聴きながら楽譜を見る、など音楽と楽譜が結びついていくよう、繰り返し練習する中で身につけていく。

初級の単純な教材でも、初めのうちは根気がある。そこで面倒臭がって、指番号だけ見て弾いていたり、友人に弾いてもらって真似したりして、譜読みという過程を省略していると、自

力で譜読みができるようにならず、実力が身につかない。

出てきた範囲の音だけでも、文字を読むのと同じように瞬間的に読めるまで、音読みの練習も必要である。

初めは教材に出てきた順に少しずつ覚えるので断片的な知識になるが、ある程度の知識が溜まったところで、体系的に全体像をつかむように整理しておくことも、練習の効率を上げるのに役立つ。

近年では、インターネットの普及によりYouTubeなどの動画を見て真似して弾いてくる学生が多いがごく初級のうちにはそれで間に合っても、結局その場しのぎで合格をもらうだけになってしまうのできちんとした自分の財産にならずに終わってしまう。バイエル後半までには、理論と演奏力を結びつけていってほしいと願っている。

身体の使い方

ピアノは、指と手と腕で弾くようなイメージを持たれている楽器だが、身体の支えがしっかりしていないと、腕、肩、手首などに余分な力がかかってしまい、滑らかな動きができず、音量や、音色を適切にコントロールすることもできない。

ピアノを弾くときの手の構えは日常生活では、したことのないような形になる。

いい仕事をするためにはいい道具が必要である。手をピアノを弾くための道具と考えれば、道具の性能を上げなければならない。そこで、無駄なく効率よく、コントロールしやすい構え、姿勢をとる必要がある。

また、ピアノは指先で弾くと誰もが当然知っているのだが、指先をきちんと意識して弾けていないことが多い。手首や肘などが動きすぎてしまうと指先の感覚がないままに弾いてしまうことになる。様々なニュアンス、感情、を表現するには、指先の感覚が、繊細で鋭敏に研ぎ澄まされていないとてならない。

毎日の練習の際、そうした手の構え、指先の感覚を意識して行っていれば、脳と耳と指が連

動できてきて、自然と弾きやすくなってくる。しかし普段の練習でそうしたことを気にせず、無闇に弾いていると指先に意識がいかず、弾きにくい手で無理して頑張ることになる。そうになると、ピアノを弾くことが楽しいという境地にはなかなか到達できず、練習も苦痛で気が向かないということになっていってしまう。指がきちんと動かせて、指先に力がかけられるフォームでトレーニングを積むことは非常に重要である。

また、一生懸命弾こうとするほど肩や肘に力が入ってしまう、ということがよく起こるが、本当にうまくいっている時は、肩や肘の力が抜けて楽々と弾けるものなので、自分の身体の状態をよく自覚して、コントロールする能力というのもまた必要である。

手のフォームを直すのは、遠回りさせられているように感じる学生がたまにあるが、コントロールの効くフォームで練習すれば、練習時間が短縮できる。指導する側もそれを納得させるのに工夫をしなくてはならない。

耳を使う

音楽では当然のことながら音を聴き分ける能力というのも大切である。自分の出している音を注意深く聴く、ということは、意識的にしないとできない。

指を動かすことに気をとられていると、耳が働いていないことが多い。よく聴きながら弾く習慣を身につければ、間違いや、うまくいっていないところに早く気付くことができるので練習の効率が上がる。

指導する側も、正確に弾けているかだけではなく、自分の出す音を聴けているかということも気をつけてみる必要がある。

イメージを持つ感受性

さらに音を聴くだけでなく、音楽を全体的に捉えることも良い仕上げのためには大切になってくる。

その曲をどのように仕上げたいのか、これはどんな曲で、どんな音で弾きたいのか、どんな感情が込められているのか、物語にしたらどん

器楽授業におけるピアノ練習法の指導についての考察

な場面なのか、など。音楽は抽象的なので様々なイメージを持つことができる。

仕上がりのイメージを持たずに練習していると、目的地もわからず真つ暗闇の中を歩いているような状態になってしまい、苦しいだけになってしまう。

学生たちが本来持っているに違いない豊かなイメージ力を導き出し、楽しく練習できるよう指導したい。

3. 音楽的要素の考察

ピアノは一人でも何人分もの音を出せる優れたものの楽器であるがそれだけに練習しなければならないことが多い。次にそれらの要素を考察してみたい。

西洋音楽はリズム、メロディ、ハーモニーの3要素で構成されている。ピアノはこの3要素を全て一人で演奏することができる。3要素がそれぞれ音楽的に奏されるよう練習で磨きをかける。

リズムは、音楽の最も根源的な要素である。音楽に合わせて、思わず体が動くということは誰も経験するが、それはリズムのなせる技である。

演奏の際には自分がリズムを作らなければならない、ノリのいいリズムを作るためには、拍子が正確にとれていることが大事である。

メロディは、曲の節(ふし)のことで、音の高低とリズムの組み合わせでできている。ピアノ演奏においては、メロディを滑らかに心地よく聴かせるためには、運指(指使い)が重要になってくる。行き当たりばったりの運指では、メロディが切れ切れになってしまう。

ハーモニーは、和声のことで、和声とは、複数の音の組み合わせでできる和音の連結。連結の仕方に一定の法則があり、楽曲の進行を司る。ピアノ演奏においては、長さの異なる指で同時に複数の鍵盤を弾くことになるので初心者にとっては、難しく感じられることの一つである。いい響きを得るためにはそれぞれの指がきちん

と音を掴んでいなければならない。和音と和音の連結でも、素早く次の和音をつかむ反復練習が必要である。

この三要素の他にもフレージング(楽句の区切り)、強弱、アゴーギグ(速度変化)など練習しなければならない音楽的要素は数多くある。

これらの要素は、複雑に組み合わさっているため、自分で何ができていなくてうまくいっていないのか見極めることが困難である。レッスンでは、より良い演奏にするために、こうした音楽的な要素に対して改善点をアドヴァイスすることが多いが、学生の音楽的感性がそこまで育っていない場合、また、自分の演奏が客観的に聴けていなくて、自分ではできていると思っている場合は、単にダメ出しをされていると受け取ってしまうことがある。

良い演奏例を示しつつ、そのように弾きたいという意欲を持って練習に取り組んでもらうよう誘導することが重要である。

4. 1曲を習得するまでの練習の過程

ここでは、授業のレッスンで合格をもらえるレベルに到達するまでの過程を追ってみたい。

授業での合格レベルとは、多少のミスはあっても、曲として流れを持って弾けていること、強弱や、フレージング、演奏技術などその曲の課題をクリアしていること、などで、試験の時のように暗譜は課されていない。

初めての曲を練習するとき、まず、楽譜を音を出さずに読む、全く知らない曲の場合は、YouTubeやCDで聴いてみて全体像を知ることも良い。

楽曲の形式(どことどこが同じで、違う部分はどこか)、クライマックスはどこか、などもこの段階で把握することが望ましい。

譜読みにある程度習熟してくればこの段階でざっと両手で弾くことが曲の全体像をつかむのに有効であるが、初心者の場合は難しいので、片手ずつ音を出してみる。右手にメロディがあることが多いので、右手からメロディを覚えるつもりで弾いていく。

初めての曲で楽譜からリズムと音を同時に読み取ることが難しい場合は、まず手でリズムを叩くなどリズム練習だけしてから、音の高さをつける。

音の高さも声に出して階名で歌ってから、ピアノで弾く方が、いきなりピアノを弾くよりも早く弾けるようになる。わからないところはピアノで音を出しながら何度も歌うことにより、メロディを身体感覚で覚えることができる。メロディが読めたらこの段階で運指を書き込むというのもスムーズに弾くための道しるべになる。

次に左手の伴奏の練習だが、バイエルのような初期の練習曲では、ほとんど規則通りの進行になっているので、音を出す前に、和音を種類分けしたり、パターンを種類分けして違うものに印をつけるなど、自分でわかりやすくするために分類する。

端から一つ一つ弾いて行っているのでは、音読み自体が時間がかかる上に、さっき弾いたものと今弾いているものが同じであることに気がつかないことも多く、何倍もの労力がかかってしまう。

とにかくできるだけ自力で、わからないことをわかるようにする、難しそうなところは簡単にできる小さな部分に分けて練習する、など工夫をする。

次に両手を合わせる段階になるが、拍子の進行に従って楽譜の右手と左手を同時に読むということが必要になってくる。これを楽譜の縦線を合わせるという。

初心者は右手は右手、左手は左手でバラバラに進もうとするので、両手を合わせるのが困難になってしまう。しかも聴き覚えで知っている速さで弾こうとしてしまうので、つかえながら進むことになる。これでは、練習どころか間違ったことばかりがインプットされてしまうのできちんと弾けるまでに膨大な遠回りをしていることになる。

縦線を合わせられるゆっくりとしたテンポで、弾いていくことが大切である。右手、左手、どちらかが先にいってしまわないよう、両手の次の部分が用意できるテンポはかなりゆっくり

である。このゆっくり弾くのは一人で行うのが難しいのでメトロノームを使って練習する。

この段階ではまだ、通して弾くよりも部分ごとに練習を行う。1小節ずつ弾いてできないことをクリアする。

小節をまたぐところ、和音が変わるところなどは、次に進むまでに間が空いてしまうことが多いので、片手ずつ動きを確認する、音を声に出して言う、などの練習を入れる。

また、どちらの手が、あるいはどの指が動かなくて、さっと進めないのかなど、細かく確認し、できないことをクリアする。こうした細かい積み重ねで、連続演奏できるところを伸ばしていく。できないところをまた確認するという繰り返しである。

弾き歌いの場合、これにさらに歌が入るが、ピアノだけ、歌だけ、歌と右手だけ、左手と歌だけ、などに分けて練習してから両手伴奏で歌う。

弾き歌いは慣れないうちは、ピアノに合わせて歌おうとしてしまい、ピアノ中心で歌がたどたどしくついていくという演奏になりがちである。歌を主役として、それにピアノがついていくという演奏になるよう誘導する。

全体を通して演奏できるようになったら、強弱記号や、速度変化に関する記号、フレージングなどを見してみる。弾き歌いの場合歌詞の内容もみる。

見落とされがちなのが休符である。休符は休みと思っていると、手を動かさずにじっとしてしまい音が伸びっぱなしになっていることが多い。音の切れるところにもリズムがあるという感覚が大切である。

生き生きとした演奏をするためには最終的にはそういった音楽的な仕上げが大事なので、音符があっているだけでは、良い演奏にならない。上手な人の演奏を聴いたり、友達のレッスンを聴いて違いを聞き取ったりする中で、より良く演奏するというを身につけていってほしい。

器楽授業におけるピアノ練習法の指導についての考察

5. アンケート調査の結果

本学の学生のピアノ練習の実態を知るために、アンケート調査を行った。

アンケートの内容は、練習量と練習方法、ピアノに関して難しいこと、わからないこと、疑問に思うこと、これからの取り組みについて、などを自由記述も含め、回答してもらった。
対象筆者の担当学生

2年生 7名 1年生 23名 計30名

I ピアノの経験

- | | | |
|--------------------|-----------|----|
| ①子供の時に習った | 1年未満 | 0 |
| | 3年未満 | 0 |
| | 3年以上5年未満 | 2 |
| | 5年以上10年未満 | 9 |
| | 10年以上 | 2 |
| ②この学校に入るために習い始めた | | 3 |
| ③子供の時から今も継続して習っている | | |
| | 5～10年 | 1 |
| | 10年以上 | 2 |
| ④全く習ったことがない | | 11 |

II ピアノの練習について

1週間にどれくらい練習していますか？

- | | |
|------------|----|
| ①毎日している | 2 |
| ②ほぼ毎日している | 2 |
| ③3～4日している | 11 |
| ④2日 | 13 |
| ⑤レッスンの当日だけ | 2 |

1日の練習時間はどれくらいしていますか？

- | | |
|----------|----|
| ①1時間以上 | 3 |
| ②30分～1時間 | 21 |
| ③30分以下 | 6 |

III 新しい曲に取り組むときは、最初に何をしますか？（複数回答可）

- | | |
|-----------------|----|
| ①楽譜を読んで弾いてみる | 19 |
| ②YouTubeを見て真似する | 13 |
| ③友達に弾いてもらう | 5 |
| ④友達に教えてもらう | 7 |

⑤その他（具体的に書いてください）

YouTube やその他の音源をひたすら聴く
友達が（レッスンで）弾いているのを聴いておく
習いに行っているピアノの先生に教えてもらう

IV ピアノで一番難しいと思うことは何ですか？
（複数回答可）

- | | |
|-------------------|----|
| ①譜読み | 10 |
| ②両手を合わせる | 9 |
| ③指を動かす | 9 |
| ④滑らかに弾く | 9 |
| ⑤曲の感じを出す | 5 |
| ⑥その他（具体的に書いてください） | 4 |
| 弾き歌い 初見 転調 | |

V 自分が上達したと実感したことがありますか

- | | |
|-----|----|
| ①ある | 25 |
| ②ない | 5 |

VI あると答えた方は、それはどんな時ですか？

以前と比べて

- | | |
|-----------------------|---|
| 両手で弾けるようになった | 4 |
| 弾きながら歌えるようになった | 2 |
| 苦手なところを練習して弾けるようになった | |
| ピアノを習っていた時よりよく弾けると感じる | 2 |
| 難しい曲が弾けるようになった | 7 |
| 高校の校歌を音符を見ずに弾けるようになった | |

意欲

- | | |
|--------------------|--|
| 練習しようと思うようになった | |
| 弾いていて楽しいと思えるようになった | |

教員からの評価

- | | |
|---------------|---|
| 先生に褒められた時 | 2 |
| 一発合格だった時 | |
| 個人カードに丸をもらった時 | |

譜読み

- | | |
|-----------------------|--|
| #や♭がついてもすらすら弾けるようになった | |
| へ音記号が前より早く読めるようになった | |
| 初見でもある程度弾けた時 | |
| リズムもできるようになった | |

楽譜を見てすぐに音が読めるようになった
譜読みから弾けるようになるまでが早くなった

表現に対する手応え

曲の細かいところ、抑揚など気にして弾くようになった
音を大きく出せるようになった
強弱がつけられるようになった

VII これから今以上にピアノを好きになるには、またはもっと上達するにはどうしたら良いと思いますか？自分なりに工夫できそうなことを自由に書いてください。

練習時間についての記述

練習時間を増やす 17
毎日 10 分でも練習する 2
嫌になるまで貯めずコツコツ練習する
朝早く学校に来て練習する

聴くこと

Youtube など見本になるものを何度も聞いて練習する
ピアノの曲を聴く
良い演奏を聴く

努力

人より何倍も努力する
積極的に取り組む難しい曲にどんどんチャレンジする
何度も練習してできた時の達成感を大きくする
ピアノを弾き続けること

好きになる、意欲を増す

練習して上手になって好きになる
弾ける曲が増えたら楽しくなると思う
曲が弾けるようになることを楽しむ
ピアノがすごく好きというわけではなく苦手意識があるので楽しく弾けるように心がける
自分の好きな曲も練習してみる
弾く歌そのものを好きになる
ピアノを好きと思えるようにする

練習の内容

先生に言われたことは必ず意識してやる
目標を持って練習に取り組む
ピアノなしでも練習できることを見つける
曲を聴く前にしっかりと譜読みする
譜読みを正確にする
曲のイメージを読み取る
楽譜を意識する
練習法をもっと効率よくしたい
基礎練習を大切にする

VIII 弾けるようになるまでどのように練習するか書いてみてください

この設問には、選択肢などを設けず完全に記述式の回答をしてもらった。

ほとんどの学生が

譜読みー右手と左手を別々に練習ーできたら両手を合わせる

という順番を書いている。

その前後に、「YouTube を見てどんな曲か調べる」「YouTube であっているか調べる」という回答も多かった。

また、「メトロノームでわからないところの拍を数える」「できないところを自分で見つける」と、工夫している内容の回答もあった。

「両手で合わせて弾く」の後に「強弱を意識して弾く」「すらすら弾けるまで練習」「苦手な部分をピックアップして練習する」

と、より良く仕上げる過程を記述している学生もあった。

2 年生は弾き歌いが主な課題になる。

右手と左手を別々に練習ー右手と歌ー左手と歌ーピアノだけで両手練習ー歌いながら弾くー繰り返し通す

譜読みー右手と左手を別々に練習ーゆっくり両手練習ーなれたらテンポを上げるー歌いながら弾く

と、かなり細かく回答しており、1 年生と比べて成長ぶりがうかがえる。

器楽授業におけるピアノ練習法の指導についての考察

IX ピアノについて疑問に思うこと、わからないことを何でも 10 個書いてください。

この設問は、ピアノについてじっくり考えてもらおうという、ワークの要素を入れている。回答を全て載せるのは、煩雑になりすぎるので、内容別に以下のようにまとめた。

読譜について

手のフォームや姿勢について

演奏技術について

音楽表現について

練習方法について

これらの疑問について前述の「1 曲を弾けるようになるまでの練習の過程」で述べていないことで、多かった疑問に答える形で、練習法の具体案を提示していきたい。

読譜について

譜読みができないという回答の中で特に多かったのは、

1. ぱっと見て音の高さがわからない。
 2. 音の長さがわからない、リズムが読めない。
 3. 休符の長さや手を放すタイミングがわからない。
 4. 初見ができるコツを知りたい。
- などであった。

1. 楽譜を読むのもトレーニングが必要である。音符の高さの場所を覚え、カードなどを使って、一目見て何の音が答えるというトレーニングをする。カードがなくても楽譜をランダムに開いて、指差した音をぱっと答える、というやり方もできる。漫然と眺めているだけでは読めるようにならない。電車の中や休み時間などに、ピアノがなくてもできることなので、隙間時間に譜読みのトレーニングを取り入れてほしい。

2. リズムは、いろいろな長さの音符や休符の組み合わせなので、音符の長さの関係の知識がなければ読むことができない。音符の長さを覚えてそれを音にするとどんな長さになるか、

やってみる。拍子に当てはめるとどうなるか、理論を覚え実践する、の繰り返しである。

まずは、音符の長さの関係を把握するため、四分音符、二分音符、八分音符、十六分音符を拍子を言いながら手で叩けるようにする。

自分で言うのが難しければ、メトロノームを使用する。

よく出てくるリズムパターンを拍子を言いながら手で叩く。

楽曲も音の高さをつけずにリズムだけで練習する。具体的には、口で拍子を「1 2 3 4」と言いながら楽譜のリズムを手で叩く。

右手のリズム、左手のリズムを机の上や、膝の上などで叩いてみる。片手ずつできたら両手で行う。

3. 休符は、音がなくなることなので、前の音符の長さが終わるところで手を鍵盤から放さなければならない。しかし休符を意識していないと手を放すのを忘れることが多い。すると、メリハリのないだらしない演奏に聴こえてしまう。休符もリズムを作り出す大事な要素なので、無意識にならないように気をつける。

練習方法としては、休符も「ウン」「パッ」など、声に出して読みそれと同時に音を切る。声に出すことで意識的になれる。

4. 初見ができるためには、譜読みの基礎ができていて、拍子感がしっかりあること、弾きながら先の楽譜を読めること、などが必要である。

今弾ける曲より易しいレベルの曲で練習することによりコツをつかみ、慣れていく。

初めに楽譜を読み、曲全体の構成を、大雑把に把握する。転調や、音が跳んでいるところなどは特によくチェックしてから、先が読めるテンポで両手で弾く。始めたら最後まで弾く。ジャンルにこだわらず、とにかく数をこなす。

手のフォームや姿勢について

1. なぜ手を丸くするのか 手を丸くして弾く方法

2. 指に力を入れるにはどうしたら良いのか？
3. どうしたら肩に力を入れずに弾けるのか？

1. 丸くという表現にはなっているが実際には指がアーチ型になるように構える。それが、指を1本ずつ動かしてコントロールしやすいフォームである。タッチによって手の形は変わるが、指先で鍵盤をつかむような状態を保つ。

初心者は手首が下がり、指の第3関節、第1関節がへこんでしまうことが多い。この形では、指の動きがロックされてしまい1本ずつ動かすこともコントロールすることもできない。

良いフォームを確認するためには、第1指と第2指の指先をつけて円を作ってみるとよくわかる。ぎゅっとしないでふんわりと触れる程度で円を作る。他の3本も順にやってみる。どれもほぼ真ん丸になるようにする。

そのまま円を解いて鍵盤に乗せてみると自然なアーチ型のフォームになる。第1指も円が潰れないような状態を保って鍵盤に乗せる。

このまま、手首や肘で押さないよう指先の支えを保って弾くのが楽に良い音が出るフォームである。

このフォームの確認は、ピアノに向かっていないときでもできるので、毎日行なって正しいフォームを早く身につけてほしい。

2. 1で指先の支えを確認したが、いざ鍵盤に向かうと、やはり手首や肘で押してしまったら、第1関節がへこんだりしてしまう。

指に力を入れるには、1のフォームで何か小さいものをつまむという動作を試してみる。これも4本とも行う。この時の指先の使い方が力が入る状態なので、これも繰り返しやってみて身につける。指先はつかむように支えるだけで決して手首や肘で押さないように気をつける。

また、手の向きが、鍵盤に対して交差しないように構える。第5指と前腕がまっすぐになっている状態を保つ。これが指を楽に自由に動かせる構えである。うまく弾けない時には、闇雲に弾きまкруず、立ち止まってフォームや姿勢を確認することが大切である。

3. 肩に力が入ってしまうのはなぜか？何をするにも、前のめりになって頑張ろうとしすぎると肩に力が入ってしまう。その時、おそらく頭も前に傾き、視野が狭くなった状態になっている。ピアノを弾く時にその姿勢になってしまうと耳も閉じてしまい自分の音に意識が向かなくなる。

肩の力を抜くには、腕を体の両脇にぶらんと下げた状態にする。その時手のひらを足の方に向けず、後ろに向けたままにする。そのまま前腕をあげて鍵盤に置いてみる。それが肩の力の抜けている状態なので、いつでもその状態に戻せるよう、体の感覚として覚えるようにする。また、演奏中つかえたり、指が回らない時は、弾くのをやめて肩の位置を確認、修正する。

演奏技術について

1. 指番号は楽譜通りに弾かなければならないか？

2. 離れた音を当てる方法

1. 指番号は、手の大きさや指の長さ、技術の習熟度によって違うので、必ずしも楽譜通りでなければならないということはない。

しかし弾くたびに行き当たりばったりの指で弾くのでは、弾けるまでに時間がかかってしまう。自分の弾きやすい指番号を必ず書き込む必要がある。初心者の教材では、指が届かない場合を除いて、書いてある指で弾くのが近道である。

2. 曲の最後など、和音で終わるところを外さずに決めるには、目で行き先の鍵盤を確認する、最短距離でその鍵盤をつかむ動きをゆっくり確認する、前の音を放すと同時に次の手の形を作る、距離を体の感覚で覚える、などに気をつけて繰り返し練習する。

オクターブなど離れた音をレガートに弾くには、前の音を弾きながら手を広げたり縮めたり自在にできる指の独立性が重要になる。音を出さずに鍵盤上で手の動きを確認することも有効な練習方法である。

器楽授業におけるピアノ練習法の指導についての考察

音楽表現 曲想について

1. ピアノを弾く上で一番大切なことは何ですか？
2. ピアノを楽しいと思える方法
3. それぞれの曲への感情の入れ方。どんな風に弾けばいいのか？

1. この質問はとても重要な要素を含んでいると考える。

多くのピアノ学習者は指がスムーズに動かない、両手を合わせるのが大変、音を読むのが大変、と色々な大変なことに振り回されている。

しかし、ピアノは音楽の手段であることを忘れてはならない。音楽としてかっこよく、美しく、可愛らしく、などなどその曲がどんな風に仕上がるのか、イメージを心に描いてそこを目指して練習に励んでほしい。

2. 学生たちは本来音楽が好きなはず。ピアノも弾き慣れて、すらすら弾けるようになった曲は、自分にも心地よさをもたらしてくれているはずなので、いつでもすらすら弾ける曲をいくつか持っている、ピアノを弾く楽しさに繋がるだろう。

子供たちと音楽をするという、目的のある学生たちなので、子供と一緒に歌ったり踊ったりすることをイメージしながら練習することも、楽しさに繋がると考えられる。

3. 感情というものをそもそも考えてみると良いだろう。嬉しい、悲しい、楽しい、憂鬱、はしゃいでいる、などなどその曲はどんな感情を表すのにあっているのか、考えてみる。

あるいは、この曲に物語をつけるとしたらどんな風になるのか、ここはどんな場面で、次にどんな展開になるのか？など想像してみる。

それを表現するのには、どんな音量、音質、テンポ、で弾くと良いのか？強弱などはどうつけたら良いか、映画やドラマの音楽のつもりで想像してみると、表情のつけ方が工夫できる。

つけたい表情がつけられないときは自分に欠けているテクニックは何か考える、など、教えてもらったことだけでなく自分自身で一歩先の

ことを考えて工夫してみる習慣をつけていくと、進歩もはやく、仕上がりの質が格段に上がる。

練習の仕方について

1. 何故、ピアノを弾く時にメロディラインの音を歌うと良いのか？
2. 練習時間がないので短時間で上達する方法

1. ピアノは、正しい鍵盤を弾けば正しい音程の音が出る。自分の身体感覚を使って音を作ることをしてなくても、正確な音が出るということは、音を出すことと身体感覚が結び付きにくい。

階名で歌うと体を使って音の高さを調整するので、楽譜と鍵盤と音の高さが身体感覚を通じて結びついていく。

メロディだけでなく、左手も同じようにすれば、ピアノで弾くよりも耳に入りやすいので、両手で演奏するときにも左手の音が聞こえるようになる。

2. これは誰もが考えることだと思うが、短時間で弾けるようになるには、それなりの集中力を要する。

今、どれだけの時間があるのか、どこが弾けないのか、自分の客観的状況を把握して、今は何を練習するか決め、あれこれ弾かずに、一つのことだけに目標を絞りクリアする。

短い時間を有効に使うには、目標設定、密度の濃い実践、できているかどうか自分の音をよく聴いて判断できる能力、などを駆使しなくてはならない。

また、ピアノに向かっていないときでも、先に述べたような、楽譜を読む、指先の感覚の確認、手の形や姿勢の確認、頭の中だけで弾いてみる、空中で手を動かしてみる、などできることはあるので、隙間時間を活用する。

繰り返し練習が必要と分かっているけど大体は3回くらい弾くと、まあいいか、となってしまうので、10回弾く、つかえないで5回弾くなどと目標回数を決めて必ずそれを守るようにする。

練習は、ただ手を動かすだけでなく、頭と耳を使って集中して行うことが大切である。漫然と

弾いているだけでは練習にならない、ということを実感し「やってるのにできない」ということがないようにしてほしい。

脳も、目も、耳も、手も、全身フル活用して、使った時間が必ず上達に結びつく練習を心がけてもらいたいと思う。

6. まとめ

アンケートに回答された学生の練習量を見て、筆者は正直いって愕然とした。想像以上に少なかったのである。しかし、この練習量でほとんどの学生が、進度目標をクリアできていることも事実である。これも驚きであった。

どういう練習をしているか記述してもらったことで、多くの学生は授業内で習ったことをもとに自分なりのやり方を、会得していることが確認できた。

できないことに関しては、譜読みに困難を感じている学生が多かった。次いで両手演奏、弾き歌いなどいろいろなことを一度にやらなければならないことに困難を感じるようだ。

これからどうしたら上達するか、という設問では、実行できるかどうかはとにかく、レッスンで伝えている、練習の仕方や気をつけることなどは、納得して記憶にとどめられていることが確認できた。

指導する際、どうしても今やっている曲について対症療法的に、アドヴァイスや修正をしようが、学生自身が、音楽をどうとらえ、どのように学習していくか、自ら進んで考えていけるような、体系的な指導というものも必要であると考えられる。

短い授業の中では、音楽理論の説明、譜読みの説明、譜読みができているかどうかの確認、リズム練習など、取り入れたいと思いつつもできていないことが多く、これらをしっかりと伝えるには、まだまだ工夫の余地があると考えられる。

授業時間内に、個人レッスンだけでなくプリントやカードを使つてのグループ学習、グループ演習も取り入れていきたい。

音楽という素晴らしい財産を、子供達のためだけでなく、自分自身のためにも身につけて卒業していったほしいと切に願う。

参考文献

- 1) ピアノ演奏 Q&A ヨーゼフ・ホフマン著 大場哉子訳 音楽之友社 1989 年
- 2) ピアノ奏法 井上直幸著 春秋社 1998 年
- 3) ピアニストならだれでも知っておきたい「からだ」のこと トーマス・ワーク著 小野ひとみ監修 古屋晋一訳 春秋社 2006 年
- 4) 本当に役立つピアノ練習法 74 荒尾岳児 末永匡 角聖子 他 14 名著 RittorMusic 2012 年