

# 2022年度 研声塾 基礎講座カリキュラム

期	月	テーマ	課題	開講日			内容
				月曜クラス	水曜クラス	木曜クラス	
前期	4	発声のための身体を整える	身体法① 「正立」「骨を緩める」 呼吸法① 「丹田式(腹式)呼吸」	11	13	7	●身体法：身体を骨でとらえ歪みや緊張を取り整える ●丹田式呼吸法：落着きのある発声のための腹式呼吸法
			身体法② 「脱力」3T、スリッソウ 呼吸法② 「丹田式呼吸+ささえ」	25	27	21	●身体法：身体力を抜く⇒緊張をほぐす ●丹田式呼吸+ささえ法：ぶれない発声のための呼吸
	5	呼吸と身体の支え	呼吸法③ 「胸式呼吸」 核母音法① 「核母音：イ音」	9	11	5	●胸式呼吸法：明るく良く響く発声のための呼吸法 ●IM核母音法「イ音」
			呼吸法④ 「胸式呼吸+ささえ」 核母音法② 「核母音：エ音」	23	25	19	●胸式呼吸+ささえ法：軽やかで持続力のある声のための発声法 ●IM核母音法「イ音」おさらい ●IM核母音法：「エ音」
	6	明確な母音の調音	地声発声① 「声帯実感」 核母音法③ 「核母音：ア音」	6	8	2	●声帯実感：実のある音(本心)をとらえる ●IM核母音法「エ音」おさらい ●IM核母音法：「ア音」
			地声発声② 「自分の基底音を知る」 核母音法④ 「核母音：オ音」	20	22	16	●地声：持って生まれた声、声として出せる一番低い音 ●IM核母音法「ア音」おさらい ●IM核母音法：「オ音」
	7	自分の声の響きを知る	発声共鳴法① 「口腔共鳴」 核母音法⑤ 「核母音：ウ音」	11	13	14	●口腔共鳴：息を口腔で響かせる実感を持つ ●IM核母音法「オ音」おさらい ●IM核母音法：「ウ音」
			発声共鳴法② 「後頭部共鳴」 表現法① 「和歌を詠む」	25	27	28	●後頭部共鳴：耳の奥側から後頭に向かう響きをつかむ ●和歌：百人一首の歌を詠む
	8	声とことばで「情景」を伝える	核母音法おさらい 「イ・エ・ア・オ・ウ」 表現法② 「詩を読む」	8	10	4	●詩の世界感を表現してみる ●詩の内容の理解
核母音法おさらい 「連母音」 表現法③ 「物語を読む」			22	24	18	●物語の情景を声で伝える ●物語の世界を楽しむ	
9	声とことばで「心」を伝える	表現法②③おさらい 発表会稽古	5	7	1	●内容を伝える ●心情を伝える ●②③作品発表会稽古	
		【前期表現発表】	26	28	22	●自分の声とことばで「心」を表現してみる。	
後期	10	明確な子音調音	発声共鳴法 ①②おさらい 子音発声法① P・B	3	12	6	●口腔共鳴と後頭部共鳴のおさらい ●子音発声法：口唇を使う子音【P・B】
			発声共鳴法③ 「鼻腔共鳴」 子音発声法② 「W・M」	17	26	20	●発声共鳴法：鼻腔(前鼻腔)の響きをつかむ ●子音「P・B」おさらい ●子音発声法：口唇を使う子音【W・M】
	11	ことばのための活舌	発声共鳴法④ 「前胸部共鳴」 子音発声法③ 「N・R」	7	16	10	●発声共鳴法：前胸部の響きをつかむ(胸声) ●子音「W・M」おさらい ●子音発声法：上顎歯茎部の子音【N・R】
			発声共鳴法 ③④おさらい 子音発声法④ 「S・Z」	21	30	24	●鼻腔共鳴と前胸部共鳴のおさらい ●子音「N・R」おさらい ●子音発声法：上顎歯+歯茎部の子音【S・Z】
	12	明瞭なことばづくり	発語法① 「拗音」 子音発声法⑤ 「T・D」	5	7	1	●拗音：ねじれ音 ●子音「S・Z」おさらい ●子音発声法：上顎歯+歯茎部の子音【T・D】
			発語法② 「言い難いことば」 子音発声法⑥ 「K・G」	19	21	15	●拗音の発語練習 ●子音「T・D」おさらい ●子音発声法：上顎歯茎部の子音【K・G】
	1	話を伝えるということ	発話法① 明確に話す 子音発声法⑦ Y・H	16	11	5	●発話法：語を立ててわかるように話す ●子音「K・G」おさらい ●子音発声法：喉頭でつくる子音【Y・H】
			発話法② 内容を伝える 拗音発声	30	25	19	●発話法：書いてある内容の理解と伝える声 ●子音「H」おさらい ●拗音とは
	2	実のある声で表現する	表現法④ 「古典を読む」	13	8	2	●古典の物語を読んでみる 時代背景を理解し言い回し等を表現してみる
			表現法⑤ 「現代話を読む」	27	22	16	●現代話を読んでみる 書かれたものの内容、作者の感情等を考え表現してみる
	3	表現を楽しむ	表現法④⑤おさらい 発表会稽古	6	8	2	●聴き手に伝わる表現、共感を与える表現を考えてみる ●④⑤作品発表会稽古
			【後期表現発表】	27	29	23	●自分の表現を面白がろう⇒自分の心を動かす