

2025年度 研声塾 基礎講座カリキュラム

| 期 | 月 | テーマ | 課題 | リアル日程 | | | オンライン日程 | | 内容 |
|-------|------------|---------------|--|-------|----|----|---------|---|---|
| | | | | 三井講師 | | | 竹元講師 | | |
| | | | | 月曜 | 水曜 | 日曜 | 水曜 | 木曜 | |
| 前期*声 | 4 | 身体と呼吸の関係 | ●磯貝メソッドとは・・・身体法 ●呼吸法① 「胸式呼吸法、腹式呼吸法」 | 7 | 9 | 13 | 9 | 10 | ・磯貝メソッドの概要 ・身体と声の関係 ・基本の呼吸法（胸式呼吸/腹式呼吸） |
| | | | ●身体法① 「骨・筋肉・バランス」 ●呼吸法② 「側腹呼吸法、背面呼吸法」 | 21 | 23 | 27 | 23 | 24 | ・自分の身体の機能性の把握 ・胸式呼吸/腹式呼吸のおさらい ・いろいろな部位での呼吸（側腹呼吸/背面呼吸） |
| | 5 | 母音と声の響き | ●発生共鳴法① 「口腔共鳴」 ●核母音法① 「イ・エ」 | 12 | 7 | 11 | 14 | 15 | ・発生共鳴について ・発生共鳴法「口腔共鳴」 ・磯貝メソッド核母音法「イ・エ」 |
| | | | ●核母音法② 「ア・オ・ウ」 | 26 | 21 | 25 | 28 | 29 | ・核母音法「イ・エ」おさらい ・核母音法「ア・オ・ウ」 |
| | 6 | 「伝える」ということ | ●核母音法おさらい「イ・エ・ア・オ・ウ」 ●表現法① 「ニュースを読む①」 | 2 | 4 | 8 | 4 | 5 | ・核母音法おさらい ・明るく明瞭な発声 |
| | | | ●呼吸法おさらい「胸式呼吸法・腹式呼吸法」 ●表現法② 「ニュースを読む②」 | 16 | 18 | 22 | 18 | 19 | ・呼吸を意識した発声練習 ・「伝える」ということ |
| | 7 | 声の響きを拓げる | ●発生共鳴法② 「頭部共鳴・鼻腔共鳴」 ●表現法③ 「和歌を詠む」 | 14 | 16 | 6 | 16 | 17 | ・胸式呼吸法おさらい ・発生共鳴法「頭部共鳴/鼻腔共鳴」 ・共鳴を使って「和歌」を詠んでみよう |
| | | | ●身体法② 「重心おろし」 ●表現法④ 「口上を詠む」 | 28 | 30 | 20 | 30 | 31 | ・腹式呼吸法おさらい ・身体のバランス「中心と重心」 |
| | 8 | 身体を鳴らして表現する | ●発生共鳴法③ 「前胸部共鳴」 ●表現法⑤ 「狂言を詠む」 | 4 | 6 | 10 | 6 | 7 | ・腹式呼吸法おさらい ・発生共鳴法「前胸部共鳴」 ・狂言について（リアル） |
| | | | ●表現法⑥ 「狂言を演じる」「落語を読む」 ●発表会課題について | 18 | 20 | 24 | 20 | 21 | ・狂言を（リアル）、落語を（オンライン）、読んでみよう ・身体を使って表現してみる |
| 9 | 自分の響きを楽しもう | ●発表会稽古 | 1 | 3 | 7 | 3 | 4 | ☆グループ発表稽古（リアル） ☆個人発表稽古（オンライン） | |
| | | ●前期発表会 | 28 | | | 25 | | ☆リアル講座発表会 28日14時～17時予定 ☆オンライン講座発表会 25日19時～21時30分予定 | |
| 後期*言葉 | 10 | 明確な子音調音 | ●核母音法おさらい「イ・エ・ア・オ・ウ」 ●子音調音法① 口唇音「P・B・M」 | 6 | 8 | 5 | 8 | 9 | ・核母音法おさらい ・ことば調音について ・子音調音法「P・B・M」 |
| | | | ●子音調音法② 歯茎音「T・D・N」 ●表現法⑦ 「物語を読む①」 | 20 | 22 | 19 | 22 | 23 | ・子音調音法「T・D・N」 ・物語を読んでみよう |
| | 11 | 伝わる響きとことば | ●子音調音法おさらい「P・B・M・T・D・N」 | 10 | 5 | 2 | 12 | 13 | ・子音調音法おさらい 調音部（口唇・歯茎・鼻腔） |
| | | | ●子音調音法③ 歯茎音「S・Z・R」 ●表現法⑧ 「物語を読む①つづき」 | 24 | 19 | 16 | 26 | 27 | ・子音調音法「S・Z・R」 ・物語を読んでみよう |
| | 12 | 子音と母音の関係 | ●子音調音法④ 口蓋音「Y・K・G・H」 | 8 | 3 | 7 | 10 | 11 | ・子音調音法「Y・K・G・H」 |
| | | | ●子音調音法おさらい「S・Z・R・Y・K・G・H」 | 22 | 17 | 21 | 24 | 25 | ・子音調音法おさらい 調音部（歯茎・口蓋・声道） |
| | 1 | 正確にことばを捌く | ●ことば発声法① 「拗音」 ●表現法⑨ 「言葉をさばく」 | 5 | 7 | 11 | 7 | 8 | ・拗音とは ・ことばさばき練習 |
| | | | ●ことば発声法② 「言い難いことば」 ●表現法⑩ 「言葉をさばく（つづき）」 | 19 | 21 | 25 | 21 | 22 | ・ことばさばきから表現へ |
| | 2 | 声で「情感や情景」を伝える | ●表現法⑪ 「詩を詠む」 | 2 | 4 | 8 | 4 | 5 | ・詩の内容について ・間とリズムについて |
| | | | ●表現法⑫ 「詩の心を詠む」 ●発表会課題について | 16 | 18 | 22 | 18 | 19 | ・声とことばで詩の世界観を表現する ・声とことばで感情を表現してみる |
| 3 | 面白さを伝えよう | ●発表会稽古 | 2 | 4 | 8 | 4 | 5 | ☆個人発表稽古 | |
| | | ●合同発表会 | 29 | | | | | ☆リアル・オンライン全クラス合同発表会 13時～18時頃予定 | |

※ 日曜クラス 10:00～12:00 リアル講座（語りバコ。） ※ 水曜クラス 10:00～12:00 ZOOMによるオンライン講座
 ※ 月曜クラス 19:00～21:00 リアル講座（語りバコ。） ※ 木曜クラス 19:00～21:00 ZOOMによるオンライン講座
 ※ 水曜クラス 19:00～21:00 リアル講座（語りバコ。）
 ※ 9月・3月は発表会があります
 【9月】リアル講座、オンライン講座、それぞれで行います
 【3月】全てのクラスの合同発表会です（リアル）