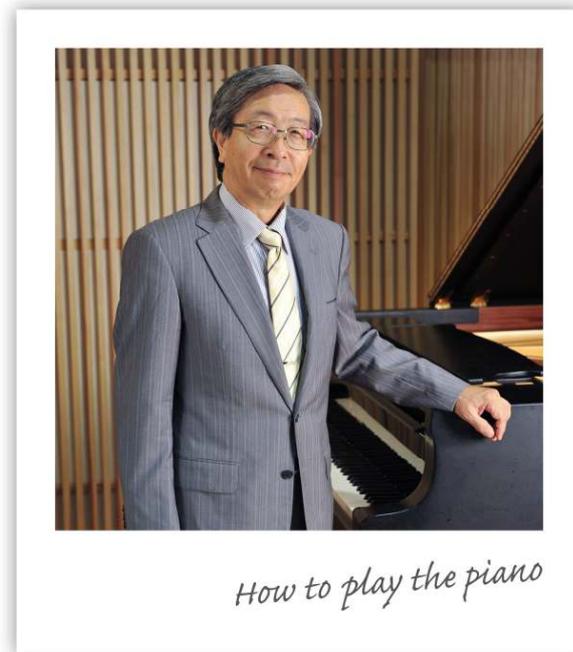




特典 幼児期の学習



1. 家庭学習は気をつけて

幼児は当然、ピアノの初心者ですから、練習の仕方を知らないのが当たり前です。

自己流で家庭学習をすると、間違っただり方を身につけてしまう危険があります。ですから理想を言うと、ごく初心者のうちは家であまり練習をさせず、週に3回くらい、レッスンに通い、先生と一緒に練習をさせます。すると、少しずつ家庭でのピアノの練習方法について学んでいくことができます。

ただし、このやり方は英才教育に近いので、本人に強いやる気があるなど、特別な場合の事例かもしれません。そこまでやる必要はないという幼児の場合、少し理解が進んで、ピアノに慣れるまで、あまり自宅練習を熱心にさせないほうがいいでしょう。

特に、いきなり両手での練習は非常に危険です。マイナス練習になってしまう恐れがあるので、家庭では片手練習を中心に進めます。

ピアノの鍵盤に向かう際にも、指の形が崩れてしまうような、難しい課題は与えません。必ず指の形を守れるような単旋律で、ごく簡単なものを選んであげましょう。あまりゆっくりしたスピードのものばかりだと子どもも飽きてしまうので、適宜バリエーションを増やします。

使う楽譜は、伴奏音 CD 付きのものなどがおすすめです。伴奏を CD で流しておいて、そこに単旋律を乗せていくだけです。小さな子どもも楽しみながら弾くことができます。

もしお母さんがピアノを弾くのなら、親子で連弾を試みてはいかがでしょうか。伴奏付きの連弾曲は、入門編としておすすめです。

いずれにしても、基本は子どもが楽しみながら取り組めること。そしてマイナス練習にならないよう、基礎を大切に育てていきましょう。

2. 集中力の持続時間を知る

集中力の持続時間は、非常に個人差があります。

通常、6歳くらいまでの子どもの集中力は、5~20分くらいしか続きません。ごく希に幼稚園児でも1時間くらい集中できる子どももいますが、幼い頃からピアノが大好きでモチベーションが高く、たくさん弾きたいという意欲と才能がある特殊な事例です。

集中力は体力的な問題もありますし、そもそも生理現象のようなものなので、無理をさせても意味はありません。「今、この子の集中時間は〇分」という目安を知っておいて、今は10分が限度だと思ったら、その時点で練習はやめましょう。集中していないのに、だらだら続けるとマイナス練習になりますから、サッと切り上げて気分転換をさ





せます。

また本人のレベルにあったものを弾かせるということも、集中力持続のためには大切です。いきなり難しいことをやらせると、強いストレスがかかり、到底長い時間の練習には耐えられません。

3. 必要な練習時間

1日1時間の練習をするというのが、上達のための基本です。

しかし幼児期にいきなり1時間の練習はほとんど不可能ですから、幼児性の抜ける小学1年生後半くらいを目安に、日々の練習時間を伸ばしていきましょう。

練習は一度に長時間続けて弾かなくても構いません。集中力がなくなってきたら、しばらく違うことをやって気分転換をして、またピアノに向かうという方法もおすすめてです。基本は1日1時間ですから、10分間の小間切れ練習を6回やって、1時間の練習時間を確保するというやり方もできます。ただ、できれば20分練習×3回くらいのペースが理想です。

練習の時間帯は、朝がもっとも効果的です。幼児の場合なら、たとえば朝20分、午後20分を2回というスケジュールもよいでしょう。

幼児期の場合、本人の意志でピアノに向かうという時間は少ないのが現状です。親がうるさく言ってやらせても、1日15分くらいの練習で終わってしまって、いつまでたっても弾けないという状態が続くことが珍しくありません。次に多いのは、1日30分程の練習しかできていないパターンです。鍵盤に触る時間が短すぎるので、思ったように上達せず、本人も苦しんでいます。

幼稚園児、小学校低学年くらいの子どもで、1日の練習時間が30分未満の場合、記憶の定着が難しい段階です。つまり、なかなか弾けなくて当たり前ですから、まわりの大人は焦らず、ゆったりと見守ってください。

4. 主体性のなさを補う

相手が小さな子どもであっても、練習の意味についてはきちんと説明する必要があります。子ども自身が理解し、主体性を持ってピアノに向き合えるよう導いてあげましょう。

「いい音をだすためには、こんなことをしよう」

「いいテンポで弾こうね」

「暗譜ができないと楽に弾けないから、がんばって覚えよう」

など、なるべく具体的な指示を出します。「初見が大事」など、本書に書かれている練習の基本を再確認してください。教師はもちろんのこと、お父さん、お母さんもピアノを習得するための方法や考え方をしっかり学んでいただきたいと思います。

また、「ほめる」「おだてる」というやり方が効果的です。

練習は毎日のことなので、あまりおおげさにほめると、いくら相手が子どもであっても通用しなくなります。ですから予定の練習時間がちゃんとこなせたら「がんばって、えらかったね」などのさりげない声かけを、こまめにしてあげます。

時には、少し大きな褒美を用意して、「この曲がしっかり弾けるようになったら、ケーキを買おうね」などのやり方も、本人のやる気を引き出す上では効果があります。もちろん程度はわきまえて、あくまで正攻法で子どもに説得するのが基本です。





5. 鍵盤がこわい

まだ発達段階にある子どもは、小さなものを目で追うのが苦手です。また指先の発達も完成されていないので、小さなものを手で触る、叩くというのも、なかなかうまくいかないでしょう。

ですから、小さな丸と棒のような記号で描かれた楽譜を読み、細かな鍵盤の場所を認識して、正しく指を乗せるというのは、大変な知能労働で、子どもにとって大きなストレスです。あまり急いで難しいことをさせると子どもはイライラして、しまいには「鍵盤がこわい」という心境になってしまいます。

楽譜の中の音符をひとつだけ読ませて、「この音を弾いてごらん」と声をかけてみてください。スッとその鍵盤に指がいかなければ、まだまだ、その子どもは、楽譜を読みながらピアノが弾ける段階に達していません。これでは心理的ストレスが大きいですし、マイナス練習をさせてしまう危険が大きいのです。決して無理をさせず、じっくり成長を待ちましょう。

子どものタイプによってはいきなり鍵盤に行かず、まずはソルフェージュだけをやってみるというのでもよいのです。また鍵盤の反応が遅い場合、いったんピアノの前から離れて、リトミックなどで音楽に合わせて踊るなど、体全体でリズムを楽しむような動きを経験することも大切です。

日本はピアノ人口がとても多く、ドイツの10倍、フランスの10倍はいると言われています。国際コンクールで優勝する日本人も増えていきますし、おそらく小さい子どもの演奏レベルは世界一でしょう。しかしピアノという楽器は、思ったよりもずっと扱いが難しいのです。才能のある人なら、小さいうちから芽を出しますが、通常はあまり幼いうちから無理にやらせる必要はないのです。



6. 音符読み

前述したように、幼児は小さなものを目で追うのが苦手なので、大きな音符で書いてある楽譜を選びます。この年齢向けの楽譜として、2段くらいで、横開きのものが数多く出版されているので、そういった種類を使えばよいでしょう。

音符読みの勉強は4~5歳くらいから始めますが、その習得の過程はひらがなやカタカナを学ぶ様子とよく似ています。必ず最初は大人と一緒にドレミの音読をしましょう。この音読は毎日やることが重要です。言葉と一緒に、日々やらなければ、すぐに忘れてしまうのです。

音読レベルから一歩進み、実際にピアノを弾きながら音符を読む段になったら、一度に覚える数を絞って習得させます。たとえば「読める音符」を3つに対して「読めない音符」を1つ混ぜる程度の狭い範囲をトレーニングします。すると子どもにとっても、ほんの僅かなストレスで新しい音符を理解し、覚えることができます。

新しいことを習得するには、必ず適度なストレスが必要です。しかしストレスが強すぎると意欲が失せて、練習が続きません。幼児期の子どもの場合、音符が読めない、鍵盤の位置がわからない、指の形もできていないなど、まさにストレスが一杯です。したがって、その辺りで細かなストレス計算が必要になってくるのです。

そして音符読みの完成は、6~7歳前後を目指します。この年齢で、すらすらと読めるようにしなければ、言葉の習得と同様、その後、いくら訓練しても反応が早くない恐れがあります。定着の年齢には気をつけましょう。

ただし人の能力には、極端に言うと1000倍くらいの差があって、すばやく覚えられ
るタイプと、じっくり時間をかけなければならないタイプもいます。6、7歳という年齢
を逃してしまった人でも現状を受け入れて、今日からできることを始めます。本当に音
楽が好きな子どもなら、多少、出だしが遅くなっても、能力的に不足している部分があ
っても必ず気持ちが続くはずですし、いくらでもやり直しが利きます。普通では考えら
れないような感性を持っている子どももいますから、決して諦めず、その能力をしっか



りと見守ってあげましょう。

7. メカニクの練習

言葉を覚えるのに適した年齢があるように、指の形、指の敏捷性など、メカニック部分については、練習に最も適した年齢があります。子どもの指導を行う教師、また親御さんは、これらの情報を知っておくとよいと思います。

ただしピアノ演奏にとって、もっとも重要なのは音楽性です。その基本を常に忘れないようにしましょう。「音楽性の高い演奏をしたい」と思うからこそ脳が体に指令し、メカニクの練習に弾みがつきます。当然、モチベーションが高いので、辛い指練習にもついてこられます。つまり**音楽性がメカニクを育てる**のです。

年齢に関わらず、どの人にも音楽性はあります。幼い頃から、それが強烈に現れている人の場合、プロのピアニストになれるかもしれません。しかし趣味で弾いている人、大人になってから練習を始めた人でも、人を惹きつける音楽性を持っている人は大勢います。

音楽が大好きだ、という人の演奏と、さほど情熱のない人の演奏は、聞いていて明らかに違います。技術を超えてオーラを感じる。そういう演奏を目指したいものです。

指の形

正しい指の形は、第一関節、第二関節がそれぞれ、ちゃんと山になるように曲げていなければなりません。そのためには形を維持するための静筋が大切です。指の力が弱いと、打鍵した時に、第一関節が潰れて谷の形になってしまうことが多いのです。あるいは小指の力の弱い子どもは、第一関節が伸びたまま、横を向いてしまうこともあります。

きちんとした指の形は、小学校2年生くらいまでに定着させるのが理想です。それよ

り幼いと、指先が十分に発達していないので、大人が注意して意識させても直すことができません。じっと待っていれば、いつか必ずできるようになります。

しかし現実には高校生になっても、正しい指の形ができない生徒がいます。常にしっかりと指の形を意識しておくことが大切です。

腕の運動と筋肉

子どもの体の成長を見ると、肩や肘など、腕の方が指より先に発達します。したがって幼稚園児の場合は、まず腕のトレーニングから始めた方が良いでしょう。

最初から鍵盤に向かうのではなく、リトミックなど、音楽に合わせて自由な体の動きを経験させることで、将来、必要になってくる腕の筋肉や敏捷な動きを養いましょう。

指の運動と筋肉

指の練習の入門は幼稚園くらいからですが、指先の発達は個人差があり、子どもに無理をさせないように注意します。

高位置から打鍵をするハイフィンガーの運動など、基本的な指の動きは小学校2年生くらいまでに完成させるようにしたいものです。指の形の完成と同時期くらいには、指の動きも整ってきます。

敏捷性

指の敏捷性は、小学校3年、4年生くらいまでに基本的なことを身につけましょう。たとえば四分音符で、120 くらいのテンポで弾けるようになれば、だいたいのレベルをクリアしています。





私の教え子の中には、きらきらぼし変奏曲の第 12 変奏を、小学 1 年生で 138 のテンポで弾ける生徒がいました。発達には個人差がありますが、年が若くても、子どもによってはより進歩できる場合もあります。

8. 母親の出番、父親の出番

親の役目は 2 種類あって、ひとつは「徹底と継続の監視役」です。多くの場合、日々の練習につきあってあげられるのはお母さんですから、自然と監視役は母親の役目ということになります。

そして、もうひとつの役目が「褒めること」です。母親が監視役なら、父親が褒める役割を担ってください。もちろん家庭によっては逆の場合もありますし、ひとりで二役を担当することもあるでしょう。いずれにせよ、両方の役目があるということを認識しておいてください。

子ども本人のモチベーションを上げるにも、両親の役目が大切です。

父親が音楽好きで、よくコンサートに連れて行くとか、母親がピアノをやっていて、子どもと一緒に連弾をするなどの環境があれば、音楽に接する機会が増え、自然と名曲の魅力にひかれていくでしょう。

こういう形が一番健康なモチベーションを育てることができますし、まさに音楽への愛情がなければ、ピアノの練習は続きません。音楽は非常に奥の深いものですから、一生を費やして学ぶのに値するものです。その魅力を早いうちから子どもに伝えることができれば素晴らしいと思います。

9. ほめる、認める、待つ

「4.主体性のなさを補ってあげる」の項でも触れましたが、子どもを育てるには、まずほめてあげることが大切です。もちろん毎日のようにほめる必要はありませんが、子どもの様子をいつもよく見ていて、タイミングよくほめることです。特に、これまでできなかったことができた時、ぜひ、しっかりとほめてあげましょう。

次に必要なのが、認めることです。

人間ですから、努力をしたけれども結果がでないことがあります。コンクールに出たけれど駄目だったという時など、その子どもなりに一生懸命に練習をしたなら、その努力を認めてあげます。決して結果だけを見て、子どもをけなさないようにします。

もちろん結果は現実ですから、それはしっかり受けとめて、駄目だった原因をいろいろと分析する必要があるでしょう。気分の上でも、最初はがっかりするかも知れませんが、それは一時的なものです。たとえば「実力はあるけれど、本番に弱い」などの反省点を出して、そこを伸ばしていく努力をすれば、すぐに立ち直れます。

そして最後は時期を待つことです。

人間の脳は人によって発達しているところが大きく違います。私自身、これまでたくさん子ども達を教えてきましたが、ひとりひとりまったく異なる能力を持っていました。きょうだいや双子が多少、似ているということはありますが、基本的に驚くほど全員、まったく違うのです。

そして能力の発達の具合も1人1人違います。たとえば右脳が非常に発達していて、気合いの入った迫力ある演奏をする子どもでも、左脳が弱くて勉強が苦手で、細かいことが好きでないという場合、どうしても大雑把に弾いてしまう部分が出てきます。

理想は右脳と左脳がバランスよく発達することですが、こればかりは子どもたち各人の個性が決めることです。それぞれに適した練習の仕方も1人1人違いますから、そこ





を上手に探りながら、子どもの成長をじっくりと待ち、見守ってあげましょう。このことは、ピアノに限らず、すべての学業やスポーツにも通じると思います。

この分野で親が積極的にやってあげられることは少ないのですが、なにより重要なのは「音楽が好き」という気持ちの強化です。なぜピアノをやっているのかというと、コンクールで優勝するためではなく、音楽が好きだからです。親子がともに音楽に心を動かされ、音楽を楽しみ、一生の友達にしていく。それがピアノ練習の根底に、常にサラサラと流れている、美しいメロディーなのです。

