**デイリートレーニングを使って**

**１．アンブシュアをチェックしよう**

　・マウスピースなどで音程をチェックしよう。この音程で吹けたら、まずは合格！

　　常に、このアンブシュアで吹く習慣を身につけよう。

　※フルート…頭部管のみで上第１線のＡの音が出る。管をふさぐと第２間のＡが出る。

クラリネット…マウスピースとバレルで第５線のFisの音が出る。

　　サックス…マウスピースとネック　アルトは第４線のDes、テナーは下第１間のDes、

バリトンは第２間のAsの音が出る。

　　金管楽器…　マウスピースによる音出し（低音から高音をなめらかに繰り返す）

　　　　　　　　マウスピースで簡単な音階練習

　　　　　　　　※　マウスピースを唇に当てる前に、アンブシュアを作って唇から息を出し、

　　　　　　　　　そっとマウスピースを当てた瞬間に自然に音が鳴る練習を繰り返し、あまり、唇にプッシュしないようにすると良い。唇に跡がつくくらい、押し当てて吹いていると音色が悪くなるため、楽に出る角度や唇の場所を、鏡を見ながら探すと楽器をつけたときに楽になります。

**２．目的をもってロングトーンしよう**

　・キーボードから出る音程を聴いて、同じ音程を頭の中で歌ってから吹こう。

　・基本的に、ロングトーンをした後に、休符でリラックスします。

　・この練習では、同じ音を繰り返したり、長さを変えたりして行います。

　　※　必ず、ロングトーンを吹く前に何拍延ばしたいのかを決めてブレスすること。

　・いろいろな目的をもってロングトーンします。

　　目的の例‥・最後の拍に向けて同じ音量を保つことを必ず目的にする。ただし、保ったつもりでも保てないことが多いため、どちらかというと、後半に向けて息の量を増やすつもりでロングトーンをすること。

・自分の吹きやすい音量で、まっすぐ延ばす。このとき、まっすぐ延ばすために、体の使い方が大切になるため、下腹を意識してすぐに体がすぼまないような息の出し方を研究すること。

　　　　　　　・息の流れを大切にすること。必ず、近くに息を吹きかけるのではなく、自分の

腕を伸ばした先(できる限り遠く)に向けて一定量の息をまっすぐ出すように

すること。

　・強弱を意識する場合、音を出す前にどのような大きさから初めて、どのような

大きさまで大きく(小さく)するのかを必ずきめること。

　・響きを意識して出す。狭い部屋でも、常に大きなホールで響かせることを意識

する。視線を遠くにすると、息も遠くに届くようになる。また、アパチュアが

狭いと、響きがなくなってしまうため、音域に合ったアパチュアを維持して吹けるようにすること。

　　　　　　　・タンギングせずに発音するときには、楽器に息が入った瞬間に音が反応よく出ることを目標にすること。

　　・タンギングする場合は、舌の動きを意識すること。舌を動かすたびに音が変わってしまっていないか耳を使って常にチェックすること。

　※すべての音が同じ響きで吹けることを目指そう！

**３．いろいろなリズムでタンギングできるようにしよう**

　・演奏パターンは、４拍吹いて、４拍休みます。

　・譜例①～⑥のリズムを使って練習します。

　・できてきたら、速さやリズムを変えていきます。

**４．音階（スケール）や分散和音（アルペジオ）を覚えよう**

　※楽曲は、基本的に音階や分散和音でできています。

　ということは、いろいろな音階や分散和音ができれば、いろいろな楽曲がすぐに吹けるということです。

・基本的にＢ-Dur（ベー・ドゥア　変ロ長調）で練習しますが、Ｆ-Dur（ヘ長調）、Es-Dur（変ホ長調）ができるようにしたいと思います。

・また、演奏する楽曲の音階にも取り組みたいと思います。

・レガートやマルカート、スタッカートで行います。

**５．半音と全音**

　・半音と全音の感覚を身につけよう。

　※長調は、第３音と第４音の間と第７音と第８音の間が半音。

　　短調は、自然的短音階は、第２音と第３音の間と第５音と第６音の間が半音。

　　　　　　和声的短音階は、自然的短音階に第７音と第８音の間の半音が足される。

　　　　　　旋律的短音階は、上行では、自然的短音階の第５音と第６音の間が全音になり、

第７音と第８音の間が半音になり、下行では自然的短音階となる。

**６．ユニゾン練習とは**

※「ユニゾン」とは、みんなで同じ音（オクターブの違いはあります）を吹くことです。このユニゾンの美しい響きを耳で覚えることができたら、ハーモニー練習が楽しくなります。

※合奏としてとても大切な練習で、次のことを合わせられるようにしていきます。

・アタック（音の出だし）　・リリース（音の終わり）　・音程　・強弱　・響き

・バランス　などなど

※低音からグループ別に順に音を出していきます。よく聴いて低音に乗るよう出そう！

Ａグループ…バスクラリネット、バリトンサックス、３番トロンボーン、テューバ

Ｂグループ…テナーサックス、ホルン、トロンボーン、ユーフォニアム

Ｃグループ…クラリネット、アルトサックス、トランペット

Ｄグループ…フルート、ピッコロ

**７．ハーモニー練習**

　　ハーモニー練習で大切なのは、耳を使うことです。人間の耳は、美しい響きを自然と求めるようになっています。自分で気持ちの良い響きを目指してハーモニー練習に参加しましょう。

※にごりのない、美しい、響きのある響きをみんなで追究しよう！