

ボイストレーニングを楽しむ

日時：2023年9月19日（火）

場所：池田市 ナムのひろば

講師：吉田寛子先生

第13回 歌の基礎を学ぼう ③音域を広げよう

講義の前に今後の授業の進め方について先生から説明がありました。

講座を受講した目的が個人個人違うので、歌の方に重きを置くことはしないことの再確認

- * 声をよくしたい
- * 高い声が出せるようになりたい
- * 誤嚥性肺炎を予防したい
- * 歌が上手になりたい 等

《午前の講義》

1. ストレッチ、腹式呼吸

腹式呼吸で、息を吐くときに、お腹を引っ込めながら、肋骨が横に広がっていくのをイメージする。



2. 発声練習

- ・上の歯に舌先を付け、顎を動かさずに「ローローロー」と発声する練習
- ・歌う時の息継ぎは、口と鼻の両方からし、アの口ではなく、ウかオでする（アの口で息継ぎをすると、埃が多く入り、むせる事がある）

3. ふれあい交流祭の歌の練習

- ♪四季の歌♪
- ♪上を向いて歩こう♪
- ♪花♪

4. リクエスト曲の歌唱

《午後のクラス活動・班活動》

ふれあい交流祭

9/26 池田探索

10/3 校外学習 についての打合せ

(2班広報担当)

