

ダイナミックな精華サウンドはここから生まれる!

DVD
VIDEO

DVD No.M26-S

全4枚 33,600円

各枚 8,400円(税込・送料別)

精華女子高校 藤重佳久先生

吹奏楽
指導の
すべて

～座奏&マーチングの練習メニューとポイント～



指導・解説

藤重 佳久

(精華女子高等学校 吹奏楽部 顧問)

マーチング指導

平松 恵利佳

カラーガード指導

西山 泰徳

実技

精華女子高等学校
吹奏楽部

指導者プロフィール

1979年精華女子高等学校音楽教諭として赴任。しっかり褒めてしっかり叱るという、生徒と本気で向き合う指導が特徴。マーチング指導を練習に取り入れてから、徐々に力をつけ現在では全国有数の吹奏楽強豪校に育て上げる。平成21年度、文部科学大臣優秀教育表彰。

演奏会、コンクールを問わず

常に会場を圧倒するダイナミックな

うねりのある精華サウンドは

どこから生まれてくるのか。

日々の練習や音作りの源ともなる

マーチングの練習メニューをご紹介します。

よい悪いをはっきりと生徒に伝える藤重先生の、

感受性豊かなアプローチにご注目ください。

全日本吹奏楽コンクール出場16回 うち

金賞
7回

実績

銀賞
9回

全日本マーチングコンテスト出場

全て
金賞

マーチングショーバンド世界大会

総合
優勝

上海万博パレード出場

ミッドウエストバンドクリニック出場

各巻タイトル

M26-1 ウォーミングアップ&基礎合奏〈54分〉

M26-2 楽曲指導&パート練習〈76分〉

M26-3 マーチングの基本&
コンビネーション動作
【フェスティバルスタイル編】〈66分〉

M26-4 マーチングパーカッション&
カラーガード指導
【パレードスタイル編】〈63分〉

各巻詳細は
裏面をご覧ください。

インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp> サンプルムービー配信中!

お申し込み方法

- ご希望のDVD No.を指定し、電話かFAX、もしくはホームページにてお申し込みください。
- お名前/ご住所: 電話/お勤め先: 電話/お支払い方法をご連絡ください。
- 送料は何枚でも525円です。
- 表示価格は消費税込みの価格です。

↓記入例

- DVD No.
- お名前
- ご住所/TEL
- お勤め先/TEL
- お支払い方法

お支払い方法

- 到着日指定の「代金引き換え」の宅配便でお送りします。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合は、必要書類は担当者までお申し付けください。
- カード(JCB、VISA、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、ダイナース、クレディセゾン、アメリカンエキスプレス、イオンクレジット、TOP&カード)もご利用できます(分割可)。

●お申し込み・お問い合わせは、お気軽に…

JL ジャパンライム株式会社
〒113-0033
東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F
TEL. 03-5840-9980
FAX. 03-3818-6656



躍動感みなぎるパフォーマンス! 圧倒される演奏の秘訣を大公開!!

精華女子高校 藤重佳久先生

～座奏&マーチングの練習メニューとポイント～

吹奏楽
指導の
すべて

M26-1

ウォーミングアップ& 基礎合奏

〈54分〉

精華女子高校では基礎練習を非常に重視しています。と
かく形骸化しがちな基礎練習を、藤重先生ならではのア
プローチで盛り上げていきます。

- イントロダクション
 - * スケール練習
 - * インターバル(B-dur)
- 座奏前のウォーミングアップ
 - * 士気を高めるスローガン
 - * リラックス体操
 - * ブレスコントロール
(管楽器の呼吸法)
 - * リトミック(頭の体操)
 - * 顔面体操
- 楽器を使ったウォーミングアップ
 - * 柔軟性を養うリップス
ラー(金管)
 - * アンブシュアチェック
 - * フィンガリング
 - * アルペジオ
- 基礎合奏 ～スケール練習～
 - * C-dur/Des-dur
 - * C-dur(8分音符アーティ
キュレーション/カデンツ/
4分音符)
 - * 金管(8分音符)
木管(4分音符)
 - * 3連符スタッカート
 - * 16分音符
- 藤重先生インタビュー①
 - Q. 吹奏楽部によるマー
チング活動について

M26-2

楽曲指導&パート練習

〈76分〉

藤重佳久先生の曲作りを大公開!さまざまな練習を通し
て生徒の音楽表現を引き出していきます。パートレッ
ス、インタビューも必見です!

- 座奏・マーチングのための
楽曲合奏(南風のマーチ/
作曲:渡口 公康)
 - ①テンポキープ
 - ②バランス練習
 - ③ブレンド練習
 - * 南風のマーチ 通し練習
- 藤重先生インタビュー②
 - Q. 精華女子のマーチング
とは?
 - Q. 吹奏楽の指導について
- パート練習
 - * 打楽器/ユーフォニウム/
トロンボーン/トランペット/
ホルン/サクソフォン/フ
ルート/クラリネット/ファ
ゴット/バスクラリネット/
コントラバス/オーボエ/
チューバ



精華女子躍進の原動力となったマーチング指導もドドンとご紹介!

M26-3

マーチングの基本& コンビネーション動作 【フェスティバルスタイル編】

〈66分〉

精華女子の飛躍のきっかけともなったマーチング指導で
す。基礎動作から丁寧にご紹介しておりますので、この
DVDを見ながらすぐに練習が始められます。

- マーチングの基本動作
 - * 基本姿勢
 - * テンハット・パレードレスト
(気をつけ・休め)
 - * マークタイム(足踏み)(ハ
イ/ロー/組合せ[4分音
符～2分音符～8分音符
～3連符])
 - * マークタイムピボット
(足踏みしながら方向変換)
 - * 楽器の構え方(トランペット)
 - * フォワードマーチ/リア
マーチ(前進/後進)/ポ
イントの距離
 - * アバウトフェイス(回れ右)
- 様々なコンビネーション動作
 - * ピンフィール(4人で方向
変換)
- * フォローザリーダー(先頭
に続いて進め)
- * L時動作(4拍/1拍/ピ
ボット/フロントベル)
- * トリックスピン
- * オブリック(斜行進)
- * クロス
- * オープンクローズ
- マーチング指導
【フェスティバルスタイル編】
 - * ツアラトストラはかく語りき
(2001年 宇宙の旅)/作曲:
リチャード・シュトラウス
 - * 交響曲第9番ホ短調作品95
『新世界より』/作曲:アント
ニン・ドヴォルザーク
 - フェスティバルスタイルでの
演奏について[解説]

M26-4

マーチングパーカッション& カラーガード指導 【パレードスタイル編】

〈63分〉

より実践的なマーチング指導です。パレードスタイルでの
演奏のポイントやカラーガードのボディワークなど、詳細
にご紹介しています。

- マーチング指導
【パレードスタイル編】
 - * 国民の象徴/作曲:E・E・
バグレー
 - パレードスタイルでの演奏
について[解説]
- マーチングパーカッション
 - * 基礎練習/応用練習
 - マーチングパーカッション
について[解説]
- カラーガードのボディワーク
 - * ベーシックステップ
 - ①ジャズウォーキング
 - ②指先・足先の訓練
 - ③ターンの練習
 - ④ジャズラン
 - ⑤アントラッセ
- * ボディワークの基礎
 - * フラッグコントロール
 - ①シングルスピン(右回し)
 - ②サークル
 - ③ポップトス
 - ④ダブルトス
 - ⑤45度のトス
 - カラーガードについて[解
説]

