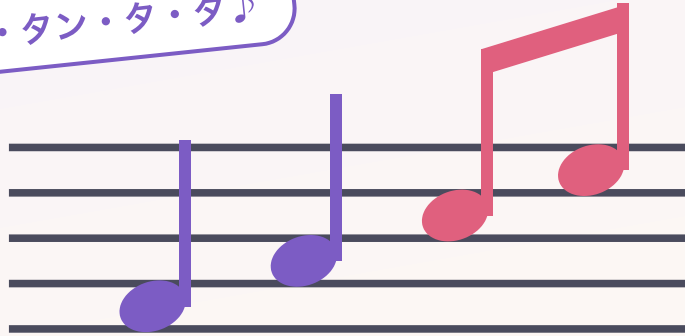


タン・タン・タ・タ♪



パターンが体にしみこむ！

リズムパターン

くり返しの型で、リズムを感じよう



この教材の使い方

1

声と体で感じる

音楽は、歌ったり手をたたいたりするほど身につきます。気になったところは、何度でも声に出してみましょう。

2

本物の音を聴く

この教材に出てくる曲や楽器は、音源や動画でも聴いてみましょう。耳で知ると、理解がぐっと深まります。

3

「やってみよう」は手と体で

答えは30ページにあります。正解がひとつではない問題もあります。自分の感じ方を大切にしましょう。



Ken (ケン)

音楽が好きな中学生。ギターを始めたばかり。



Emma (エマ)

カナダから来た留学生。ピアノが得意。

もくじ

パターンを知ろう	3～14
パターンを組み立てよう	15～19
練習しよう	20～24
ふり返り	25～30

決まったリズムの型が、曲の個性を作ります。

マーチ・ワルツ・ロックなど、音楽のジャンルには、それぞれ特ちょうのあるリズムパターンがあります。



- リズムパターンをくり返すことで、聴く人はその曲らしさを感じ取ります。
- パターンを知ると、聴くときも演奏するときも、リズムをつかみやすくなります。

1. 好きな曲のリズムを、手拍子でまねしてみよう。

同じ長さの音がくり返される、基本のパターンです。

Diagram illustrating the structure of a Tan (タン) note, showing four vertical lines with circles at the base, each labeled 'タン' (Tan).

4

音を半分の長さにすると、動きが細かくなります。

A musical staff with six notes. The first, second, and fourth notes are quarter notes (represented by a single vertical stem and a flag). The third, fifth, and sixth notes are half notes (represented by a double vertical stem and a flag). The notes are labeled below the staff as 'タ', 'タ', 'タン', 'タ', 'タ', and 'タン' respectively.

5

音を出さない部分も、リズムの大切な一部です。

6

付点のパターン

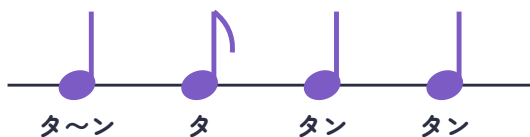
付点がつくと、音の長さが1.5倍になります。

付点（ふてん）

dotted note（ドットедノート）

音符の右に点をつけ、もとの長さの1.5倍にする記号

付点を使ったパターンの例



はねるような、はずむ感じのリズムになります。

ポイント

- 付点がつくと、音が少し長くのびて、独特のはずむ感じが生まれます。
- 行進曲やジャズなどで、よく使われるパターンです。

やってみよう

1. 上のパターンを、はねるような感じで手拍子してみよう。

書いて覚えよう

3連符のパターン

1拍を3つに分ける、なめらかなパターンです。

3連符（さんれんぷ）

triplet（トリプレット）

1拍を3等分した、3つの音

3連符のパターンの例



最初の3つが1拍を3等分した3連符、最後は1拍分の音です。

ポイント

- 2等分（8分音符）とは異なる、なめらかな転がるような感じが特ちょうです。
- 「トリプレット」と声に出して数えると、感覚をつかみやすくなります。

やってみよう

1. 「タタタ・タン」と声に出しながら、手拍子してみよう。

書いて覚えよう

まっすぐに力強い、行進のためのリズムです。

march (マーチ)

歩く速さに合わせた、行進曲のリズム

- 1拍1拍がはっきりしていて、足を合わせて歩きやすいリズムです。
- 小太鼓のパターンが、マーチらしさを強く印象づけます。

1. マーチのリズムに合わせて、その場で足ぶみをしてみよう。

3拍子のゆるる、おどりのためのリズムです。

waltz (ワルツ)

1・2・3を1組にした、3拍子のリズム

- 「強・弱・弱」の3拍を1つの組にした、独特のゆれる感じが特ちょうです。
- 3拍子に合わせておどる、社交ダンスの曲でもよく使われます。

1. 「イチ・ニ・サン」と数えながら、1拍目を強く手拍子してみよう。

力強い、まっすぐなビートのリズムです。

beat (ビート)

音楽の中で一定にきざまれるリズムの目もり

ポイント

- 小太鼓が、2拍目と4拍目を強調することが多い、力強いリズムです。
- ドラムセットの基本パターンとして、多くの曲の土台になっています。

やってみよう

1. 4拍のうち、2拍目と4拍目を強く手拍子してみよう。

書いて覚えよう

ボサノバのリズム・サンバのリズム

ブラジル生まれの、心地よいリズムです。

ボサノバ

bossa nova (ボサノバ)

ゆったりとした、シンコペーションの多いブラジル
のリズム

サンバ

samba (サンバ)

速く陽気な、ブラジルのお祭りのリズム

ポイント

- ボサノバは、静かで落ち着いた雰囲気曲によく使われます。
- サンバは、打楽器を中心にした、速くにぎやかなリズムです。

やってみよう

1. ボサノバとサンバの音源を聴きくらべて、感じたちがいを書こう。

書いて覚えよう

swing (スウィング)

8分音符を等分せず、はねるように演奏する奏法

- 楽譜では同じ長さの8分音符でも、実際には「長・短」のはねるリズムで演奏します。
- ジャズの多くの曲で使われる、独特のノリを生む奏法です。

1. 「タッタ・タッタ」と、はねる感じで手拍子してみよう。

日本の祭りのリズム

太鼓の音が響く、日本の伝統的なリズムです。

祭り太鼓風のリズムの例



太鼓の音を「テケ・ドン」のような言葉で表す方法は、和太鼓の練習でよく使われます。

ポイント

- 和太鼓には、地域やお祭りごとに、受けつがれてきたリズムパターンがあります。
- 太鼓の音を言葉で表す「口唱歌（くちしょうが）」は、日本の伝統的な練習方法です。

やってみよう

1. 「テケ・ドン」と声に出しながら、机やひざで手拍子してみよう。

書いて覚えよう

パターンを組み合わせる

いくつかのパターンをつなげて、曲を作ろう。

パターンをつなげた例



4分音符のパターンと、8分音符のパターンをつなげた例です。

ポイント

- ちがうパターンをつなげると、単調にならず、変化のある演奏になります。
- つなぎ目で速さが変わらないように注意しましょう。

やってみよう

1. これまで習ったパターンを2つ選んで、つなげて手拍子してみよう。

書いて覚えよう

- くり返すうちに、少しずつ速くなったり遅くなったりすることがよくあります。
- 一定のテンポを保つには、メトロノームを使う練習も効果的です。

1. 好きなパターンを、10回同じ速さでくり返してみよう。

ワンポイント 最初はゆっくりの速さから始めると、正確にくり返しやすくなります。

聴いたリズムを、形に残す練習をしよう。

- 聴いたリズムを、タン・タのような言葉で書き取ると、記憶に残りやすくなります。
- 何度も聴き直しながら、少しずつ正確に書き取っていきましょう。
- 2つのリズムを聴きくらべると、パターンのちがいに気づきやすくなります。

やってみよう

1. だれかにリズムをたたいてもらい、タン・タの言葉で書き取ってみよう。

書いて覚えよう

自分のパターンをつくる

習ったパターンを組み合わせ、オリジナルを作ろう。

使う音符

長さ（拍数）

作ったパターン

Ken の例

使う音符 4分音符・8分音符・4分休符／長さ 4拍／作ったパターン タン・タ・タ・タン・ウン

ポイント

- 決まりに正解はありません。自分が気に入るくり返しを見つけてみましょう。

書いて覚えよう



私が歌うから、Kenは作ったパターンで手拍子してくれる？

うん！タン・タ・タ・タン・ウンのパターンでいくね。

- メロディに合わせてパターンをくり返すと、伴奏のような役割になります。
- パターンが安定していると、メロディも歌いやすくなります。

1. 知っている歌に、自分で作ったパターンを手拍子で合わせてみよう。

20

実際にやってみよう・ペアやグループで練習しよう

ひとりでも、みんなでも練習してみよう。

A (タン・タン・タ・タのパターンをたたく)

B (まねしてたく)

A (別のパターンをたたく)

B (まねしてたたく)

ポイント

- A がたたいたパターンを、B が耳でまねする「まねっこ練習」です。
- 交代しながら練習すると、パターンを聴き分ける力が育ちます。

ワンポイント うまく合わなくても大丈夫。相手のリズムをよく聴くことが上達の近道です。

書いて覚えよう

よくあるつまずき・上達のコツ

つまずきには、共通した原因があります。

つまずき

よくあること

くり返すうちに速くなる

気づかず走ってしまう

休符の長さがあいまいになる

数えるのをやめてしまう

付点や3連符が合わない

感覚がまだつかめていない

コツ

こうしてみよう

メトロノームで確認する

一定の速さを体で覚える

休みの間も声に出して数える

「ウン」も声に出す

言葉に置きかえて練習する

タン・タなどで感覚をつかむ

ポイント

- できないところは、速さを落として区切って練習しましょう。
- 1つずつ直すと、全体のリズムがまとまってきます。

やってみよう

1. 自分がつまずきやすいことを1つ書こう。 _____
2. 上のコツから1つえらんで試してみよう。

書いて覚えよう

用語をおさらい

この教材で出てきた言葉を確認しよう。

音符の言葉

☐ 付点

音の長さを1.5倍にする記号

☐ 3連符

1拍を3等分した音

ジャンルの言葉

☐ マーチ

行進曲のリズム

☐ ワルツ

3拍子のリズム

☐ スウィング

8分音符をはねさせる奏法

世界のリズム

☐ ボサノバ

ゆったりしたブラジルのリズム

☐ サンバ

速く陽気なブラジルのリズム

日本のリズム

☐ 〇唱歌

太鼓の音を言葉で表す方法

ワンポイント 覚えた言葉に✓をつけよう。言葉を知ると、リズムの練習も進めやすくなります。

書いて覚えよう

4分音符のパターンを手拍子する

耳にした曲の拍子を数える

8分音符のパターンを練習する

自分で作ったパターンをたたく

ちがうジャンルのリズムを聴く

家族に作ったパターンを聴かせる

- 1回5分でも、毎日続けることが上達の近道です。
- 夜おそい時間にたたくときは、音の大きさに気をつけましょう。

発表してみよう・感想を書こう

作ったパターンを、人に聴いてもらおう。

作ったパターン

使ったジャンル

がんばったところ

聴いてほしい人

Ken の例

作ったパターン タン・タ・タ・タン・ウン／使ったジャンル マーチ風／がんばったところ 休符の長さを正確にすること／聴いてほしい人 家族

感想を3文で書こう

① このパターンを作って、～な感じがしました。② とくに、～のところががんばりました。③ 次は、～に挑戦したいです。

書いて覚えよう

もっと知りたい人へ・次のステップ

リズムパターンの世界は、まだまだ広がります。

もっと知りたい人へ

動画で

世界のリズムを聴きくらべる

演奏会へ

打楽器アンサンブルを聴きに行く

図書館で

リズムの本をさがす

次のステップ

拍子

2拍子・3拍子・4拍子を深く知る

作曲

パターンから曲を作ってみる

合奏

作ったパターンをみんなで演奏する

ポイント

- この教材で、楽器・アンサンブルのシーズンはひと区切りです。学んだリズム感は、これからの演奏や合奏にも生かれます。

書いて覚えよう

リズムパターンチャレンジ

教室の外でも、リズムパターンはすぐに楽しめます。

聴こう

好きな曲のリズムパターンに注目する

作ろう

自分だけのパターンを1つ作る

聴かせよう

作ったパターンを家族に聴いてもらう

こたえ

L26 付点→ウ 3連符→ア スウィング→エ ワルツ→オ ロ唱歌→イ
2. 1.5倍 / 3. ワルツ

L33 (例) リズムパターンは、音の長さと休みの組み合わせで、
曲の雰囲気を決める型。

書いて覚えよう

リズムパターン (Season 5 | No.41)

発行：一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。

有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。

くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。