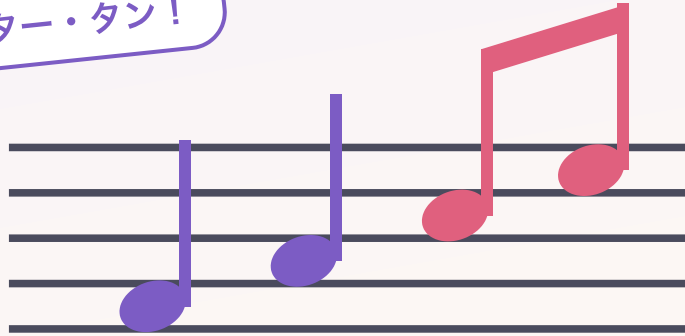


タ・ター・タン!



リズムがはずむ!

シンコペーション

タン・ターで生まれる、リズムのはずみ



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

リズムの基本	3～4
シンコペーションのしくみ	5～6
声と体で練習	7～9
走らずにノる	10～12
読んで聴いて使う	13～16
つくって深める	17～19
練習しよう	20～24
ふり返り	25～30

シンコペーションってなに？

シンコペーションの基本の感じをつかもう。

シンコペーションとは、**ふだん強く感じる拍と弱く感じる拍を入れかえて、リズムに変化をつける**ことです。

まっすぐ進むリズムに、ちょっとした「ずれ」や「はずみ」が生まれ、体が自然に動き出すような感じになります。



シンコペーション

syncopation

強拍と弱拍を入れかえて、リズムに変化をつけること

強拍・弱拍

strong beat / weak beat

強く感じる拍と、弱く感じる拍

ポイント

- 多くのポップスやジャズ、ラテン音楽で使われているリズムの工夫です。
- 楽譜が読めなくても、手拍子やダンスで自然に感じ取れます。

やってみよう

1. 好きな曲を思い出して、体でリズムに乗ってみよう。
2. 「ンタ」「タン」のように、拍がずれる感じを声に出してみよう。

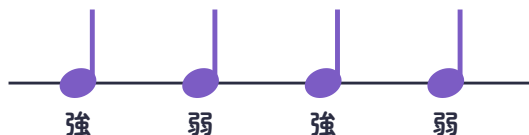
ワンポイント シンコペーションは「ノリがいい」「はずむ感じ」と言われるリズムの正体のひとつです。

書いて覚えよう

強拍と弱拍の入れかわり

拍の強い弱いを感じ分けよう。

4拍子の強拍・弱拍



4拍子では、ふつう1拍目と3拍目が強く感じられます。



Ken

1・2・3・4で、1と3が強いんだね。

Emma

そう。でもシンコペーションだと、弱いはずの拍が強調されるの。



ポイント

- ・ 強拍・弱拍の感じ方は、音楽のジャンルによっても少しちがいます。
- ・ 弱拍が強調されると、意外性や躍動感が生まれます。

やってみよう

1. 1・2・3・4と数えながら、1と3だけ手をたたいてみよう。
2. こんどは2と4だけ手をたたいてみよう。感じのちがいを書こう。

書いて覚えよう

タイでつくるシンコペーション

音をつなげて拍をまたぐしくみを知ろう。

タイ

tie

高さが同じ2つの音符を弧線でつなぎ、1つの長さとして演奏する記号

拍をまたぐ

across the beat

弱い拍から強い拍へ、音をのばしてつなげること

タイでのばす



真ん中の音を弱い拍から強い拍にまたいでのばすと、アクセントの位置が変わります。

ポイント

- タイでのばした音は、次の拍の頭で新しく弾き直しません。
- のばした分、次に来るはずの強拍の音が聞こえなくなり、意外な感じが生まれます。

やってみよう

1. 上のリズムを、手拍子と「ンー」という声で表してみよう。

書いて覚えよう

休符でつくるシンコペーション

音を出さないことでリズムをずらそう。

休符

rest

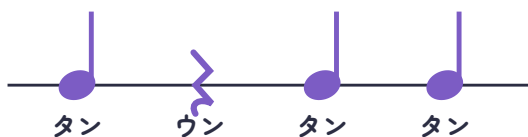
音を出さずに休む長さを表す記号

食う（くう）

anticipation

強拍の直前で音を止め、間をつくること

休符ですらす



2拍目を休符にすると、3拍目の音がより際立って聞こえます。

ポイント

- 強拍の位置をあえて休むと、まわりの音が引き立ちます。
- 「間（ま）」も、シンコペーションをつくる大切な材料です。

やってみよう

1. 上のリズムを手拍子でたたこう。休符のところは、手を止めて心の中で数えよう。

書いて覚えよう

手拍子で練習

体でシンコペーションを感じよう。

はずむリズム



前半は細かく、後半は間をあけるリズムです。

やってみよう

1. 上のリズムを、ゆっくりから少しずつ速く手拍子してみよう。
2. 足で1・2・3・4と一定の速さを踏みながら、手拍子だけシンコペーションにしてみよう。

ワンポイント 足で拍を刻みながら手でリズムを変えると、拍がずれても迷わなくなります。

書いて覚えよう

歌で練習

声でシンコペーションを表現しよう。



Ken

「ド・ドー・ド・ド」って歌ってみたら、なんだかはずむ感じがした！



Emma

それがシンコペーションだよ。声に出すと体でも覚えやすいね。

ポイント

- 同じ音の高さでも、長さの並べ方を変えるだけでシンコペーションになります。
- 歌うときは、強く感じたい音を気持ち強めに出すと伝わりやすくなります。

やってみよう

1. 「ド・ドー・ド・ド」を、手拍子をつけながら3回歌ってみよう。
2. 自分の好きな一文を、シンコペーションのリズムに乗せて言ってみよう。

書いて覚えよう

ポップスのシンコペーション・ジャズのシンコペーション・ラテン音楽のシンコペーション

ジャンルごとの使われ方を知ろう。

ポップス

メロディの歌い出しを少し早めたり遅
らせたりして、言葉のノリを出す

ジャズ

即興演奏の中で、拍をずらして自由な表現を生み出す

ラテン音楽

何種類もの楽器が少しずつずれたリズムを重ね、独特のノリをつくる

ポイント

- ジャンルがちがっても、強拍と弱拍を入れかえる考え方は共通しています。
- 国や文化によって、シンコペーションの使い方や感じ方に個性があります。

やってみよう

1. それぞれのジャンルの曲を1つずつ思い浮かべて、リズムの感じをくらべてみよう。

書いて覚えよう

A horizontal black line represents a number line. Below the line, there are four purple ovals, each centered under a number. The numbers are 1, 2, 3, and 4, positioned directly below their respective ovals. Above each oval, there is a vertical purple line segment extending upwards from the number line.

1. 「1・2・3・4」を声に出しながら、一定の速さで手をたたこう。
2. 慣れたら、心の中で数えながら同じことをやってみよう。

書いて覚えよう

- シンコペーションのところだけ気持ちが急いてしまい、テンポが速くなる（走る）ことがよくあります。
- 足や体で一定の拍を感じ続けることが、走らないいちばんのコツです。
- 一人で難しいときは、メトロノームや手拍子の助けを借りましょう。

1. 足で拍を踏みながら、5ページのリズムを手拍子してみよう。テンポが変わっていないか確かめよう。

ワンポイント 走ってしまったら、一度止まって、ゆっくりからやり直すのがいちばんの近道です。

書いて覚えよう

シンコペーションの楽譜を読む

楽譜からシンコペーションを見つけよう。

楽譜で見るシンコペーション



弱い拍から音が始まり、強い拍にまたがってのびているのがシンコペーションの合図です。

アクセント

accent / >

その音を強く演奏する印

やってみよう

1. 上の楽譜で、音がのびているのはどの部分ですか。 _____

書いて覚えよう

耳でシンコペーションを見つけよう。

リズムの種類	拍の感じ方	例
ふつうのリズム	1・3拍目が強い	行進曲のようなリズム
シンコペーション	弱い拍が強調される	ポップスのサビなど

ポイント

- 耳で聴くときは、「どこで体が動きたくなるか」に注目すると見つけやすくなります。

やってみよう

1. 好きな曲を1曲聴いて、シンコペーションがありそうな部分を探してみよう。

書いて覚えよう

A musical staff with five lines. The first three notes are quarter notes on the second line (G4), the third line (A4), and the second line (G4) respectively. The fourth note is a half note on the first line (F4). Below the staff, the corresponding hiragana characters are written: ソ, ラ, ソ, ミ.

15

伴奏のシンコペーション

伴奏でリズムを支える工夫を知ろう。

伴奏のリズム



1拍目を休んでから入る伴奏は、独特のノリを生みます。

ポイント

- 伴奏がシンコペーションを刻むと、メロディがまっすぐでも全体がノリよく聞こえます。
- ギターのカッティングやピアノの左手など、いろいろな楽器で使われます。

やってみよう

1. 上のリズムを、机を手のひらでたたいて表してみよう。

書いて覚えよう

シンコペーションをつくる

自分だけのリズムをつくってみよう。

1拍目

2拍目

3拍目

4拍目

Emmaの例

1拍目 休符／2拍目 タタ／3拍目 ター（のばす）／4拍目 タン

ポイント

- ・ タン・タ・ター・ウンなど、これまで出てきたリズムの言葉を組み合わせてつくってみましょう。
- ・ むずかしく考えず、口に出して気持ちよいと思う並べ方でよいです。

書いて覚えよう

シンコペーションが生きる音楽の歴史を知ろう。

- リズムを正確にたたくことと、ノリよく感じさせることは少しちがいます。
- 強調したい音を少しだけ強く、それ以外を軽く演奏すると、ノリが生まれます。
- 力任せにたたくのではなく、体の重心を使って自然にはずませましょう。

1.5ページのリズムを、いちばんノリよく聞こえるように工夫して手拍子してみよう。

書いて覚えよう

20

実際にやってみよう・ペアやグループで練習しよう

友だちと一緒にシンコペーションを練習しよう。

A

(手拍子) タン・タン・タン・ウン

B

(まねして) タン・タン・タン・ウン

A

(シンコペーションで) タ・ター・タ・タン

B

(まねして) _____

A

(新しいリズムをつくって) _____

B

(まねして) _____

ポイント

- AがリズムをたたきBがまねをする「まねっこ遊び」で、体に染み込ませましょう。
- 慣れてきたら、自分でシンコペーションのリズムをつくって出題してみましょう。

ワンポイント うまくそろわなくても大丈夫。相手のリズムをよく聴くことが、合わせるいちばんの近道です。

書いて覚えよう

よくあるつまずき・上達のコツ

つまずきの原因と直し方を知ろう。

つまずき

よくあること

拍がわからなくなる

どこが強拍か見失う

だんだん速くなる

前のめりのまま走る

ぎこちなくなる

正確だけどノリが出ない

コツ

こうしてみよう

足で拍をとり続ける

土台を体で感じる

ゆっくり練習する

できてから速くする

力を抜いて演奏する

重心ではずませる

ポイント

- できないところは、その1拍分だけを取り出してゆっくり練習しましょう。

やってみよう

1. あなたがつまずきやすいのは？ _____ 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。

基本の言葉

☐ シンコペーション

強拍と弱拍を入れかえること

☐ 強拍・弱拍

強く感じる拍・弱く感じる拍

つくる道具

☐ タイ

2つの音をつなげる記号

☐ 休符

音を出さずに休む長さ

感じの言葉

☐ 前のめり

体が自然に動く感じ

☐ ノリ

気持ちよくはずむ感じ

ジャンルの言葉

☐ ラグタイム

シンコペーションの多いピアノ音楽

☐ アクセント

音を強く演奏する印

ワンポイント 覚えた言葉に✓をつけよう。言葉を知ると、リズムの説明がしやすくなります。

書いて覚えよう

復習クイズ

ここまでの内容をチェックしよう。

1. 言葉と意味を線でむすぼう

シンコペーション



● ア. 2つの音をつなげる記号

タイ



● イ. 体が自然に動き出す感じ

休符



● ウ. 音を強く演奏する印

アクセント



● エ. 音を出さずに休む長さ

前のめり



● オ. 強拍と弱拍を入れかえること

2. シンコペーションとは何かを一言で書こう

1. _____

3. シンコペーションをつくる2つの方法を書こう

1. _____

2. _____

書いて覚えよう

書いて覚えよう

家でできる練習

毎日少しずつ、シンコペーションに親しもう。

朝

歯みがきしながら、シンコペーションのリズムで手をたたく

移動中

好きな曲のシンコペーションを探して聴く

すきま時間

「タ・ター・タ・タン」を3回声に出す

夕方

足で拍をとりながら、手でリズムをずらす練習

夜

今日見つけたシンコペーションをノートに書く

週末

家族や友だちとまねっこリズム遊びをする

ポイント

- 1回5分でも、毎日続けることがいちばんの力になります。

書いて覚えよう

発表してみよう・感想を書こう

自分のシンコペーションを人に伝えよう。

つくったリズム

工夫したところ

むずかしかったところ

聴いてほしい人

Kenの例

つくったリズム タ・ター・ウン・タン／工夫したところ 2拍目をのばしてノリを出した／むずかしかったところ 走らずにたたくこと／聴いてほしい人 ギターの先生

感想を3文で書こう

① シンコペーションは、～な感じがしました。② とくに、～のところがむずかしかったです。③ それは、～だからです。

書いて覚えよう

もっと知りたい人へ・次のステップ

リズムの世界をさらに広げよう。

もっと知りたい人へ

動画で

いろいろなジャンルの演奏を見る

楽器で

実際に弾いたりたたいたりする

音源で

好きな曲のリズムを聴き込む

次のステップ

拍子

2拍子・3拍子・4拍子のちがい

アンサンブル

仲間とリズムを合わせる

即興

その場でリズムをつくる楽しさ

ポイント

- この教材の次は、仲間と音を合わせる「アンサンブルの基本」です。

書いて覚えよう

シンコペーションチャレンジ

教室の外でも、シンコペーションを楽しもう。

見つけよう

町や動画で流れる音楽からシンコペーションを探す

たたこう

タイと休符を使ったリズムを手拍子でつくる

伝えよう

つくったリズムを友だちや家族にまねしてもらう

こたえ

L13 2番目の音（ミ）

L26 シンコペーション→オ タイ→ア 休符→エ アクセント→ウ 前のめり→イ 2. 強拍と弱拍を入れかえること 3. タイ / 休符

L33 （例）シンコペーションは、強拍と弱拍を入れかえてリズムに変化をつけること。

書いて覚えよう

シンコペーション（Season 5 | No.42）

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。