Zentico · бесплатная школа барабанов · zentico.io

40 барабанных рудиментов с нотами и раскладкой рук

Полный список PAS: нотная запись каждого рудимента, раскладка R/L, уровень и один совет. Распечатай и повесь над пэдом; видео и план тренировки для любого рудимента — по ссылке в таблице.

бесплатно · A4 · для печати · с нотами · R — правая, L — левая · версия 10.2026

Как читать ноты и раскладку

Буквы над нотами и в строке — рука. Галочка «>» под нотой — акцент, маленькие ноты перед ударом — форшлаг (флэм или драг), косые чёрточки на штиле — дробь. `R` — правая рука, `L` — левая. Читай слева направо и повторяй по кругу без пауз. Строчные `r` / `l` — форшлаг: тихий короткий удар перед основным. Левша играет зеркально.

Как тренировать

Метроном на 60 BPM (продвинутые — 50), одна раскладка на клик, 3–5 минут в день. Прибавляй 10 BPM только когда две минуты подряд все удары одинаковы по громкости и ложатся на клик.

Где видео и план

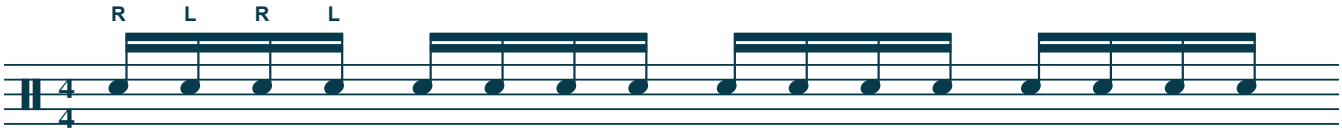
У каждого рудимента своя страница: zentico.io/rudiments/<имя>/ — видео преподавателя, ошибки, встроенный метроном. База техники рук — бесплатный путь «Пэд с нуля»: zentico.io/learn/pad/

Одиночные удары 3 рудим.

1 Одиночные удары Single Stroke Roll

начинающий

R L R L R L R L

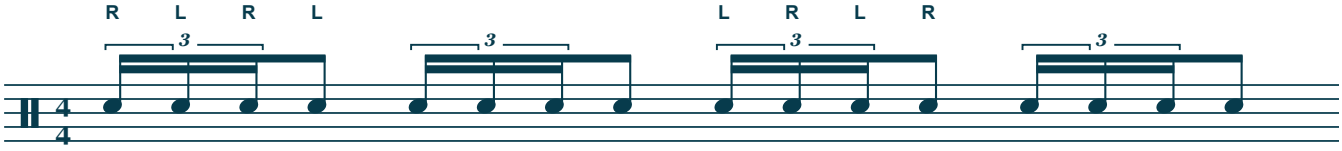


Играй с акцентом на каждую 4-ю ноту, чтобы контролировать ровность. zentico.io/rudiments/single-stroke-roll/

2 Одиночная четвёрка Single Stroke Four

начинающий

RLRL LRLR



Начинай группу попеременно с правой и левой руки. zentico.io/rudiments/single-stroke-four/

© Zentico

3 Одиночная семёрка Single Stroke Seven

средний

RLRLRLR



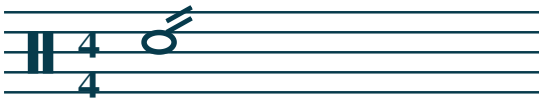
Мысленно дели семёрку на 6+1 и играй под метроном с субдолями. zentico.io/rudiments/single-stroke-seven/

Дроби 12 рудим.

4 Тремоло (пресс-ролл) Multiple Bounce Roll

средний

z z z z (буззы)

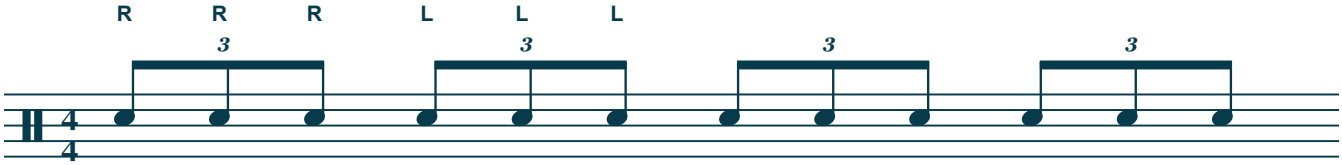


Ищи баланс давления: буззы должны сливаться в ровное «жужжание». zentico.io/rudiments/multiple-bounce-roll/

5 Тройная дробь Triple Stroke Roll

средний

R R R L L L

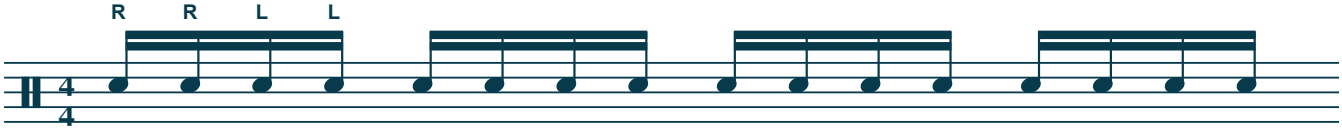


Акцентируй третью ноту, чтобы выровнять громкость. zentico.io/rudiments/triple-stroke-roll/

6 Двойки (открытая дробь) Double Stroke Open Roll

начинающий

R R L L R R L L

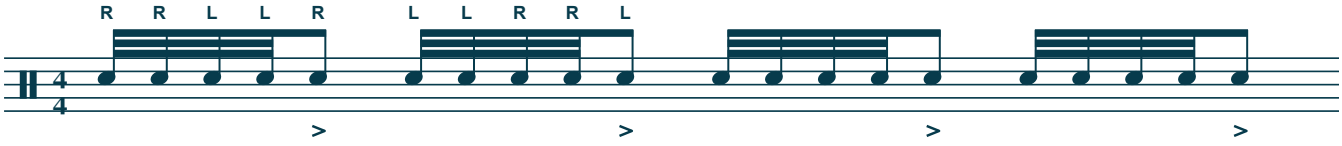


На медленном темпе играй оба удара кистью, на быстром — контролируй отскок пальцами. zentico.io/rudiments/double-stroke-open-roll/

7 Пятиударная дробь Five Stroke Roll

начинающий

RRLLR LLRRL

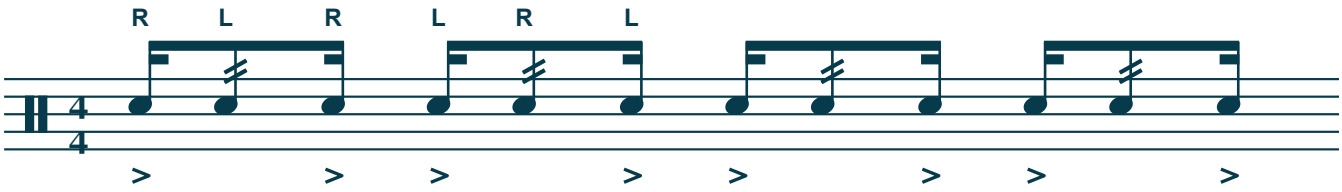


Считай «1-и-2»: двойки на «1-и», акцент на «2». zentico.io/rudiments/five-stroke-roll/

8 Шестиударная дробь Six Stroke Roll

средний

RLLRRL



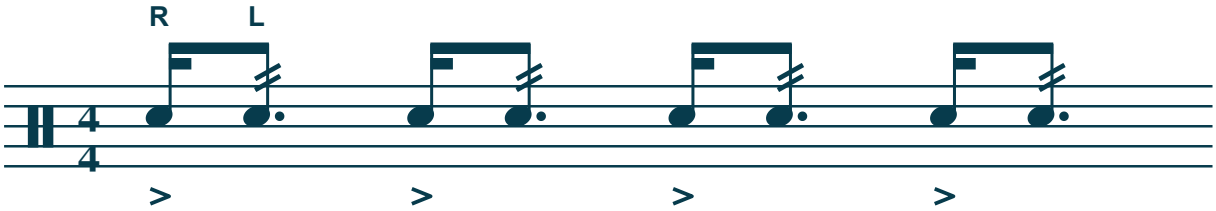
Сильно преувеличь разницу громкости акцентов и двоек на медленном темпе. zentico.io/rudiments/six-stroke-roll/

9 Семиударная дробь Seven Stroke Roll

средний

R LLRRLL L RRLLRR (акцент на 1-й)

Дробь чертами тремоло



Та же дробь, выписанная 32-ми

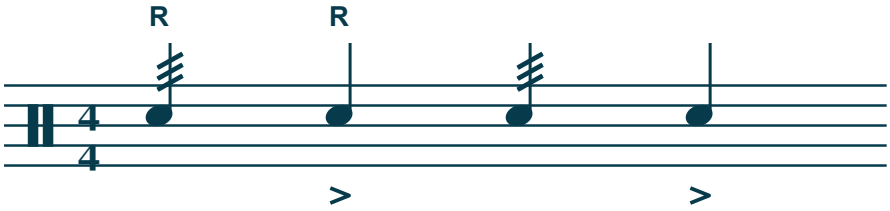


Играй как затакт к первой доле такта под метроном. zentico.io/rudiments/seven-stroke-roll/

10 Девятиударная дробь Nine Stroke Roll

средний

RRLLRRLLR



Играй двойки шестнадцатыми под метроном 60–70 BPM. zentico.io/rudiments/nine-stroke-roll/

11 Десятиударная дробь Ten Stroke Roll

продвинутый

RRLLRRLLRL

Версия Zentico: RR LL RR LL R L



Версия Vic Firth: R LL RR LL RR L



Выделяй оба финальных акцента одинаково. zentico.io/rudiments/ten-stroke-roll/

12 Одиннадцатиударная дробь Eleven Stroke Roll

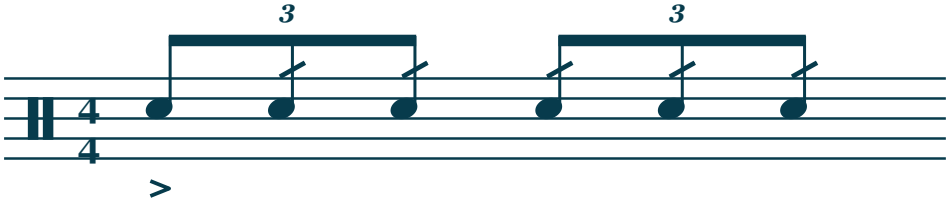
продвинутый

RRLLRRLLRRL

Версия Zentico: RR LL RR LL RR L



Версия Vic Firth: R LL RR LL RR LL

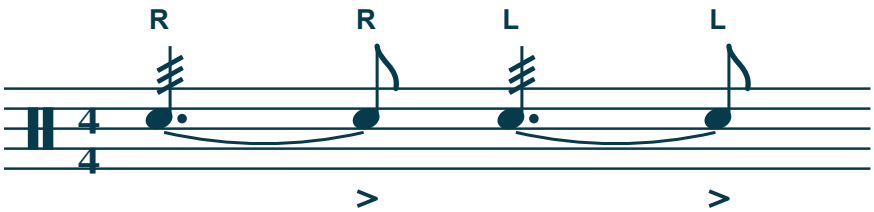


Считай двойки парами: «раз-два-три-четыре-пять — удар». zentico.io/rudiments/eleven-stroke-roll/

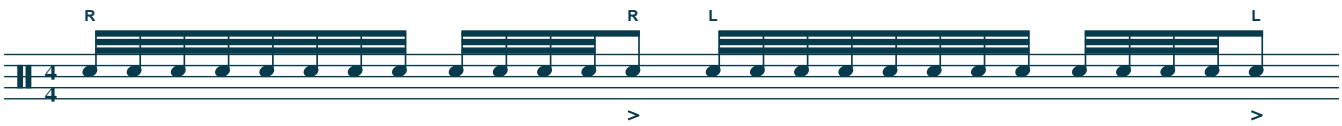
13 Тринадцатиударная дробь Thirteen Stroke Roll

продвинутый

RRLLRRLLRRLLR



или так

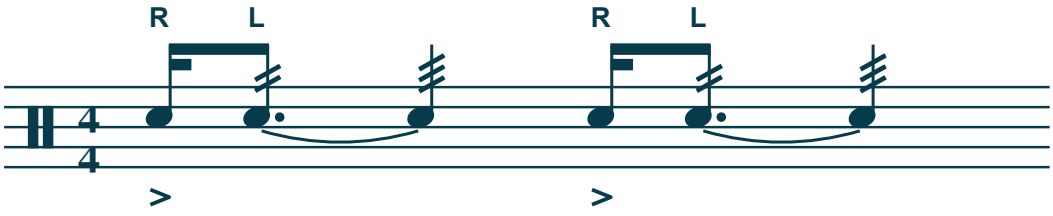


Играй под метроном с субдолями-шестнадцатыми. zentico.io/rudiments/thirteen-stroke-roll/

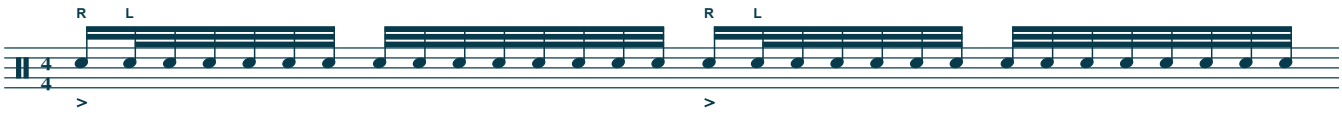
14 Пятнадцатиударная дробь Fifteen Stroke Roll

продвинутый

`R LLRRLLRRLLRRLL L RRLLRRLLRRLLRR (акцент на 1-й)`



или так

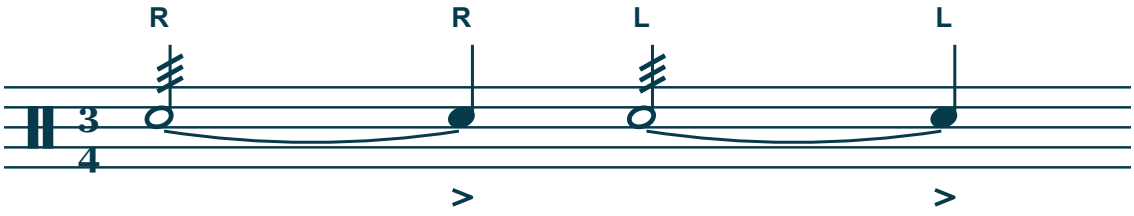


Записывай себя: дробь должна звучать как ровное полотно. zentico.io/rudiments/fifteen-stroke-roll/

15 Семнадцатиударная дробь Seventeen Stroke Roll

продвинутый

`RRLLRRLLRRLLRRLLR`



или так



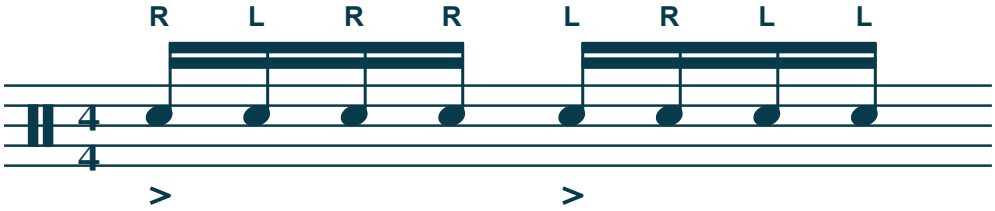
Держи внутренний пульс: восемь двоек = ровно два счёта в 4/4. zentico.io/rudiments/seventeen-stroke-roll/

Дидл-рудименты 4 рудим.

16 Парадидл Single Paradiddle

начинающий

`R L R R L R L L`

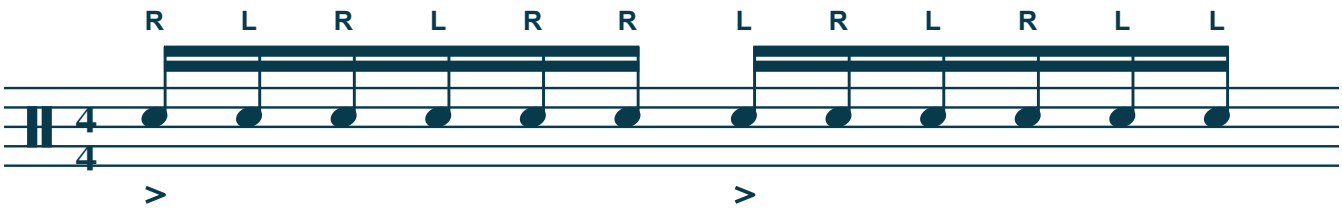


Акцентируй только первую ноту каждой группы: РлррЛрлл. zentico.io/rudiments/single-paradiddle/

17 Двойной парадидл Double Paradiddle

средний

`R L R L R R L R L R L L`

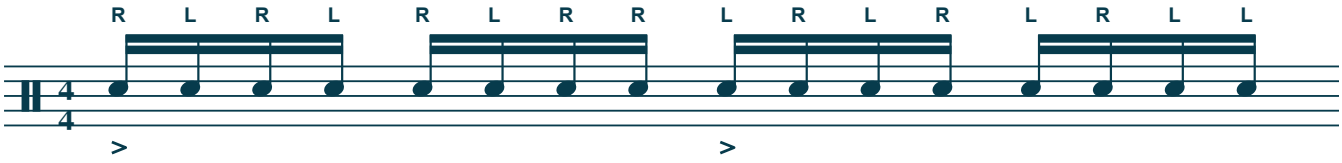


Играй в размере 6/8 с акцентом на первую ноту. zentico.io/rudiments/double-paradiddle/

18 Тройной парадидл Triple Paradiddle

средний

R L R L R L R R L R L R L R L L

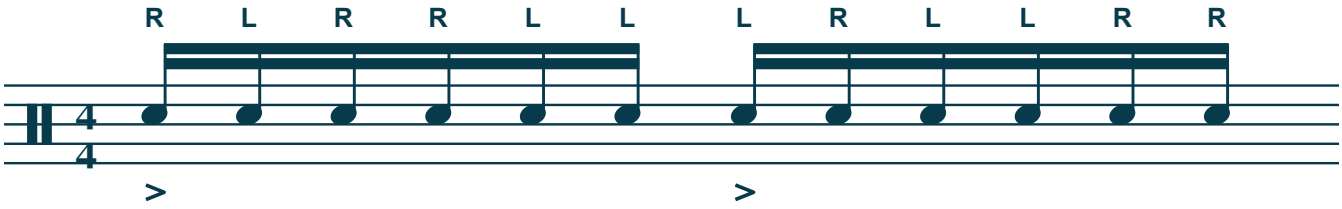


Считай восьмыми: «1-и-2-и-3-и-4-и». zentico.io/rudiments/triple-paradiddle/

19 Парадидл-дидл Single Paradiddle-diddle

средний

R L R R L L L R L L R R



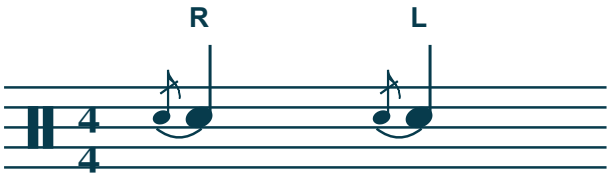
Следи, чтобы все шесть нот были одинаковыми по громкости, акцент только на первой. zentico.io/rudiments/single-paradiddle-diddle/

Флэм-рудименты 11 рудим.

20 Флэм Flam

начинающий

lR rL

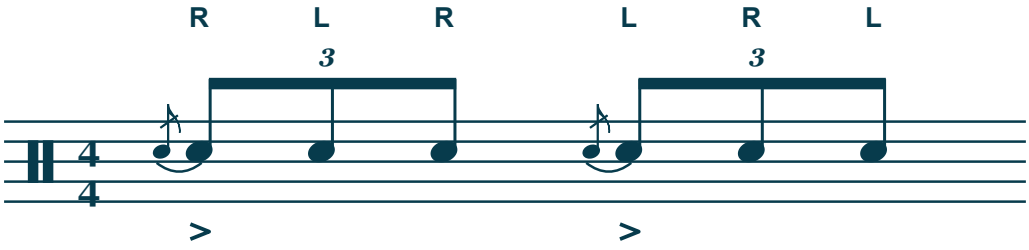


Держи форшлаговую палочку в 3–5 см от пластика, основную — высоко. zentico.io/rudiments/flam/

21 Флэм-акцент Flam Accent

средний

lR L R rL R L

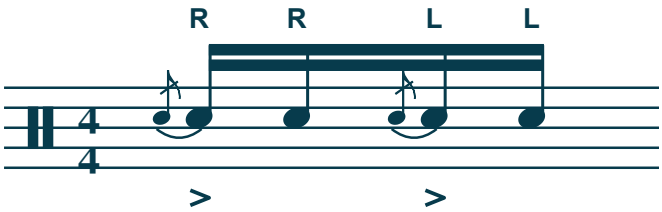


Сначала выучи ровную триоль, потом добавь форшлаги. zentico.io/rudiments/flam-accent/

22 Флэм-тэп Flam Tap

средний

lRR rLL



Играй медленно: флэм-удар-удар должны быть ровными восьмыми. zentico.io/rudiments/flam-tap/

23 Фламакю Flamacue

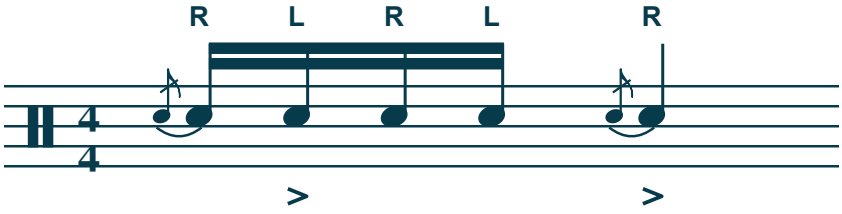
продвинутый

`lR L R L lR (акцент на 2-й)`

Версия Zentico: lR L R L



Версия Vic Firth: lR L R L lR

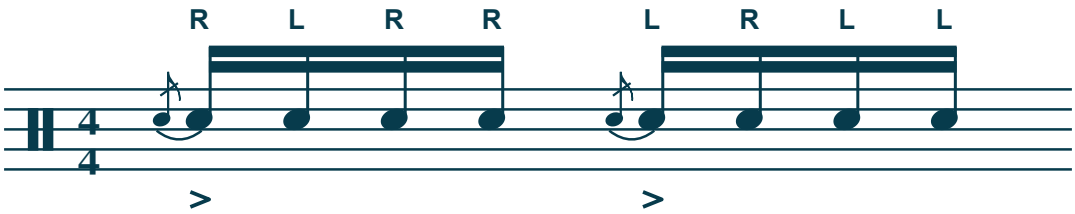


Утрируй: первая нота очень тихая, вторая — очень громкая. zentico.io/rudiments/flamacue/

24 Флэм-парадидл Flam Paradiddle

средний

`lR L R R rL R L L`

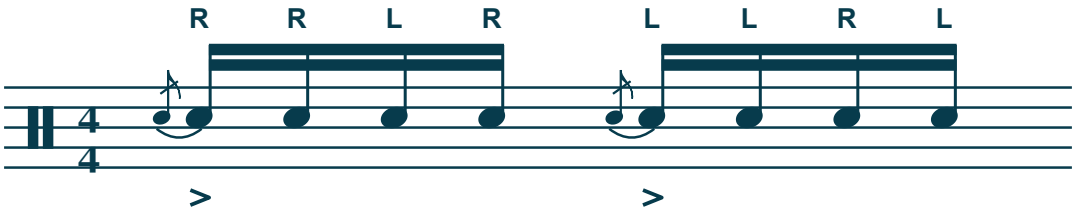


Чередуй такт обычного парадидла и такт с флэмами. zentico.io/rudiments/flam-paradiddle/

25 Флэм-мельница Single Flammed Mill

продвинутый

`lRR L R rLL R L`

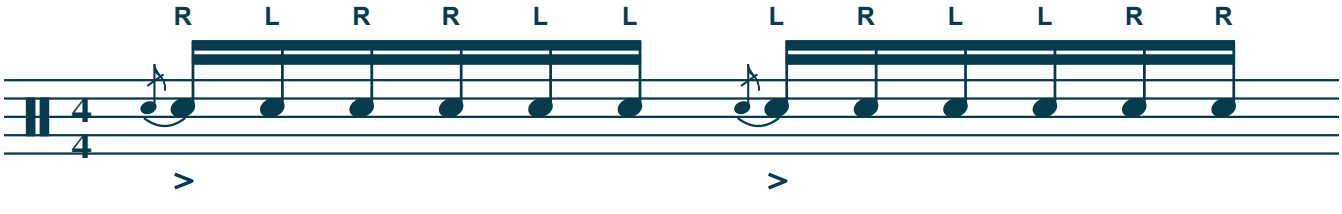


Отдельно отработай флэм-тэп, потом добавь одиночные. zentico.io/rudiments/single-flammed-mill/

26 Флэм-парадидл-дидл Flam Paradiddle-diddle

продвинутый

`lR L R R L L rL R L L R R`

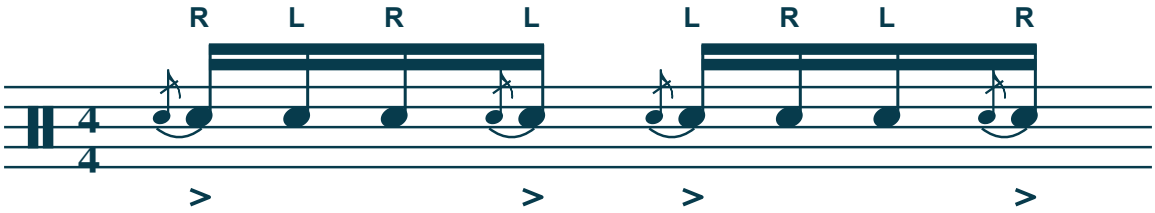


Играй в медленной триольной сетке 50–60 BPM. zentico.io/rudiments/flam-paradiddle-diddle/

27 Патафлафла Pataflafla

продвинутый

`lR L R rL`



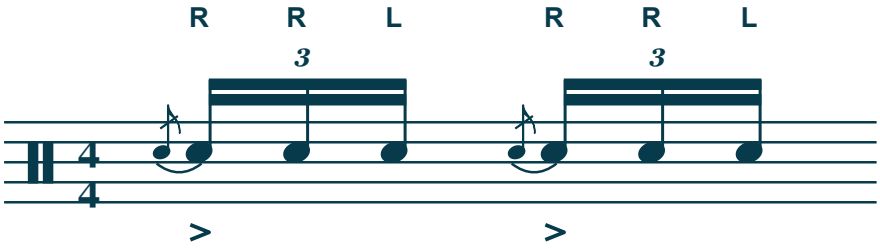
Думай о двух флэмах как о рамке вокруг двух средних нот. zentico.io/rudiments/pataflafla/

28 Швейцарская триоль Swiss Army Triplet

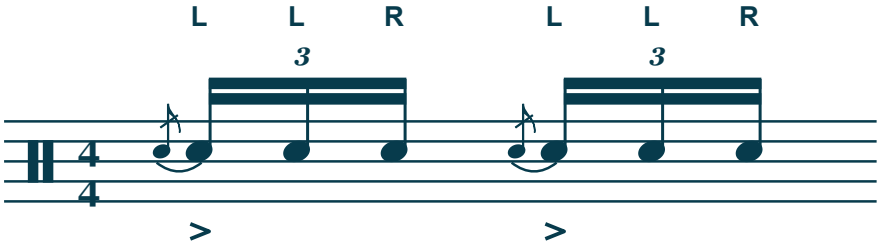
продвинутый

`lRR L rLL R`

С правой руки



С левой руки

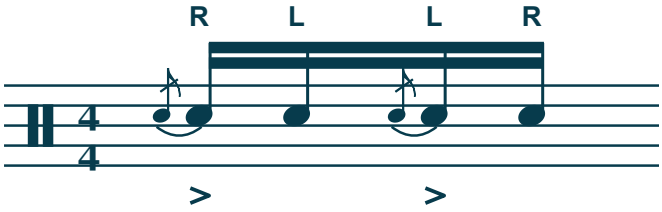


Помни: после флэма два удара разными руками, начиная с той же. zentico.io/rudiments/swiss-army-triplet/

29 Обратный флэм-тэп Inverted Flam Tap

продвинутый

`lR L rL R`

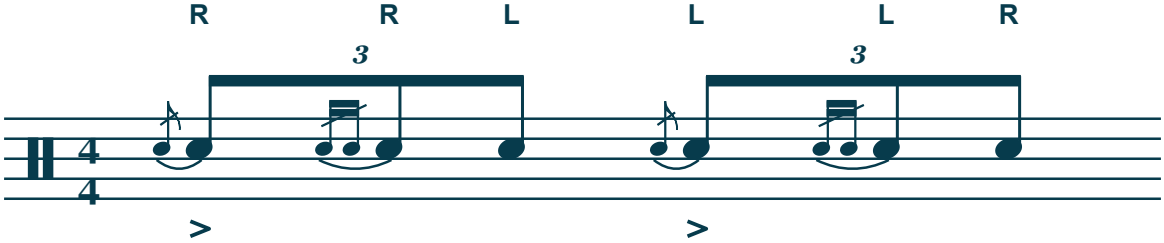


Играй очень медленно, проговаривая «удар-фла-удар». zentico.io/rudiments/inverted-flam-tap/

30 Флэм-драг Flam Drag

продвинутый

`lR ll R rL rr L`



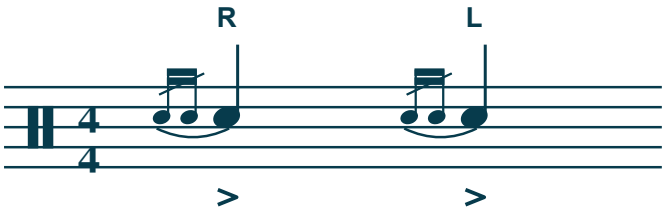
Отработай отдельно флэм и драг, потом соединяй на 50 BPM. zentico.io/rudiments/flam-drag/

Драг-рудименты 10 рудим.

31 Драг (руфф) Drag (Ruff)

начинающий

`llR rrL`

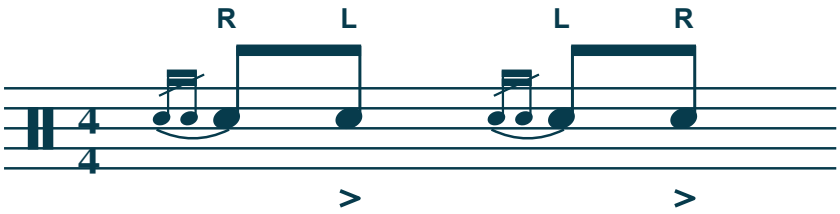


Форшлаги играются низко и расслабленно, почти отскоком. zentico.io/rudiments/drag-ruff/

32 Одиночный драг-тэп Single Drag Tap

средний

`llR L rrL R`

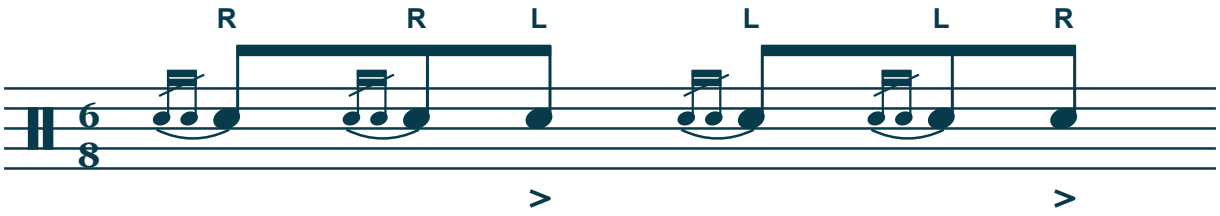


Форшлаги — у пластика, акцент — с полного замаха. zentico.io/rudiments/single-drag-tap/

33 Двойной драг-тэп Double Drag Tap

средний

`llR llR L rrL rrL R`

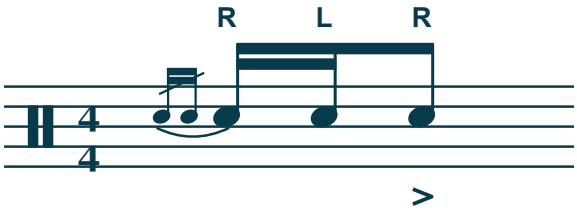


Считай триолями: «дра-га-ДА». zentico.io/rudiments/double-drag-tap/

34 Урок 25 Lesson 25

средний

`llR L R`



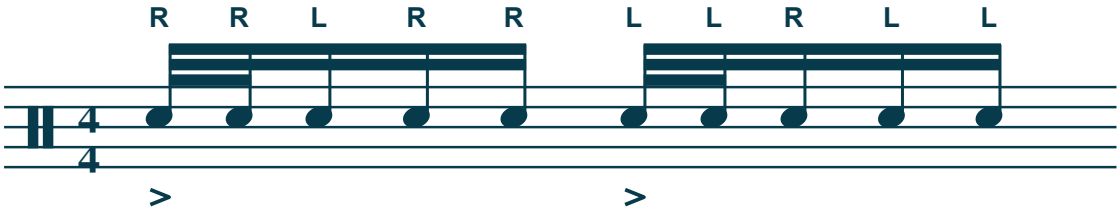
Фразируй как единое целое: «шур-да-да». zentico.io/rudiments/lesson-25/

35 Драгадидл Single Dragadiddle

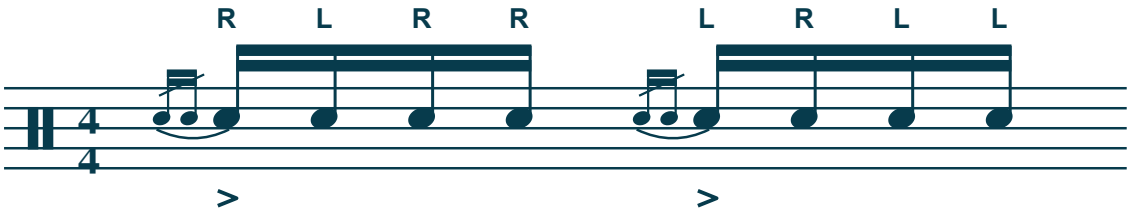
продвинутый

`llR L R R rrL R L L`

Версия Vic Firth: RR L R R LL R L L



Версия Zentico: llR L R R rrL R L L

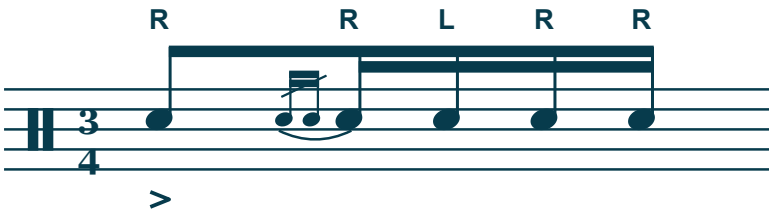


Играй парадидл, мысленно «утолщая» первую ноту драгом. zentico.io/rudiments/single-dragadiddle/

36 Драг-парадидл №1 Drag Paradiddle #1

продвинутый

`R llR L R R`

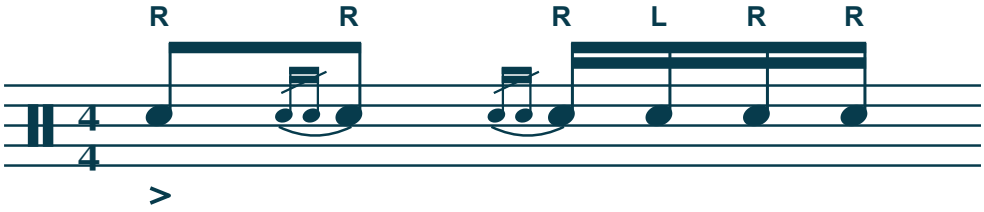


Дай акценту прозвучать, драг — отдельным украшением. zentico.io/rudiments/drag-paradiddle-1/

37 Драг-парадидл №2 Drag Paradiddle #2

продвинутый

`R llR llR L R R`

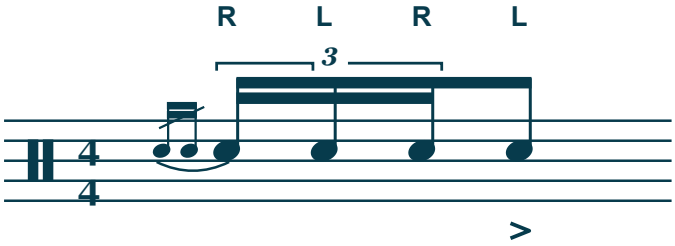


Разбей фразу на сегменты и собирай постепенно. zentico.io/rudiments/drag-paradiddle-2/

38 Ратамакю Single Ratamacue

средний

`llR L R L (акцент на последней)`

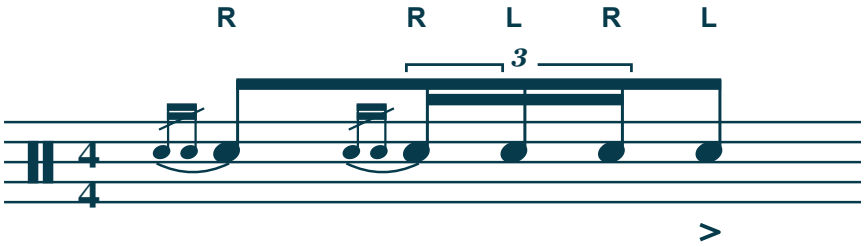


Проговаривай вслух «ра-та-ма-КЮ» с ударением на последний слог. zentico.io/rudiments/single-ratamacue/

39 Двойной ратамакю Double Ratamacue

продвинутый

`llR llR L R L`

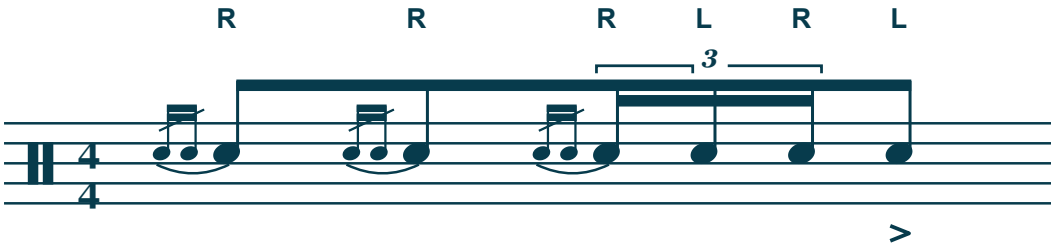


Оба драга должны «шуршать» одинаково. zentico.io/rudiments/double-ratamacue/

40 Тройной ратамакю Triple Ratamacue

продвинутый

`llR llR llR L R L`



Все три драга — одной громкости, взрыв только на финальном акценте. zentico.io/rudiments/triple-ratamacue/

С чего начать, если ты новичок

Не пытайся выучить все 40. Первый месяц — только четыре: одиночные удары (1), двойные удары (6), одиночный парадидл (16) и флэм (20). Они встречаются в 90 % битов и заполнений. По 5 минут каждый, каждый день, под метроном — через 30 дней руки играют ровно.

- Одиночки и двойки: zentico.io/learn/pad/odinochnye-i-dvoyki/
- Упражнение «Лесенка» для контроля отскока: zentico.io/learn/pad/uprazhnenie-lesenka/

Всё это — бесплатно

Онлайн-справочник с поиском и фильтром по уровню: **zentico.io/tools/rudiments/**
Метроном с режимом «Лесенка»: **zentico.io/tools/metronome/**
31 видео-урок с нуля, конспекты и задания: **zentico.io/learn/**

Делись файлом свободно.