

Pedagogiskt material

DEN LEKANDE RÖSTEN!

Här följer små enkla sånguppvärmningar att använda tillsammans med barnen för att komma igång med sång och röst på ett lekfullt sätt.

HÄRMNING och FÖRVANDLING

Låt barnen härma dig och din röst i ljud och rörelser.

Ljust, mörkt, nasalt, pipigt, hest, svagt eller starkt.

Hur låter en liten katt? Stor katt? Arg katt eller en katt som sover...

Hur låter en motorväg, en knarrande dörr, flugor och ormar? Ja, det är bara att låta barnen och fantasin bestämma hur vi skall låta. Jobba gärna med motsatser.

Använd sånger, ramsor eller texter och prova att framföra samma sång/ramsa på olika sätt.

Svagt, starkt, glatt, argt, nasalt eller varför inte som en robot?

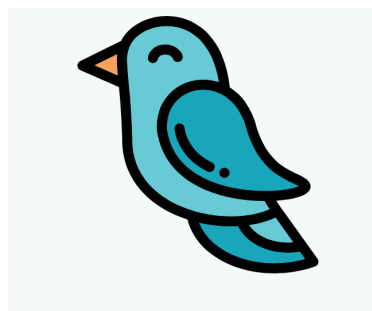
Ex på ramsa:

Bibbis pippi Petter

piper och piper och sprätter

hoppas från pinne till pinne

busar med Bibbi därinne



ANDNING

I sång jobbar man med andning för att få mage och andning att samarbeta. Man vill åt sin djupandning och känna den så långt ner som möjligt i kroppen. Det är inget vi behöver lägga så stor vikt vid att förklara för sångglada barn, men kan vara bra för vuxna/pedagoger att känna till.

Det man exempelvis jobbar med är att få magen att gå ut när man andas in, och sen när vi blåser ut luften på t.ex Sssss går magen in mot kroppen och ryggen igen. Rörelsen kan vara svår att få till i början, prova då att göra den liggandes, så är det lättare att känna.

Träna på att andas på olika sätt med barnen.

Man kan blåsa ut det lilla ljuset eller den storafacklan. Blås upp en jätteballong eller en liten miniballong.

Känns det likadant om man dricker ett stort eller litet glas luft? Hur känns det när man dricker snabbt eller långsamt? Kallt eller varmt?

Hur mycket luft får det plats i våra kinder eller kroppar?

Kan man andas utan att det hörs?

Hur andas man när man sover? Eller har sprungit snabbt?

Ta ett andetag och forma olika ljud när du andas ut. Tex på bokstaven S, Z, F, V, R eller SCH

Prova sen att ta en ton och se hur länge vi kan sjunga den innan luften tar slut.

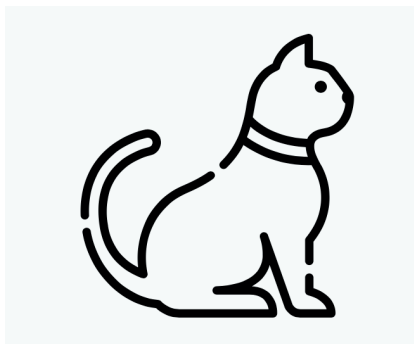
Man kan bestämma att andas till en speciell siffra, och låta någon räkna medan de andra i gruppen håller en ton eller ett ljud.

Prova att sjunga en favoritsång och bestäm tillsammans var i sången vi vill andas!

STÄMBANDET och STÖDET

Tala gärna med barnen om varifrån vår röst kommer.

Vi har stämband som sitter i halsen som genom att de dansar med varandra bildar olika ljud. När de dansar snabbt och är rätt korta, så låter våra röster ljusare. När de är längre och dansar långsammare, blir våra röster mörkare.



Exempel:

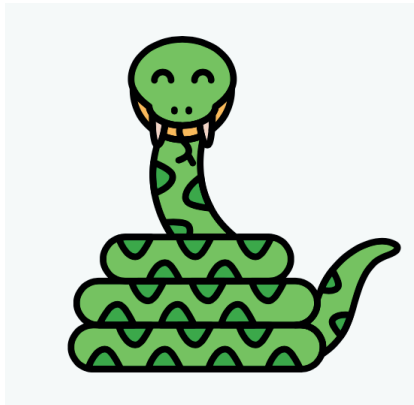
Små och stora djur

Välj ett djurläte t.ex. kattens ”mjau”

Prova att låta som en katt (ljus tonläge) och sedan som en stor katt (mörkt tonläge)

Låt den lilla katten växa och bli en stor katt genom att glida från ett ljus mjau till ett mörkt mjau. Ta gärna med kroppen här genom att hålla ihop händerna och, i takt med att tonerna blir mörkare, låta händerna komma längre ifrån varandra.

Gör sedan tvärtom och glid från ljus till mörkt. Testa med olika ljud eller låt djuret åka berg-och-dal-bana. Låt handen visa om det går uppåt, neråt eller till och med gör en loop.



Slingrande namn:

Låt en arm bli en sjungande orm och låt den slingra sig upp och ner i kringelikrokar.

Lägg till ljud som följer ormen. Vokalljud som blir mörkare när man närmar sig golvet och ljusare när ormen kommer upp i luften. I mitten kan man låta på ett Ssss...

Utveckla övningen genom att lägga till barnens namn, ett i taget eller alla på en gång.

STÖDET

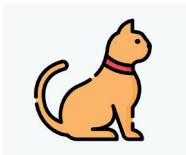
Känn efter var sångmusklerna sitter!

Lägg händerna på magen och hosta eller skratta! Då studsar det till och sångmusklerna, som vi kallar Stödet, har vaknat. Stödet hjälper stämbanden att inte bli trötta och slitna.

Genom att sjunga på bokstäver som Z, R eller V aktiverar vi stödet och kan lätt märka en skillnad i rösten genom att stämbanden känns extra starka.

Sjung gärna en favoritsång först på t.ex. Zzzz och sjung sen direkt med den vanliga texten. Blir det någon skillnad? Hur känns det?

Ramsor och ljud med bokstäver som B, K, R, T, G hoppar också till i stödet.



Katten Karlsson Kramar sin Kompis

Grodan är Grön men Gammal och Glad



Bagaren Bibbi Bakar Bara Brända Bullar

SAMMANFATTNINGSVIS

Dessa tips och övningar kan vara bra att ha till hands för att våga leka med och utveckla rösten! Gör det som passar dig och gruppen bäst.

Sjung gärna med barnen i en högre tonart för att deras röster skall komma till sin fulla rätt. Deras stämband är ju kortare och trivs bra i det högre registret. Tycker man som vuxen att det känns för ljust? Lägg rösten åt det nasala hållet, d.v.s. så att tonerna kommer mer från näsan än halsen. Det hjälper :-)

Våga utmana och strunt i om det inte låter perfekt. Det viktigaste är lusten, sångglädjen och att det naturliga få komma fram. Det är barn bäst på!

/Elinor Fryklund
sångpedagog vid Rösträtt