

# Sangleker og tonetreff

Av Kristin Fønnes

I denne utgaven fokuserer vi på sangleker, og det å treffe tonen. Altså lek kombinert med noe som kan virke som konsentrert arbeid. Men hvorfor ikke leke seg fram til å bruke øret? Det er ofte lettere å treffe tonen når man beveger seg, og pusten er mer aktiv. Prøv!

## Sangleker

Sangleker kan være kjærkomne avbrekk i undervisningen, artige ting å gjøre ute, eller en målrettet musikkaktivitet der man trener puls og rytmikk, koordinasjon og sang.

## Bim bam

Dette er en sanglek som kan gjøres sittende eller stående, og det kreves verken plass eller at elevene står oppstilt på noen måte. Flott øvelse av rytmikk og koordinasjon.

<https://www.youtube.com/watch?v=EQpCW0BjG5s>

## I let her go:

Her står alle i ring, og flytter seg ett hakk for hver runde sangen synges. Fin for å skape kontakt mellom elever, uten at noen står lenge sammen av gangen. Morsom lek!

<https://www.youtube.com/watch?v=378GaNIYBWI>

## Django:

Elevene står i ring. Enkel og gøy sanglek som kun krever litt kjapp reaksjon når man skal snu seg og klappe med sidemennene. Notene finnes i Sang, spill og sprell 1.

[https://www.youtube.com/watch?v=s323\\_W\\_1WFU](https://www.youtube.com/watch?v=s323_W_1WFU)

## Vi skyver skuffen inn:

Dette er både en flott øvelse for å trene indre puls og indre gehør, og på å treffe tonen. Morsom sang der dere erstatter én og én frase med bevegelser for hver gang dere synger den. Elever elsker å konsentrere seg om slikt – voksne også! La elevene selv få velge hvilken frase som skal kuttes for hver gang. Her har du en anledning til å øve opp elevenes indre gehør, og la det gå sport i å treffe tonen når dere begynner å synges på nytt etter en stille frase.

<https://www.youtube.com/watch?v=PQPt87Wkgfs>

## Tekst:

Og vi skyver skuffen inn  
Og vi trekker skuffen ut  
Og røyken stiger høyt mot sky

Og nedi byen bor en baker  
Han baker mange fine kaker  
Og røyken stiger høyt mot sky

**Tic tac toe:**

Dette er en ren rytmelek, der mestringsfølelsen står i sentrum – denne er morsom å få til, og imponere andre med. Engelsk instruksjon.

<https://www.youtube.com/watch?v=aWdLkDo5GIY>

**Å treffe tonen**

Alle som har en stemme kan også synge! For de fleste fungerer instrumentet av seg selv – gehør og muskelminne samarbeider på en slik måte at du kan frembringe en ønsket tone uten å tenke deg om. Noen trenger imidlertid hjelp til å treffe toner, mens andre igjen trenger eller ønsker å få hjelp til å synge mer ut, synge høyere eller lavere, eller bare synge enda bedre, rett og slett fordi det er gøy. Det er gjerne to grunner til at barn ikke treffer tonen: De har ikke øvd på å konsentrere seg om det de hører når de synger, eller de bruker ikke luften og kroppen. Ofte er det en kombinasjon av disse. Noen har ikke sunget jevnlig i sitt eget register, og blitt liggende å "brumme" på noen få lave toner. Dette kan blant annet skyldes at artistene de hører på synger i dette leiet, eller at voksne gjennomgående har sunget i lavt register med dem.

Ikke vær redd for å jobbe med å synge rent i klassen. Krev av elevene at de konsentrerer seg om å treffe tonen, uten at du eksponerer enkeltelever. Hjelp elevene til å lære seg å lytte etter både tonehøyde, nyanser, karakter og tolkning.

**Aller viktigst: Fortell ALDRI et barn at det ikke kan synge!****Øvelser for å treffe tonen**

**Sørg for at kroppen er i gang** med en liten oppvarming med strekk, energi og pust. Lek at dere står opp om morgenen, går på ski, driver med hekkeløp eller lignende.

**Syng en glidende tone** (glissando) fra helt lyst til helt mørkt, opp og ned på "mmm", "nåå", "nooo" eller lignende. Vær racerbiler, en klagende baby, en summende mygg etc.

**Syng en tone som alle skal forsøke å treffe.** Hold den lenge og lag "skru-bevegelser" med hånden, dersom du hører toner som ikke er helt på plass. Be elevene lytte og skru sin egen tone på plass. Du kan gjerne gå rundt og "skru" enkelte steder i gruppen, uten å framheve enkeltelever spesielt.

**Hold en tone og be elevene starte langt nede** og heise seg opp (fra "kjelleren") til den tonen du ligger på. Også omvendt: Be dem starte høyt oppe (på "loftet") og gli ned til den tonen du er på.

**Gi elevene hjelp med å bruke luft** ved å bruke armene, og "grave opp" eller "løfte" luften fra bakkenivå. For mange såkalte "brummere" vil dette hjelpe dem ut av sitt vante lave register.

**Legg merke til** at noen barn kan ha vanskelig for å finne tonen når de skal orientere seg etter en dyp mannsstemme. Forsøk i tilfelle å la elever være forsangere som de andre skal orientere seg etter.

**Når dere skal synge en sang:** Gi alltid elevene tonen først og be dem synge den før dere starter. Ikke gi deg, men gjør dette hver gang selv om de ikke alltid treffer. På denne måten får de øvd både stemme, ører og konsentrasjon, og samtidig får de en forståelse av at det forventes en skikkelig innsats og kvalitet når det synges.

**Kvalitetsbevissthet:** Still elevene spørsmål som bidrar til å øke deres bevissthet – og ønske – om kvalitet. Noen forslag: Er det noe vi kan gjøre annerledes og bedre neste gang vi synger? Synes dere at vi sang svakt/sterkt nok? Hvordan var kvaliteten på de høyeste tonene – var de frie og med god klang, eller litt spente? Var tekstingen i sangen tydelig nok? Hva kan vi gjøre bedre, og hvordan?