
SYNG MORGENSANG OG FÆLLESSANG



- Syng mere sammen
- Vejledning og ramme-sætning
- Repertoire og metoder til mere sang



Levende
Musik i Skolen



KorSangernes FællesRåd



MORGENSANG OG FÆLLESSANG – INSPIRATIONSMATERIALE



Foto: Christian Brandt

Når Levende Musik i Skolens skolekoncertordning bringer en livekoncert til jeres skole, er der meget tit virkelig gode og fællessangsegnede sange på programmet. Skolekoncerten er derfor alletiders mulighed for at få sunget lidt ekstra sammen på skolen – som morgensang, middagsang, korsang eller SFO-sang eller hvad, der passer hos jer – evt. som optakt til også at synge sammen med musikgruppen på skolekoncerten.

Materialet her kan bidrage til den gode proces og giver jer

- gode argumenter for, hvorfor vi skal synge sammen
- idéer til hvordan I kan sætte rammen for at synge, og hvordan I kan fylde den ud.
- inspiration og støtteværktøjer (noder, tekster og indspilninger) til gode fællessange, der også indgår i skolekoncerterne.

Vi håber, I kan bruge materialet og lader sangen klinge!
God fornøjelse!

HVORFOR SYNGE SAMMEN?



DET, VI KAN MÆRKE

Når vi synger sammen, vil mange – måske de fleste – mærke et sammenhold og en fornøjelse ved at samarbejde om sangen. Det styrker fællesskabet, og konflikter kan synes mindre og uvigtige, når man har sunget sammen.

Når man synger, bruger man kroppen til at skabe lyden, og lyden er i kroppen, fordi den fungerer som klangbund. Det giver en meget personlig oplevelse, som man deler med resten af gruppen.

Når man synger sammen, kan man nyde musikken og glædes over lyrikken, og man kan grine sammen – også af sig selv – når en melodi går uventede veje, mens man lærer den.

Det er konfliktnedtrappende at synge sammen og samtidigt meget inkluderende: Man får en plads i kredsen og hører til, fx i en morgensamling. Der er plads til alle udtryk.

Hvis fællessang er morgensang på en skole, er fællessangen starten på dagen, hvor et sangligt ”godmorgen” giver et godt afsæt til læring, udvikling af sociale kompetencer og samarbejde.

DET, FORSKNINGEN SIGER

Når man synger sammen, sker der spændende fysiologiske processer i kroppen. Og det gør der, hvad enten man synes, man synger godt eller ej.

En tysk-amerikansk forskergruppe har påvist, at korsang og fællessang kan sænke kortisol-niveauet i kroppen og forøge forekomsten af immunglobulin A (IgA).

Kortisol er et hormon, der er forhøjet hos folk, der lider af langvarig stress, mens IgA er et antistof, der spiller en rolle for kroppens immunforsvar.

Passiv lytning har ikke samme virkning – man skal selv være aktiv og synge.

Den afslapning, mange vil føle blot ved at synge, kan endda yderligere forstærkes ved, at endorfiner frigøres, når man synger. Endorfiner fungerer som kroppens eget morfin – og kan give en hel lykkerus.

Desuden forhøjes oxytocin-niveauet. Oxytocin er et hormon, som har betydning for tilknytning til andre individer i flokken.

Så kroppen er en aktiv, positiv medspiller, så snart første tone slås an til fællessang.

HVIS DU SKAL STARTE MORGENSANG FRA SCRATCH

Der er mange ting at overveje, hvis I skal starte morgensang på jeres skole.

I kan starte, hvor det giver bedst mening for jer – når I vel at mærke er blevet enige (også med jeres ledelse) om at prioritere indsatsen.

Tag fx en snak om:

RAMMER: HVAD KAN VI?

- Hvor synger vi bedst: samlingssal, gymnastiksal, skolegården om sommeren?
- Hvem skal være med: indskoling, indskoling + mellemtrin, hele skolen, skiftende?
- Hvad skal vi synge: hvad er en god fællessang, toneart, tekst?
- Hvor ofte skal vi synge: hver dag, hver fredag, hver ..?

RETNING: HVAD VIL VI?

Hvad kommer I til at tænke på ved ordet 'morgensang'? Er det dødkedelige morgensamlinger, hvor lærerne fortvivlet tyssede på de elever, som ikke sang med? Eller er det festlige godmorgen-seancer med både musik og humor? Og hvad er det, der vil gøre forskellen? Hvordan og hvor meget kan eleverne inddrages?

ER DER EN DAGSORDEN FRA LEDELSEN?

Har ledelsen en dagsorden med at have morgensang? Dette punkt er vigtigt, fordi ledelsen meget gerne må være synlig og deltage i morgensangen. Altså skal ledelsen synes, at morgensangen er vigtig at bruge tid og lærer-planlægningskræfter på.

Aftal med ledelsen, hvilke forventninger de har til morgensangen om fx at være opdragende eller dannende. Er morgensangen et tilbud eller mødepligt? Aftal, om lærer-planlægningsarbejdet kan honoreres med timer.

Lærer

"Hos os er der ingen faste regler for, hvem eller hvornår der skal optrædes.

Et par af musiklærerne bruger morgensangen som et vindue for deres musikundervisning, og derved bliver morgensangen løftet – og stivner ikke i et fast udtryk – når der er nogle elever, der optræder.

Alle kan byde ind, men i praksis er det dog næsten kun 2 musiklærere og så et par aktive børnehaveklasseledere, som gør det."



Foto: Christian Brandt

HVIS DU SKAL STARTE MORGENSANG FRA SCRATCH

ROLLER: HVEM GØR HVAD?

Hvordan bliver morgensang skolens fælles begivenhed, hvor mange bidrager, også elever og de kolleger, som ikke har musikfaglig baggrund?

En vigtig ting er – som altid – din forberedelse. Hvis du udstråler, at du KAN og VIL, så har du mulighed for at begeistre flokken til at gøre det, du gerne vil have dem til at gøre. Det betyder ikke, at du skal have et repertoire som fransk klovn eller opøve 10 gode vitser. Det kommer hurtigt til at klinge hult. Du skal definere – og helst i samarbejde med god ledelse og kolleger – hvordan morgensangen skal 'strikkes sammen'.

Dine kolleger kan bidrage og gøre en stor forskel ved at deltage på lige fod med eleverne. De kan have deres nærvær rettet mod sangen og tysse så lidt som muligt på urolige elever. De kan være gode rollemodeller og synge modigt med, også når det er nye sange, de ikke kender. Du kan måske inddrage dem i at vælge fra jeres eget katalog og bede dem præsentere deres valg eller i at bygge strukturen på netop jeres morgensang hensigtsmæssigt op. Du kan også dele alle materialerne her med dem, så de også kan forberede sig i deres timer.

Lærer

"Det er best practice hos os, at musiklærerne bruger tid på at lære morgensangene i musiktimerne. Til gengæld er der som regel kun et par nye morgensange pr. måned. Det er under alle omstændigheder en dejlig måde at starte enhver musiktime på:

At synge et par sange sammen for at sætte en stemning og et fokus på resten af modulet."

REGLER: HVORDAN GØR VI?

UDVÆLGE SANGE

At vælge og dermed fravælge andre gode sange er svært! Når I skal vælge, så overvej:

Kendskab

Har din skole allerede en morgensangstradition med nogle sange, som eleverne kender og er glade for at synge? Så tag udgangspunkt der. Hvis ikke, så arbejd sammen med dine musikkolleger, så I får opøvet et fælles startrepertoire, som dur. Det er så skønt at vende tilbage til en sang, som hele skolen kan.

Variation

Samtidig er det kedeligt altid at synge den samme slags sange, så vælg noget forskelligt.

Genre

Sangene er ikke 'sundhedsskabende' som sange betragtet. Derfor er genren ikke afgørende – heller ikke 'den danske sangskat'. Det er handlingen – at synge sammen – der er det vigtige. Førhen havde det at synge sammen en samfundsfunktion ved at hylde Gud, konge og fædreland. I dag er sangen autonom på den måde, at vi synger for vores egen skyld. Derfor er repertoiret mere sammensat. Holdningen, at vi skal bevare sangskatten, er et æstetisk argument, som man må forholde sig til. Vi er nok ikke alle kulturelt enige om, at sangskatten er i særklasse god og skal bevares. Men tag diskussionen, og tag nogle af sangene fra sangskatten med.

Mestring

Det er helt essentielt, at eleverne har en fornemmelse af mestring – at de kan sangen – når de skal stå sammen og synge. Alt andet kan kvæle en morgensangstradition i fødslen. I kan overveje:

- Øvelse: Øv sange i løbet af ugen – også i andre fag end musik.
- Sprog: Vælg sange med passende sproglig sværhedsgrad, og prioriter dem med billeder og fagter til de yngste.
- Pauser: Sange med lange pauser og fede mellem-spil kan skabe akavede pauser i morgensangen, hvis I ikke har en plan for, hvad I skal.

HVIS DU SKAL STARTE MORGENSANG FRA SCRATCH

- Toneart: Vælg en passende toneart. Børn har mindre stemmelæber end voksne og kan bedst synge fra nøglehuls-c og en oktav op +/- et par toner. Ikke under og sjældent over.
- Interaktion, som understøtter fællesskabet: Prioriter og italesæt sange med fokus på fællesskab, aktiv deltagelse og interaktion mellem grupper. Det kan være
 - kanons: fx *Lille navleøje*
 - call & response: fx *Ord smitter*
 - flerstemmighed: fx *Lige her, This little light of mine* eller *Kanøflesangen*
 - bevægelse til sangen: fx *Hurtighundtegn, Jeg gik ud i Rude Skov, Hvad er det for et vejr i dag?* eller *Cykelsangen*
- Der er også mange muligheder for at deltage og være med, selvom man ikke synger med. Sange med bevægelse og fagter er oplagte, nogle kan tegne, imens andre synger og måske er der brug for hjælp til at holde en rekvisit, der viser det, I synger om?

MIG PÅ KLAVER ELLER AFSPILLE MUSIK?

Kan du spille klaver, og bliver det forventet af dig? Hvis svarene er "nej" og "ja", så er det op ad bakke. Men der er andre muligheder:

- Lær fx 10 forskellige sange, som kan bruges til morgensang, og som du har en god mulighed for at lære at spille, evt. bare akkorder uden melodi. Læg et par nye til, når overskuddet er der.
- Brug nogle af sangene i LMS' sangsamling her: **xx**
- Find ud af, hvordan du kan få afspillet akkompagnement til andre morgensange. Har I abonnement til en portal med den mulighed? Kan du finde sangen på YouTube eller på en af streamingtjenesterne?
- Måske bliver I nødt til at synge uden akkompagnement en gang imellem. Så skal du have mod og lyst til at stille dig op og synge for. Hvis det passer til sangens genre, kan du have indstuderet en klapperytme med en af dine musikklasser, som de klapper undervejs, så det ikke er så bart. I kan lave en lille bodypercussion som mellemspil. I kan nøjes med lidt færre vers. Det kunne fx være:
 - Heartbeats *Smil og gør dig fri* med klap og tramp eller *Jeg ved en lærkerede* med håndbevægelser, som illustrerer tonehøjden.

- Kanons som *Æblemand, Jeg elsker blomsterne, Hvem har malet himlen blå* eller *Lille Navleøje*.
- Dansesange som folkevisen *Sei dama dei* (find den online) eller *Uhyggedans* (find den fx i Alletiders sange2 (Dansk Sang)).
- Find ud af, om der er de installationer, du har brug for, i morgensangslokalet (interaktiv tavle, projektor, klaver, PA-anlæg osv.)

Hvordan indstuderer man nye sange med børn?

- Man kan lytte til en indspilning af sangen.
- Man kan spille sangen selv.
- Man kan lade eleverne prøve at tegne melodiens forløb, fx i et K-system. Er der måske en dramatisk spænding i musikken som i en berettermodel til en novelle? Tal om de forskellige løsninger.
- Man kan synge en linje ad gangen og lade eleverne gentage.
- Eller man kan nøjes med at synge mindre bidder, som eleverne skal fortsætte.
- Man kan dele eleverne op i 4 grupper, som 'har' en linje hver. De synger efter hinanden – helst uden pauser, men med en masse grin.
- Man kan lave 'musik-memory': To elever er 'den'. Resten er sammen to og to og finder på en sang, de kan synge 1. og 2. linje af. De synger hver sin, når de bliver prikket. Var der stik?
- Man kan lave quizzet om, hvilken gruppe der er bedst til at huske en ny melodi.
- Man kan lave benspænd: Lav nogle små bevægelser, mens I synger, fx bare: klap, klap, tramp, tramp.
- Hvis der er kor på skolen, så udnyt de elevers øvelse i at lære melodier. Lad dem være sidemandsoplærere.

FLERE UDVIDELSESMULIGHEDER

ELEVERNES MORGENSANG

Giv eleverne ejerskab til morgensangen.

De kan være med til at planlægge morgensangen, fx:

- 5.b bestemmer morgensangene i næste uge.
- 6.a har arbejdet med 'historien i sangen' og læser op, hvorefter I synger sangen.
- En klasse har den tjans at stå oppe omkring klaveret og synge for på de sange, klassen har valgt til morgensangslisten.
- Giv eleverne lov til at bestemme under ansvar fra dig.
- Lad skolens KulturCrew øve sig og give morgensangen en ny kant ved, at de står for planlægning og gennemførelse. KulturCrew kan give eleverne ejerskab til de ting, der sker på skolen, og lærer dem at samarbejde med hinanden, lærerne og omverdenen.

Lærer:

"Hos os fungerer morgensangen som info-central:

- Hvem er på ekskursion i dag?
- Hvad har 3. klasserne haft emne om – og viser frem?
- Det er jævndøgn, og øh, hvad betyder det?
- De fire kornsorter står på klaveret den dag, vi synger 'Marken er mejet'.
- 1. klasserne har deres selvavede vindmøller med, og vi synger 'Blæsten kan man ikke få at se'.

Desuden kan jeg instruere den kanon, vi skal synge i dag. Jeg kan lave et par sjove 'er-vi-nu-parat-til-at-synge'-øvelser. Eller jeg kan bede alle om at vende 180 grader og synge til forældrene, som står bagest i salen. Og vi synger selvfølgelig altid en sang!"

SKAL ELEVERNE OPTRÆDE TIL MORGENSANGEN?

Skal eller kan? En morgensang er et fantastisk taknemmeligt sted at optræde med noget, man er lidt usikker på. Det bliver nemt lidt svært, hvis det er et krav. Hvis det derimod er noget, det sker somme tider, kan det være med til at booste morgenen med et frisk pust af modige elever, der viser, hvad de har arbejdet med.

SYNG HVER DAG

Skolen kan markere sig som en syngende fællessangsskole på forskellige måder, fx i byrummet og gerne i samarbejde med andre skoler. Her er et par idéer:

Syngestationer

Lav syngestationer et antal steder i byen en lørdag formiddag. Kopier sangtekster til de forbipasserende (som forhåbentlig stopper op). Alle syngestationerne synger fx tre fællessange på det samme tidspunkt sammen med de forbipasserende, som nu stopper op.

Hvis folk går videre undervejs, kan de måske høre en syngestation fortælle sig, mens en ny dukker op.

Her synger vi!

Gør det til en ufravigelig vane, at I synger, når I fx starter en fællestime. Hav altid udstyret stående klar, eller kopier sangtekster.

Skriv – gerne i samarbejde med elever – skolens sang, som I kan lære udenad.



KulturCrew, 2021

MERE INSPIRATION

Inspiration til repertoire

- I kan bruge LMS' skolekoncerter som anledning til at synge gruppens sange – eller andre sange. Se alle de gode fællessangsegnede sange her: lms.dk/morgensang
- Se andre gode sange, samlet af Sangens Hus [her](#) eller på Dansk Sangs morgensangiskolen.dk hvor du kan finde en [Åben sangbank](#).

Inspiration til arbejde med stemmerne, fællesaktiviteter m.m.

- I kan spørge jeres lokale musikskoles sangpædagog om sanghjælp – eller måske har I et lokalt sangkraftcenter, som kan hjælpe og har idéer, projekter og kurser klar? Se landets 28 sangkraftcentre [her](#).
- I kan få idéer til stemmearbejdet fra Sangens Hus [her](#) eller overblik over kurser [her](#)
- I kan finde masser af fif og støtte til arbejdet hos Dansk Sang: [Sådan gør man](#)
- Er der andre lokale aktører, som kan spille ind, fx gennem Åben Skole-samarbejde?
- Kan I samarbejde med andre skoler?
- Kan I lave en fællestime for lærere og elever med tips og repertoire fra en erfaren musiklærer?
- Kan I deltage i DR's [Skolernes Sangdag](#), som ligger den sidste fredag før påske og tilbyder bl.a. digitale ressourcer til afspilning i klassen?



Foto: Colourbox

ET PAR GODE LINKS

[Sangens kemi →](#)

[KulturCrew →](#)

[Derfor er det sundt at synge sammen →](#)