

RÖST- RÄTT!

SÅNG PÅ FÖRSKOLAN



**DU HAR
RÄTT TILL
DIN RÖST
FÖR DEN ÄR
BARA DIN,
DIN, DIN!**

HEJ PEDAGOGER!

Tack för att ni kom till konserthuset idag. Vi hoppas att ni har fått inspiration att sjunga och musicera vidare tillsammans. Här är ett material med tips och övningar som en hjälp för er att fortsätta jobba med sång, musik och rytmik på förskolan. Vi ses!



Hälsningar: Maria Brengesjö

maria.brengesjo@orebrokonserthus.com

019-766 62 15

RÖSTRÄTT OCH MUSIKA

Sjung med i Rösträtts signaturmeleri.

Hitta sången i vår app **MusikA** eller

på **Musik i Syd CHANNEL** (www.musikisydchannel.se)

KAN NI SPELA ETT INSTRUMENT?

På nästa sida finner ni text till Rösträttslåten med förenklade och avancerade ackord och noter.

RÖSTRÄTT *(förenklade ackord)*

text: Dan Bornemark, Anders Larsson, Mimi Terris, Dan Knagg. Musik: Dan Bornemark.

.....

Em

Alla låter på olika sätt

Em **Am7** **D**

Sjung en känsla, din känsla är rätt

Em

Stora toner och dom som är små

Am7 **D**

Som smultron på ett strå

Em

Du kan dansa och känna dej hel

Em **Am7** **D**

Du kan sjunga, det blir aldrig fel

Em

Våra röster är fina ihop

Am7 **D**

Som viskningar och rop!

D

Yeah! Yeah! Yeah!

G **D**

Du har rätt till din röst: RÖSTRÄTT!

Em **C**

Du har rätt till din röst, för den är bara din

G

D

Du har rätt till din röst: RÖSTRÄTT!

Em

C

Du har rätt till din röst, för den är bara din, din, din!

Em

I din kropp bor det toner och ljud

Em **Am7** **D**

Dom vill höras, dom vill komma ut

Em

Öppna munnen och sjung med din sång

Am7 **D**

Så länge dan är lång!

D

Yeah! Yeah! Yeah!

G

D

Du har rätt till din röst: RÖSTRÄTT!

Em

C

Du har rätt till din röst, för den är bara din

G

D

Du har rätt till din röst: RÖSTRÄTT!

Em

C

Du har rätt till din röst, för den är bara din, din, din!



♩ = 104 *trio!feeling!*

Rösträtt

Text: Dan Bornemark, Anders Larsson, Mimi Terris, Dan Knagg. Musik: Dan Bornemark.

Em7 Bm7 C G Em7 Bm7

Al - la lå - ter på o - li - ka sätt. Sjung en käns - la. Din
Du kan dan - sa och kän - na dej hel. Du kan sjun - ga, det
I din kropp bor det to - ner och ljud. Dom vill hö - ras, dom

4 C D Em7 Bm7 C G/B

käns - la e rätt! Sto - ra to - ner och dom som e små, som
blir ald - rig fel. Vå - ra rös - ter e fi - na i - hop, som
vill kom - ma ut. Öpp - na mun - nen och sjung med din sång så

7 Am7 Bm7 Cmaj7 Em7 C/D G

smult - ron på ett strå
visk - ning - ar och rop! Yeah! Yeah! Yeah! Du har rätt till din röst:
län - ge dan e lång!

11 D A/C# Em7 G/B C /D

RÖST - RÄTT! Du har rätt till din röst, för den e ba - ra din... Du har

14 G D A/C# Em7 Dm7 G7

rätt till din röst: RÖST - RÄTT! Du har rätt till din röst, för

17 Cmaj7 Am7 C/D G

den e ba - ra din, din, din!__



MUSIKA – EN APP FÖR FÖRSKOLAN

Musika är en app för pedagoger, föräldrar och barn i förskoleåldern, utvecklad av unga musik i syd utvecklingscentrum i samarbete med företaget do-fi/edurama.

Appen är ett lekfullt musik- och rytmikpedagogiskt verktyg för liten och stor. Med den vill vi få barn att "upp och hoppa" och röra på sig, sjunga och spela. Under knapparna starta, sjunga, dansa, yoga, spela, språka och vila döljer sej många spännande upptäckter. Flera av dem går även att beställa som levande musikupplevelser.

Musika har över 11 000 nedladdningar och blev bland annat vald till månadens app i tidningen vi föräldrar 2019! Högst upp i högra hörnet kan ni komma till mer information "för vuxna" Där hittar ni kompetensutvecklingar och kan läsa mer om unga musik i syds utbud.

För barnen har vi lagt in "Lilla a" – en lekfull liten filur som plötsligt dyker upp i musiklekar och övningar som vänder sig till dem. Rösten är det Rösträtts konstnärliga ledare (rytmik) Karin Holmström som gör.

Appen är gratis och fungerar på alla enheter. Hämtas i App Store eller laddas ned på Google Play. Efter ert Rösträttsbesök önskar vi att ni sjunger dessa sånger och övningar som är knutna till Rösträtt: **Under knappen Starta:** Olika sånguppvärmningsövningar. **Under knappen Sjunga:** Signaturl melodin Rösträtt – sång på förskolan och många andra sånger

Under knappen Språka: Vi hamnar i Bolivia och Irak och kan sjunga med på arabiska, spanska och svenska. Dessutom finns det annat spännande att undersöka tillsammans med era barn.

DEN LEKANDE RÖSTEN!

ELINOR FRYKLUND

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 häрма 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 Hoppa 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 ljustet eller den

stora facklan. 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!

STÄMBANDEN

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 (ljust tonläge) och sedan som en stor katt (mörkt tonläge). Låt den lilla katten växa och bli en stor katt genom att glida från ett ljust 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 ljust 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.

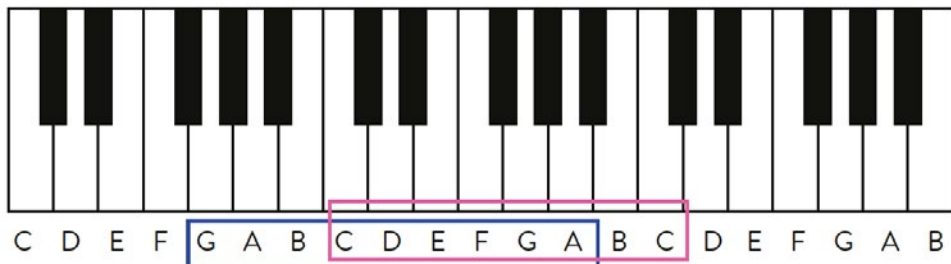




Slingrande namn: Låt en arm bli en sjungande orm och låt den slingra sig upp och ner i kringelikrokar. Lägg till ljud som följer ormen. Vokalljud som blir mörkare när man närmar sig golvet och ljusare när ormen kommer upp i luften. I mitten kan man låta på ett Sssss... Utveckla övningen genom att lägga till barnens namn, ett i taget eller alla på en gång.

STÖDET

Känn efter var sångmuskeln sitter! Lägg händerna på magen och hosta eller skratta! Då studsar det till och sångmuskeln, 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.



Talläge/bekvämt sångläge för
VUXENRÖST respektive **BARNRÖST**

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***

TONARTER

Barn har kortare stämband och låter därför ljusare i tal och sång. Omfånget i barnrösten är begränsat och barnrösten har svårare att ta i med samma kraft som den vuxnes röst. (Se bild ovan)

Vuxna utgår oftast från sin egen talröst när de sjunger, vilket ofta resulterar i att barn inte kan sjunga med och istället väljer en egen tonart. Detta kan leda till att sångerna sjungs i flera tonarter och den unisona sången uteblir. Den vuxnes och barnens röster hamnar inte i samma tonläge. Barnen har inte möjlighet att nå de låga toner som sången sjungs i. Barnen tystnar eller försöka lägga upp rösten i ett ljusare tonläge.

Här följer några tips på hur man hitta en bra startton som är anpassad för barnens röstläge: Låt barnen starta sångerna, lyssna och sjung med. Använd en instrumentapp, finns många olika varianter. Ta tonerna från ett instrument, piano, gitarr, xylofon, blockflöjt. Utgå från din bekväma ton och ta några tonsteg uppåt. Lek med rösten! Sjung en sång och låt som pipiga möss eller surrande flugor

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!



OM BARNES DELAKTIGHET OCH RYTMIK! KARIN HOLMSTRÖM

Rytmikpedagogik är en metod att arbeta med musik och rörelse på ett lustfyllt sätt som kan hjälpa till med att få röst och sång på plats hos både pedagoger och barn. I rytmiken är det viktigt att skapa trygghet i gruppen och i sig själv, för att utifrån detta kunna uppmuntra varje individs egna sätt att uttrycka sig i sång, musik och rörelse. Rytmik är en inkluderade arbetsmetod där barnens delaktighet, inflytande och medbestämmande är centrala begrepp.

HUR FÅR VI DÅ BARNEN ATT KÄNNA SIG DELAKTIGA?

- Skapa förutsättningar för barnen att delta.
- Lyssna på barnens idéer och våga testa dem.
- Sjung i tonarter som är anpassade efter barnens stämband.
- Utgå från deras motoriska nivå.
- Inspirera barnen och låt dig inspireras av dem!

RYTMIKPEDAGOGIK

Genom att använda rörelse, alla sinnen, rösten, rummet, gruppen, instrument, redskap mm kan vi tillsammans uppleva musiken som mer än bara ett auditivt fenomen. Detta är så naturligt för de små barnen vars första språk är rörelse och röst. När de hör musik börjar kroppen röra sig: knäna gungar, händer klappar, fötter stampar, snurr och hopp!

Rytmikmetoden är i grund och botten en musikpedagogik där man tränar puls, rytm, melodi, rörelse, röst, drama, improvisation mm, men genom arbetssättet kan man

också nå en utveckling på många andra områden som är viktiga för individen att ha med sig i livet.

Dessa områden kan vara:

- fysiska – tex motorik, koordination och kroppskännedom.
- intellektuella – tex perception, koncentration, fantasi, språk.
- emotionella – som känslor & uttryck.
- sociala – självkännedom, samarbete, kommunikation.

FÖRSLAG PÅ UPPLÄGG:

1. Förberedelser

Planering: Välj ett tema utifrån barnens perspektiv för att ha som grund till din planering, fånga gärna upp det ni har som aktuellt som tema på förskolan. Ditt mål kanske är att lära dem en ny sång eller träna på att sjunga, men genom att använda ett tema som intresserar barnen väcker du deras nyfikenhet. Bra att ha en röd tråd som löper genom hela musikstunden och att försöka bearbeta temat på så många olika sätt som möjligt – tillsammans med barnen. Se olika förslag längre ner i verktygsmallen! **Träna!** Lär dig gärna utantill så du inte behöver titta i dina papper hela tiden utan kan fokusera på det som händer i gruppen. När du är trygg i ditt material kan du också ta in barnen och det som sker i gruppen. **Rummet:** Förbered rummet så att ni har möjlighet att röra er. Var ska barnen sitta? Och du? Sitt gärna i en ring på golvet. Här kan alla se varandra och det skapar trygghet. Ta fram instrument eller annat som ni ska använda, stäm gitarren, testa ljudanläggning m.m.





2. Barnen kommer!

Inledning – skapa trygghet samt värme upp röst och kropp

- Starta med en Hej-sång
- Fortsätt med Namnsång eller liknande för att varje barn ska känna sig sett och välkommet.
- Sjung några kända visor som alla kan. Låt dem gärna önska. Gör rörelser till och prova att sjunga dem på olika sätt för att värma upp röst och kropp.
- Introducera det tema som är aktuellt för dagen.

Bearbetning av dagens tema

Arbeta med temat på så många olika sätt som det går. Möjligheterna att arbeta med alla våra sinnen är stora; se, höra, känna – genom att röra sig och använda sin kropp på olika sätt. Att ta tillvara barnens egna lust och lek! Här är det uppleva, lära och få helhet som är viktigt. Se tips i verktygsmallen.

Samling/avslutning

- Barnen får varva ner – gärna genom någon form av avslappning. Reflektera till sammans över det som hänt – låt de som vill komma till tals.
- Sjung en hejdåvisa, återkoppla gärna till er inlednings sång. Bra att börja och sluta med samma – som vinjetten till ett TV-program.

3. Efterarbete – hur gick det?

Vad hände i de olika momenten? Vad kan förändras/förbättras till nästa gång?

TIPSLISTA

- Utgå från barnens behov o situation samt dina egna förutsättningar. Använd det du redan kan o gillar, men var öppen för barnens idéer.
- Var förberedd så du kan fokusera på barnen
- Frihet inom ramar. Bra med en tydlig grundstruktur, men våga lämna din planering om ni får andra idéer eller märker att något inte funkar.
- Upprepning ger trygghet o stärker självkänsla.
- Utmana i små steg, introducera nya moment i en lagom snabb takt.
- Variera tempo och dynamik för att fånga barnens koncentration.
- Utmana i små steg, introducera nya moment i en lagom snabb takt.
- Variera tempo och dynamik för att fånga barnens koncentration.
- Intryck/uttryck – inte för mycket på en gång utan helst en sak i taget.
- Sträva efter att alla ska känna sig sedda och viktiga.
- Inte för långa stunder – sluta när det fortfarande är roligt.
- Ha roligt – bjud på dig själv, hellre än bra!



VARFÖR ÄR MUSIK, KONST OCH KULTUR VIKTIGT FÖR BARNES DELAKTIGHET OCH INFLYTANDE?

Kulturen hjälper oss att förstå oss själva och vår omvärld. Kultur kan visa nya vägar och hjälpa oss att utvecklas. Att läsa en bok i knät hos en älskad vuxen kan göra att barnet känner sig tryggt. Att lyssna på musik som barnet aldrig hört förut kan väcka nyfikenhet.

Att måla en bild av hur det känns när barnet är argt skapar förståelse för ens känslor. Att gå på teater eller se en film kan ge barnet en upplevelse av omvärlden. Tänk att kanske få dansa medeltida dans på ett museum? Det är som att bli en del av historien! Glädjen över att kunna en sång och hitta på egna rörelser till den – att klä ut sig tillsammans med sina kompisar och att få vara den man är skapar hela människor som kan gå genom livet på ett klokt sätt.

**Genom Rösträtt – sång på förskolan
ska förskolor ges möjlighet att sjunga mer
i den dagliga förskoleverksamheten,
utifrån barnens egna tonarter och stämband.**

**Namnet Rösträtt står för två saker.
Att använda sin röst på rätt sätt. Och rätten
att använda sin röst i ett demokratiskt
perspektiv, med möjlighet till inflytande
och delaktighet. Vi skapar förutsättningar
för att förskolor ska investera i kunskap,
idéer och material.**

**Med projektet vill vi göra en radikal
och genomgripande insats för sång
på små barns villkor!**



VÄLKOMMEN TILL FÖRESKOLEPERSONALKÖREN!

Förskolepersonalkören riktar sig till dig som arbetar i förskolan och vill få inspiration att använda mer sång och musik i det dagliga arbetet med barnen. Vi träffas tre gånger per termin i Örebro Konserthus för att tillsammans utforska nya sånger, rytmikövningar och musikaliska arbetssätt som främjar barns språkutveckling.

Varje körträff är 90 minuter lång, fylld av energi och musik!
Körledare: Peter Tikkanen, Åsa Bergfalk och Maria Brengesjö

Mer info om datum och hur du anmäler dig finns på QR-koden och orebrokonserthus.com/barn-och-unga/skola-och-forskola/rostratt



SÄTT ETT EXTRA KRYSS I KALENDERN REDAN NU.

Den 19–22 maj 2026 bjuder konserthuset in till den färgsprakande konserten **Kom alla barn!** – en rösträttskonsert med Svenska Kammarorkestern för förskolebarn i åldern 3–5 år.

Där får vi chansen att sjunga sångerna vi lärt oss i kören – tillsammans med barnen! Varmt välkommen att vara med – för glädje, utveckling och inspiration genom sång!



ÖREBRO KONSERTHUS



Rösträtt – sång på förskolan är ett nationellt samarbetsprojekt inom YAM Sweden (Regional Musik Sveriges verksamhet för barn och unga) och en del av rörelsen Sjungande barn, Kungl. Musikaliska Akademien. Projektsamordnare är Unga Musik i Syd Utvecklingscentrum.

Broschyren är författad av Elinor Fryklund, Konstnärlig ledare (sång) Rösträtt – sång på förskolan, Karin Holmström, Konstnärlig ledare (rytmik) Rösträtt – sång på förskolan och Anna-Carin Fogelqvist, Projektledare, Rösträtt – sång på förskolan, UNGA Musik i Syd Utvecklingscentrum. **Grafisk form och foto:** Rickard Grönkvist
