

Sangundervisning

12 ugers musikforløb: Rap & Lyrik

Målgruppe: 14-18 år, 7. – 10. klasse

Varighed: 12 uger, 2 lektioner om ugen

Sted: På Rytmisk Center eller på klubben med adgang til tablets/computere eller lokale med mulighed for optagelse

Trivselstema: Fællesskab, identitet, stemme, selvtillid, kreativt udtryk, spontanitet

Undervisningsforløbet

Uge 1

Intro & fællesskab

Icebreakers og raplege (fx rim-battle, beat-box-stafet). Introduktion til forløbet og fælles spilleregler. Fokus på tryghed og fællesskab.

Uge 2

Rapkultur & inspiration

Vi dykker ned i rapkulturens historie, forskellige stilarter og kunstnere. Eleverne deler deres yndlingsrap og begrundet hvorfor.

Uge 3

Beats & flow

Workshop i at finde og arbejde med beats. Fokus på takt, timing og flow. Brug af gratis værktøjer som BandLab eller Soundtrap

Uge 4

Tekstskrivning – egne ord

Skriv raptekster med udgangspunkt i egne oplevelser, holdninger og følelser. Fokus på identitet og storytelling.

Uge 5

Stemmen og performance

Udforskning af stemmebrug, levering og attitude. Øvelser i udtryk og mikrofonteknik. Rollespil og spejling.

Uge 6

Mini-creation 1

Eleverne skaber deres første korte rap (fx 8-12 linjer) solo eller i små grupper. Optagelse eller fremførelse

Uge 7

Feedback og fællesskab

Præsentation af værker. Fokus på anerkendende feedback og fælles refleksion over processer og udtryk.

Uge 8

Freestyle – at turde slippe kontrollen

Øvelser i freestyle-rap. Lege og spontane rim, fx "ord fra hatten". Fokus på selvtillid og kreativ frihed.

Uge 9

Mini-creation 2

Nyt værk – mere selvstyret. Elever vælger tema og form. Solo eller samarbejde. Mulighed for at inkludere freestyle.

Uge 10

Forbered performance

Træning i sceneoptræden: kropssprog, kontakt, selvtillid. Lav cover-art, evt. video og øv på fremførelse.

Uge 11

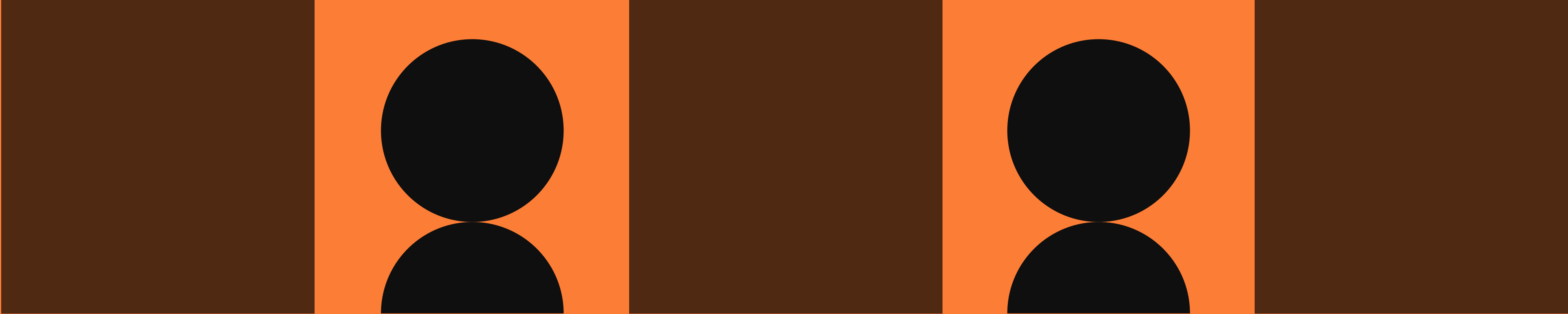
Release/showcase

Fremførelse for klassen, forældre eller inviterede. Uformel og tryk stemning

Uge 12

Refleksion & afslutning

Hvad har vi lært? Evaluering, trivselssamtale og snak om fremtidige muligheder med rap og performance.



Formål

- Øge unges trivsel gennem kreative fællesskaber og identitetsskabende aktiviteter
- Skabe trygge rum, hvor unge kan udtrykke sig og føle sig hørt
- Styrke sociale relationer og samarbejdsevner

Pædagogiske principper og trivselstilgang

Fællesskab og tryghed

- Opstart med fællesskabsskabende aktiviteter og spilleregler skaber et trygt rum
- Anerkendende feedback og samarbejde styrker relationer og tillid

Medinddragelse og selvbestemmelse

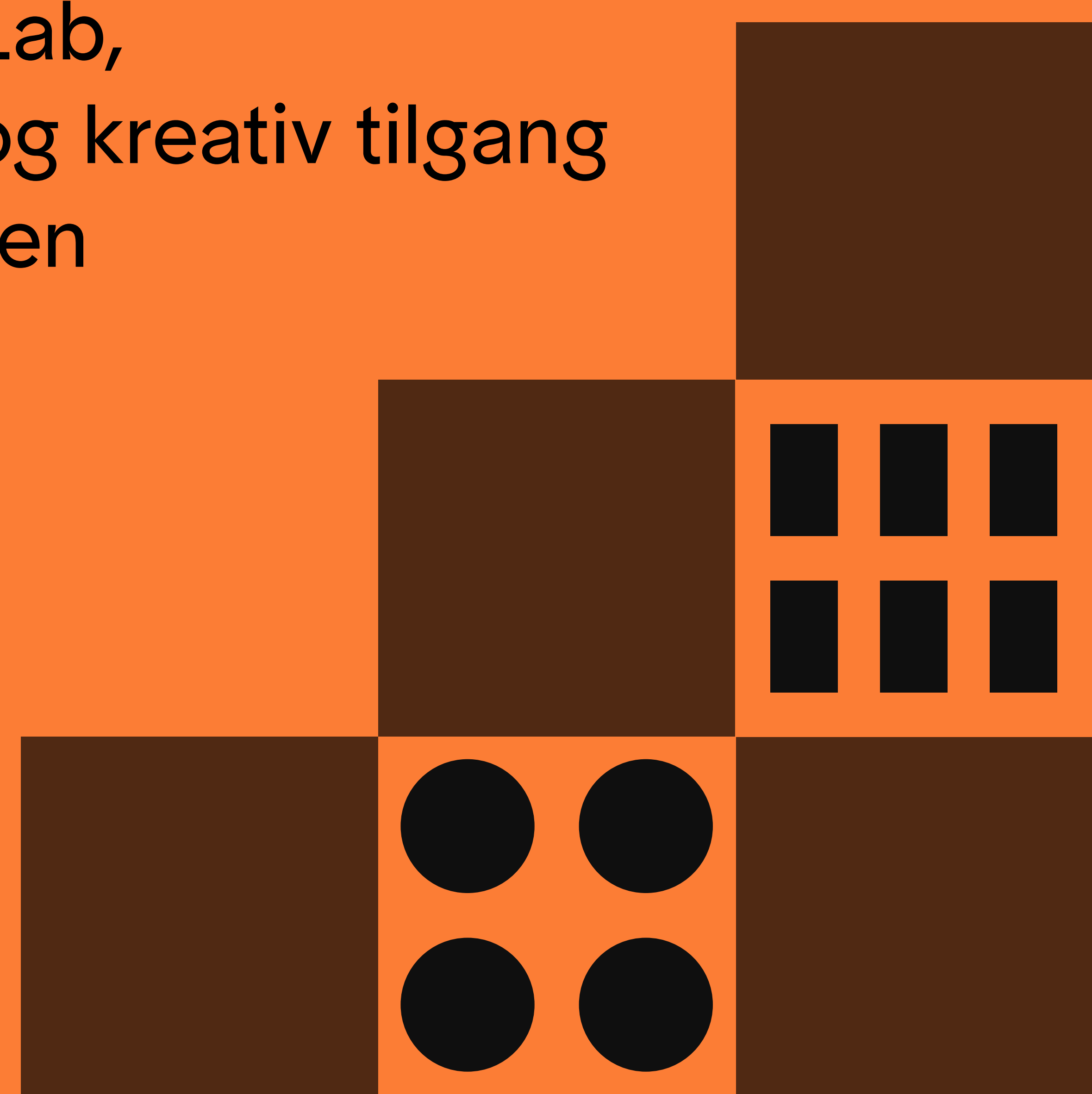
- Unge vælger genre, udtryk og samarbejder.
- Projektorienteret tilgang: de unge er "kunstnere" med ægte medejerskab

Kreativitet og mestring

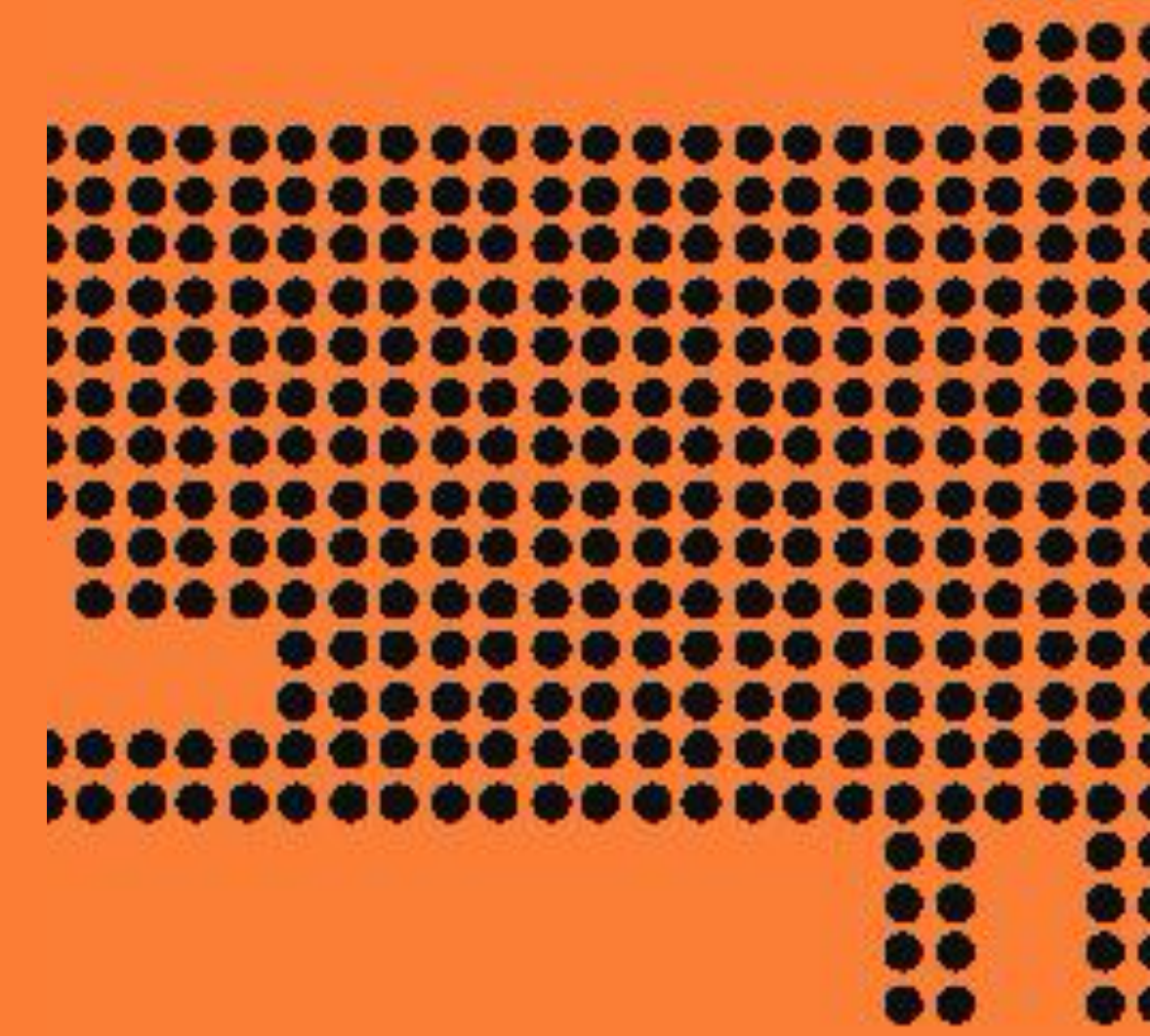
- Forløbet fremmer mestring og selvværd gennem kreativ produktion og
- anerkendelse. Mulighed for at arbejde med egne fortællinger giver følelsesmæssig
- bearbejdning

Praktisk

Forløbet kræver ikke professionelt udstyr – gratis digitale værktøjer (BandLab, Soundtrap, Voicemos etc.) og kreativ tilgang er nok. Eleverne medbringer egen computer eller låner af skolen.



Hvordan forløbet understøtter trivselskommissionens centrale anbefalinger:



Trivselskommis- sionens mål

Styrk fællesskaber og relationer i
unges fritidsliv.

Øg medbestemmelse og inddragelse
af unge.

Skab variation og mening i unges
aktiviteter.

Understøt det brede trivselsbegreb.

Styrk den forebyggende indsats i
fritidstilbud.

Hvordan forløbet lever op til målene

Musikfællesskabet er rammen om nye
relationer og tryghed.

Unge designer deres egne værker,
vælger udtryk og styrer processer.

Musikforløbet favner forskellige
læringsstile og interesser, med plads
til både teknik, tekst og performance.

Fokus på identitet, følelsesmæssig
bearbejdning og glæde gennem
kreativitet støtter mental trivsel.

Forløbet virker forebyggende ved at
skabe meningsfulde fællesskaber og
identitetsskabende aktiviteter i
rummelige og inkluderende miljøer.