

# ”Musik med afstand” – Den venstre fod

## Om remsen

’Den venstre fod’ er ligesom ’Jeg ka’ li’ at gå’ en remse, den er god at gå i takt til og træne fælles puls. Grundrytmen i remsen er swing, og betoningen skifter fra venstre til højre fod undervejs. Den er derfor særligt sjov at bruge til stumsang, da der er indlagt et lille chassé-trin, som lægger op til arbejde med timing.

## Tekst:

Venstre – venstre – venstre – venstre –  
Den venstre fod er mægtig go’.  
den hopper og danser i støvler og sko, men  
hvad med den højre – den højre –  
den kan danse hopsa-sa!



## Indstudering

- Stå i en rundkreds. Brug gerne et øjeblik på at få alle ind i en fælles puls. Kender alle forskel på højre og venstre? Sig evt. ”venstre... venstre...” for hver gang, I træder ned på foden.
- Indstudér remsen vha. ekko-talekor med trin: underviseren siger en linje for, eleverne imiterer. Lad gerne alle blive i puls og gå i takt under indstuderingen; både når underviser demonstrerer, og når eleverne imiterer
- Stil jer med samme side mod midten og gå rundt, mens I siger og går remsen

## Forslag til aktiviteter

### Musikudøvelse – ’roterende lederskab’:

Lad eleverne skiftes til at gå forrest i en række og bestemme hvilken retning, rækken skal gå.

### Tempo

Skift tempo undervejs. Når I går langsomt, så lad stemmen blive dyb. Går I hurtigt, bliver stemmen lys. Sæt fokus på, hvor vigtigt det er, at den forreste har et tydeligt kropssprog, når rækken skal kunne aflæse tempoet – ligesom en dirigent, der dirigerer sit orkester.

### Rytme – swing

Tag en tromme med ud og spil en swingende rytme, mens eleverne går i takt. Lad eleverne spille med på rytmen ved at klappe på lårene. Kan de gå remsen imens? Del evt. holdet op i to grupper, hvor den ene går remsen, mens den anden klapper swing-rytmen på lårene.

### Stumsang

Sig remsen inde i hovedet, mens I går. Hvis I starter samtidig, bør det lille chassé-trin falde samtidig. Kan I gøre det flere gange i træk? (Nb! Husk de 4 gange ’venstre’ inden og imellem versene!)

Associativ stemmebrug:

Sæt billeder på, hvordan I skal lyde; som en kattekillig? Som en heks? Som om I er vrede?



### Øvrige udvidelsesmuligheder

Prøv at veksle mellem ’Den venstre fod’, som går i swing, og ’Jeg ka’ li’ at gå’, som går i lige feeling. Kan I mærke, hvordan swing bevæger sig fra side til side, mens den lige rytme er fremadrettet?