



20 minuten



individueel



groep

OUD

Doel

In deze muziekactiviteit schrijf je een tekst over iets wat je trots maakt. Trots zijn op jezelf versterkt je zelfbeeld.

Dit heb je nodig

- Pen en papier of een computer waarop je een tekst kunt schrijven.

Zo doe je het

- Schrijf op waar je trots op bent. Dit kan iets zijn van vroeger, maar ook iets van nu.
- Maak zinnen met dingen waar je trots op bent. De zin begint met: 'Ik ben goed ... '
- Maak van de zinnen die je hebt een verhaaltje, je vult de zin aan met waarom je er zo trots op bent.
- Dit doe je altijd in 4 zinnen achter elkaar, dan krijg je een mooi ritme in de tekst. (Zie voorbeeld)
- Je kunt van de tekst een liedje van maken met een melodie, maar je kunt de ook tekst zo laten en er een gedicht van maken die je kunt voorlezen.

Tips

- Liedjes hebben altijd een ritme of cadans, zoek het ritme van de eerste zin en laat de rest op hetzelfde ritme volgen. Rijmwoorden maken het geheel af.
- Je kunt de tekst samen lezen maar ook voorlezen in de groep.
- Je kunt de tekst ook plaatsen in de nieuwsbrief van de groep of inlijsten in een lijstje, doe er dan een leuke foto bij ter herkenning.

Voorbeeld

(hieronder de dingen waar ik goed in ben)

Ik ben goed in breien

ik ben goed in zingen

Tekst:

Ik ben goed in breien, heb een mooie trui net klaar, daar ben ik heel trots op, ga ik verder breien maar.

Ik ben goed in zingen, ik zing al jaren in een koor, daar ben ik heel trots op, en ik blijf zingen hoor.