Sang

Elke dag hoor ons **sang** in verskillende vorme en die meeste van die tyd besef ons dit skaars, omdat dit so ingeweef is by die res van alledaagse geluide. In die oggende kondig die voëls met hul pragtige voëlsang die nuwe dag aan, in die huis sing iemand ’n liedjie uit volle bors in die stort en by die skool word die volkslied gesing. Dit alles is vorms van sang!

Wat is sang?

Sang is ’n vorm van musiek wat gemaak word deur te sing en meestal as ’n vorm van die uitvoerende kunste beoefen word. [1] Om te sing is die voortbring van klanke of geluide met ’n stem en ’n mond wat ’n **deuntjie** of **melodie** vorm. Sing kan slegs die vorming van klanke volgens ’n sekere wysie wees, of dit kan woorde saam met die klanke vorm. [2]

’n Stem word ook beskou as ’n (mens se) musikale instrument omdat deur te sing, ’n mens musiek kan maak selfs sonder ’n musiekinstrument soos ’n kitaar, klavier of tromme. [3]

Wanneer is sang die eerste keer beoefen?

Daar is baie min opgeteken oor die eerste gebruike van sang. Volgens die navorsing en bewyse wat wel opgespoor is, is sang deel van elke volk en kultuur en word van eeue gelede veral ingespan vir godsdienstige gebruike en tradisionele rituele. Dit blyk ook dat die eerste menslike sang ontwikkel het deur die natuur na te boots. [3]

Die eerste sang wat beoefen is, het begin deur ’n individu wat basiese/eenvoudige melodiepatrone in verskillende **toonhoogtes** sing. Later het mense agtergekom hulle kan saamsing wanneer hulle op dieselfde toonhoogte sing. Mans, vrouens en kinders kon almal saamsing (parallelle sang), en dit het weer ontwikkel in

roep(vraag)-en-antwoord-sang waar een persoon iets sing en die res van die groep iets terugsing. Hieruit is **kanon**sang gebore. [3]

Die mens se stem

Mense se stemme verskil ten opsigte van toonkleur (timbre) en toonhoogte. Die toonkleur is hoe grof of skerp, warm of koud, sag of hard, diep of helder ’n persoon se stem is. Die toonhoogte is laag, middel of hoog. Dit verander soos wat mens ouer word en meeste kinders se stemme word dieper wanneer hulle volwassenheid bereik. [4]

Sangstemme word ook gekategoriseer in vier stemgroepe: [4]

Vrouestemme	Manstemme
Sopraan (hoogste)	Tenoor (Hierdie stem is die hoë manstem)
Alt (Hierdie stem is die lae vrouestem)	Bas (laagste)

Hoe word klank deur jou stem voortgebring?

Wanneer jy neurie (“hum”), is daar ’n vibrasie in jou keel wat jy kan voel. Dit veroorsaak die geluide wat jy maak as jy praat, asook wanneer jy sing of skree. Dit wat so in jou keel vibreer, is jou stembande. [5]

Maar stembande alleen kan egter nie die klank voortbring nie.

Daar is drie noodsaaklike dele van jou liggaam wat almal saamwerk om jou eie unieke klank te vorm:

- Asemhalingstelsel: dit sluit in jou longe, borskas, borsspiere, diafragma en lugpyp.

- Fonatoriese stelsel: die **larinks** of stemkas waar klank gemaak word bestaan uit larinks en die stembande (ook bekend as stemvoue).
- Resonatoriese stelsel (en artikulasie): dit sluit in die keel, nasale gange, sinusholtes en mond.

Jy haal asem voor jy sing. Soos jy dan die **noot** sing, blaas jy ook asem uit – en die asem aktiveer die hele proses van klankvorming. Jou asem laat die lug in jou lugpyp en deur die klankboks vloei, tussen jou stembande wat dit dan laat vibreer totdat jy ophou sing of jou asem opraak.

Jou stembande bestaan uit twee klein spiertjies en is met ’n klam lagie binne-in die larinks bedek. Die larinks is die boonste deel van die lugpyp en bevat ‘n raamwerk van kraakbeentjies en spierweefsel. Soos jy asemhaal, maak die twee spiertjies (jou stembande) oop wat die lug toelaat om vanaf jou mond tot in jou **tragea** (of lugpyp) en longe in te vloei. Soos wat jy sing, gaan die stembande toe, dit veroorsaak meer druk en dit is hoe hulle dan begin vibreer sodat jy jou unieke klank kan uitbring. Soos die klank jou mond bereik, help jou mond, lippe, tande en tong om die klank te vorm sodat dit verstaanbaar oorgedra kan word. [6]

Soorte sang

Danksy die wonderlike variasie in taal en kultuur, is daar ’n wye verskeidenheid soorte sang, asook verskillende sangstyle. Verder kan ’n mens alleen sing, in groepe, sonder musiekinstrumente of met musiekinstrumente.

Hier is ’n paar soorte sangvorme wat algemeen voorkom:

- Solosang – dit is wanneer een persoon alleen sing.
- Eenstemmige sang – dit is wanneer ’n groep mense dieselfde melodie saamsing.
- A capella-sang – dit is sang sonder begeleiding (dus sonder musiekinstrumente).
- Koorsang – dit is wanneer verskillende stemgroepe (sopraan, alt, tenoor en bas) saamsing. [4]

Nog sangstyle

Klassieke musiek

Klassieke musiek is ’n tradisionele styl van musiek. Die meeste klassieke musiek is van die 16de eeu tot die begin van die 19de eeu gekomponeer deur komponiste soos Gluck, Haydn, Mozart en Beethoven vanaf ongeveer 1740 tot 1810, in die sogenaamde klassieke tydperk. Klassieke musiek sluit ook barokmusiek in (met komponiste soos Bach en Händel), en musiek uit die romantiese era (Chopin en Schumann het baie daarvan gekomponeer).

Opera is ook ‘n vorm van klassieke musiek. Dit word beskou as ’n toneelstuk wat opgevoer word waarvan die dialoog (dit wat die mense sê) eerder gesing as gepraat word. ’n Opera word meestal met die volle begeleiding van ’n simfonieorkes uitgevoer en soms met nog kunsvorme soos ballet gekombineer. [1]

Ligte musiek

Popmusiek (populêre musiek) – dit is moderne, gewilde musiek met ’n lekker melodie en meestal met ’n sterk ritme. Dit steun op elektroniese klanke en het ’n vinnige tempo met woorde wat baie herhaal word. [1] Dit verwys ook na dansmusiek.

Ruk-en-rol-musiek (*rock and roll*) is nog ’n vorm van popmusiek wat uit die 1950-60’s dateer en sy oorsprong in Amerika het. Dit word gekenmerk deur elektriese kitare, lawaaierige tromme en ’n harde gesingery. [7]

Jazzmusiek – dié musiek is bekend vir sy improvisasie (om op die ingewing van die oomblik te verander of aan te pas), maar tog het dit ’n sekere ritme asook ’n bepaalde struktuur. Dit word ook met instrumente en sangstemme uitgevoer, veral blaasinstrumente soos ’n saksofoon en trompet. [8]

Daar is nog vele ander sangstyle, onder meer countrymusiek, kwaito, rymklets

(“rap”), Christelike musiek en selfs Afrikaanse musiek wat bekend is as sokkiemusiek. Al hierdie verskillende soorte style staan ook bekend as die verskillende genres van musiek. Daar is dus letterlik vir elke smaak en gier iets om van te hou en mee saam te sing!

Voordele van sang vir die mens

Nie net is daar verskillende sangsoorte om aan elkeen se smaak en belangstelling te voldoen nie, maar dit is boonop goed vir jou gesondheid om aan sang deel te neem.

Daar is ’n paar goeie dinge wat in jou liggaam gebeur wanneer jy sing of nadat jy gesing het:

- Die longe, tussenribspiere en diafragma word geoefen.
- Slaap kan verbeter.
- Die kardiofunksie van die liggaam word geaktiveer tydens sang.
- Gespanne spiere ontspan.
- Jou postuur (liggaamshouding) word verbeter deur sang.
- Dit help om sinusse en die asemhalingskanaal oper te maak en vervolgens help om snork te verminder!
- Endorfiene (goedvoelhormone) word vrygestel.
- Die immuunstelsel (wat help om kieme te beveg) word verhoog. [8]

Op ’n emosionele vlak, gebeur ook die volgende as jy sing:

- Dit kan jou selfvertroue ’n hupstoot gee.
- Oor die algemeen laat dit ’n mens goed voel om te sing!
- Dit help met helderheid van verstand.
- Dit kan jou bui verbeter.
- Dit kan help om ’n gevoel van woede, depressie of angstigheid te verminder.
- Om te sing kan help om spanning te verminder.
- Dit stimuleer kreatiwiteit.

- Dit gee energie.
- Dit verminder alleenheid omdat dit iets is wat sosiale samesyn aanmoedig, soos om saam te sing of aan ’n koor deel te neem.
- Om te sing is pret!

Woordbank

deuntjie	’n Maklik herkenbare musikale wysie wat gewoonlik goed onthou kan word omdat dit eenvoudig is. [9]
harmonie	Liedere kan in ’n tweestemmige (of meerstemmige) harmonie geskryf word. In ’n tweestemmige sangstuk, sing elke groep ’n verskillende stel note wat ’n harmonie skep. Indien die harmonie goed en aangenaam klink, noem ons dit welluidend. Wanneer die harmonie klink asof die note bots (dit klink vals), noem ons dit wanluidend. [10]
kanon	Twee of meer groepe sing dieselfde lied, maar begin op verskillende tye sodat hulle oorvleuel. [10]
larinks	Dis die agterste gedeelte van die keel met die lugpyp. Dit word ook die strottehoof genoem. [9]
melodie	’n Eenstemmige opeenvolging van tone in ’n ritmiese, afgeronde orde.[1] Dit word dus gesien as ’n groep verskillende toonhoogtes (lae en hoë frekwensies) wat almal saam die melodie vorm wat uit note bestaan van verskillende lengtes. [11]
noot	’n Enkele klank met ’n bepaalde toonhoogte en sekere tydsduur. [10]
toonhoogtes	Die toonhoogte in musiek is die posisie (hoe hoog of laag) die spesifieke klank of noot in die groter omvang van die musiekstuk of lied is. [12]
tragea	Dit is jou lugpyp of asemhalingspyp. [2]

Kyk na hierdie video’s om nog meer te leer

Hoe werk jou stembande?

Koormusiek met begeleiding

Koor met slegs trombegeleiding

Koormusiek sonder instrumentbegeleiding

Twee jong rymkletsers