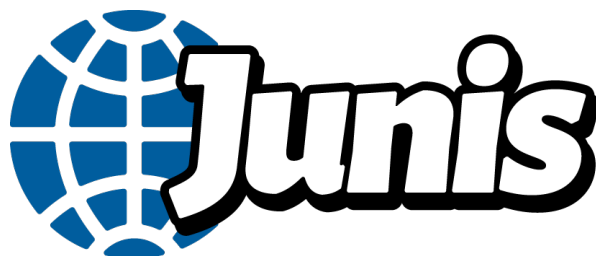


10 färdiga Junisträffar

Varje träff innehåller lekar,
diskussionsfrågor och en
huvudaktivitet. Tidsåtgången är en och
en halv timme per gång och träffarna
följer upplägget i Junisramen.



En och en
halv timme

Kaxiga magneter

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Bröökull

En är kullare. Den som blir tagen blir en förstenad älg med händerna som horn, blir befriad genom att en deltagare ställer sig mitt emot med händerna som älghorn och vrålar "brööl".

Junis hjärta – 10 min

Demokrati

Prata om att fördelarna med ett gott samarbete. Att lyssna till varandra, och att det är bra att ha olika resurser som tillsammans gör att gruppens lyckas bra.

Huvudaktivitet – 45 min

Ord som fastnar

Vi gör egna kaxiga magneter med texter som t ex "Rök luktar pyton", "Alla barn har rätt till ett roligt lov", "Ta ingen skit". Beställ magnetpapper. Skriv, klipp och klistra! .

Avslutning – 15 min

Värderingsövning "Alla som"

Alla sitter på stolar i ring och en står i mitten och frågar: Alla som t ex tycker om grönt, har syskon eller är hungriga byter plats. Den som blir utan stol får vara i mitten och ställa ny fråga.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

En och en
halv timme

Spela roll

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Koncentration

Samla barnen vid ett bord där du lagt en duk över ett antal saker. Penna, apelsin, gem, etc. Lyft duken i 15 sekunder och lägg tillbaka. Be barnen berätta vad de såg

Junis hjärta – 10 min

Nykterhet

Vad dricker du när du är törstig? Är det skillnad när det är vardag, helg eller fest? Varför kan det vara så? Vad släcker törsten allra bäst?

Huvudaktivitet – 45 min

Minipjäs med tre saker

Förbered genom att ta med olika mindre saker som kan ge inspiration till korta scener (t ex telefon, flaska, block, duk, blomma, glas etc.) Dela in deltagarna i t ex fyra grupper. Ge dem tre saker/grupp som ska ingå i en minipjäs. I minipjäsen ska det finnas början, mitten och slut. Låt grupperna öva i ca 3-5 min. Titta sen på allas minipjäser.

Avslutning – 15 min

Spaghetti som avslappning

Förvandla barnen till spagetti som är lång, hård och spikrak. Låtsas att de är i en stor gryta. Grytan blir långsamt het. Spagettin börjar röra sig lite, blir mjuk i kroppen och till slut helt genomkokt och sjunker ned på botten. Gå runt och känn efter så alla är riktigt kokta.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

En och en
halv timme

Bollar av snören

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Superman

Alla börjar med att vara fjärilar med stora vingarmar och läte "floff, floff". Vid möte med en annan fjäril kör man sten, sax, påse.

Vinnaren blir fågelunge med små flaxande händer och läte "pip, pip". När två fågelungar möts, sten, sax, påse igen. Vinnaren blir krokodil med armar som krokodilkäft och läte krokodilvrål. När två krokodiler möts, sten, sax, påse. Vinnaren blir Superman, springer ärevarv som stålmannen och skriker superman. Kör tills det inte går att möta någon av samma art längre.

Junis hjärta – 10 min

Solidaritet

Att duga som man är. På vilket sätt är du lik många andra? Hur skiljer du dig från andra?

Huvudaktivitet – 45 min

Vi gör bollar av snören!

Material: ballong, plastfolie, papperssnöre, decoupagelack/lim, skål med vatten och handskar. Gör så här: Blås upp ballongen, klä in den i plastfolie, doppa snöret i vattenskålen, ta lim mellan fingrarna och stryk på snöret. Vira snöret runt ballongen, låt stå och torka en stund. Ta sönder ballongen och pilla bort den och plasten. Klart!

Avslutning – 15 min

Dansstopp!

Spela dansvänlig musik, alla dansar. Stoppa musiken, alla stannar upp och deltagarna utser direkt och spontant den mest spektakulära "försteningen". Kör igen, så länge ni vill och kan.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.



Skrotmonster

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Tidningslek - namnlek

Sitt i ring, en står upp och har en tidning. Någon i ringen säger ett namn på någon annan i ringen. Den med tidningen försöker hinna träffa knät på den vars namn nyss sagts innan den säger ett nytt namn på någon i ringen. Hinner du inte säga nytt namn får du ta tidningen.

Junis hjärta – 10 min

Solidaritet

Vad är bra och vad är dåligt med att äga mycket eller nästan ingenting?

Huvudaktivitet – 45 min

Skrotmonster

Vi gör skrotmonster, ett konstverk av det skrot och skräp du hittar och har med dig. Ledaren förbereder med skrotmaterial, lim och tejp.

Avslutning – 15 min

Flirtleken

Hälften av gruppen sitter på stolar i en ring och andra hälften är placerad bakom varje stol. En stol är tom men har en deltagare som ska flörta till sig någon annan. De som står bakom ska snabbt ta tag i sin sittande, genom att nudda axlarna, innan den hinner resa sig från stolen.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

En och en
halv timme

Kludd och kladd

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Burträskbingo

Dela upp gruppen i par eller grupper med tre i varje. Varje lag ska samla in till exempel 3 högerskor, 5 kriter, 3 grässtrån, 1 reflex eller annan saker på listan som ledaren gjort, på snabbast tid.

Junis hjärta – 10 min

Demokrati

Vad vill du vara med och bestämma , i skolan, hemma och i föreningen? Är det viktigt att alltid få som man själv vill?

Huvudaktivitet – 45 min

Kludd och kladd med jättemålning

Förbered med penslar, vattenfärger, ett långt spännpapper (eller baksida på tapet) och papperslim. Låt barnen måla där de står. Efter ca 3 min flyttar alla ett steg till höger och fortsätter måla där osv. Klipp ut en egen ram och sök sedan efter ett passande motiv att fästa i ramen. Limma fast på färgat papper så blir det ett riktigt konstverk. Glöm inte att signera. Ni kan ha utställning eller sälja till högstbjudande under t.ex. folkknäkterhetens vecka och skänka pengarna till Junis internationella verksamhet.

Avslutning – 15 min

Grimasring

Ställ er i en tät ring. Ledaren börjar göra en grimas som nästa person ska härma. Sen ändrar den personen på grimasen och skickar vidare till nästa som ska härma. Prova att göra det fortare andra gången. Ni kan även lägga till ljud och rörelser. Varning för mycket skratt!

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

En och en
halv timme

Boll och stoj

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Namn + Djur + Läte

Alla står i ring. Alla säger sitt namn och ett djur som börjar på samma bokstav som namnet och låter som djuret. T ex Janna Julbock Bää...

Junis hjärta – 10 min

Solidaritet

Sten, sax påse – på vietnamesiska och kenyanska. Vänd och läs beskrivningen.

Huvudaktivitet – 45 min

Tre lagtävlingar

Vi tävlar med Runda laget brännboll, Kasta tvättsvamp och Akrobater.

Beskrivning och regler för lekarna finns på baksidan.

Avslutning – 15 min

Tändsticks-knock

Barnen tävlar i par mot varandra. På ovansidan av handen ligger en tändsticksask. Andra handen hålls bakom ryggen. Nu gäller det att slå omkull motståndarens tändsticksask utan att tappa sin egen. Ni kan pröva med en sockerbit om ni vill. Utse stormästare.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

Solidaritet

Sten, sax, påse – vietnamesisk variant: Höna, loppa och människa. Tummen/hönan äter upp lillfingret/loppan som biter människan så att hon tappar geväret/pekfingret som skjuter hönan. Alltså: Tummen vinner över lillfingret. Lillfingret vinner över pekfingret. Pekfingret vinner över tummen.

Sten, sax, påse – kenyansk variant: Kvinnan, mannen och björnen. Kvinnan skjuter ut sina stora höfter åt sidan med ljudeffekten "KABOMM!" som slår omkull mannen. Mannen med geväret skjuter den stora björnen med ljudeffekten "PANG!". Björnen äter upp kvinnan med ett "VRÅÅÅL". Alltså: Kvinnan vinner över Mannen. Mannen vinner över Björnen och björnen vinner över Kvinnan.

Runda laget brännboll: Runda laget spelas med en mjuk boll, stor som en handboll. Innelaget står tätt intill varandra på led. Den förste ska nu kasta, slå med armen eller sparka iväg bollen så långt som möjligt. Sedan ska denne springa runt sitt lag tills utelaget skriker bränd. Utelaget ska fånga bollen och sedan ställa upp sig bredbent på ett led. Bollen rullas mellan benen. Den som står sist i ledet tar upp bollen och skriker bränd. Ledaren har under tiden räknat antalet varv som den som slog iväg bollen har hunnit springa runt sitt lag.

Kasta tvättsvamp: En väldigt rolig lek som måste lekas ute. Barnen delas in i lag. Vid ena kanten står en stor, stor tunna med vatten. Vid varje lags bo finns en tom hink. En från varje lag går till sin hink. Resten ställer sig upp på led bakom tunnan. Den förste i ledet doppar tvättsvampen i tunnan och kastar den sedan till personen vid hinken. Den fångar tvättsvampen och vrider ut så mycket vatten som möjligt. Den som kastat svampen från tunnan springer sedan till hinken. Den som fångat svampen vid hinken springer med svampen till nästa person på ledet. När ledaren stoppat ser man sedan vilket lag som har mest vatten i sin hink.

Akrobater: Dela in barnen i lag. Sedan säger ledaren exempelvis; sex ben och fyra händer. Då gäller det för laget att lyfta och klättra på varandra så att barnen i laget tillsammans har sex ben och fyra händer i marken.

Förberedelser: Mjuk boll, tunna med vatten, två eller flera hinkar.

En och en
halv timme

Deckare

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Kull med spionjägare, försvarare och försvarad

Gå ihop i par där en person ställer sig framför den andra. Den som är längst fram ska försvara personen bakom. Det finns en spionjägare som vill att alla ska bli spioner. När spionjägaren lyckas kulla en som är försvarad blir den spionjägare istället. Personen som stått längst fram blir då försvarad. Spionjägaren blir försvararen.

Junis hjärta – 10 min

Nykterhet

När är det bra att vara klurig och hitta andra sätt att göra saker på? Varför är det så många människor som låter bli alkohol och andra droger? Vad är en bra belöning för dig när du gjort något bra?

Huvudaktivitet – 45 min

Klurig meddelandebana

Förbered en meddelandebana där ett meddelande leder till nästa. Fyra till sex meddelanden kan vara lagom. Försök hitta på kluriga instruktioner. Exempel: Gå till trädet utan löv och titta mot kronan. I slutet kan ni ha gömt en skatt.

Avslutning – 15 min

Telegrammet

Alla står eller sitter i ring och håller i varandras händer. Deckaren byter rum en stund (eller blundar). Deltagarna bestämmer vem som startar att skicka vidare en handtryckning. När deckaren kommer in ska den upptäcka var handtryckningen är och utropa –Ha, avslöjad! Då får den personen bli ny deckare.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

En och en
halv timme

Samarbete!

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Alla på en stol

Ställ stolarna rygg mot rygg på ett led. Sätt på musiken. Barnen ska nu gå runt stolarna under tiden som musiken spelas. När musiken stannar ska alla upp på stolarna så fort som möjligt. Ta bort en, eller flera, stolar vid varje stopp. Ju färre stolar det blir, ju mer samarbete krävs för att få upp alla. Fortsätt så länge som möjligt, och se hur få stolar gruppen klarar att stå på.

Junis hjärta – 10 min

Solidaritet

Hur kan vi i föreningen samarbeta för att ha så roliga och bra träffar som möjligt?

Huvudaktivitet – 45 min

Flytta stolar

Börja med att alla barn ställer sig i ena änden av rummet med varsin stol. Alla ställer sig på stolarna. Gruppens uppgift är nu att gemensamt förflytta sig själva och stolarna till andra sidan av rummet utan att någon nuddar golvet. Hela gruppen ska med.

Avslutning – 15 min

Knuten

Alla barn står i en stor ring med armarna utsträcka rakt fram. Gå sakta in mot ringens mitt med slutna ögon. Ta tag i två händer. Öppna ögonen! Ingen får släppa taget. Nu gäller det att reda ut knuten. Samarbeta så det blir en ring där alla håller varandra i händerna, utan att någon har släppt någons arm.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

En och en
halv timme

Utomhuslek!

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Kom alla mina kycklingar

En lek där kycklingarna ska ta sig till kycklingmammans utan att bli tagna av räven. Se beskrivning på baksidan.

Junis hjärta – 10 min

Solidaritet

Vad är allemansrätten? Hur kan vi i Junis ta hand om naturen?

Huvudaktivitet – 45 min

Kinesiska muren

Hämta rispåsar – se upp för vakterna. Se beskrivning på baksidan.

Avslutning – 15 min

Count up

Leken går ut på att barnen ska klara av att räkna till 10 tillsammans samtidigt som de blundar. En person får bara säga en siffra i taget. Skulle två barn säga samma siffra samtidigt får gruppen börja om från ett. Exempel: Barnen står i ring och blundar och ett av barnen säger "ett". Ett annat barn säger "två" och ett tredje barn säger "tre". Två barn säger sedan "fyra" samtidigt och gruppen får börja om från "ett" igen.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

Kom alla mina kycklingar

En deltagare utses till "kycklingmamma". En utses till "räven". Övriga är "kycklingar".

Kycklingmammans står i ena änden av gräsmattan/planen.

Alla kycklingarna står i andra änden. Mellan dem står räven. Räven står vänd mot kycklingmammans.

Kycklingmammans ropar: "Kom alla mina kycklingar."

Kycklingarna svarar: "Vi törs inte."

Kycklingmammans: "Varför det?"

Kycklingarna: "Räven tar oss."

Kycklingmammans: "Kom ändå!"

Då vänder sig räven om och alla kycklingar springer för att försöka ta sig över till mamman. Räven ska försöka ta kycklingarna. De som blir tagna blir själva rävar och får hjälpa till vid nästa kycklingjakt. De kycklingar som klarade sig över till mamman fortsätter att vara kycklingar. Leken fortsätter tills alla kycklingar blivit rävar.

Tänk på! Räven behöver bara försiktigt kulla kycklingarna för att ta dem. Markera kycklingmammans och kycklingarnas "bo" med exempelvis hopprep.

Kinesiska muren

Skapa "Kinesiska muren". Ett sätt är att spänna två snören/plastband tvärs över gräsmattan/planen. Det ska vara cirka 1,5 meter mellan snörena. Det är utrymmet mellan snörena som är "Kinesiska muren".

Genomförande:

Placera rispåsarna utmed planens ena kortsida. Utse tre-fyra barn som är vakter. De sprider ut sig längs med Kinesiska muren. Deras jobb är att vakta rispåsarna från de övriga deltagarna.

Övriga barn delas in i lag(3-4 barn i varje lag) och står utmed lokalens motsatta kortsida, på andra sidan Kinesiska muren. Leken går ut på att deltagarna ska försöka springa över "Kinesiska muren", ta varsin rispåse och springa tillbaka till "sin" sida. Vakterna på "Kinesiska muren" försöker kulla så många som möjligt medan de befinner sig inom murens område. Den som står först i varje lag försöker ta sig över muren. Blir barnen kullade återvänder de till laget och nästa barn i laget får försöka. Blir barnen tagna när de ska över muren med sin rispåse så läggs rispåsen tillbaka. Leken är slut när det inte finns fler rispåsar kvar.

En och en
halv timme

Experimentera mera!

Se alla – 5 min

Börja med upprop. Vilka är här? Fyll i närvarokortet.

Uppvärmning – 15 min

Från stilla till massor av rörelse

Leken går ut på att man till slut ska röra hela kroppen, men man lägger till en del i taget. Alla sprider ut sig i rummet och är stilla. Ledaren instruerar vilken del som får röra sig först och när musiken sätts igång rör man den delen. Man blir stilla igen när musiken tystnar, ledaren lägger till en rörelse/kroppsdela.... Till slut ska man röra hela kroppen hur som helst.

Junis hjärta – 10 min

Solidaritet

Hur är en bra kompis? Hur är en dålig kompis?
Kan vi hjälpa varandra att vara bra kompisar

Huvudaktivitet – 45 min

Experiment

Testa de tre experimenten "Potatisurkärnaren", "molnet i flaskan" och "elektriska spöket". I en liten grupp kan de testas tillsammans ett efter ett. I en stor grupp kan man dela upp dem i stationer så kan barnen byta av varandra. Se beskrivningar på nästa bild.

Avslutning – 15 min

Lek Rimleken

Alla sitter i en ring. Ha ett mjukt föremål som kan kastas. En person kastar till en annan och säger en mening med uppbyggnaden "ingen xx utan xx", ex: ingen väg utan gupp". Mottagaren svarar med ett rim, ex: ingen hönsgård utan tupp". Kasta till någon annan.
Sista ordet ska rimma.

Berätta vad som händer nästa gång och gör er kamratkedja.

Potatisurkärnaren

Material: Raka sugrör och rå potatis (en per person).

1. Klipp av en tredjedel av sugröret och lägg bort, du behöver bara två tredjedelar av det.
2. Testa att trycka sugröret genom potatisen, svårt va?
3. Håll hårt i potatisen, men bara med fingrarna på sidorna av den. **Om fingrarna eller handen är i vägen så kan du hugga dig själv.** Håll för hålet i ena änden av sugröret med tummen. Hugg sedan sugröret genom potatisen.

Luften som stannar i sugröret mellan tummen och potatisens yta trycker ut kanterna på sugröret och gör dem spända och hårda. Utan tummen där så kan luften bara åka ut den vägen och sugröret blir mjukare.

Molnet i flaskan

Material: En 0,5 liters pet-flaska med kork, en tändsticksask och vatten.

1. Häll ungefär 2 cm rumstempererat vatten i flaskan.
2. Tänd tre tändstickor, en i taget, och släng ner dem i flaskan medan de brinner. Skruva direkt på korken.
3. Kläm hårt i flaskan – inget moln. Lätta snabbt på trycket – ett moln!

När trycket på flaskan minskar så kyls den ner. Vattenånga i flaskan kondenserar då till små vattendroppar som är synliga som ett moln.

Elektriska spöket

Material: Toapapper eller annat lätt papper, ballonger (en per person), tuschpennor, saxar, häftmassa.

1. Klipp ut ett spöke från papperet och rita ögon.
2. Sätt fast nederdelen av spöket/fötterna på bordet med hjälp av häftmassan.
3. Blås upp en ballong och gnugga mot håret i 10 sekunder
4. Håll ballongen ovanför spöket och för den långsamt närmare. Se hur spöket reser sig.

Ballongen tar upp elektroner från håret och blir då negativt laddad. När ballongen närmar sig pappersspöket gör den ena änden av spöket positivt laddad. Eftersom olika laddningar attraherar varandra så dras spöket till ballongen.