

Ledartips

Häng med på disco



Studiecirkel

Låt era träffar bli en studiecirkel. Tipshäftet är ett pedagogiskt verktyg som kallas för studieplan. Det innehåller flera diskussionsfrågor om discots olika delar. Tipshäftet bygger på två delar, men ni kan dela upp dem i fler träffar, beroende på hur mycket ni har att prata om kring varje fråga.

Studiecirkeln är en demokratisk arbetsform där ni tillsammans lär er mer om att arrangera disco för barn. Ta kontakt med NBV på www.nbv.se så hjälper de er att komma igång. De kan bland annat hjälpa er med möteslokal att träffas i och att kopiera material.

För att räknas som studiecirkel ska ni:

- utse en ledare med ansvaret att hålla ihop gruppen, driva arbetet och ha kontakt med NBV.
- vara minst tre deltagare (lägst 13 år). Varje deltagare ska delta vid minst tre träffar.
- träffas helst en till tre gånger per vecka, men det går också att träffas till exempel varannan vecka.
- arbeta minst tre studietimmar per gång, en studietimme är 45 minuter.
- träffas minst tre gånger och totalt minst nio studietimmar.



Häng med på disco – ledartips

Ett tipshäfte producerat av Junis. Uppdaterad upplaga.

www.junis.se

SKRIBENT	Viktoria Carlsén
LAYOUT	Pontus Landström
GRAFIK	Thinkstockphotos
AFFISCHMALLAR	Liza Viktorsson
AFFISCHBILDER	Freepik.com
FAKTAGRANSKNING	Sara Olsson, Stim
KORREKTUR	Gunnel Karlsson
TRYCK	V-TAB, 2020



Disco med barn



Ett disco i Junis är mer än dans. Ett disco planerar och genomför barn och ledare tillsammans. De väljer musik, lekar och vad som ska finnas i kiosken. I Junis finns det plats för alla barn. Här finns aktiviteter för barn i alla åldrar och med olika förutsättningar. Verksamheten är i en trygg och nykter miljö under ledning av utbildade ledare. Det är roligt och utvecklande för barnen får vara med och prova på, lära sig nya saker, vara med och bestämma, ta ansvar och visa hänsyn. Dagens teknik gör att det är enkelt att arrangera disco.

Läs hela tipshäftet rakt igenom
eller dela upp din läsning i delar.

Innehåll

DEL 1 Förberedelse

Inget vanligt disco.....	5
Målsättningen.....	5
Ledarteam.....	6
Regelbundna discon.....	7
Förslag på upplägg.....	7
Lokal.....	8
Ekonomi.....	8
Teknik.....	9
Musik.....	10
Avtal.....	10
Välja musik.....	10
DJ.....	11
Intern marknadsföring.....	12
Extern marknadsföring.....	12
Bjuda in skolbarn.....	13
Affisch/inbjudan.....	13

DEL 2 Genomförande

Innan discot startar.....	15
Medlemskap.....	15
Medlemsavgift.....	16
Närvarokort/Säkerhet.....	16
Kiosk	17
Junis- och discokänsla.....	18
Discogruppen.....	18
När discot startar.....	19
Välkommen/Regler.....	19
Under discot.....	20
Junis kärnvärden.....	21
Riktlinjer för lek.....	22
Dans- och rörelselekar.....	23
Lekar.....	25
Aktiviteter.....	26
Uppdrag.....	26
Pyssel och ritövningar.....	26
Namnbingo.....	26
Sist på discot.....	28
Vad tyckte barnen?.....	28
När discot är slut.....	28
Efterarbete.....	29

del 1 **förberedelse**

Inget vanligt disco

Dans, lek, kiosk och bra musik: ett Junis-disco innehåller massor av roliga saker! Barnen och ledarna både bestämmer och dansar tillsammans.



Barndisco har alltid varit populärt i Junis. Det är inte ovanligt att en förening kan ha 50–150 barn per gång. Verksamheten passar barn i ett stort åldersspann, men separera gärna åldersgrupper och ha olika tider.

Discot ska vara en rolig och utvecklande verksamhet för barnen och ge möjlighet för fler barn att bli medlemmar i Junis. För att det ska vara mer än ”bara ett vanligt barndisco” ingår flera delar.

Innehåll i disco:

- Utbildade ledare i team.
- Anpassad musik och rätt ljudnivå.
- Schyssta och inkluderande lekar.
- Rätt disoutrustning.
- Billig och tillgänglig kiosk.
- Uppträdanden av barn.
- Hög Junis-känsla i lokalen.
- Pysselbord och tipsrunda.
- Möjlighet att bli medlem.
- Lära känna nya kompisar.

Målsättningen med disco – stegen



Ett disco kan se ut på olika sätt. I Junis utgår vi från en steg med tre steg. Det handlar inte om att bestämma vad som är ett bra och ett dåligt disco. Stegen är

ett verktyg som kan användas för att synliggöra och prata om barns delaktighet. De olika nivåerna på stegen handlar om delaktighet i en stigande grad där nivå 3 är den högsta delaktigheten och nivå 1 den lägsta.

3 Barn och ledare bestämmer tillsammans

Barn och ledare planerar och genomför discot tillsammans. Från låtval till godisinköp, uppträdande och aktiviteter. Det kan till exempel vara ett särskilt tema på discot. Det finns uppträdanden av barnen och aktiviteter att göra. All verksamhet utgår från Junis riktlinjer för lek och Junis kärnvärden. Det är massor av Junis-känsla i lokalen.

2 Barnen får säga vad de tycker

Barnen får veta hur discot ska gå till. Musiken är anpassad efter barnen. Ledarna berättar hur upplägget för discot är och frågar vad barnen tycker om det. Barnen får vara med och bestämma lekar. Lekarna utgår från Junis riktlinjer för lek och Junis kärnvärden. Det är tydligt att det är Junis som arrangerar discot.

1 Barnen får information

Ledarna talar om vad som ska hända. Musiken är anpassad efter barnen. Barnen är inte med och påverkar innehållet i discot. Lekarna följer inte Junis riktlinjer för lek eller Junis kärnvärden. Det märks väldigt lite att det är Junis som arrangerar discot.

Prata om:

- Vilken nivå siktar vi mot?

Ledarteam

**Det behövs ett team med sju ledare på discot.
Fördela uppgifterna mellan er i förväg.
Ta hjälp av hjälpledare och möjliggörare.**



I Junis arbetar vi i ledarteam av flera skäl. För säkerheten, om det händer något kan ledarna ansvara för olika grupper av barnen. För att hjälpas åt med förberedelser och fördela mellan varandra, alla ska ha tid och orka med sitt engagemang. För att inspirera

varandra. Ledare kan komplettera och tillföra utifrån olika erfarenhet och bakgrund. I ett ledarteam finns olika uppgifter. En del planerar allt kring discot tillsammans och andra väljer att dela upp ansvaret. Ni väljer själva vad som passar bäst för er.

Planeringsgrupp

- Har huvudansvar för planeringen av discot.
- Kontakter ledare.
- Bokar lokalen.
- Fördelar ansvaret inom ledarteamet.
- Marknadsföring på skolor, på stan, på hemsida och i sociala medier.
- Fixar musik.



- Fixar med kiosken.
- Ser till att all teknik fungerar.
- Tar emot förfrågningar.
- Ansvarar för att bjuda in barn i discogrupper.
- Ansvarar för entré och kassa.

Aktivitetsledare

Planerar och genomför aktiviteterna på discot. Är måna om att "se alla barn" och följer riktlinjerna för lek i Junis och Junis kärnvärden.

Tekniker

Ansvarar för att kontrollera all teknik i förväg. Kopplar ihop all teknik på plats och ser till att allt fungerar.

DJ

Ansvarar för att fixa musiken innan och spela låtarna på discot enligt körschemat.

Lokalfixare

Ansvarar för Junis-känslan i lokalen till exempel med dekoration av Junis material så det blir tydligt att discot är i Junis regi.

Kioskfixare

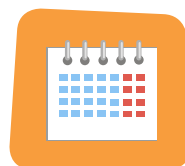
Ansvarar för försäljning av godis, dricka och betalningen i kassan och i kiosken.

Prata om:

- Vilka vill vara med i ledarteamet hos oss?
- Hur ska vi göra för att bli tillräckligt många ledare?
- Vem ansvarar för vilken del i förberedelsen?

Regelbundna discon

Veckans bästa dagar för disco är fredag- eller lördagkvällar. Ha alltid ha discot på samma veckodag och tid så att det blir en vana.



När ni väljer dag och klockslag behöver ni veta om det finns annan lokal verksamhet för barn på orten. Planera in er verksamhet så ni inte konkurrerar. Barnen som deltar på discot är i olika åldrar. Därför är det bra att dela upp kvällen för dem.

Be alla barn att lämna lokalen under pausen. Då blir det enklare

17.30–19.00: För barn i sexårs-verksamhet upp till årskurs 2–3.

19.00–19.30 PAUS. I pausen hinner ledarna fixa och äta enklare middag för att orka.

19.30–21.30: För barn i årskurs 3–5 (eller 4–6).

för er att städa och veta exakt antal barn i lokalen.

Förslag på upplägg

Fyra discon på en termin. Med fyra discon är det enkelt att göra olika teman eller inriktningar på discot. Det kan vara enklare för barn med många andra aktiviteter att också delta.

Disco och filmträff. Gör ett "varannan veckas-upplägg" där ni växlar mellan disco och filmträffar.

Disco och läger. Gör ett läger med övernattnig och ett disco. Spela in

en kortfilm om ert läger som ni kan visa upp för föräldrarna när lägret avslutas.

Disco på skolavslutning. Kontakta skolan och erbjud er att arrangera disco på skolavslutningar.

Disco och filmträff på studiedagar. Kontakta skolan och erbjud er att visa till exempel två filmer och avsluta med ett disco när de har studiedag.

Prata om:

- Vilket upplägg passar bäst för oss?

Det är viktigt att alla ledare ...

- ... är medlemmar i någon av IOGT-NTO-rörelsens organisationer UNF, NSF eller IOGT-NTO.
- ... följer Junis ledarets policy.
- ... har genomgått Junis grundutbildning.
- ... är nyktra och drogfria förebilder.

Hjälpledare är ...

... en Junismedlem som avlagt medlemslöftet och som hjälper till med att leda lekar, att stå i kiosk, leda enkla aktiviteter.

Möjliggörare är ...

... anhöriga till medlemmar eller ledare i Junis som hjälper till med städning, skjutsande, fika eller andra praktiska saker.

Lokal

Lokalen är lika viktig som själva musiken och all planering. Där ska det finnas plats för många att dansa och leka och den ska vara säker och trygg.



Kolla upp:

- Luftkonditionering.
- Säkerheten i lokalen (nödutgångar, brandsläckare osv).
- Brandlarmets funktion.
- Nycklar och låsning.
- Larm.

En discolokal bör ha:

- Plats för dans och lek.
- Plats för teknik och kiosk.
- Tillräckligt med "ström" för tekniken.
- Yta mot vägg eller filmduk.
- Möjlighet till mörkläggnig.
- Bord för kiosken.
- Tillgång till toaletter (med toalettpapper).
- Material för städning.
- Bord/bänkar till entrén och klädhängare/krokar.

Prata om:

- Vilken lokal vill vi ha våra discon i?
- Vilken utrustning finns där?
- Undersök lokalen vi ska vara i och gå igenom alla punkter i listan.

Ekonomi

Hur mycket discot kostar beror på kostnader för utrustning, ledartröjor, musik, kiosk och lokalhyra. Sök bidrag från stiftelser och även sponsring.



Ett sätt att få pengar till discot är att söka ekonomiskt stöd. Sök pengar från det distrikt ni tillhör. Ni kan också söka pengar från andra än IOGT-NTO-rörelsen,

exempelvis via stiftelser. Hos vissa kommuner finns bidrag att söka. Ni kan söka sponsorer för det som behövs för era discon, till exempel för godis, läsk, muggar, påsar, smörgåsar, saft, frukt eller pizza. Kolla till exempel med lokala matvaruaffärer. Som tack kan ni erbjuda dem plats att synas i er marknadsföring till barn och målsman.

Prata om:

- Vad beräknar vi att våra discon kostar?
- Finns det pengar i föreningen eller kan vi söka bidrag?

Teknik

Ni behöver teknisk utrustning, ljud och ljus för att kunna genomföra discot. Använd decibel-mätare så håller barnens öron och utrustningen.



Undvik rökmaskiner och använd aldrig stroboskop för de yngre barnen (de kan vara överkänsliga). Har ni tillgång till utrustning i

lokalen som fungerar så använd den. På många orter i Sverige har Junisdistriktet en egen discoanläggning, kolla om ni får låna den.

Exempel på: Checklista musikanläggning

ANTAL

- 2 Högtalare (toppar) 15"
- 2 Högtalarstativ
- 2 Sladdar för att koppla in högtalare i mixerbord /spelare
- 1 Mixerbord/spelare
- 1 Mixerbordscase för att transportera det säkert
- 1 Mikrofon
- 1 Mikrofonsladd
- 1 Decibelmätare

ANTAL

- 4 Ljuseffekter
- 1–2 Lådor för transport av lampor
- 1 Lampstativ med överliggande pinne
- 4 Förlängningssladdar, cirka 5 meter styck med flera förgreningsuttag
- 2 Förgreningsdosor
- 1 Låda för förvaring av sladdar vid transport

Decibelmätare

Barn har känsligare öron än vuxna och det är viktigt att skydda dem mot hörselskador. För disco rekommenderar Folkhälsomyndigheten en medelljudnivå på högst 90 decibel. Är deltagarna över 13 år är det tillåtet med en medelljudnivå på 100 decibel. Det här är reglerat i arbetsmiljölagen som även ideella föreningar omfattas av. För att ta reda på medelljudnivån i er lokal kan ni använda en decibelmätare. När ni testar hur det låter ska ni utgå från mitten på rummet. Kom ihåg att testa ljudnivån under discot så den inte stegras.

Förvaring

Discoutrustningen behöver hanteras varsamt så håller den länge. Köp väskor som passar er utrustning. Träväskor finns bland annat på Clas Ohlson och de går att inreda med skumgummi. Stora plastbackar fungerar också.

Prata om:

- Vilken utrustning har vi tillgång till?
- Behöver något kompletteras?
- Hur gör vi det i så fall?
- Vem kan skjuta utrustningen till discolokalen om det behövs?

Musik

Barn gillar olika musikstilar. Barn från olika kulturer på ett disco gillar att höra musik de "känner igen". En bra mix gör att alla vill dansa, leka och röra sig.



Junis Stim-avtal

Junis avtal med Stim innebär att Junis föreningar och distrikt får använda musik i sin verksamhet. Det gäller så länge Junis är anordnare av arrangemanget eller verksamheten. Avtalet kan inte användas om Junis endast är medarrangör.

Musiken som spelas ska vara köpt musik, till exempel CD-skivor eller digital musik som är köpt genom en legal tjänst riktad mot svenska marknaden.

Föreningar som bryter mot reglerna kan uteslutas från avtalet.

Detta ingår INTE i licensen:

- Att använda musik i reklam, till exempel en reklamfilm för Junis.
- Att använda musik i bildspel eller i filmklipp.
- Att förändra musikfilerna genom redigering.
- Att använda musik i digitala kanaler, till exempel lägga ut den på hemsidan, på sociala medier eller sända den i egen radiokanal eller pod.
- Att kopiera musiken och dela ut, eller sälja, den till andra.
- Att använda musik i originaluppsättningar av pjäser eller musikaler som spelas upp för allmänheten.

Rapportera

För att omfattas av Junis Stim-avtal måste föreningen/distriktet lämna rapport om sin musik-användning senast den 10 mars varje år så att Junis centralt kan meddela Stim. I rapporten ska det framgå i vilken omfattning musik har använts.

För Junis-verksamheterna disco, film, skapis eller läger (när ni sjunger sånger tillsammans) ska ni uppges antal tillfällen och deltagare.

Om ni har föreställningar i till exempel teater eller dans för publik behöver ni dessutom uppges antal besökare i publiken.

Prata om:

- Hur vill vi köpa in discomusiken?
- Vem ansvarar för rapporteringen till Junis-förbundet?

Välja musik

Det är viktigt att lyssna på musiken och låttexterna med ett barns öron i förväg. Passar texten för åldersgruppen? Kolla att den stämmer

med Junis kärnvärden. Blanda topplistemusik, äldre klassiker som barn gillar med låtar från olika kulturer och språk.

Viktigt för låtvalen:

- Barnens åldrar.
- Musik med sång på olika språk från olika kulturer.
- Låtar i olika tempon.
- Låtar från Melodifestivalen.
- Låtarna ska inte vara positiva till alkohol och droger, sexism, kränkningar, våld eller vapen.

- Barnen ska kunna önska låtar under discot (bland de ni har).

Prata om:

- Vem ansvarar för att musiken är anpassad efter Junis kärnvärden?

DJ

På discot har DJ:n olika uppgifter förutom att fixa med all teknik och spela låtarna. Alla aktiviteter, lekar och filmer som ska ske på discot

finns med på körschemat och de behöver spelas med sin egen jingel för att få uppmärksamhet.

Körschema för DJ:

- Spela Junislåten.
- Visa Junislåtens musikvideo eller filmen om Junis.
- Ledarna presenterar sig med tema – även DJ:n. Bjuder in barn som vill prova att vara DJ.
- Barnen pratar i par kort om samma tema.
- Ledare berättar om säkerhet och regler.
- Discot startar med hitlåt och två låtar till.

- Lekjingel + mikrofon på.
- Ledare introducerar lek.
- Disco med 1–3 låtar som barnen valt.
- Lekjingel + mikrofon på.
- Jingel för uppträdande.
- Ledarna presenterar de som ska uppträda.
- Musiken fortsätter.
- Osv...

Prata om:

- Vem fixar spellista och körschema till discot?

Intern marknadsföring

Bjud in föreningens medlemmar till discot.
Publicera affisch på hemsida och Facebook-
sida. Skicka inbjudan till alla medlemmar.



- **Publicera information** på distriktets och föreningens hemsida. Där kan information om terminens alla discon och aktiviteter finnas med.
- **Skicka inbjudan** till medlemmarna där all viktig information är med.
- **Sätt upp affischer** i och utanför lokalerna där ni har verksamheten, till exempel dörrar och anslags-tavlor.
- **Affischera till medlemmarna** på skolor i närheten, om skolan gett tillåtelse.

- **Skicka till exempel grupp-SMS** med information till föreningens medlemmar inför terminens start.

Prata om:

- Hur vill vi bjuda in medlemmarna?



Extern marknadsföring

Bjud in barn som ännu inte är medlemmar. Berätta när och var ni har disco och var det finns mer information.
Affischera på anslagstavlor och godkända platser.



- **Sätt upp affischer** på anslags-tavlor för föreningar och bibliotek.
- Information i **lokaltidning** eller månadsblad.
- Samarbeta med till exempel **hyres-gästföreningen eller bostadsrätts-föreningar** och fråga om de kan dela ut inbjudan i brevlådor.
- Använd **sociala medier** och publi-cera information om ert disco, till exempel i lokal Facebookgrupp för ert ort.

Prata om:

- Hur vill vi bjuda in barn som inte är medlemmar?

Bjuda in skolbarn

Besök barnen på skolor i närheten av er lokal. Berätta om Junis, era discon och att de kan bli medlemmar. Dela ut inbjudan och sätt upp affischer.



Bjud in barnen på skolor i närheten av er föreningslokal. Ta reda på hur många klasser det finns på skolan och tryck lämpligt antal inbjudningar för utdelning. Besök varje klass, gärna iklädd Junis-tröja. Berätta kort om discot och dela ut inbjudningarna cirka en vecka innan starten. Lämna inbjudningar och ett foljebrev till lärarna eller lägg klassupplaga med buntar i lärarnas brevfack. Gör en affisch och sätt upp den på skolan.

På skolor som säger nej till

klassrumsbesök kan det vara okej att stå utanför matsalen eller besöka barnen på fritids. Fråga skolans administrativa personal hur ni får bjuda in till er verksamhet. Kolla om det finns en Facebookgrupp på skolan där föräldrar medverkar som ni får delta i.

Prata om:

- Vilka skolor finns i närheten där vi kan bjuda in barnen?
- Vem tar kontakt med skolan?

Affisch/inbjudan

På www.junis.se/ledare/bildbanken kan ni ladda ner mallar för att göra egna inbjudningar. Allt marknadsföringsmaterial ska följa Junis grafiska profil.



Affisch eller inbjudan ska innehålla:

- Presentation av Junis.
- Logotyp.
- Dag, tid och plats för disco.
- Namn och telefonnummer till kontaktperson.
- Vad disco kostar.
- Information om er hemsida eller Facebookgrupp för vuxna.
- Anmälningstalong på extern inbjudan med plats att fylla i namn, telefon, mejl, personnummer, adress, telefonnummer och mejladress till målsman och barnets namnunderskrift.

Prata om: • Vem vill göra vår inbjudan och affisch?

del 2
genomförande

Innan discot startar

I god tid innan discot startar behöver ni ha koll på vilket medlemskap som gäller i er förening, er medlemsavgift, närvarolistan och säkerheten i lokalen.



Medlemskap

Det finns olika sätt för föreningar att registrera och bekräfta nya medlemmar. Junis har ett medlemsregister som heter eBas som finns på ebas.junis.se. Vissa föreningar har en medlemsavgift, andra inte – det bestämmer ni själv i föreningen. På www.junis.se/ledare finns mer information om hur eBas fungerar, hur en blir medlem eller betalar sin medlemsavgift.

Fråga ansvarig i föreningens eller distriktets styrelse om ni inte vet hur det är hos er.

Kom ihåg att alla personuppgifter ska hanteras i enlighet med Junis integritetspolicy som finns att ta del av på Junis hemsida. Lämna aldrig personuppgifter oövakade. Personuppgifter kan vara namn, personnummer, kostval, e-postadress eller telefonnummer.

För att rapportera nya medlemmar kan du:

- Använda föreningens online registreringsportal.
- Använda medlemstalonger och sedan skriva in medlemmarna i eBas, en och en eller via Excel-importen.

Prata om:

- Hur fungerar det med medlemskap i vår förening?

Medlemsavgift

Medlemsavgiften till Junis bestämmer varje förening själv. En del distrikt tar ut en extra avgift utöver medlemsavgiften. Pengarna går till exempel till inköp av musik, kiosken och möteskostnader.

Kostnaden för särskilda aktiviteter bestämmer föreningen eller distriktet. Barnen blir medlemmar

i den förening ni anger, de blir försäkrade och får medlems-tidningen Struten.

Exempel:

Medlemsavgift 40 kr
Föreningsavgift 70 kr
Distriktsavgift 10 kr
= 120 kr

Prata om:

- Vad ska det kosta att vara med på disco och verksamhet?
- Vad kostar det att lösa entrébiljett för ett disco?

Att delta på ett disco utan att bli medlem kan kosta 30–50 kronor.

Närvarokort

För att få bidrag från kommunen krävs att ni fyller i närvaron vid varje träff. Ha ett bord vid entrén, där barnen får visa sina medlemskort och bocka av dem på närvarolistan. Det är dessutom en social handling där ledaren kan uppmärksamma varje barn. Ta

ögonkontakt och säg ”Hej och välkommen”. Vid terminens slut, eller i vissa fall en gång per år, skickas redovisning till kommunens fritidskontor. Reglerna varierar mellan olika kommuner.

Närvarolistan kan vid en brand hjälpa dig att snabbt veta att alla som var på plats har tagit sig ut.

Prata om:

- Hur vill vi fylla i barnens närvaro på träffarna?

Säkerhet

Gör en säkerhetsgenomgång i lokalen tillsammans med alla ledare så att alla får god kunskap om rutinerna och är väl förberedda om något händer. Gör en plan tillsammans och besvara dessa frågor:

- Var finns närmaste nödutgångar?
- Var finns brandsläckare?
- Var finns första-hjälpen-utrustning?
- Var är vår samlingsplats om vi behöver utrymma lokalen?
- Vem tar med sig närvarolistan?
- Vem är sist kvar i lokalen och kollar att alla är i säkerhet?
- Vem meddelar målsman?

Prata om:

- Vi går igenom säkerheten i lokalen.

Kiosk

Kiosken är viktig och en höjdpunkt för många barn. Ha ett stort utbud och så låga priser som möjligt så barnen har råd att handla.



Kiosken är inte till för att tjäna pengar på barnen utan priserna är så låga som möjligt, för att de ska ha råd att köpa. Det räcker att ni får igen den kostnad ni haft för att köpa godiset.

Använd en pappersduk och skriv priserna direkt där ni ställer godiset. Gör flera köer med kassor så går det fortare för barnen att handla. Låt barn som vill hjälpa till i kiosken.

Exempel på: Prislista

Dricka (Cola, Fanta, Sockerdricka, Hallon/smultron)	10 kr	Nappar (Större storlek olika smaker)	2 kr
		Refresh kolor	2 kr
Chips	10 kr	Sura skallar	1 kr
Festis (Päron, Apelsin, Jordgubb)	5 kr	Skallar hallon/lakrits	1 kr
Rabarberstänger	5 kr	Colaflaskor	1 kr
Breda remmar (Olika smaker)	3 kr	Mindre nappar	1 kr
Banankola	3 kr	Rotella fruit	1 kr
Tablettask	3 kr	Salta skallar	1 kr
		Fiskar	1 kr

Gratis: Vatten eller saft i mugg.

Prata om:

- Vilket godis och dricka vill vi ha i kiosken?
- Vad ska det kosta?
- Vad kan vara gratis?

Junis- och discokänsla

I och utanför lokalen ska det tydligt synas att det är disco i Junis regi. Inne i lokalen möblerar ni så discot och kiosken får plats och bygger upp discot.



Skapa Junis-känsla utanför och i lokalen med till exempel Junis roll-up, Junis-skyltar eller affischer. Ledarna syns bra om de bär ledartröjor, det blir tydligt och tryggt för barn och målsman. Effekten blir också att barnen fortare lär sig namnet på organisationen och känner igen sig när de får Struten.

Skapa tillsammans en så ”riktig discokänsla” som möjligt i lokalen. Mörklägg ordentligt. Plocka bort stolar och bord som finns i rummet. Ordna med kiosken. Provkör tekniken. Ställ fram flera bord med olika stationer i entrén, så undviks köer. Ha minst en ledare vid varje station.

Stationer i entrén:

- Medlemsavgift tas in.
- Medlemstalong lämnas in eller ny fylls i.
- Entréavgift tas in.
- Närvarokortet fylls i.
- ”Föräldrabord” med ledare som kan berätta om Junis, dela ut material, erbjuda ledarskap och enklare fika.

Prata om:

- Hur skapar vi Junis- och discokänsla?

Discogruppen

Låt barnen vara med och planera nästa disco tillsammans med er ledare. Det blir både en rolig aktivitet och ett mer demokratiskt disco.



Berätta i mikrofonen att barn som är intresserade av att hjälpa till kan gå till ett visst bord eller en person och få veta mer. Där är en ledare förberedd med frågor ni kan prata om. Ni kan också peppa i förväg genom att sätta upp en affisch i

lokalen ”Var med och bestäm om Junis-discon kl 18”. Låt de som vill delta. Bestäm så mycket ni kan på plats. Ni kan också hålla kontakt mellan discona eller be att de kommer tidigare nästa gång och hjälper till att förbereda.

Bestäm tillsammans:

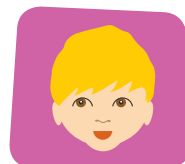
- Vilka låtar ska spelas?
- Är kioskinnehållet ok?
- Är tiderna ok?
- Vill vi ha något tema?
- Vill vi ha uppträdanden och vilka kan vi i så fall tillfråga?
- Ska det vara andra aktiviteter?
- På vilket sätt ska vi planera nästa disco tillsammans?

Prata om:

- Hur vill vi jobba med discogruppen?

När discot startar

Ledarna är viktiga för att skapa trygghet. Ni tar emot barnen i entrén på ett positivt sätt. Vid starten berättar ni om er själva, säkerheten i lokalen, regler och lekar.



Välkommen

När alla barn har satt sig gör ni en presentation av ledarna och visar filmen om Junis (den finns på Juniswebben). Ledarna berättar utifrån samma tema: gillar att göra/äta/seriefigur/hjälte/godis-favorit/maträtt osv. "Hej, jag heter Mohammad och jag gillar att äta tacos". Be barnen att berätta kort på samma tema för en person som sitter nära. På så sätt kan barnen börja lära känna varandra.

Ledarna presenterar kvällens

disco och vad barnen kan göra på discot, var toaletter och papperskorgar finns och var platsen för återsamling är om ni behöver utrymma lokalen.

Ställ gärna några frågor till barnen, till exempel – vilka är det som bestämmer i Junis? Vilka får vara med i lekarna i Junis? Svaret på frågorna ska alltid vara vi/junisar/barnen.

Prata om:

- Vilket tema ska vi välja för presentationen?

Regler

För att alla ska trivas är det viktigt att vara överens om gemensamma regler. Här är förslag på regler ni kan använda. Fråga barnen om de tycker

att reglerna är okej. Kanske vill de lägga till flera "positiva" regler? Gör era regler till en affisch som sitter på väggen där alla kan se den.

- Var snäll mot alla.
- Rör dig i rummet utan att krocka med någon.
- Var tyst när ledarna pratar.
- Håll koll på ditt eget godis och dricka.
- Säg till om ljudvolymen ska höjas eller sänkas.
- Släng ditt skräp själv i papperskorgen.
- Var med i leken och pratet.
- Låt din mobiltelefon vara tyst och vila under discot.
- Du får dansa, sjunga, pyssla, leka, göra tipsrunda, prata med ledarna och lära känna nya kompisar.
- Du får alltid fråga en ledare om hjälp.

Prata om:

- Hur vill vi berätta om reglerna?

Under discot

När ni är på plats i lokalen är det mycket att hålla reda på så ingen viktig del glöms bort. Följ körschemat så får ni koll på att ni gör allt i rätt ordning.



Körschemat beskriver de olika delarna när ni är i lokalen. Förberedelserna innan barnen kommer. Vad ni ska göra när barnen kommer. Hur ni kan mixa dans- och rörelselekar med lekar

och andra aktiviteter under discot. Och sist men inte minst det ni gör för att avsluta och utvärdera discot med barnen. Lägg till och ta bort i körschemat så att det passar ert disco.

Körschema

- Tekniken ställs i ordning
- Plocka undan stolar och bord i lokalen
- Skapa Junis-känsla i lokalen
- Ställ fram bord i entrén
- Ställ i ordning kiosken
- Gör klart entrékassan och medlemskort
- Mörklägg lokalen
- Fyll i barnens närvaro
- Välkomna barnen till discot
- DJ spelar Junislåten
- Visa Junislåtens musikvideo eller filmen om Junis
- Ledarna presenterar sig
- Bjuder in barn som vill testa att vara DJ
- Bjuder in barn till discogruppen
- Barnen pratar i par kort om samma tema
- Ledare berättar om säkerhet och regler
- Discot startar med hitlåt och två låtar till
- Lekjingle + mikrofon på
- Ledare introducerar discolek
- Disco med 1–3 låtar som barnen valt
- Lekjingle + mikrofon på
- Jingle för uppträdande av barnen
- Ledarna presenterar de som ska uppträda
- Musiken fortsätter
- Engagera barnen i discogruppen
- Mät ljudnivån i lokalen
- Ledare lär ut någon rolig dans, till exempel "fågeldansen"
- Musiken fortsätter
- Spela en avslutningslåt
- Vad tyckte barnen?
- Plocka ihop och städa lokalen
- Ledarna utvärderar
- Redovisa medlemmar
- Redovisa ekonomin

Prata om:

- Vem checkar av mot körschemat under discot?
- Vad kan våra hjälpledare och möjliggörare hjälpa till med?

Junis kärnvärden

Junis ska vara en trygg plats för alla. Därför låter vi vårt hjärta vara med i allt vi gör – både på dansgolvet och i lekarna.



Junis hjärta är utgångspunkten för hur barnen ska uppfatta discot. Hjärtat bygger dels på våra kärnvärden demokrati, solidaritet och nykterhet och dels på det vi

står för och det vi vill utveckla. Använd delarna i hjärtat som en checklista när ni skapar era discon. Junis hjärta ska kännas i allt vi gör och allt vi säger.

För alla barn

I Junis finns plats för alla barn. Här finns aktiviteter för alla barn i alla åldrar och med olika förutsättningar.

Trygg nykter miljö

Junis erbjuder verksamhet i nykter miljö under ledning av trygga vuxna.

Roligt & utvecklande

Vi har roligt, provar på och lär oss nya saker. Genom att få vara med och bestämma, lär sig barnen demokratins spelregler, att ta ansvar och visa hänsyn.

Tips på hur ni kan lyfta fram

Junis kärnvärden:

- Gör minst fem **dans-, rörelse- eller andra lekar** vid varje disco. Lekarna ni väljer ska utformas på ett sätt som får alla barn att känna sig delaktiga.
- Ställ **diskussionsfrågor** om innehållet i en låt och koppla frågorna till Junis kärnvärden.

- Jobba med **värderingsövningar** kopplade till en låttext och Junis kärnvärden.
- Bjud in barn till **discogruppen** och låt dem vara med och planera era discon.
- Hitta på hur ni kan **dansa demokratiskt, solidariskt och nyktert**.



Tips på hur ni kan lyfta fram Junis kärnvärden, fortsättning:

- Gör på enkla sätt discot till en demokratisk verksamhet. Gör **omröstningar** genom handuppräkning eller genom att de får ställa sig på lappar på golvet med ja, kanske och nej. Be dem rösta med handuppräkning om kvällens bästa låt, eller de fem populäraste låtarna. Gör föreningens **årsmöte** i samband med ett disco i januari/februari.
- Fundera på hur ni inom ramar för discot kan jobba med ett **solidaritetsprojekt**. Engagera er i Världens Barn eller Vit jul. Bjud in nyanlända barn och ungdomar till era discon eller ha discon på boenden för nyanlända.
- Uppmuntra till aktiv **källsortering** på discot. Markera var papper, plast, burkar och kompost ska slängas.
- Snabbkurs i **internationell dans** till exempel disco, afrikansk, square dance, samba, tango, street eller breakdance.
- Gör **tipsfrågor**, pyssel och ritövningar.
- Vid varje terminsavslutning kan ni arrangera **löftesavläggning** så de barn som vill kan avlägga sina medlemslöften. Läs mer på www.junis.se/ledare.
- Dela ut lappar vid hemgång med **frågor** om discot. Vid nästa träff har de med sig lapparna ifyllda. Läs dem och dra sedan två av dem som ni läser högt för alla.

Prata om:

- Hur vill vi jobba med Junis kärnvärden på våra discon?

Riktlinjer för lek

Leken – för alla barn

I Junis ska alla barn, i alla åldrar och med olika förutsättningar kunna vara med.

Leken – i en trygg och nykter miljö

Junis erbjuder verksamhet i nykter miljö med trygga vuxna. För lektrygghet ligger fokus på tillit och gemenskap.

Leken – roligt och utvecklande

I Junis används lära känna-lekar och samarbetslekar som ger ett positivt gruppklimat och främjar samarbete.

Tävlingslekar

Tävlingslekar sker i grupper där alla som är med kan känna sig som vinnare. Vid enskilda tävlingar ska alla ha samma förutsättningar att delta.

Tänk på!

Undvik lekar som kränker eller utsätter barn eller ledare för obehag, till exempel maktlekar och lekar där en blir utpekad som "dålig" eller "dum".

Dans- och rörelselekar

Alla får dansa och röra på sig precis som de vill. Till en del lekar är det musik som spelas, andra inte. När ledarna "bjuder på sig själva" hänger barnen också med.



Här är exempel på discolekar som är anpassade efter Junis kärnvärden och riktlinjerna för lek:

Alla på en stol

Leken liknar "hela havet stormar" men är förändrad så att det är samarbete som gäller istället för att några åker ut. Ställ lika många stolar som barn med stolsryggen mot varandra på ett led. Barnen går runt stolarna till musik. När musiken stannar ska alla rymmas på stolarna. Ingen ska nudda golvet. Det blir färre och färre stolar kvar och svårare och svårare för alla deltagare att få plats på stolarna utan att nudda golvet.

Armkroksdans

Barnen delar in sig i par. De krokas i varandras armar med en armkrok. Sen skuttar de runt varandra till musiken några varv. Be dem att byta varv också så de inte blir yra. Efter en stund byter de person och armkrokas sig med en annan person.

Junis musiksnuttar

På Junis egen skiva finns korta musiksnuttar (30–60 sekunder långa). Sätt igång en snutt i taget och låt barnen känna efter vad det är för typ av musik och improvisera dans som de tycker passar till musiken. Prova till exempel "asiatisk", "barnslig", "skräck", "robot" eller "spansk eldig".

Dansa följa John

Som "följa John" fast med dans. Alla står i en ring och en ledare står i mitten. Ledaren börjar att göra en rörelse till musiken och alla andra härmar den. Antingen kan ni välja ut vem som går in i mitten och gör en rörelse nästa gång eller så kan den som har dansat i mitten dansa fram till en annan person och byta plats. En variant är att göra den i ett led (eller flera mindre led beroende på hur många barn ni har). Ledaren kan efter en stund utse någon annan att leda dansledet.

Dansorm

Ledaren går först och alla barn ställer sig med en eller två armar på axlarna på personen framför. Det är en variant av klassisk långdans. Ledaren kan "gå slalom" mellan deltagarna, gå i ring så alla ser varandra, göra "kanelbullen" där ledaren stannar till i mitten och alla andra snurrar sig omkring. För att hitta ut går ledaren mellan två personer. Ni kan i ledet gå mellan två personer under tiden ni går i dansormen. Ni kan bygga portal genom att ställa er mitt i mot varandra över era huvuden. Låt de andra gå igenom. Den som är först får leda dansormen.



Dansförvandling

I leken spelas musik och alla är på dansgolvet och rör på sig. När musiken stannar ska alla stanna, precis som i dansstopp. När musiken tystnar får alla olika instruktioner att utföra till musiken. Till exempel rör dig som troll, ishockeyproffs, jul-tomten, hundraåring, drottning Silvia, örn, treåring, orm eller artist. Hitta gärna på egna. Ingen åker ut, alla är med hela tiden.

Stanna som

När ledare/DJ stoppar musiken måste alla stå stilla. Här finns inte någon vinnare utan alla gör så gott de kan. Be barnen att stanna på olika sätt, till exempel på ett ben, blunda, som en staty eller som en fotbollsspelare. Prova också att stanna i olika känslor, till exempel arg, glad, trött, ledsen, nöjd. Ni kan variera känslorna med att be dem visa känslorna pyttelite, lagom eller jättemycket.

Knasdans

Här gäller det att dansa så knasigt som möjligt. Härma gärna varandra och bygg vidare på varandras rörelser.

Kreativ limbo

Låt barnen gå under ett hinder som blir lägre och lägre. Barnen böjer ryggen bakåt och försöker komma under ett rep eller en pinne som sänks efter hand. Förändra så att alla är med hela tiden. När stången

sänks får barnen gå under på vilket sätt som helst. Uppmuntra kreativitet. I leken får alla vara med, ingen åker ut.

Lär ut rörelser

Ledare kan lära ut olika rörelser till barnen. Kolla till exempel på Youtube så ni kan lära ut: Macarena, Fågeldansen, Gangnam Style eller annat som är populärt. Ni kan kolla på videon tillsammans i lokalen. I verserna får barnen dansa som de vill och när det blir refräng kan alla försöka härma videon och dansa likadant. Det ska vara kul och en måste inte göra rätt.

Magiskt golv

Sätt på en låt och be barnen dansa. När ledaren pausar musiken ska alla stå stilla. Ropa ut vilken egenskap golvet har när musiken startar igen. Till exempel jättehalt, klistrigt, studsigt, vasst, gropigt, isigt, het sand, uppforsbacke eller mjukt.

Pekfingerdans

Dela in barnen i mindre grupper om 4–5 deltagare. Ni kan spela lugn musik. Be dem att hålla i varandra med pekfinger mot pekfinger och göra rörelser till musiken.

Sitta ihop-dans

Dela in barnen i par eller grupper med tre. De ska röra sig och dansa i rummet fast de "sitter fast" med varandra. De börjar att sitta fast i armbågen, sen knäna i stället, huvudet osv. Gör grupperna större och större och se hur många ni kan "sitta ihop och dansa med".

Prata om:

• Vilka dans- och rörelselekar vill vi göra?

Lekar

Allt som händer på ett Junis-disco behöver inte vara till musik. Om ni har ett mindre disco kan ni blanda dansen med att göra roliga lekar tillsammans.



Alla djuren

Leken påminner om fruktsallad. Alla barnen får en roll, "pingvin", "isbjörn" eller "orangutang". Det är djur som alla hotas av den globala uppvärmningen. Alla barnen sitter på stolar i en ring (om stolarna inte räcker kan ni stå i en ring och hålla varandra i händerna). Ledaren står i mitten och säger till exempel "orangutang". Då ska alla orangutangerna hitta en ny plats, och ledaren tar en av platserna. Den som blir utan ny plats får stå i mitten och säga ett nytt djur eller "stoppa uppvärmningen", då byter alla djur platser.

Alla som-påståenden

Barnen sitter i en ring på golvet, på stolar eller står upp, beroende på hur många barn som deltar. En ledare läser upp påståenden. De barn som håller med om påståendet reser sig och byter plats. Om en är osäker eller inte håller med sitter en kvar. "Junis är kul". "Barn ska få bestämma mer i skolan". "Det är viktigt att alla får prata utan att bli avbrutna". "Jag har rätt att må bra". "De vuxna bestämmer för mycket". "Jag vill bestämma mer". Låt de som vill berätta hur de tänkte efter varje påstående.

Akrobaterna

Dela in barnen i grupper. Ledare ger uppdrag, till exempel att bara ha "sex ben och fyra händer" på golvet. Då ska barnen att hjälpas åt för att lösa det genom att samarbeta och "klättra på" varandra. Antalet händer och fötter

får anpassas efter deltagarantalet. Ta gärna med några roliga utmaningar där till exempel tummar och armbågar ingår i uppgiften.

Ballongerna i luften

Be barnen att sprida ut sig i lokalen. Till att börja med står de på samma plats och dansar samtidigt till musiken. Varje person får "puffa iväg" en ballong en gång. Uppdraget är att ballongen inte får nudda golvet. Lägg in fler ballonger i rummet allteftersom. När det finns många ballonger får barnen röra sig fritt i rummet och hjälpas åt att hålla dem i luften.

Knuten

Alla ställer sig i en cirkel. Alla blundar och sträcker fram sina händer och går sakta inåt i cirkeln för att ta en annan hand i sin. Hjälp till så alla har en hand att hålla i. Uppgiften är att lösa knuten utan att släppa händerna. Är ni många på discot kan ni göra flera cirklar.

Gör annorlunda

Be barnen vara kreativa och hitta egna lösningar på att göra tvärtom eller bara helt annorlunda. Om ledaren säger "hoppa ett steg framåt" så hoppar alla deltagare ett steg bakåt. Säger ledaren "sträck upp höger arm" så sträcker alla upp vänster arm. "Stå på tå" blir "ligga ned på golvet". "Prata" betyder att en ska var tyst. Ingen åker ut, alla får vara med så länge de vill.

Prata om:
• Vilka lekar vill vi göra?

Aktiviteter

Förbered lappar med olika uppdrag till barnen. Gör "namnbingo" så de får möjlighet att enkelt prata med och lära känna varandra lite mer.



Uppdrag

Olika uppdrag (alla som vill får dra varsin lapp när de kommer)

- Bjud upp någon du inte känner att dansa.
- Säg något snällt till minst en person.
- Beröm någon som dansar knasigt eller annorlunda.
- Berätta en rolig historia för någon.
- Hjälp till med något på discot.
- Det står olika djur på lapparna. När du möter någon annan med uppdragskort ska du göra ditt djur – och gissa på kompisens men utan att prata, som charader. Använd till exempel elefant, myra, häst, ko, mygga, katt, hund, giraff, val, orm osv.

Pyssel och ritövningar

Skapa en plats för barn som vill ta det lugnt en stund på discot. Där kan ni ha Struten-tidningar att läsa. Ordna med papper, tuschpennor och kriterior så det går att rita och pyssla. Ni kan också

anpassa pysslet efter olika högtider och säsonger.

Gör ett "klotterplank" där barnen kan skriva eller rita "Det här tycker jag är viktigt i Junis!" eller "Det bästa med Junis-disco!".

Namnbingo

Den här fungerar för upp till 100 deltagare. Varje person får en "namnbingobricka" och en penna. Deltagarna ska samla autografer genom att möta en person i taget. Presentera dig med ditt namn.

Ställ en av frågorna nedan till så många som möjligt. Skriv namnet i den ruta som stämmer in. Ett namn per ruta. Ropa bingo när du har kryssat i alla rutor. Hjälp varandra så alla kan få bingo. Hur lång tid tog det den här gången?

Prata om:

- Vilka aktiviteter vill vi göra?



Junis namnbingo

Har varit med på Junisaktivitet tidigare	Har ett husdjur	Gillar att gå på bio	Har syskon
Har varit på läger	Är medlem i UNF (Ungdomens Nykterhetsförbund)	Spelar ett instrument	Är på Junisdisco för första gången
Är eller har varit med i ett idrottslag	Har ett smeknamn	Gillar att dansa	Gillar att bada
Är född på 2000-talet	Har varit med på Junisdisco tidigare	Gillar choklad	Bor i lägenhet
Spelar dataspel	Talar fler språk	Är vegetarian	Gillar att läsa

Sist på discot

När musiken har tystnat får alla barn berätta och enkelt visa vad de tyckte om discot. Ni ledare kan informera om era kommande aktiviteter.



Vad tyckte barnen?

Be barnen berätta vad de tyckte om discot direkt när det slutat. Ett sätt är att de räcker upp fingrarna i luften. Ett finger är låg poäng och fem fingrar är max, jättebra disco. Ni kan plasta in tre olika smajlisar, en glad, en neutral och en missnöjd. Låt ledare hålla upp varsin bild. Be barnen gå och ställa sig vid den bild som visar vad de tyckte om discot. Har ni ont om tid kan de "checka

ut" genom att klappa på bilden som visar vad de tyckte när de går ut från discot. I samband med terminsavslutningen kan ni lämna en utvärderingslapp för barnen att fylla i och lämna till ledaren. Där kan de betygsätta terminens discon, önska teman på discot till nästa termin och svara på frågor som rör till exempel lokal, dagar och tider och lekarna eller aktiviteterna under era discon.

Prata om:

- Hur vill vi utvärdera med barnen?



När discot är slut

Dela ut information om Junis, till exempel foldern om Junis, senaste numret av Struten och inbjudningar till kommande arrangemang (om ni har nya medlemmar).

Kolla noga så alla barn blir hämtade eller om någon behöver er hjälp att kontakta sin målsman. En del barn kan gå hem själva om målsman har gett tillstånd.

Prata om:

- Vem delar ut information till barnen?
- Vem checkar av så alla barn har blivit hämtade?

Efterarbete

När barnen gått hem återställer ledarna lokalen, utvärderar hur discot gick, redovisar ekonomin och rapporterar nya medlemmar till Junis.



Städa och plocka ihop

När barnen gått hem är det dags att ställa i ordning och städa lokalen. Plocka ihop utrustningen och Junis-dekorationerna. Kanske ska materialet läggas i bil eller bäras till förråd.

Ekonomi

Har ni tagit emot medlemsavgifter och haft försäljning i kiosken ska ni redovisa kassan till kassören. Spara och redovisa kvitton för inköp. Spara växelkassa till nästa gång.

Redovisa medlemmar

Lägg in nya medlemmar i föreningen i eBas (se *sidan 15*).

Ledarutvärdering

Ledarna träffas för att prata om vad som var bra och vad som kan bli bättre till nästa gång:

- Vad tyckte barnen om discot?
- Vad tyckte vi ledare var bra?
- Hur var låtarna på discot?
- Kunde alla barn vara med?
- Visste alla ledare vilka uppgifter de hade?
- Bidrog hjälpledare och möjliggörare?
- Blev det roligt och utvecklande för barnen som deltog?
- Var lokalen och miljön anpassad efter barnen?
- Hur blev det med Juniskänslan?
- Vad kan vi göra bättre nästa gång?

Prata om:

- Vem håller i utvärderingen?
- Vem har hand om kassan?
- Vem rapporterar de nya medlemmarna?

Häng med på disco

Ett Junis-disco är mer än bara dans för här planerar och genomför barn och ledare discot tillsammans. De väljer musik, lekar och vad som ska finnas i kiosken. Det finns tid för uppträdanden av barnen och möjlighet att lära känna nya kompisar. Allt utgår från Junis kärnvärden, demokrati, solidaritet och nykterhet.

Målet med våra discon är att barnen ska få en rolig och utvecklande verksamhet att delta i på sin fritid och att fler barn får möjlighet att bli medlemmar i Junis.

Häftet är ett pedagogiskt verktyg som innehåller konkreta tips och råd för dig som är ledare. Det är du och din förening, eller distrikt, som bestämmer hur ni vill göra era discon. Till er hjälp har ni frågor att prata om.

För att komma igång behöver ni ledare, en lokal, musik, marknadsföring, teknik, lekar och sist men inte minst: barn som vill hänga med på disco!



www.junis.se