

Var med  
och bestäm!

# Junis rådslag



# Förberedelser

## **Innan föreningsträffen ska ni förbereda:**

- Stolar i ring eller plats att sitta på golvet och inleda träffen
- Klotterplanket (papper på ett bord, blädderblockspapper på vägg eller bord eller en duk och pennor)
- Pennor och papper till alla deltagare
- Skriva ut motionsmallen till alla deltagare
- Projektor om ni vill använda er av power point-presentationen som stöd för aktiviteten
- Skriv ut namnbingon om ni vill använda den istället för namnrundan

# Program

## Exempel på program för en föreningsträff

Träffen är planerad för att vara 90 minuter men går enkelt att förlänga genom att leka fler lekar eller lägga mer tid på varje aktivitet.

- 17:00**            **1. RÅDSLAGET startar**
- a. Hej och välkomna
  - b. Hur mår alla runda – läget, namn och en frukt
  - c. Information om träffen
  - d. Klotterplanket
- 17:10**            **2. LEK**
- a. En allmän lära känna-lek – Till exempel "Alla som"
- 17:20**            **3. "RÅDSLAGSREGLER"**
- a. Påminn om de regler ni har i föreningen /  
Sätt upp gemensamma regler
- 17.25**            **4. OM DEMOKRATI**
- hela tiden, och ibland ännu mer på speciella möten.
  - a. Berätta om mötet, som träffen förbereder inför,  
exempelvis förenings- eller distriktsårsmöte
- 5. LEK**
- a. Sjung en sång, eller gör någon snabb lek
- 17.30**            **6. Visa "FILMEN OM JUNIS".**
- 17.35**            **7. IDÉINSAMLING**
- "Hur ska Junis bli ännu bättre?"
- a. Frågor anpassade till föreningen och distriktet
  - b. Vad vill ni göra?
  - c. Hur kan vi bli fler junisar?
- 17:50**            **8. KOLLA FÖRSLAGEN**
- 9. ENERGIZER**
- 18.00**            **10. PROVA ATT SKRIVA**
- en motion till föreningen eller distriktet
  - a. Vad är en motion?
- 18.20**            **11. AVSLUTNING**

**Junis  
rådslag**

# Ledartips

## **Demokratiskt arbetsätt**

Under rådslaget har vi fokus på att lyfta fram barnets åsikter. Det kan ibland innebära att du behöver hjälpa till så alla i de mindre grupperna får komma till tals. Det kan också innebära att du själv som ledare får "kliva tillbaka" och inte leda eller styra ibland. Det är en balansgång förstås.

*Se till att vara tillräckligt många ledare så att alla barn kan få hjälp att skriva sina motioner och bli lyssnade till.*

## **Fem snabba tips för ett lyckat rådslag**

- Ha roligt tillsammans med barnen
- Behandla alla lika
- Be om hjälp om du behöver och ge hjälp om någon behöver
- Håll tiderna
- Använd ett positivt språk

# Tips på lekar

Ännu fler exempel hittar du i film- och disco-ledarmaterialen på [www.junis.se/ledare/material](http://www.junis.se/ledare/material)

## **Spegelkull**

Utse en som är kullare. Alla andra ska akta sig för den personen. Om ni är många i gruppen kan det vara två som är kullare. Kullaren klappar lätt på axeln för att kulla. Den som blir kullad stannar, fryser i sin position. Alla andra kan då rädda den personen genom att härma den som blivit kullad. När en person räddar kan man inte bli kullad. Så snart personen är befriad måste de fortsätta att undvika kullaren. Tänk på att en del tycker att det är jobbigast (och roligast) att vara kullare. Byt ut så att flera får prova på att vara kullare.

## **Karlsson till Persson**

Dela in deltagarna i par. Ledaren börjar vara utropare. Utroparen ropar ut tre olika kommandon som barnen ska göra. Starta med exempelvis rygg mot rygg, hand mot hand och fot mot fot. När alla deltagare har utfört uppdraget ropar ledaren: "Karlsson till Persson". Då ska alla hitta någon ny att samarbeta med. Öka svårighetsgraden eftersom men tänk på att bara välja områden på kroppen där det är okej att hålla i varandra.

## **Bröökull**

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





### **Hus, person eller orkan**

Det här är en lek från Filippinerna där det finns orkaner som är så kraftiga att husen kan blåsa bort. Be alla att ställa sig i grupper om 3 personer i varje grupp. En står i mitten och de två andra räcker upp båda händerna över mittenpersonens huvud. De bildar då ett tak på huset. Personen i mitten är den som bor i huset, så kallad person. Det finns tre olika uppmaningar som kommer att ropas ut av ledaren.

Om ledaren ropar "person" ska alla som står i mitten byta och springa till något annat tomt hus.

Om ledaren ropar "hus" så är det båda personerna som bildat huset som byter plats. De kan springa till valfri person som är utan hus. De behöver inte springa tillsammans.

Om ledaren ropar "orkan" så virvlar alla personer fritt omkring en stund. Sen ska de snabbt bygga ihop hus där olika personer kan bo.

Efter en stund kan den som är ledare kliva in i leken, som person eller hus. Då kommer någon att stå kvar själv och den blir då ny utropare en omgång. Sen är den personen snabb att kliva in i leken. På så sätt får flera prova på att vara utropare.

### **Kamratrik**

Alla står i en ring och fattar varandras händer. Korsar händerna med höger arm över vänster och greppa varandras händer. När ni står samlade kan ni välja att sjunga till exempel "Vem kan segla för utan vind" eller "bara" nynna den tillsammans.

Efter sången är avslutad så säg tillsammans i kör: "Slut för idag, tack för idag".

Vänd er alla samtidigt utåt utan att släppa varandras händer och nu är ni klara!

# NOTOR PÅNÄ

Junis  
rådslag

# Skriv en motion



Vad  
föreslår  
du/ni?

På vilket  
sätt skulle  
förslaget  
göra Junis  
bättre?

Skriv en  
"att-sats".

Därför föreslår jag/vi att ...

Skriv vem/vilka  
som skrivit  
motionen.

Skickas till:

**Förening**

Innan årsmötet börjar

**Distrikt**

Tre veckor innan

**Kongress**



# Junisnamnbingo

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	Gillar att baka
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	Gillar choklad	Bor i lägenhet
Spelar dataspel	Talar fler språk	Är vegetarian	Gillar att läsa

# Junisnamnbingo

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	Gillar att baka
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	Gillar choklad	Bor i lägenhet
Spelar dataspel	Talar fler språk	Är vegetarian	Gillar att läsa