

# Junis-träffar

## att genomföra utomhus!

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



Att tänka på!

# Värderingsövningar

För att värderingsövningarna ska fungera på ett bra sätt behöver deltagarna känna sig trygga med varandra och våga prata om vad de tycker och känner. Starta gärna med några enkla påståenden som uppvärmning. Viktigt att komma ihåg:

- Ledaren bör inte berätta hur man ska tänka eller känna. Hen ska vara neutral och objektiv.
- Uppmuntra gruppen kollektivt.
- Inget svar är mer rätt än ett annat.
- Låt barnen yttra sina åsikter och var noga med att inte döma barnen för vad de tycker eller tänker.
- Man har alltid rätt att ändra sig eller passa.

## 4-hörnsövning

Varje hörn i rummet står för ett svarsalternativ gällande en viss fråga. Ledaren säger en fråga/påstående/berättelse. Presentera vad de olika hörnen står för och låt sedan barnen ställa sig i det hörn som visar hur de vill svara eller löser problemet.

## Heta stolen

Ställ stolar i en ring till alla deltagare och en extra stol. Ledaren läser upp påståenden. Den som håller med om påståendet byter plats till en annan stol, den som inte vet eller inte håller med sitter kvar på sin stol. Följ gärna upp någon av frågorna med att fråga deltagarna hur de tänkte eller varför de tycker så.

## Ja-Nej-Kanske

Lägg ut lappar med orden "Ja" "Kanske" och "Nej" på golvet. Läs upp ett påstående i taget. Deltagarna får ställa sig vid den lapp som visar vad de själva tycker.

## Linjeövning

Ledaren lägger ut lappar numrerade från 1 till 6 på golvet, och läser sedan upp ett påstående. Barnen tar plats längs linjen där ena änden av linjen är ett svar (ex helt rätt) och andra änden är andra ytterligheten (ex helt fel).



# Träff 1



## Se alla – 5 min

### Enkel namnlek

Stå i en ring. Var och en säger sitt namn och ett positivt adjektiv med samma bokstav som namnet, t.ex. Greta – glad och Hassan - hjälpsam. Alla börjar från den första och upprepar alla namn som kommit före ens eget. Som extra kan någon till slut få till uppgift att upprepa namnen i motsatt ordning. Med yngre barn kan adjektiv ibland vara svårt. Då kan man förenkla och låta barnen säga vad som helst som börjar på samma bokstav: Anna Ananas, Maria Maskros, Pelle Planet.

## Uppvärmning – 15 min

### Skicka bollen

Deltagarna står i en ring och ska skicka en boll mellan sig snabbast möjligt. Alla deltagare ska ha rört bollen. Lekledaren tar tid. Den första varianten på lösning blir ofta att bollen skickas från hand till hand. Nu får laget möjlighet att göra om det hela på ett sätt som de tror går fortare. De får ställa sig som de vill men reglerna som gäller är: bollen ska skickas i samma ordning (alla deltagare ska få bollen och ge den vidare till samma deltagare som de under förra varvet fick av respektive gav vidare åt) och alla ska ha rört bollen. Nu gäller det att tänka till. Kanske lösningen är att bilda en bana med händerna som bollen rullar igenom. Laget får ännu ett försök att vässa tiden. En lösning kan då vara att ställa sig i en tät cirkel och snabbt skicka bollen mellan varandra. Det finns inget facit till denna uppgift, utan här får deltagarna vara kreativa och hitta flera olika lösningar och att samarbeta på bästa sätt.

## Junis hjärta – 10 min

### Linjeövning

Lappar med siffrorna 1-6 läggs på marken.

*I skolan frågar Elin om hon får följa med till Junis. Moa som inte gillar Elin säger att det inte finns plats för en till. Om Elin börjar tänker Moa sluta. Gör Moa rätt som säger till Elin att det inte finns plats?*

Helt rätt-----helt fel

*På läger får junisarna vara uppe hur sent de vill för sina ledare. Är det bra eller dåligt av ledarna?*

Mycket bra-----mycket dåligt

*Nina berättar för en ledare att en äldre junismedlem smygröker. Tycker du att det är bra gjort av Nina?*

Ja, absolut --- nej, absolut inte

## Huvudaktivitet – 45 min

### Skogsbingo

Dela ut bingobrickorna. På bingobrickorna finns, istället för siffror, bilder eller namn på saker i omgivningen. Dela in barnen i mindre grupper. Sedan ska de under en viss tid, kanske tjugo minuter, springa runt i skogen, hämta föremålen som finns på bilderna och sedan komma tillbaka och lägga rätt sak i rätt ruta. Prata om vad som ligger i rutorna, vad det heter, vad det är för något och vad det kan användas till. Använd floror (och faunor) om ni inte vet vad det är.

Att tänka på:

- Avgränsa skogen om den är för stor.
- Man kan ha färger i rutorna istället för bilder. Då ska barnen hitta något gult att lägga i den gula rutan, något rött att lägga i den röda osv...
- Se till att ingen springer för långt bort och inte hittar tillbaka.

## Avslutning – 15 min

### Avslutande runda

Samlas i en ring, låt alla barnen i tur och ordning berätta om något som var extra roligt ikväll. Avsluta med att berätta vad ni ska göra nästa gång och hälsa alla välkomna tillbaka.



# Träff 2



## Se alla – 5 min

### Droger gör dig passiv

Samla alla barnen i en ring, hälsa alla barn välkomna och gör gärna en kort rörelseramsa t.ex. Droger gör dig passiv (instruktioner finns på [www.junis.se/ledare](http://www.junis.se/ledare)).

## Uppvärmning – 15 min

### Bygga torn

Du behöver en hög skräp av olika sorter.  
Dela upp junisarna i olika grupper och be dem bygga så högt och stabilt torn som möjligt av skräp/sopor. Ta tid (5-7 minuter räcker), när alla är färdiga kan grupperna gå runt och titta på varandras torn.

## Junis hjärta – 10 min

### Twisted letters

Gruppen delas in i mindre grupper beroende på antalet deltagare. Varje grupp får ett ord som har med Junis att göra. Gruppen ska sedan bilda ordet med sina kroppar. För att bilda ett så tydligt ord som möjligt krävs att hela gruppen samarbetar och planerar tillsammans. Sedan kan man diskutera hur det var att forma ordet och vilka svårigheter grupperna stötte på.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Land, skepp och hav

Låt medlemmarna ställa upp sig på ena sidan av en hyfsat stor plan. Lägg ett långt rep/snöre i mitten av planen. Låt sedan en ledare vara "berättare". Sidan som medlemmarna börjar att stå på kallas "land", mitten där repet/snöret ligger kallas "skepp" och sidan längst bort på planen kallas "hav". Sedan ska berättaren säga orden land, skepp eller hav och då ska medlemmarna springa dit beroende på vilket ord berättaren säger. T.ex. säger berättaren: "skepp" så ska alla springa till mitten där repet/snöret ligger. Den som kommer först får en poäng, men fokusera inte på poängen utan peppa alla att hela tiden göra sitt bästa.

Fortsättning på nästa sida

### Att tänka på:

- Berättaren kan även baka in orden land, skepp och hav i en liten påhittad berättelse. Till exempel "I ett land (paus för spring) långt borta fanns ett skepp (paus för spring) som skulle segla ut mot havet (paus för spring.)"
- Termerna kan också bytas ut mot t.ex. babord, styrbord och durk. Ett roligt inslag kan då även vara "bommen kommer" då alla måste lägga sig ner på marken
- Tänk på att välja en plan med lite gropar, stenar och annat man kan snubbla på när ni är utomhus.

## Avslutning – 15 min

### Känsloträdet

Deltagarna uppmanas att en och en kort fundera över vad som varit roligast, tråkigast, jobbigast osv. under träffen. Vad har du haft för känslor? Efter en kort stunds funderande får den som vill berätta vad den kom fram till. På det sättet hjälper gruppen varandra att minnas vad de gjort under träffen. Varje junis får därefter i uppgift att tyst fundera ut något som varit speciellt just för hen, en känsla som hen kommer att ta med sig från träffen. Därefter får alla varsin papperslapp där de får skriva ner den valda känslan. Det kan vara en positiv eller en negativ känsla, det viktigaste är att alla funderar tyst för sig själva. När man skrivit ner sin känsla viker man ihop sin lapp till en liten rulle och knyter fast den på ett snöre som gruppen fått. När hela gruppen knutit fast sina känslor på snöret knyter ledaren fast snöret i ett träd. Det är Junisgruppens känsloträd. Påpeka att det här är en sluten övning där ingen annan får läsa vad du skrivit.



# Träff 3



## Se alla – 5 min

### Bra-ringen

Inled med en runda där ni står i ring, skicka en boll eller annat föremål mellan barnen som alla får säga sitt namn och något de tycker är bra med Junis.

## Uppvärmning – 15 min

### Ballongbalans

Dela in deltagarna i par och ge paren var sin ballong. Varje par ska nu ta sig igenom en hinderbana (som kan bestå av exempelvis rockringar, stenar, bänkar, träd osv) med ballongen mellan sig på valfritt sätt. Man får hålla fast ballongen med allt utom händer och armar. Leken går inte ut på att klara av banan snabbast möjligt, utan att ha så roligt som möjligt medan man samarbetar.

## Junis hjärta – 10 min

### Sketch

Gör en sketch tillsammans med barnen som utspelar sig i ett klassrum eller på Junis-träffen. Medlemmarna i föreningen tycker inte om det ledarna har bestämt att vi ska göra på föreningsträffarna. Stanna upp sketchen och låt barnen komma med tankar kring hur medlemmarna i föreningen skulle kunna påverka innehållet på föreningsträffarna.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Tipsrunda

Välj en tipsrunda som du hittar på [www.junis.se/ledare](http://www.junis.se/ledare). Skriv ut och sätt upp i förväg. Sprid ut tipsrundan så att junisarna gör några frågor och sedan kommer till en station och så vidare. Behöver ni så använd flera tipsrundor.

Är ni många kan ni öka antalet stationer.

Station 1 – Kom på tre djur som börjar på bokstaven A.

Station 2 – Sjung en sång om ett djur

Station 3 – Ställ er i längdordning

Station 4 – Sortera skräpen rätt (ha 5 olika skräp och några tunnor tydligt uppmärkta, låt junisarna sortera)

## **Avslutning – 15 min**

### **Junis-sång**

Avsluta med att sjunga Junis-sången, eller någon av Junis-lägersånger, tillsammans och berätta vad som händer nästa gång. Ladda ner och skriv ut, eller beställ Junis sånghäfte på [www.junis.se/ledare/material](http://www.junis.se/ledare/material). Musiken finns att lyssna på i Junis bildbank.





# Träff 4



## Se alla – 5 min

### Namn rundan

Hälsa alla välkomna. Är det nya medlemmar på plats så gör en namnrunda och låt alla presentera sig med namn och sitt favoritdjur.

## Uppvärmning – 15 min

### Lagkurragömma

Ledaren delar in deltagarna i två lika stora lag. Om deltagarna inte känner varandra behöver lagen band eller något annat märke som visar vilket lag man hör till. Vardera laget väljer ut den person som ska leta efter de andra. Alla andra gömmer sig. Uppgiften är att hitta de som hör till det motsatta laget. De som redan har hittats samlas på ett synligt ställe. Man får inte hjälpa den som letar och man får inte heller rädda de andra. Leken tar slut då någon av letarna har hittat alla från det andra laget.

## Junis hjärta – 10 min

### Heta stolen - Nykterhet

Se instruktioner på sidan 2.

- Alla som gillar att titta på Melodifestivalen
- Sommaren är bästa årstiden
- Lakrits är godaste godiset
- Jag tror många röker för att verka vuxna
- Rött är finaste färgen
- Med en muta från sina föräldrar är det lättare att inte börja röka eller snusa
- Det är okej att föräldrar tittar igenom barnens jackfickor för att se om det finns cigaretter där
- Taco är godare än pizza
- Föräldrar som själva röker har svårare att neka barnen att börja röka
- Det är lätt att sluta röka eller snusa bara man vill
- Alla kan bli beroende av tobak
- Det är lätt för ungdomar under 18 år att få tag i tobak

## Huvudaktivitet – 45 min

### Ljusspår

På ljusspåret förflyttar man sig längs en upplyst stig, en och en eller i en mindre grupp.

Ett ljusspår kan bestå av flera delar:

- Förflyttning (är förstås alltid med): Lys upp stigen väl så att man inte snubblar.
- Naturupplevelse (kan förstärkas på detta sätt): Lys upp olika naturföremål som finns längs spåret. Det ger fina upplevelser och häftiga perspektiv.
- Junis-inslag: Värdeord eller meningar som handlar om Junis och vad Junis står för.

Tänk på att de som går spåret inte ska bli bländade – försök skärma av lyktor och ljus, t.ex. bakom träd och stenar. Använd fotogenlyktor, marschaller, värmeljus, gravljus etc.

Att tänka på:

- Ställ ljus i liggande plåtburkar så får ni fina "strålkastare" utan att blända! Släck annan belysning som stör!
- Ta inte med ficklampor när ni går!
- En patrull kan göra ett kort ljusspår för de andra.
- Ledarna kan göra ett ljusspår som en överraskning.
- Ljusspår är en bra kvällsavslutning.
- Tänk på brandfaran när ni placerar ut ljus av olika slag! Det kan vara obehagligt att gå i en mörk skog om man inte är van.
- Tvinga ingen att gå ensam. Ljusspåret ska inte ge obehagliga minnen.

## Avslutning – 15 min

### Eldavslutning

Om ni har möjlighet, avsluta med att sitta runt elden/eldstaden/grillen och grilla marshmallows eller göra hajkbananer. Till hajkbananer behöver du bananer, choklad, en kniv och folie. Skär ett långt jack i varje banan där junisarna kan stoppa ner 3-4 chokladbitar och sedan rulla in den i folie och lägga på elden.



# Träff 5



## Se alla – 5 min

### Välkomna

Hälsa alla välkomna och presentera er som ledare om det kommit nya barn sen förra träffen.

## Uppvärmning – 15 min

### Koldioxidkull

Leken kan på ett enkelt sätt fungera som en introduktion till att prata mer om klimatfrågor. Leken belyser hur fabriker och utsläpp påverkar vår närmiljö och utsläpp av koldioxid. I leken gestaltas hur naturen kan fungera som en självläkande faktor, träden omvandlar koldioxiden och fler träd ger en renare miljö.

1. Välj ut en junis som blir "Fabrik" (kullare) – bestäm hur fabriken ska röra sig.
2. Välj ut en junis som blir "Träd" – bestäm hur trädet rör sig
3. "Fabriken" ska kulla alla andra junisar som när de blir kullade förvandlas till "Koldioxid" – bestäm innan hur en "Koldioxid" ser ut.
4. "Trädets" uppgift är att fånga in och rädda koldioxiden genom att ta armkrok. Koldioxiden förvandlas då till träd och bildar en kedja med övriga träd. De fortsätter nu tillsammans att rädda fler "Koldioxid"
5. Leken är slut när all koldioxid är infångad och räddade av träden.

Vill ni utveckla leken:

Leken kan göras svårare genom att bygga flera fabriker (välja ut fler som är fabriker) och kan då hjälpa till att gestalta obalansen i samhället.

## Junis hjärta – 10 min

### Diskutera

Dela upp junisarna i mindre grupper och låt dem diskutera vad händer som händer i miljön och leken om vi börjar med fler än en fabrik, eller fler än ett träd? Sammanfatta gemensamt och diskutera med junisarna vad leken egentligen innebar.

## **Huvudaktivitet – 45 min**

### **Vad försvinner först?**

Nu ska vi testa hur lång tid det tar för olika saker att brytas ner i jorden. Vi väljer ut fem olika saker som vi vill testa, det kan t.ex. vara ett bananskal, ett godispapper, en glasspinne, en plastmugg, toalettpapper och en glasbit. Vi ska ha minst fyra exemplar av varje sak. Vi gräver nu fyra lika djupa hål i marken (ca 20 cm djupa) bredvid varandra och fördelar sakerna så att det finns ett exemplar av varje sak i hålen. Nu gräver vi igen hålet och märker ut dem ordentligt så att vi lätt kan hitta tillbaka. Vi markerar sedan tillsammans i almanackan fyra tillfällen det kommande året, då vi ska gräva upp ett av hålen och se vad som hänt med sakerna vi grävt ner. Diskutera kring vad som hänt och varför det har blivit som det blivit.

## **Avslutning – 15 min**

### **Avslutningsringen**

Samla junisarna i en ring, låt alla barn i tur och ordning säga något om vad de tyckte om dagens träff. Avsluta med att berätta om vad som händer nästa gång.

# Träff 6

## Se alla – 5 min

### Välkomna

Hälsa barnen välkomna. Gå varvet runt och låt alla barn säga något roligt de varit med om under tiden som gått sen förra träffen.

## Uppvärmning – 15 min

### Hoppa mellan isflaken

Junisarna har förvandlats till isbjörnar som behöver ta sig över havet till säkerheten på andra sidan. Till sin hjälp har gruppen ett begränsat antal isflak att stå på. Material: Sittunderlag, brickor eller liknande, ju större desto lättare. Något som markerar en början och ett slut på sträckan.

1. Dela in junisarna i grupper om minst tre personer i varje.
2. Junisarna får sedan ett antal kartongbitar/sittunderlag, några fler än de är i gruppen. Gruppen ska på dessa bitar förflytta sig framåt genom att endast gå på bitarna och sedan skicka dem framåt mellan sig utan att trampa utanför.
3. Förklara reglerna ovan och visa vilken sträcka junisarna ska ta sig mellan.
4. Om junisarna klarade att ta sig mellan punkt A och B utan problem kan ledaren ta bort en kartongbit för att göra det lite svårare till nästa omgång.

Gör leken svårare genom att ta bort en bricka p.g.a. högre temperatur och att isen smälter. Gör leken lättare genom att isen fryser till och en bricka läggs till.

## Junis hjärta – 10 min

### Heta stolen - solidaritet

Se instruktioner på sidan 2.

Fortsättning på nästa sida

- Glass är godare än popcorn
- Hundar är sötare än krokodiler
- Det är kul att åka tåg
- Det är viktigt att sopsortera
- Kanelbullar är godare än rulltårta
- Det är aldrig okej att flyga
- Jag behöver verkligen alla leksaker jag har
- Min skola bryr sig om klimatet
- Sverige är ett så litet land att det inte spelar någon roll vad vi gör
- Skolan ska bara servera vegetarisk mat
- I Junis-föreningen kan vi göra mer för att hjälpa klimatet
- Junis ska bara servera vegetarisk mat på föreningsträffar och läger

## Huvudaktivitet – 45 min

### Sorteringskampen

Gå igenom grunderna i sopsortering, d.v.s. hur olika material ska sorteras. Markera ut ett område per grupp. Det ska vara fullt med olika sorters skräp som ska sorteras. Gruppen får kärll märkta med glas, metall, plast, brännbart o.s.v.

På en given signal får grupperna springa in i sitt område och börja sopsortera skräpet de hittar. Anpassa tiden de får till hur mycket skräp ni har lagt in i området. När tiden gått ut får gruppen poäng för varje skräp de hittat och lagt i ett sokärl. Men de får även minuspoäng för det skräp som sorterats fel. Den grupp som fått flest poäng vinner. Gå igenom vad som sorterats fel och diskutera varför det är lätt att göra fel och hur man ska veta vad som ska sorteras som vad.

Leken kan varieras och anpassas för olika grupper och åldrar. Låt t.ex. junisarna köra en person i en skottkärra. Det är bara personen i skottkärran som får plocka upp skräpet. En annan variant är att junisarna måste gå två och två i armkrok och bara får plocka skräp med sin fria hand. För att göra det ännu svårare kan de ben som är mot varandra också bindas ihop så paret får "tre" ben tillsammans. En annan variant är att de står två och två bakom varandra. Den junis som står längst bak har händerna på axlarna på kompisens framför. Den junis som står längst fram måste blunda eller ha ögonbindel och blir styrd av sin kompis som står bakom. Det är bara junisen längst fram som får plocka skräp.

Material:

- Rep eller liknande att markera varje grupps område med
- En massa skräp
- Behållare som är uppmärkta för respektive slags sopor

## **Avslutning – 15 min**

### **Kexutmaningen**

Deltagarna ska äta tre Mariekex och sen försöka sig på att vissla "lilla snigel", eller en annan melodi som alla kan, utan att dricka något. Ni kan gärna göra det till en stafett mellan grupper om ni har många barn. När första deltagaren har visslat melodin börjar nästa att tugga i sig sina kex.

Avsluta med att hälsa alla välkomna tillbaka nästa vecka och berätta vad som ska ske då.