

# Junis 50 år!

## 10 färdiga

# Junis-träffar

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



## 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.

### 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 så de syns tydligt. 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 marken, 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 ytteligheten (ex helt fel).

En och en  
halv timme

# Träff 1

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### Ljuda vokaler tillsammans

Alla ligger som en blomma med fötterna inåt. Låt barnen turas om att ljuda en vokal och alla andra barn ska följa med i ljudandet. En ledare går runt och petar på något barns fot som då ska byta vokal och alla andra ska följa. Vokaler är A, E, I, O, U, Y, Å, Ä eller Ö.

## Junis hjärta – 10 min

### Budskap

Dela upp medlemmarna i mindre grupper, ge varje grupp några post-it lappar och pennor. Be alla medlemmar att skriva några förslag på olika Junis budskap som sen ska användas när grupperna gör plakat. Berätta för medlemmarna om vad Junis grundsatser, demokrati, solidaritet och nykterhet.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Skapa plakat

Dela upp medlemmarna i grupper, varje grupp ska ha en stor bit kartong, färgpennor/vattenfärg/annan färg. Grupperna ska göra plakat med budskap som Junis tycker är viktiga. Till exempel "Junis är kul", "sprit är skit", "var snälla mot varandra". Plakaten kan sättas upp i lokalen, användas vid någon utomhusaktivitet eller på någon familjedag på torget till exempel.

## Avslutning – 15 min

### Vad var roligast?

Samla alla barnen i en rund ring på golvet, låt alla i tur och ordning berätta vad som var roligast i dag.  
Avsluta med att berätta vad vi gör nästa gång.

En och en  
halv timme

# Träff 2

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### Dansstopp med tema

Förbered en spellista genom att till exempel köpa sånger ni vill använda på en valfri streamingtjänst. Välj sånger utifrån ett tema, till exempel Disney, melodifestivalen eller något annat. Kom ihåg att inte använda Spotify i Junis verksamhet då detta ej är tillåtet enligt vårt STIM-avtal. Spela musik, när musiken stannar ska alla barn ställa sig som det ledarna säger. Till exempel, stå som en papegoja, fisk, sten, kanelbulle, träd, älg och kaktus.

## Junis hjärta – 10 min

### Heta stolen

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.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Krabboll

Dela upp medlemmarna i två lag. Ta fram en mjuk boll. Ställ upp två mål på varsin del av lokalen. Instruera medlemmarna att stå som en krabba, det vill säga på händerna och fötterna med rumpen nedåt. Krabboll spelas genom att lagen går som krabbor och ska sparka på bollen och försöka göra mål på motståndarlaget.

## Avslutning – 15 min

### Fruktstund

Avsluta med att äta frukt tillsammans och låt alla medlemmar i tur och ordning berätta vad de skulle vilja göra på nästa Junis-träff.

En och en  
halv timme

# Träff 3

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### Armkroksdans

Barnen delar in sig i par. De krockar 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 armkrockar sig med en annan person.

## Junis hjärta – 25 min

### Skräp i naturen

Prata med barnen om vad som händer med skräp i naturen. Vilka faror finns om olika saker inte återvinns på rätt sätt? Till exempel rostiga spikar, trasiga konservburkar, glas, plast i havet osv. Vad kan hända? Kan någon göra illa sig?

## Huvudaktivitet – 30 min

### Återvinningsleken

Rummets fyra hörn och mitten av rummet symboliserar olika återvinningsstationer t.ex. plast, metall, glas, kartong och kompost. Sätt upp lappar i varje hörn och i mitten vad varje hörn är. Alla börjar i mitten. Ledaren ropar ut olika saker som kan återvinnas t.ex. bananskal, mjölkkartong, äggkartong, glasburk, godispåse, morotsblast och barnen ska springa till det hörn där föremålet ska återvinnas.

Ha gärna med några exempel på föremål som är svåra att källsortera till exempel kuvert, Lego-bit, blomkruka av plast, chipspåse, bubbelplast och gå igenom tillsammans med barnen hur svåra föremål ska sorteras.

## Avslutning – 15 min

### Fruktstund

Avsluta med att äta frukt tillsammans och låt alla medlemmar i tur och ordning berätta vad som var svårast idag.

En och en  
halv timme

# Träff 4

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### Skattjakt

Göm fem retroföremål i lokalen. Till exempel LP-skiva, kassetband, gammal mobiltelefon (ej smartphone), fast telefon, tamagotchi, VHS-kassett, DVD kan också fungera. Dela upp medlemmarna i lämpligt antal grupper och ge dem några ledartrådar. Till exempel fisk om föremålet är gömt långt ner eller fågel om föremålet är gömt högt upp. Det går också att ge olika ledtrådar allt eftersom. När alla föremålen är hittade kan ni fråga om barnen vet vad det är för något. Om de inte vet så kan ni berätta.

## Junis hjärta – 10 min

### Solidaritet

Om likheter och olikheter. Dela upp medlemmarna i grupper om 3 per grupp. Be grupperna att hitta en sak som de alla har gemensamt. Kan vara en glass, en bok eller en TV-serie eller något helt annat. När alla grupper är klara så får de gå en runda och berätta vad de hade gemensamt. Be sedan alla grupper hitta en grej som de tycker olika om, kan vara sporter, böcker, TV-serier eller något helt annat. Be alla grupper att berätta vad de tyckte olika om. Sammanfatta med att alla är olika och det finns saker vi tycker lika om och saker vi tycker olika om.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Dekorera kakor

Köp enkla kakor utan dekoration (eller baka runda mördegskakor). Exempel på kakor är havreflarn, mariekex, havrekakor eller digestivekex. Köp (eller gör egen) frosting i olika färger. Enklast är att blanda florsocker med vatten och karamellfärg (eller pastafärger). Det är också roligt att ha lite olika godisar, strössel eller annat. Medlemmarna ska dekorera kakor med inspiration av skattjakten och retroföremålen.

## Avslutning – 15 min

### Fruktstund

Avsluta med att äta frukt tillsammans och låt alla medlemmar i tur och ordning berätta vad som var svårast idag.



# Träff 5

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### 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.

## Junis hjärta – 10 min

### Demokratisk verksamhet

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.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Disco

Använd er av foldern "Häng med på disco" och planera för ett disco. Som musik kan ni använda Junis 50 års playlist. Foldern finns på [www.junis.se/ledare/material](http://www.junis.se/ledare/material). Be alla Junis-medlemmar på föregående träff att bjuda med en kompis så ännu fler barn får möjlighet att ha roligt med Junis. Ni kan använda er av "bjud med en kompis"-kortet som finns att beställa på Junis hemsida.

## Avslutning – 15 min

### Raketen

Avsluta med att göra "raketen" tillsammans och ropa Junis. Säg hej då till alla barn och se till att alla barn blir hämtade/tar sig hem från aktiviteten på ett tryggt sätt.

En och en  
halv timme

# Träff 6

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### 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, uppförsbacke eller mjukt.

## Junis hjärta – 10 min

### Droger gör dig passiv

Lär barnen "Droger gör dig passiv". Instruktioner finns på [www.junis.se/ledare](http://www.junis.se/ledare).

## Huvudaktivitet – 45 min

### Pyssla Tok-Sam

Be barnen ta med olika material hemifrån som de kanske brukar slänga men som kan återanvändas, ex: toarullar, kartonger, burkar och plastflaskor. Ta fram en bild på Junis maskot Tok-Sam, och använd materialen för att bygga er egen Tok-Sam som kan smycka Junis-lokalen. Använd vattenfärg för att färglägga hen.

## Avslutning – 15 min

### Junis-sång

Sjung någon av Junis-sångerna. Ett tips är att använda en enkel bluetooth-högtalare. Text och musik finns på [www.junis.se/ledare](http://www.junis.se/ledare).



En och en  
halv timme

# Träff 7

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### 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.

## Junis hjärta – 20 min

### Skapa femflätat armband

Se beskrivning på sida 10.

## Huvudaktivitet – 25 min

### Kollage Junis 50 år

Samla ihop tidningar, tidskrifter, reklam, Struten, Motdrag, Accent, Scouting spirit eller andra tidningar. Ni behöver också A3 papper, tuschpennor, tejp och limstift. Dela upp medlemmarna i mindre grupp. Varje grupp ska göra ett kollage som beskriver hur Junis kommer se ut om 50 år. Vilken verksamhet kommer Junis ha? Hur många medlemmar kommer Junis ha? När alla grupper är färdiga får varje grupp berätta om sitt kollage och sätta upp det på väggen.

## Avslutning – 15 min

### 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 vara tyst. Ingen åker ut, alla får vara med så länge de vill. Säg hej då och berätta vad ni ska göra nästa gång.

## **Skapa femflätat armband**

Det här behöver du: tejp, garn och en sax.

Klipp av cirka en meter av garn. Gör det fem gånger. Du kan använda olika färger om du vill.

Lägg alla fem garnlängderna vikta dubbelt - så de är hälften så långa. Knyt en kut högst upp där ändarna inte är ihop. Du har alltså 10 st ändar här. Se till att trådarna blir jämnlånga.

Tejpa fast änden med knuten i ett bord. Kolla med en vuxen var någonstans det är okej att tejpa.

Trä in fingrarna med tre trådar på ena handen och två trådar på den andra. Börja med ringfingret.

Ta pekfingret på den handen som inte har något tråd på sig och trä UNDER, ÖVER och sedan grabba tag i den bostersta tråden. Ta med den tråden till den handen.

Flytta så att handen med två trådar ALLTID har de på ring- och långfingret. Fortsätt så på varannan sida. Dra åt ibland.

Ta bort tejpens när du flätat så långt du kan.

Knyt en liten extra tråd vid änden där du inte har en knut. Ta gärna hjälp av någon som kan hålla i.

Klipp av tråd i ändarna för att snygga till.

Knyt fast den på din armled.

Armbandet kan vara en påminnelse om vad som är viktigt i Junis, under tiden medlemmarna knyter armband kan ledarna berätta om Junis grundsatser demokrati, solidaritet och nykterhet.

En och en  
halv timme

# Träff 8

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

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

## Junis hjärta – 10 min

### Linjeövning

Se beskrivning på sida 12.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Tidskapsel

Se beskrivning på sida 21. Ni behöver en bra låda som kommer att hålla länge. Fundera tillsammans i föreningen över vilka föremål som ska läggas ner i lådan som är typiskt för idag eller för Junis-föreningen. Till exempel pyssel som man gjort, recept på favoritfikat, beskrivningar på lekar som man gillar att leka i föreningen eller andra saker. Sen försluts lådan. Antingen gräver ni ner den, eller också får den förvaras med ett meddelande om när den får öppnas i till exempel föreningens lokal

Alternativ aktivitet är att skriva brev till framtida junisar och att breven öppnas om 50 år.

## Avslutning – 15 min

### Om 50 år...

Samla alla barnen i en ring, låt alla i tur och ordning få berätta något om hur de tror att Junis kommer se ut om 50 år. Avsluta med att berätta vad som händer nästa gång.

### **Linjeövning**

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

På en utflykt kommer Junisgruppen till en hängbro. Alla går över utom Ahmed. De andra säger åt honom att inte fega sig. Och då går Ahmed över fast han egentligen inte vågar. Tycker du att det är bra gjort av Ahmed?

Ja ---- Nej

Nellies ledare ringer hennes föräldrar när hon varit dum mot en juniskompis.

Är det bra gjort av ledaren?

Ja ----Nej

Det är grupptryck som gör att ungdomar börjar röka

Det är helt rätt ---- Det är helt fel

En och en  
halv timme

# Träff 9

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### 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.

## Junis hjärta – 10 min

### Linjeövning

Se beskrivning på sida 14.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Pyssla och måla med Tok-Sam

Se beskrivning på sida 23. Skriv ut bilden av Tok-Sam som finns på hemsidan som barnen själva kan fylla i. Ni behöver tuschpennor, kriter eller vattenfärg.

När alla är färdiga kan de få visa upp sin egen Tok-Sam.

Ett annat alternativ är att skriva ut bilder av Tok-Sam på hårdare papper där man sedan klipper ut sin egen Tok-Sam för att sen göra olika hattar till honom.

Ni behöver olika pysselmateriel till exempel färgade papper, tuschpennor, piprensare, pärlor, paljetter eller annat som är roligt att göra hattar av. Låt medlemmarna pyssla olika hattar som kan pryda Tok-Sam. Låt alla visa upp sina alster. Eller sätt upp alla alster på väggarna i lokalen.

## Avslutning – 15 min

### Vernissage

Barnen går runt och tittar och får chansen att berätta om sin Toksam. Samla barnen och berätta vad som händer nästa gång och säg hej då.

## Linjeövning

Jag gillar att spela fotboll

Ja--Nej

Jag gillar lätt saltade chips

Ja--Nej

Om min kompis började röka/snusa skulle jag säga till henne/honom att sluta

Ja---Nej

Det är värre när tjejer är fulla än när killar är det

Ja--Nej

Det är extra viktigt om man idrottar att vara tobaksfri

Ja--Nej

Det är viktigt med vänner

Ja--Nej

Alla känner sig ensamma ibland

Ja--Nej

En och en  
halv timme

# Träff10

## Se alla – 5 min

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

## Uppvärmning – 15 min

### 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

## Junis hjärta – 10 min

### 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 kan ni göra flera cirklar.

## Huvudaktivitet – 45 min

### Chokladbollskalas

Använd häftet med 50 olika tips för chokladbollar (finns på Junis hemsida) och låt medlemmarna göra olika sorters chokladbollar. Tänk på att köpa in ingredienser så att alla kan äta chokladbollarna t.ex. mjölkfritt margarin och glutenfria havregryn.

## Avslutning – 15 min

### Föräldrabesök

Bjud in föräldrarna (tänk på att meddela detta träffen innan t.ex. med en lapp hem till föräldrarna) på chokladbollskalas och avsluta gemensamt.