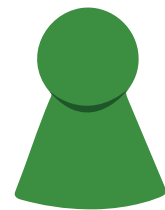




Handledning jul-kul



IOGT·NTO·RÖRELSEN

Jul-kul

Att bjuda in till julpyssel, lek och kanske bakning lockar både barn, unga och familjer och är en perfekt Vit jul-aktivitet. Aktiviteten kan genomföras under ett par timmar eller med drop-in under en hel dag. Om ni genomför aktiviteten under senare delen av kampanjperioden passar det jättebra att kombinera den med en klassisk julgransplundring.

Förberedelser

- Bestäm dag och tid – för att ni ska få bidrag måste aktiviteten genomföras mellan 21 december och 8 januari.
- Boka en lokal som passar den verksamhet ni tänkt ha. Tänk på att många lekar behöver stort utrymme.
- Bestäm om ni ska ha föranmälan till aktiviteten eller om deltagare kan komma ändå. Fördelen med föranmälan är att ni kan begränsa antalet deltagare så att ni vet hur mycket material som ska köpas in och att ni har möjlighet att ta hänsyn till anmälda kostönskemål.
- Planera för aktiviteter och gör ett schema för träffen. Ska pysselaktiviteterna pågå parallellt på olika stationer, eller har ni ett program där man gör en sak i taget?
- Gör en plan för säkerheten under arrangemanget. Kontrollera att lokalen har nödutgångar och att första hjälpen-utrustning finns. Se också till att ni som arrangörer är tillräckligt många för att ni inte ska tvingas ställa in om någon blir sjuk.

Schyssta lekar

- I de lekar där deltagarna delas in i olika lag och grupper ansvarar ledarna för indelningen. Vill ni att slumpen ska avgöra indelningen så går det bra att använda en kortlek och alla barn får dra ett kort. Alla som får spader är i en grupp och alla som får ruter i en annan grupp och så vidare.
- Våra aktiviteter ska vara kul för alla. Vi fokuserar därför inte alls på vilken grupp som gjort flest mål, blivit först klara med en uppgift och så vidare. Vi fokuserar på hela gruppens uppgift och ger uppmuntrande feedback till hela gruppen. Undvik helt aktiviteter där deltagare "åker ut" eller en enskild person kan hamna sist.
- Som ledare är det viktigt att anpassa leken efter gruppens förutsättningar. Att göra en verksamhet tillgänglig för alla innebär nödvändigtvis inte att allt ska vara lika för alla, utan att det ska vara rättvist. Är det rättvist så får alla likvärdiga möjligheter att delta. Variera övningar. Går det exempelvis att sitta istället för att stå, gå istället för att springa, rita istället för att skriva? Var tydlig med att deltagande är frivilligt, vi kan aldrig tvinga någon att vara med i en lek. Att bli jagad kan vara svårt och obehagligt. Om någon av deltagarna har svårt för kullekar kanske en annan lek passar bättre. Ett annat alternativ är att skapa nya roller kring leken som inkluderar fler i gemenskapen. Kanske behövs en domare, tidtagare eller fotograf?

Aktivitetstips: juliga lekar

- Julbordet (julversion av leken fruktsallad):
Ställ stolar i en ring. Alla deltagare sitter på en stol, utom en som står i mitten (låt ledaren börja). Säg olika saker till alla som ska vara med (även den i mitten), till exempel köttbulle, prinskorv, och sill. Leken börjar med att den som står i mitten säger en av julrätterna. Då ska alla som är den byta plats och den i mitten ska försöka ta någon plats. Det blir en ny person i mitten och leken fortsätter. Säger man Julbord! ska alla byta plats. Leken kan göras också med rörelser där man härmar hur maträtten ser ut och ropar namnet på maten medan man byter plats. Köttbuller håller ut armarna så hen blir rund. Prinskorven går håller händerna rakt ner och böjer kroppen lite. Sillen håller ihop handflatorna ovanför huvudet och rör gör en S-form med armarna. Vill man göra det svårare kan man inför regeln att när en maträtt byter plats så ska alla andra hoppa till höger om det finns en ledig stol och det ska man fortsätta med till alla sitter förutom en person.
- Dansstopp:
Spela dansvänlig julmusik och låt barnen röra sig runt om i rummet dansande. När du stänger av musiken mitt i en låt ska barnen stanna och stå helt stilla så fort som möjligt. Prova olika kreativa instruktioner, t.ex. stå på ett ben, ha hälen närmast taket, som ett djur i djungeln, som Zlatan, som en 100-åring, som en maträtt och så vidare.
- Pepparkaksgubbarna:
Alla ställer sig i en ring, armkrok två och två. Ett par börjar i mitten där den ena är pepparkaka och den andra är kakmonstret. Nu ska kakmonstret jaga pepparkakan. Kakan kan rädda sig genom att ta armkrok med någon i ett par som står i ringen. Då blir den på andra sidan pepparkaka och blir jagad istället. Blir pepparkakan tagen byter man roller och den personen blir då kakmonster istället. Man kan även göra en variant där den som inte blev tagen av kakan när den ville rädda sig blir kakmonster istället för kaka. Då byts kakmonstret oftare.

Avslutning

- Lek en avslutande lek eller samlar deltagarna i en ring, säg tack för att alla kom och dela ut information om vårens aktiviteter. Se till att alla deltagarna får med sig kläder och det dem bakar eller pysslat hem och stanna kvar till alla barn blivit hämtade.

Övrigt

- Kom ihåg att rapportera aktiviteten senast den 19 januari.
- Marknadsför aktiviteten med hjälp av marknadsföringstipsen.
- Läs igenom checklistan för Vit-jul-aktiviteter.