

Ungdomsaktivitetar

- ei lang liste over aktivitetar som kan være gode i ungdomsarbeidet!

- **Bordtennis** Eks: ”Runde rundt bordet”: Ein delar seg inn i to like store grupper, og stiller seg på rekke etter kvarandre på kvar side av bordtennisbordet. 1. mann slår ballen, spring til andre sida av bordet og stiller seg bakerst i rekka der. Ballen går fram og tilbake, og kvar gong ein person har slått ballen skal han stille seg bakerst i rekka på motsatt side. Ein kan velge om alle spelarane har ei bordtenniskølle kvar, eller om den som slår legg frå seg kølla på bordet til nestemann (vanskelegast). **Mål:** Det er om og gjere å stå igjen til slutt. Kvar gong ballen går ut, er den som var skyld i at ballen gjekk ut ute (den som ikkje hadde fått poeng om det var vanleg kamp). **Finale:** Når det berre er to igjen skal dei ikkje springe rundt bordet, men snu seg ein runde rundt etter kvar gong dei slår i ballen.

- **Biljard, Airhockey, Kurong**

- **Playstation** på storskjerm

Fifa, eye-toy, sing-star, gitarhero; Alle desse spela kan kjøpast på DVD-butikkar. Det er ganske dyrt, men mange ungdommar har det heime, og kan sikkert ta det med seg ein eller fleire kveldar.

- **Formingsaktivitet** – www.cchobby.no har enormt mykje fint og billig som kan lagast! Abonner på katalogen, så få du mykje inspirasjon!

- **Felles matlaging** – Det er svært sosialt å lage mat saman. Ei lita gruppe kan lage fruktsalat, vaflar, muffins eller kveldsmat til dei andre.

- **Interessegrupper** - Ufordringa med berre ein aktivitet er at nokon vil alltid synast at det er kjedeleg. Ha to til fem aktivitetar å velje mellom, så er alle meir fornøyd!

- **Spel** – Tøm skapet og ta med spel! Viktig at nokon veit kva spela går ut på, ellers vert dei berre liggande. Flott når fleire skal bli kjent!

- **Leikar** – sjå leikeheftet ”Leker for større barn”. Leking er veldig sosialt og samlande!

- **Gymsal, Basseng og klatrevegg!** –Stor prosentandel av tenåringane er aktiv i sport, og vil sette pris på dette! Nordhordland Fhs leiger ut idrettsbygg med gymsal, basseng og klatrevegg rimelig til NHI sine lag. Ta kontakt for akutelle periodar - NHI kan stille med kvalifisert personell (badevakt og klatrarar).

- **KRIK** – Kristen Idrettskontakt. Er ungdomane interessert i trening? På ei KRIK-samling er det ballspel med ein andaktsdel i midten eller mot slutten. Godt lavterskeltilbod. Sjå www.krik.no

- **Temakveld** – Ta opp et spesielt tema, og få eventuelt inn ein person som er god på temaet. Eks: Frelsesvisshet, alkohol, sex og samliv, musikk, dåp, apologetikk (trostforsvar) osv.
- **"Beachparty"** – sett full varme i forsamlingslokalet, kjøp inn hamburgarar og pølser, finn fram dei elektriske grillane, ta på sommarmusikk, ta sommarleikane inn på bedehuset og krydre kvelden med alt du forbind med sommar! Utfordre alle til å komme i sommarklede, og nyt sommaren midt på kaldaste vinteren! :)
- **"Movie-night"** – Gjer forsamlingslokalet om til en kinosal. Popp popcorn, kjøp inn snop og brus, senk belysninga og sett på en bra film på storskjerm! Utfordringa er å finne gode filmar som kan visast. Ikkje ta kva som helst– ungdomsklubben må kunne stå inne for innhaldet! **Tips:** Facing the giants(kontoret har den til utlån)
- **"Heime hjå"** – inviter heim til ein av leiarane. Det er stort og spesielt å få komme heim og sjå privatlivet til leiarane, og det viser at de sett pris på medlemmene. Ha nokon leikar og spel klare, litt god mat og vær sosial, så blir det en veldig bra kveld!
- **Guttenes/jentenes aften** – Her er det enten jentene som inviterer, planlegg og gjennomfører ein fantastisk heilafte for gutane, eller gutane som gjer det for jentene. Det er kjekt å kle seg fint, lage eit godt måltid mat, ha god underholdning, dikte song til det motsatte kjønn osv. Kun fantasien kan sette grenser her!
- **Grilling** – alltid stas på våren!
- **Bade, båttur, tube og vannski!**
- **Fisking** – få tak i nokre småbåtar, fiskestenger og inviter til fiskekonkurrans! Kanskje vinnarfisken kjem frå frysen på REMA? :) Flott aktivitet, då kvar leiar har ei mindre gruppe å bli betre kjend med!
- **MC-kveld** – Den kristne motorsykelklubben Holy Riders heldt til i Sandvikdalen, 15 min kjøring frå Knarvik. Dei tar gjerne imot besøk i det stilige klubbhuset sitt, og har dei anledning stiller dei også opp på laget. Dei har klubbkveldar tysdagar, men prøver å være fleksible om mulig. Ta kontakt med Oddbjørn Angelskår, tlf 92 06 42 68.
- **Skøyter og bålrensing** – Når vinteren er på det mørkaste og kaldaste kan det være kjekt å kle på seg varme klede og invitere ungdommane ut! Pølsepidding, varm kakao, skøyter osv kan være veldig kjekt. Pass berre på at alle har nok klede på seg, og at det ikkje blir for lenge – då vert det ein altfor kald opplevelse!
- **Turnering** – Kva kan ein IKKJE turnere i? Fotball, bordtennis, airhockey, kurrong!, playstation, eting... Gir spenning til kvelden!

- **Vannkanten** – Å reise ein tur til badeland er gøy! Negativt at det er ganske dyrt, men flott viss det berre blir ein gong i året!
- **Iskanten** – Her kan ein stå på skøyter, spele curling osv. Spennande, sidan det er ein uvanleg aktivitet!
- **Skyting** – har nokon luftpistol eller luftgevær? Ein kvar 17-mai-komite i bygde-Noreg har det iallfall. Finn boksar, glas, melkekartongar og liknande til blink, så har du god underhaldning!
- **Alpha-gruppe** – Kanskje ei gruppe kan gje ungdomane tilbodet om å gå gjennom kva den kristne trua består av. Det finns egne alpha-grupper for tenåringar med veiledning for leiarane. Her er det godt illustrert, og trua vert forklart på ein måte dei kan forstå! Erfaring tilsei at ungdommane synes det er spanande berre dei kjem i gong!
- **Ete kveldsmat saman** – Erfaring tilsei at dette er veldig samlande. Kveldsmat tar lenger tid enn å berre ete ein bolle eller is, folk set seg ned og slappar av, pratar saman og kosar seg. Kveldsmat kan fort bli godt om du lagar litt eggerøre, har ost, skinke og syltetøy, og varmar rundstykke i omnen. Enkelt – og fantastisk godt!