# Actiondag 2012 Ledere

Utviklet av Mandal og Holum menigheter

|  |
| --- |
| **Poster:**  1. Trial 2. MC 3. Tøffe biler 4. Ridning 5. Båtrace 6. Faly 7. Hamsterhjul 8. Luftgevær |

|  |
| --- |
| **Tidsplan**  **12.00:** Registrering, kick off **12.30:** Aktivitetene starter lagene må være ferdig med alle aktivitetene til kl. 14.45 **15.00:** mat **16.00:** Volleyballcup  **16.45:** Gjørmerugby etterfulgt av bading  **17.30:** Samling på Verkssletta med premieutdeling  **18.00:** Ferdig |

**Kl. 10.00:** Hovedleder henter bil, utstyr ( stor presenning, vannslange, volleyballnett, og volleyball, luftgevær og kulefanger, Fun battle spill ( <http://www.tress.no/652580_FunBattlespill.aspx>), og mat på Rema. Kjører utstyret på plass.

**Oppgaver underveis**

**Kl.11.00:** lederne kommer. Info, fordele oppgaver. Gjøre klar postene, heng opp postene og legg utstyret klart. Gjøre klart gjørmerugby, legg ut presenning og jordsekker ca 18 stk 100l sekker) fyll på med vann så det blir gjørmete. Gjør klart til volleyball, sett opp nett og lag bane.

**Kl.12.00:** Registrering av deltagerne. Husk tillatelse fra foreldre til å kjøre Trial og MC.   
kick off: Velkommen, Varme opp deltagerne med en dans, f.eks banandansen: <http://www.youtube.com/watch?v=1_78Ck10tSE> og bevegelser her: <http://www.youtube.com/watch?v=JGTBi3mOKGU> eller en annen sang som kan være morsom☺  
Info om dagen: Liten miniandakt om å utfordre seg selv. Du tør mer enn du tror.   
Fortell hvem som er på lag, del ut kart og vis hvor de skal gå til sin første post. Pass på å ha så mange poster som du har lag evt flere poster. Lagene rullerer på postene.

**Kl.12.30**: Aktivitetene starter (Aktivitetene avsluttes kl. 14.45)  
Lederne (ungdommer) står klare på postene sine. Veileder deltagerne hvis de lurer på noe. Lederen må huske hvilken post gruppa skal gå til etter denne posten.

**Mat:** Tenn opp grill kl. 13.00. Start grilling kl. 13.45. Det tar tid å steke 160 hamburgere.. Gjør klar med hamburgerdressing og ost. Pakk i aluminiumsfolie og legg i isoporkasse med lokk, så holder maten seg varm.

En leder teller opp poengene til slutt. Lever lappen til henne☺  
Lederne rydder posten sin og kommer til Verkssletta innen kl. 15.00.

**Kl.15.00:** mat- deilige hamburgere og brus☺

**Kl.16.00:** Volleyball turnering. For at det ikke skal ta for lang tid går vi til 6 poeng. Alle lagene spiller mot hverandre. (Fun Battle, kun hvis det er oppholdsvær)

**Kl 16.30:** Gjørmerugby. Her bruker vi en badeball som ball og baderinger som mål. To lag spiller mot hverandre. For at det ikke skal bli for voldsomt er det viktig at det ikke er trær som ungdommene kan skade seg på. De lagene som er ute av konkurransen går for å bade i sjøen og skylle av seg gjørma. Husk å ha en badevakt.

**17.30:** Samling på Verkssletta med andakt, Quiz med vinnerlaget og info konfirmasjon i kirka.  
**18.00:** Slutt

Ang rydding: Når det er slutt hjelper alle til med å rydde. Flott hvis lederne på hver post tar ansvar for å rydde før maten, så blir det ikke så mye å rydde etterpå.

**Angående postene:**

Eggedosis posten: Her er det om å gjøre å ikke få eggedosis (at egget knuser). Gruppa står i en ring, først veldig tett og for hvert kast går gruppa et steg bakover. Egget kastes mellom deltagerne på diagonalen i sirkelen. For at det ikke skal være så vanskelig kan man la hele gruppe ta imot egget før de går et skritt bakover. Poeng for hvert mottatt kast. De kaster helt til en i gruppa knuser egget.

Sakkeus: En person i gruppa klatret opp i et tre. Her hang det et laminert ark med en del bibeltekster. Dette pga veldig mye regn. Vi hadde egentlig tenkt å legge en bibel i tretoppen, for å gjøre det litt vanskelig. Spørsmålene vi stilte er på eget vedlegg. Klatreren (Sakkeus) får spørsmålet mens han er i treet. Evt kan han få et spørsmål, klatre opp å svare på spørsmålet, klatre ned for å få neste spm osv.

Når vi er ferdig med postene får det laget med flest poeng en quiz ut fra det som stod på postene. Se vedlegg. Vi har alltid en egen andakt til slutt som tar utgangspunkt i hva vi har opplevd, det å tørre å teste grenser, våge nye ting, stole på Gud etc. Det varierer hvem som har andaktene fra år til år, så det er ikke et ferdig manus på det.