

## Bandý

**Miðvikudag kl. 08:30-10:00. Íþróttahús. Nemendafjöldi: ekkert hámark**

Nemendur hittast í íþróttahúsi, skipt í lið og spilað bandý.

Umsjón: Jónas L. Sigursteinsson

## Boccia

**Miðvikudag, fimmtudag og föstudag kl. 8:30 – 10:00. Undirgangur milli bóknámshúss og heimavistar. Nemendafjöldi: hámark 16**

Starfið í smiðjunni felst í stuttri kynningu á reglum í boccia og einnig sögu íþróttarinnar, stöðu hennar á Íslandi og á heimsvísu. Nemendur munu síðan æfa sig í að kasta kúlunum og að lokum verður þeim skipt upp í lið og haldin boccia keppni.

Umsjón: Stefan Gunther

## Bogfimi

**Miðvikudag og fimmtudag kl. 10:30-12. Æfingahúsnæði Skotfimifélags Ísafjarðar undir stúku. Nemendafjöldi: hámark 10**

Í þessari smiðju fá nemendur að kynnst undirstöðuatriðum í bogfimi.

Umsjón: Kristján Viggósson og Gunnar Valdimarsson

## Borðspil

**Föstudag kl. 08:30 – 10:00 og 10:30-12. Stofur 5 og 6. Nemendafjöldi: hámark 40**

Í þessari smiðju geta nemendur prófað að spila ýmiss konar borðspil að eigin vali. Á staðnum verða: Party & co. Sequence; orðaspilin Scrabble og Blanko; spurningaspilin Gettu betur, Trivial Pursuit, Ísland og Friends. Einnig er nemendum frjálst að koma með önnur spil sem þeir hafa áhuga á að spila.

Umsjón: Sólrún Geirsdóttir.

## Bæjarmálin

**Föstudag kl. 10:30 – 11:30. Stofa 17. Nemendafjöldi: hámark 75**

Kynning á bæjarmálunum og umræður á eftir. Hvernig virkar kerfið? Hvernig getum við sem einstaklingar haft áhrif á bæjarsamfélagið okkar?

Umsjón: Þórdís Sif Sigurðardóttir bæjarritari

## Efnafræðitilraunir

**Fimmtudag og föstudag kl. 08:30-10:00. Stofa 15. Nemendafjöldi: hámark 18**

Nemendur byrja á því að fylgjast með spennandi tilraunum hjá stjórnendum smiðju. Að því loknu fá nemendur tækifæri að framkvæma efnafræðitilraun(ir) undir leiðsögn kennaranna. Sömu tilraunir verða gerðar í báðum smiðjum.

Umsjón: Jón Reynir Sigurvinsson og Jónas Þór Birgisson

## Félagsvist

**Miðvikudag og fimmtudag kl. 10:30 – 12:00. Stofa 1. Nemendafjöldi: hámark 36**

Markmið/stutt lýsing: Í smiðjunni verður spiluð félagsvist á fjögurra manna borðum eftir ákveðnu kerfi. Ekki þarf að kunna að spila vist til að vera með. Spilaðar verða 12 umferðir.

Umsjón: Sólrún Geirsdóttir

## Fjársjóður námsbókanna

**Föstudag kl. 08:30 -10:00. Stofa 7. Nemendafjöldi: hámark 25**

Markmið smiðjunnar er að koma með sína uppáhalds námsbók og lesa í henni. Að leiðbeinandi og nemendur skiptist á gullmolum úr og um námsbækur. Að þátttakendur komi með sína uppáhalds námsbók og lesi hana.

Kennslugögn/undirbúningur/kostnaður: Kennslubókin góða

Umsjón: Ragnheiður Birna Fossdal

## Fjölmiðlar

**Miðvikudag, fimmtudag og föstudag kl. 08:30 – 12:00. Stofa 3. Nemendafjöldi: hámark 16**

Nemendum er leiðbeint við gerð dagblaðs ásamt öðru sem hægt er að vinna með í umbrotsforritinu Publisher. Í lok Gróskudaga verður blað, sem nemendur vinna að, gefið út. Í því verða m.a. viðtöl, blaðagreinar, spurning dagsins, auglýsingar o.fl. Nemendur taka einnig myndir af ýmsum viðburðum á Gróskudögum. Einnig verður farið í heimsókn á BB ef tími gefst til og leyfi fæst til heimsóknar. Kennslugögn/undirbúningur: eigið hyggjuvit og tölva.

Umsjón: Emil Ingi Emilsson

## Geðheilsa er....

**Miðvikudag kl. 13:00 – 14:30. Stofa 8. Nemendafjöldi: hámark 25**

Allir hafa geðheilsu og þar af leiðandi koma geðheilbrigðismál öllum við. Geðheilbrigði er ekki aðeins það að vera laus við geðraskanir heldur ástand þar sem okkur líður vel, getum nýtt hæfileika okkar til fulls og tekist farsælega á við verkefni daglegs lífs. Það má í raun segja að góð geðheilsa og líðan sé undirstaða allra lífsgæða. Í þessari smíðju verður farið betur í hugtakið **Geðheilsa/Geðheilbrigði** og rætt um hvernig má efla þessa mikilvægu heilsu.

Umsjón: Henný Prastardóttir skólahjúkrunarfræðingur

## Gönguskíði

**Miðvikudag og fimmtudag kl. 13:00-14:30. Gönguskíðasvæðið á Seljalandsdal. Nemendafjöldi: hámark 25**

Skíðaganga er frábær valkostur í útivist/líkamsrækt. Smíðjan er jafnt fyrir byrjendur sem lengra komna. Farið verður yfir helstu tækniatriði og óskráðar reglur í skíðagöngubrautum. Smíðjan verður á Seljalandsdal en þar er hægt að leigja allan búnað fyrir 1500 kr.

Umsjón: Stella Hjaltadóttir og Andrea Harðardóttir

## Hönnunarsmiðja

**Allan tímann, þ.e. frá kl. 08:30 á miðvikudegi til kl. 12:00 á föstudegi. Verknámshús.  
Nemendafjöldi: hámark 30**

Markmið hönnunarsmiðju er að tengja saman bóknám og verknám. Til að ná árangri í hönnunarkeppninni þurfa nemendur að hafa skilning á hreyfitækni (eðlisfræði) og kunnáttu í verktækni.

Nemendur eiga að hanna farartæki til að fara ákveðna vegalengd (ca. 5 m) og yfirvinna hindranir á leið sinni að endamarkinu. Marmiðið er að koma farartækinu upp á stall í í enda brautarinnar og kveikja á ljósabúnaði og bjöllu.

Umsjón: Friðrik Hagalín Smáráson, Jóhann Kristjánsson og Tryggvi Sigtryggsson

## Íþróttir

**Föstudag kl. 8:30 - 11:30. Íþróttahús. Nemendafjöldi: ótakmarkað**

Nemendur spila körfubolta, handbolta og fótbolta sér til ánægju. Það verður byrjað á körfubolta kl. 8:30-9:15, handbolta frá 9:15-10:00 og fótbolta frá 10:30-11:30.

Umsjón: Jónas L. Sigursteinsson

## Kajak

**Fimmtudag kl. 13:00-14:30 og frá kl. 16:00. Stofa 4 og Kayakcenter á Suðurtanga.  
Nemendafjöldi: hámark 12 nemendur.**

Smiðjan er tvöföld. Nemendur mæta fyrst í stofu 4 þar sem farið verður yfir ýmis grunnatriði varðandi kajak róður og nauðsynleg öryggisatriði. Síðan hittir umsjónarmaður nemendur við húsnæði Kayakcenter á Suðurtanga kl. 16 og verður farið í róður. Leiga á kajak og göllum er kr. 2000 á mann.

Umsjón: Kristján Viggósson

## Ketilbjöllur

**Fimmtudag kl. 9:00-10:00. Stúdíó Dan. Nemendafjöldi: hámark 15**

Þrektími með ketilbjöllur, farið yfir undirstöður með ketilbjöllur og tekinn góður þrektími. Nemendur þurfa að vera mættir og tilbúnir í tímann kl. 9.

Umsjón: Jónas L. Sigursteinsson

## Jóga

**Miðvikudag, fimmtudag og föstudag kl. 08:30-10:00. Stofa 9. Nemendafjöldi: hámark 20.**

Kynning á jóga, tekin verður hefðbundin kennslustund í jóga. Gott er að hafa með sér teppi og púða og vera klæddur í mjúk og eftirgefanleg föt t.d. úr bómull. Ef nemendur eiga jógadýnur er gott að þeir komi með þær líka eða teppi.

Umsjón: Andrea S. Harðardóttir og Gunnhildur Gestsdóttir, jógakennari

## Leðursmiðja

**Miðvikudag kl. 10:30-14:30. Fab-lab. Nemendafjöldi: hámark 8 nemendur.**

Nemendur munu vinna með leður og hanna grip að eigin vali. Smiðjan er tvöföld og í fyrri hluta verður farið í hugmynda- og hönnunarvinnu en skorið út í leðrið í seinni hluta.

Umsjón: Gunnar Jónsson

## Ljósmyndamararþon

**Miðvikudag kl. 10:30-12:00, fimmtudag kl. 13:00-14:30 og föstudag kl. 08:30-10:00. Stofa 17. Nemendafjöldi: ekkert hámark.**

Í þessari smiðju fá nemendur lista með titlum af ljósmyndum og eiga að taka myndir sem passa við hvern titil. Aðeins má skila inn einni mynd fyrir hvern titil. Nemendur birta myndir sínar á facebook hópi fyrir ljósmyndamararþonið. Keppt verður um bestu myndirnar. Nemendur geta unnið 1-3 saman og þurfa að koma með snjalltæki með myndavél, eða stafræna myndavél og tæki til að geta birt myndirnar á facebook síðunni

Umsjón: Anna Jóna Kristjánsdóttir

## Matreiðsla

**Miðvikudag kl. 08:30-10:00 og 10:30-12:00. Eldhús mötuneytis MÍ. Nemendafjöldi: hámark 20 nemendur**

Í matreiðslusmiðjum sem haldnar verða á miðvikudegi, kynnst nemendur hinni japönsku sushi hefð og læra að útbúa sushi. Maturinn sem nemendur útbúa verður síðan í boði á mötuneytisverði í hádeginu fyrir aðra nemendur skólans.

## Málum veggj

**Miðvikudag, fimmtudag og föstudag kl. 08:30-12:00. Gryfjan. Nemendafjöldi: hámark 16 nemendur.**

Markmið þátttakenda er að hana og mála listaverk á valda veggj í Gryfjunni, listaverk sem endurspeglar hvað er að gerast í MÍ í hugum og hjörtum nemenda og hvað þeir vilja sjá til framtíðar fyrir land og þjóð. Fjórir nemendur eru í hverjum hóp og sér hver hópur um einn vegg. Einn nemandi verður skipaður hópstjóri og vinnur með Andreu að listrænni útfærslu. Nemendur sem velja þessa smiðju verða í henni alla morgna en geta valið aðrar smiðjur eftir hádegi.

Umsjón: Andrea Valgerður Jónsdóttir og Ragnheiður Birna Fossdal

## Sjónlistir – með áherslu á op-list og sjónblekkingar

**Fimmtudag kl. 08.30 – 12. Stofa 10-11. Nemendafjöldi: hámark 15**

Þátttakendur í smiðjunni kynnst verkum listamanna sem unnið hafa með náttúruform í listsköpun sinni, hvort sem það er í fagurfræðilegum eða í vísindalegum tilgangi, eða til að plata áhorfandann með því að skapa sjónblekkingu. Þátttakendur vinna hugkort út frá eigin hugmyndum sem undirbúning að tvívíðu myndverki (teiknað (blýantur, kol) /málað (blek, akrýlmálning)/ klippimynd).

Umsjón: Sigurrós Svava Ólafsdóttir

## Skreytingar á bókasafni

**Miðvikudagur kl. 08:30-10:00. fimmtudagur kl. 08:30-14:30 og föstudagur kl. 08:30-10. Fab-lab. Nemendafjöldi: hámark 10.**

Í þessari smiðju munu tveir hópar vinna að skreytingum á bókasafni. Annar hópurinn mun vinna veggskreytingu og hinn hópurinn mun gera ljóskúpul utan um eitt af ljósunum á safninu. Á miðvikudegi fer fram hugmyndavinna og hönnun. Á fimmtudeginum verður hönnun útfærð í Fab-lab og á föstudeginum verða verkin sett upp.

Umsjón: Þórarinn Bjartur Breiðfjörð og Katrín Gunnarsdóttir

## Snjóskúlpúrar

**Miðvikudag, fimmtudag og föstudag kl. 10:30 - 12:00. Mæting utan við inngang MÍ. Nemendafjöldi: hámark 4 í hverri smiðju.**

Markmið þátttakenda er að búa til listaverk úr snjóskafli sem merktur verður til þessa verks. Fjórir nemendur vinna saman að hugmyndavinnu og framkvæmd. Hugmyndavinna 30 mín og vinna 1 klst. Viðurkenning er fyrir besta snjólistaverkið. Hver nemandi þarf að koma með verkfæri, létta skóflu og mögulega múrskaið

Umsjón: Nadja S. Widell og Ragnheiður B. Fossdal

## Sólkerfisrölt

**Fimmtudagur kl. 10:30-12:00. Stofur 12 og 13. og svo úti. Nemendafjöldi: hámark 40.**

Komdu með í göngutúr um sólkerfið okkar. Ef Sólin okkar væri körfubolti í gryfjunni, hvar væri Júpiter? Hvar væri Venus? Þátttakendur komi klæddir eftir veðri, því farið verður í stutta gönguferð.

Umsjón: Dóróthea M. Einarsdóttir og nemendur í EDL203

## Svigskíði og snjóbretti

**Miðvikudag kl. 13:00-14:30. Skíðaskálinn Tungudal (merkt við þar). Nemendafjöldi: Ekkert hámark.**

Útivera og hittingur nemenda fyrir utan skíðaskálann í Tungudal. Nemendur skíða og/eða bretta saman í góðum gír. Frítt verður í lyftur og hægt að leigja skíði á staðnum á 1500 krónur. Nemendur þurfa að koma sér sjálfir upp í Tungudal.

Umsjón: Kristján Viggósson

## Sund

**Miðvikudag, fimmtudag og föstudag kl. 18:00-21:00. Sundhöll Ísafjarðar. Nemendafjöldi: ekkert hámark.**

Í sundsmiðju gefst nemendum kostur á að fara í Sundhöllina á Ísafirði. Nemendur fá stimpil hjá starfsmanni Sundhallar til staðfestingu á komu í laugina og gildir stimpillinn sem ein smiðja. Frítt er í sund fyrir nemendur á þessum tíma.

Umsjón: Starfsmenn Sundhallar stimpla á mætingarblað þátttakenda

## Söngsmiðja

**Miðvikudag og fimmtudag kl. 13:00-14:30 og föstudag kl. 10:30-11:30. Gryfjan og stofa 15. Nemendafjöldi: ekkert hámark.**

Smiðjan er í tvennu lagi. Í fyrri hluta verður farið í raddirnar á þekktum þjóðlögum, svo sem Krummi svar í klettagjá. Í seinni hlutanum sleppum við af okkur beislinu við flygilinn.

Umsjón: Hólmfríður María Bjarndardóttir, Isabel Alejandra Diaz og Kristín Harpa Jónsdóttir



## Talaðu hærra – öskraðu ef þarf!

**Miðvikudag kl. 13-14.30. Stofa 12. Nemendafjöldi: ekkert hámark.**

*Örnámskeið í aktívisma og óhlýðni við viðtekna venjur*

Réttindi til tjáningar eru oft misjöfn, og mörkin sem samfélagið setur fólki til tjáningar eru oft ósýnileg og ósanngjörn. Afhverju mega sumir segja einhverja brandara en aðrir ekki? Afhverju eru feministar svona ógeðslega leiðinlegir? Afhverju er allt sem meikar fullkomið sens alltaf kæft í fæðingu? Þeir sem sækja þetta námskeið munu eiga það á hættu að fá sínu framgengt, að á það sé hlýtt, og mögulega getur það breytt heiminum.

Umsjón: Lísbet Harðar Ólafardóttir og Matthildur Helga og Jónudóttir

## Tónlistarsmiðja

**Miðvikudag og fimmtudag kl. 13:00-14:30. Stofa 10 – 11. Nemendafjöldi: 16**

Starfið í tónlistarsmiðjunni felst í því að njóta góðrar tónlistar og lagasmíðum. Nemendur geta komið með tónlist til að hlusta á. Þá er einnig gert ráð fyrir að þeir fái tækifæri til að semja sína eigin tónlist og/eða æfa lög til flutnings á sal.

Umsjón: Emil Ingi Emilsson

## Varúlfur

**Miðvikudagur kl. 8:30-10:00. Stofa 1.**

Spennandi spil sem gengur út á það að þorpsbúar eiga að finna varúlfana áður en þeir drepa alla þorpsbúana. Á nóttunni gerist margt dularfullt en á daginn fara fram réttarhöld lygar, örvænting og dauðarefsingar.

Umsjón: Friðgerður G. Ómarsdóttir

## Víkingaskák

**Miðvikudagur, fimmtudag og föstudag kl. 10:30 – 12. Stofa: 4. Nemendafjöldi: 24**

Markmið smiðjunnar er að kynna nemendum hinn einstaka heim víkingaskákarinnar. Farið verður yfir mannganginn og reglur víkingaskákar og að því búnu tefla þátttakendur hver við annan.

Umsjón: Guðjón Torfi Sigurðsson

## Víur – ræktun fóðurskordýra

**Fimmtudag kl. 08:30 - 10. Mæting í anddyri MÍ, farið verður saman í bíl til Bolungarvíkur. Nemendafjöldi: 12**

Markmið með smiðjunni er að þátttakendur kynni sér starfsemi eina skordýrabónða landsins Katrínar Sveinsdóttur og sjái hana við bústörfin. Við munum kynna svörtu hermannaflugunni (*Hermetia illucens*) og hvers vegna hún sé heppilegt húsdýr. Þátttakendur fá að skoða dýrið/skepnuna á mismunandi aldurstigum og djarfir einstaklingar geta stungið hendi í iðandi lirfupytt. Fjallað verður stuttlega um tæknilegu áskoranirnar sem fylgja því að rækta skordýr innandyra.

Umsjón: Nadja S. Widell, Ragnheiður B. Fossdag og Katrín Sveinsdóttir

## Yndislestur

**Allir dagar og allir tímar. Bókasafn. Nemendafjöldi: hámark 20**

Bókasafninu verður breytt í huggulegt lestrarathvarf. Nemendur koma þangað og lesa bók sem þau hafa valið sér. Að lestri loknum taka nemendur upp umsögn sína um bókina og birta á facebooksíðu skólans.

Umsjón: Katrín Gunnarsdóttir

## Þjóðbúningar

**Fimmtudag kl. 08:30-10:00. Stofa 1. Nemendafjöldi: hámark 25**

Í þessari smiðju verður kynning á íslenska þjóðbúningnum, tilurð hans og notkun, fyrr og nú. Nemendur fá upplýsingar um mismunandi gerðir íslenskra kvenbúninga. Fyrirhugað er að bjóða upp á námskeið í þjóðbúningasaumi í MÍ veturinn 2017-2018.

Umsjón: Friðgerður G. Ómarsdóttir