



# Sumarnámskeið

Reykhólahrepps  
og u.m.f. Aftureldingar

8. júní 2026-  
25. júní 2026

Fyrir börn 6-13 ára  
(og fædd 2020)

[www.reykholar.is](http://www.reykholar.is)



# Dagskrá námskeiða:

08.-18. júní (1. og 2. vika) - Íþróttir og leikir, Náttúruupplifun, Baka og njóta, Sundnámskeið, List og handavinna

22.-25. júní (3. vika) - Reiðnámskeið, Íþróttir og leikir, Náttúruupplifun, List og handavinna

*Mæting er alla morgna í  
íþróttahúsið.*



# Sumarnámskeið Reykhólahrepps 2026



Sumarnámskeið Reykhólahrepps er fyrir börn á aldrinum **6–13 ára** og einnig börnum fædd árið **2020**.

Frá 8. til 25. júní verður námskeiðið haldið frá mánudegi til fimmtudags frá kl. 9:00 til 14:00 (að undanskildum hátíðardegi 17. júní).

Námskeiðsgjald: 2.100 kr. á dag - innifalið eru léttar veitingar og ávaxtahressing.

Hádegismatur: Foreldrar geta valið hvort börnin fái hádegismat í skólanum (1.300 kr. máltíðin), sem framreidd er af Búðinni, eða komi með nesti að heiman (ekki til upphitunar).

## Námskeiðsgjöldin í fljótu bragði:

1. Vika (08.-11.06., kl. 9-14): 8.400 kr. (hádegismatur: 5.200 kr.)
  2. Vika (15.-18.06., kl. 9-14): 6.300 kr. (hádegismatur: 3.900 kr.)
  3. Vika (22.-25.06., kl. 9-14): 8.400 kr. (hádegismatur: 5.200 kr.)
- Alls: 23.100 kr. (hádegismatur: 14.300 kr.)*

Námskeiðsgjöld eru innheimt vikulega og eru gjaldfærð þótt börn geti ekki mætt á ákveðnum dögum. Hægt er að bóka máltíðir fyrir einstaka daga og afbóka þær fyrir kl. 14:00 daginn áður (t.d. vegna veikinda eða fjarveru). Skráningarform fyrir hádegismat fylgir í sérstöku skjali.



# Námskeiðin:

**Íþróttir og leikir:** Námskeiðið er fjölbreytt og spennandi, með miklu úrvali af íþróttum og leikjum fyrir alla! Við bjóðum upp á leiki bæði innan- og utanhúss þar sem þátttakendur fá meðal annars að prófa fimleika, útileiki, boltaleiki, parkour og liðaleiki þar sem þau þurfa að vinna saman. Það er eitthvað fyrir alla – hvort sem þú elskar að hreyfa þig, keppa eða bara hafa gaman! (Mikilvægt að muna eftir íþróttafötum og íþróttaskóm).

**Sundnámskeið:** Þátttakendur munu læra fjölbreyttar undaðferðir, bæta uppáhalds sundstílinn sinn og kynnast alls kyns skemmtilegum sundleikjum! Námskeiðin eru sérsniðin að aldri og getu barns. Ósynd börn geta líka tekið þátt í fjörugum og öruggum leikjum í lauginni. (Mikilvægt er að muna að koma með sundfatnað og handklæði).

**Náttúruupplifun:** Þátttakendur fá að njóta fjölbreyttra útivistardaga þar sem meðal annars verður boðið upp á fjölbreytta útileiki, lautarferð með nesti og samveru með skemmtilegum verkefni. Þau læra að hrinda eigin hugmyndum í framkvæmd með að nota náttúruleg efni. Hvort sem það er að byggja kofa úr fundnu tré, búa til málningu með náttúrulegum litarefnum, eða skapa frjálsglega listaverk úr náttúrunni – þá eru engin takmörk fyrir sköpunargleði og hugmyndaauðgi. (Mikilvægt að klæða sig eftir veðri)

**Baka og njóta:** Þátttakendur fá að kynnast ljúffengum heimi bakstursins! Þátttakendur læra að fylgja uppskriftum, mæla hráefni og vinna bæði sjálfstætt og undir leiðsögn kennara. Á námskeiðinu fá þau að baka gómsætt sætabrauð og öðlast sjálfstæði og sjálfstraust í eldhúsinu. Við gerum líka skemmtileg tilraunaverkefni til að skoða hvernig mismunandi hráefni og aðferðir hafa áhrif á útkomuna. Fullkomin blanda af sköpun, lærdómi og góðgæti!

**List og handavinna** – börn fá tækifæri til að uppgötva ýmsar list- og handvinnuaðferðir og gefa sköpunargáfu sinni lausan tauminn. Eftir áhugamálum geta börnin valið á milli mismunandi aðferða eða sameinað þær, hvort sem það er að teikna eða mála, binda bók, prjóna eða sauma eða vinna með leir.

Börn eru hvött til að takast á við sín eigin verkefni og taka þátt í hópaverkefnum og fá stuðning við framkvæmd þeirra.

**Reiðnámskeið** - Á reiðnámskeiðinu fá þátttakendur að kynnast hestum á öruggan og skemmtilegan hátt. Námskeiðið hentar sérstaklega vel fyrir byrjendur. Áhersla er lögð á sætisæfingar og stutta reiðtúra, ásamt kennslu í umgengni við hesta og aukinni hestavitund. Lögð er áhersla á jákvæða upplifun og að mæta hverjum og einum þar sem hann er staddur í sinni reiðmennskugetu. Gott er að mæta í þægilegum fötum og vera í góðum strigaskóm.

**Auk sameiginlegs hópastarfs** er námskeiðunum einnig skipt upp í aldurshópa fyrir yngri börn og eldri börn til að koma til móts við mismunandi áhugasvið.



**Auk skipulagðrar dagskrár** verður einnig tími fyrir skemmtilega innileiki og spilafjör – og við erum alltaf opin fyrir nýjum og spennandi hugmyndum frá börnunum!



# Pau sem koma að námskeiðunum:



## Marie-Susann Zeise

Marie er lýðheilsufulltrúi og sér um utanumhald og skipulagningu námskeiðanna. Hún mun einnig starfa með börnunum á námskeiðunum og hlakkar sérstaklega til skapandi vinnu. Marie elskar náttúru og að finna upp nýjar hugmyndir.

## Kristófer Hans Abbey

Kristófer starfar við Ípóttamannvirki og u.m.f. Aftureldingu og hefur lokið fjölda sundnámskeiða. Hann hefur mikinn áhuga á sundi, líkamsrækt og boltaleikjum - allt sem tengist hreyfingu og íþróttum heillar hann. Kristófer er jákvæð og hvetjandi fyrirmynd sem er alltaf til í gott spjall og skemmtilega samveru.



## Dagný Þóra Arnarsdóttir

Dagný er frá Dölunum, og er ný hér á Reykhólum. Hún er bóndi og hestakona og finnst fátt skemmtilegra en að bralla eitthvað með kindunum sínum. Dagný er hress og mikil stemningskona mikil og elskar að halda uppi fjörinu.

## Freyja

Freyja vann bæði í skólanum og í Frístund og mun heimsækja okkur aftur í sumarnámskeiðinu á Reykhólum. Hún hefur áhuga á list, útivist og alls kyns leikjum. Hún hefur einnig reynslu af hestum og býr yfir hlýju, sköpunargáfu og jákvæðu viðhorfi.





# Skráning og fyrirkomulag:

Foreldrar barna með lögheimili í Reykhólahreppi geta sótt um tómstundastyrk upp í námskeiðsgjald. Umsóknareyðublað má nálgast á vef sveitarfélagsins.

Skráning fyrir sumarnámskeið berist til tómstundafulltrúa á netfangið [marie@reykholar.is](mailto:marie@reykholar.is). Þar þarf að koma fram:

- Nafn og aldur barns
- Nafn og kennitala greiðanda
- Þær vikur sem barn mun taka þátt
- Skráning í hádegismat (ef óskað er eftir því)
- Símanúmer foreldra
- Foreldrar barna í dreifbýli geta óskað eftir að fá akstur fyrir börnin sín á námskeiðin. Athugið að börn með lögheimili í sveitarfélaginu hafa forgang að þessari þjónustu.

Börn sem búa utan sveitarfélags eru velkomin á sumarnámskeið Reykhólahrepps, en hafa þarf í huga að börn sem þurfa aukinn stuðning inn í skólastarf þurfa líka aukinn stuðning á sumarnámskeið. Útfærslur stuðnings er unnið í samvinnu við foreldra/forráðamenn og lögheimilissveitarfélag.

**Skráningarfrestur er til sunnudags 7. júní.**

Fyrirkomulag ágúst námskeiðanna verður frá **17.-20. ágúst** og verður með svipuðu sniði og dagskrá. Nánari upplýsingar verða birtar í lok júní.

Allar nánari upplýsingar veitir **Marie-Susann Zeise** lýðheilsufulltrúi á netfanginu [marie@reykholar.is](mailto:marie@reykholar.is) og í síma **857-9059**.



# Gott að hafa í huga:

- Börn í dreifbýli geta fengið akstur á námskeiðin. Leikskólabörn geta nýtt þennan akstur líka, aksturinn tekur mið af námskeiðinu frá kl. 9:00-14:00.
- Við förum út í alls konar veðrum og gott að miða klæðnað við það.
- Gott er að vera með aukaföt í tösku, sérstaklega auka sokkapör.
- Vinsamlega athugið leiðbeiningar um fatnað á einstökum námskeiðum (íþróttir, sund og hestaferðir).
- Gott að vera búinn að bera sólarvörn á börnin áður en þau koma. Derhúfur geta komið að góðum notum í sólinni til að hlífa augunum.
- Vinsamlegast látið Marie vita ef barn sem er skráð forfallast (sími: 857-9059).

