

Sumarfrístund Skólaseis

Víkuna 28. júní – 2. júlí

Tími	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
8:00 – 9:00	Viðbótarstund Róleg stund	Viðbótarstund Róleg stund	Viðbótarstund Róleg stund	Viðbótarstund Róleg stund	Viðbótarstund Róleg stund
9:00 – 9:30	Frjáls leikur	Frjáls leikur	Frjáls leikur	Frjáls leikur	Frjáls leikur
9:30 – 10:00	Nesti 1 Barnafundur og spjall	Nesti 1	Nesti 1	Nesti 1	Nesti 1
10:00 – 12:00	 Heimadagur: Val, hjólaferð, íþróttahús	<u>Klambratún:</u> -Folf -Leikir 	Hjólaferð Sund í Laugardalslaug 	 Smáralind Lazertag	<u>Síglunes</u> Árabátafjör 
12:00 – 12:30	Nesti 2	Nesti 2	Nesti 2	Nesti 2	Nesti 2
13:00 – 16:00	Nesti 3 Ró	Nesti 3 Ró	Nesti 3 Ró	Strætó heim Nesti 3 Ró	Ylströndin Nesti 3: Sparinesti: (Bakarismatur, kex, þ.h.) Strætó heim Ró
16:00 – 17:00	Viðbótarstund	Viðbótarstund	Viðbótarstund	Viðbótarstund	Viðbótarstund
ATH:	Heimadagur: Hægt að grilla samlokur, hita í örbylgjuofni og fá soðið vatn	Klædd eftir veðri !	Skoða meðfylgjandi blað. Sundföt, föt eftir veðri, hjól og hjálmur.		Skoða meðfylgjandi blað.

Dagsskrá er birt með fyrirvara um breytingar

Heimadagur: borðum öll nesti í frístundinni. Gætum farið í stuttar ferðir.

Bakpoki með góðum böndum á að innihalda: 3 holl og góð nesti og vatnsbrúsa.

Forföll þarf að tilkynna með símtali fyrir kl. 9:10. Einnig þarf að láta okkur vita ef annar en aðstandandi sækir barnið eða ef það fer heim með öðru barni.

Skólasei í Ártúnsskóla

Sími: 411 – 7683/ 411 – 7671

Starfsmenn Skólaseis eru: Óðinn, Ástrós, Óli, Logi, Sæmi ½ daginn og Amela ½ daginn

Hugmyndir af nestum

Morgunnesti	Hádegisnesti	Síðdegishresing
<ul style="list-style-type: none">• Jógúrt• Morgunkorn í boxi• Ávextir• Niðurskorið grænmeti• Brauð með áleggi• Tilbúin hafragrautur	<ul style="list-style-type: none">• Kvöldmatur gærdagsins• Eldaðar núðlur• Pasta með agúrkum og tómötum• Samloka• Ávaxtadrykkur	<ul style="list-style-type: none">• Ávöxtur• Skeyr• Niðurskorið grænmeti• Brauð með áleggi/ávöxtum