

Lagningardagar MH vorið 2022

Birt með fyrirvara um villur.

	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
9:00	Mikligarður	3	45 mín	Bergið mun koma að kynna fyrir okkur hvað það er sem bergið gerir og er
9:00	7-8	5	90 mín	Við ætlum að spila Mamma Mia 2, og fólki er boðið að horfa og syngja með
9:00	28	5	120 mín	Horfum á galdramynd fyrir alla aldurshópa
9:00	11	5	90 mín	Annaðhvort draugar, vampírur eða líkrán
9:00	12	5	80 mín	Við munum deila okkar verstu skoðunum um veraldlega hluti og áhorfendur fá tækifæri til að gagnrýna okkur. Í lok fyrirlestursins mega áhorfendur koma með sínar eigin umdeilanlegar skoðanir fyrir okkur\aðra til að dæma.
9:00	17	3	60 mín	Lærum um rúnir og galdra.
9:00	14	3	40 mín	æsi spennó kahoot úr nýjasta nýju í le pop culture
9:00	34	5	90 mín	Setjumst saman, allir fá útprentað handrit og við lesum upp og tjáum okkur samkvæmt því.
9:00	38	5	90 mín	Horfum saman á eina af betri myndun heims og oftúlkum
9:00	13	5	120 mín	We will be watching a movie in class <b>IB friendly</b>
9:00	33	3	60 mín	Ungir umhverfissinnar verða með fyrirlestur.
	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
10:00	14	3	60 mín	Farið yfir sögulínu Star Wars myndanna/leikjanna
10:00	15	3	45 mín	Ég býðst til að stýra umræðu um einelti. Allir í hópnum taka þátt í umræðunni. Hvað er einelti? Hvað er hægt að gera til að stoppa það? Hvernig komum við í veg fyrir einelti?
10:00	30	3	45-60 mín	Hittumst og syngjum vinsæl útilegu- og partýlög.
10:00	16	3	45 mín	Kynning á námsfríi á Ítalíu í sumar í júlí. Ítölsku námskeið í bland við gleði, skoðunarferðir og afslöppun. Námskeiðið er opið fyrir alla; byrjendur, lengri komna og unga sem aldna.
10:00	33	3	45 mín	Yfirlit yfir framræslu votendis á Íslandi, möguleika til endurheimtar og ávinning af því
10:00	31	3	120 mín	Horfa á mynd og hafa cozy!
10:00	36	3	45 mín	Eftir sextíu ár í einræði stjórnar sem kennir sig við byltingu sem einu sinni var, rísa Kúbanir nú upp og mótmæla. Frelsi þjóðarinnar hefur verið skert og árum saman hefur hún liðið matarskort, misrétt og skort á tjáningarfrelsi. 11.júlí 2021mótmæltu Kúbanir á götum úti og í kjölfarið hefur fólk verið fangelsað án dóms og

## Lagningardagar MH vorið 2022

Birt með fyrirvara um villur.

				laga og reynt er að þagga niður í röddum breytinga með kúgun. Þessi tónelska þjóð í Karabískahafinu notar tónlistina í andófi sínu á meðan Grammy-verðlaunahafar sitja í hunguverkfalli í kúbönskum fangelsum hljóma frelsislögin þeirra meðal Kúbana um allan heim. Ásdís spænskukennari og Alberto vinur hennar segja frá Kúbu og spila ný lög úr nýrri byltingu.
10:00	17	3	120 mín	við ætlum að hafa cozy og horfa saman á þætti á netflix sem heita young royals
10:00	Andyri	3	45 mín	Við hittumst í aðalandyri MH, þú notar Strava eða önnur forrit sem taka upp leiðina sem þú labbar. Þú labbar eh. skapandi mynd. - lágmarksgöngutúr er 40 mín.
10:00	Bókasafnið	3	45 mín	Heimsókn rithöfundar sem segir frá verkum sínum og spjallar við áheyrendur
10:00	28	3	45 mín	Britney Spears og sálfræðilegar pælingar
10:00	18	5	90 mín	Á fimmtudeginum er Grown ups 1 og á föstudeginum er Grown ups 2 <b>IB friendly</b>
	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
11:00	11	5	90 mín	basically england in a nutshell, how to survive, memes, politics, where not to go in england, what you can and cant say to a british person and the queen. <b>IB friendly</b>
11:00	36	3	60 mín	Hvað er heilsa? Hvað er heilbrigði? Hvað hefur áhrif? Hver ber ábyrgð? Hvað getum við gert til að bæta eigin heilsu? Erindi um mikilvægi góðrar heilðrænnar heilsu og hvað við getum gert til þess að auka líkur á heilbrigði og góðri heilsu.
11:00	16	3	45 mín	lesið verður smásögur
11:00	12	3	45 mín	Við ætlum að kynna fyrir áhorfendum um hvað Arcane er og segja skoðun okkar um Character-a, söguna og þættina yfir höfuð með spoilers. Það verður kahoot í endan a fyrirlestrinum með vinningum
11:00	Mikligarður	3	45- 60 mín	Ætlum að fræða um hvað er fémínismi er, bylgjur fémínismans, feðraveldið, kynjahlutverk og margt annað sem tengist fémínisma. Munum tala smá um metoo svo það væri flott ef það væri hægt að setja trigger warning þegar fólk er að skrá sig.
11:00	jógasalur	3	45 mín	Stutt kynning á Taiji og Qigong. Gerðar verða einfaldar æfingar sem stuðla að orkujafnvægi líkamans og núvitund. Taiji og Quigong stuðlar einnig að meðvitund um tengingu líkama og huga og bæta rýmisskynjun og jafnvægi.
11:00	13	5	90 mín	FNAF (the lore behind five nights at Freddie's) <b>IB friendly</b>
11:00	28	3	45 mín	Stefán sögukennari leggur línurnar fyrir draumaferð nemenda MH til Mexíkó.
11:00	19	5	90 mín	We will be painng on a wall in room 19. The room will have a map traced on the wall on which students will paint within the lines of their designated country (the country they are from) something that represents their mother/fatherland. / <b>IB friendly</b>

Lagningardagar MH vorið 2022

Birt með fyrirvara um villur.

11:00	7-8	3	60 mín	Vilt þú vita meira um sögu hinesignleikans um heim og hér á landi. Komdu til okkar til að kynna þér málið betur
11:00	Matgarður	5	90 mín	Nokkrir úr húsbandinu spila jazz fyrir jazzáhugafólk. Áhugasamir mega spila með
	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
12:30	30	3	60 mín	Kilroy kemur og heldur fyrirlestur
12:00	Mikligarður	3	60 mín	Við stelpurnar í antirasistunum ætlum að halda fyrirlestur eða fræðslu um rasisma og hvernig hann kemur fram og upplifanir sem við og höfum lent í. Munum líka tala um antirasisma
12:00	31	3	45 mín	Kynning um DILFS úr öllum sviðum frægðarinnar, og til að upplýsa almenninginn um þennan hóp fólks og mikilvægi hans.
12:00	12	3	60 mín	A lecture about serial killers, information about them and just fun facts <b>IB friendly</b>
12:30	14	3	45 mín	Kynning um gæludýr og svo sma quizz og svo þínu meet and greet
12:30	33	4	75 mín	Stutt spjall um hinn eina sanna Carl Sagan og síðan horfum við á fyrsta þáttinn af Cosmos: A Personal Voyage // A short tribute to my man, the late Carl Sagan, and then we'll watch the first episode of Cosmos: A Personal Voyage <b>IB friendly</b>
12:30	38	3	45 mín	Í þessum fyrirlestri myndi ég einfaldlega fjalla um sögu heavy metal tónlistar og spjalla um það.
				<p>Bandvefslosun hentar öllum, allt frá byrjendum til afreksfólks í íþróttum. Notaðir er boltar til þess að nudda auma vöðva og bandvef líkamans auk þess sem gerðar eru liðkandi æfingar og teygjur.</p> <p>Bandvefslosun er frábær leið til þess að:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• draga úr verkjum og minnka vöðvaspennu</li> <li>• auka hreyfifærni, hreyfanleika og liðleika</li> <li>• bæta líkamsstöðu</li> <li>• undirbúa líkamann fyrir átök</li> <li>• draga úr streitu og flýta fyrir endurheimt</li> <li>• auka hreyfigetu og vellíðan í líkamanum</li> </ul> <p>Hvað er bandvefur?</p> <p>Bandvefur er stoðvefur sem hefur þann tilgang að tengja saman mismunandi vefi og vera milliliður í flutningi næringarefna og taugaboða. Ef rennsli milli bandvefslaga minnkar verður vefurinn þurr sem getur haft áhrif á hreyfigetu.</p> <p>Bakverkir, höfuðverkir og skert hreyfigeta eru algengar afleiðingar af of stífum bandvef. Til dæmis getur stífni í herðablaði leitt upp í höfuð og stífni í mjöðm og læri getur haft mikil áhrif á bakið. <b>IB friendly</b></p>
12:30	Jógasalurinn	3	45-60 mín	

Lagningardagar MH vorið 2022

Birt með fyrirvara um villur.

	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
13:00	12	3	45 mín	Fótbolta quizz
13:00	Íþróttasalurinn	3	60 mín	Langar þig í barnaafmæli? Pakkaleikur, hókípóki og fleira
13:00	31	5	120 mín	Pólskar myndir/eða tengjast Póllandi
13:00	36	3	45 mín	Asking questions and giving answers <b>IB friendly</b>
13:00	Keiluhöllin	5	90 mín	Mæting í Keiluhöllina 12.50 kostar 1500 kr (55 mín keila ) hver er með mestu heildarstigin.
13:00	38	3	40 mín	Í fyrirlestrinum verður farið yfir grunnatriði í ræðumennsku og kynningum. Að hverju þarf að huga og hvað skiptir máli þegar fólk kemur fram.
13:00	7/8	5	90 mín	AFS mun koma og kynna sig og sín mál
13:00	13	3	60 mín	Kvennaathvarfið kemur og kynnir sig og sín mál
13:00	14	3	60 mín	Við spilum varúlf
13:30	11	3	45 mín	Hrafn Ágústsson er frumkvöðull á sviði persónulegrar uppbyggingar. Hann hóf viðskiptaferil sinn í Taiwan 25 ára gamall. Hann hefur leiðbeint og kennt frumkvöðlum í yfir 25 löndum. Best er að hafa þetta klukkan 13.30 eða síðar og skiptir ekki máli hvorn daginn (24 eða 25feb). 90 mín. Skjávarpi og hljóð – 25-30 manns.
	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
14:00	30	3	45 mín	as title describes. interactive lecture <b>IB friendly</b>
14:00	14	3	45 mín	Ég er að tala um tölvuleikinn Five nights and Freddy's
14:00	17	3	90 mín	Horfa á Mr. Bean's Holiday. <b>IB friendly</b>
14:00	Mikligarður	3	45 mín	Uppistand, glærुकyning og eh. skemmtilegt frá fyrrum nemanda MH - Villa Neto
14:00	27	3	45 mín	Smash or pass pretty much <b>IB friendly</b>
14:00	28	3	120 mín	Hvernig maður býr til tónlist/takta í FL Studio forritinu. Spjall um tonlist og búa til takta.
14:00	36	3	60 mín	Ætlum að tala um tattúin okkar og hafa kahoot að gíska hver er með hvaða tattú.

## Lagningardagar MH vorið 2022

Birt með fyrirvara um villur.

14:00		13	3	40 mín	Quzz um hvaða af (okkur sem erum með kynninguna) fólk er
14:00		26	3	45 mín	Ég og Vala að halda flippað pubquiz um eitthvað óákveðið líklega bara blandað eða nokkur lítil mismunandi quiz.
14:00		15	3	45 mín	Skemmtileg samvera þar sem þátttakendur skoða hverjir eru helstu styrkleikar þeirra. Allir uppgötva nýjar hliðar á sjálfum sér og öðrum.
<b>Föstudagur 25.febrúar – viðburðir</b>					
9:00		11	3	45 mín	Glærुकyning sem lýsir sögu hinsegin fólks á Íslandi. Takmarkið er að vekja áhuga og þekkingu á fólkinu sem bærust fyrir hönd margra í MH.
9:00		17	3 fyrir 45-60mín	Allur dagurinn	Watch the ranking of kings anime series which will consist of 17 <b>IB friendly</b>
9:00		38	3	Allur dagurinn	Verðum með mynd 1 á fimmtudeginum og mynd 2 á föstudeginum (ekki en alveg áhveðið hvaða mynd:))
9:00		7-8	3	55 mín	AA, BB, CC, DD og allir hinir áfangarnir, - hjálp /stoðtímar/ verða betri í dag en í gær í stærðfræði! Opin vinnustofa frá 9:00 - 12:00
9:00		16	3	60 mín	Opinn fundur í söngleikja gerð aldarinnar
9:00		30	3	60 mín	Þarftu að vinna upp heimavinnu? Langar þig að spila eða fönndra? Kannski fara í ruslatunnupappakastskeppni? Þá er þetta viðburðurinn fyrir þig. Hver veit nema að við skellum þætti á varpann ef þið eruð nógu dugleg!
9:00		12	3	45 mín	Saga álframléiðslu og álframléiðsla á Íslandi
	Stofa		Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
10:00	Bókasafn		3	60 mín	Föruneysið sér um spilaviðburð.
10:00		26	3	90 mín	Fyrirlesturinn fjallar um kynferðislega ánægju, samþykki og mörk. Ég mun koma til með að tala um kynfæri, sleipiefni, sjálfsfróun, virðingu, samskipti, væntingastjórnun og margt fleira.
10:00		7-8	3	55 mín	AA, BB, CC, DD og allir hinir áfangarnir, - hjálp /stoðtímar/ verða betri í dag en í gær í stærðfræði! Opin vinnustofa frá 9:00 - 12:00 <b>IB friendly</b>
10:00		13	5	90 mín	sagan af frægu tölvuleikja seríunni five nights at freddy's
10:00	Mikligarður		3	90 mín	Málstofa á Miklagarði þar sem 10 borðum verður raðað upp með 5 - 6 nemendum og einum kennara við hvert borð. Tekin verða fyrir ákveðin umræðuefni sem verða auglýst síðar þar sem þau eru ekki alveg komin á hreint. Umræðan mun fara fram á íslensku.

Lagningardagar MH vorið 2022

Birt með fyrirvara um villur.

10:00	30	3	45 mín	kahoot um Marvel, þá bíómyndir, comics o.þ.h.
10:00	íþróttasalur	3	90 mín	Spila fótbolta
10:00	16	3	60 mín	Lærum um rúnir og galdra.
10:00	12	3	120 mín	við ætlum að hafa cozy og horfa saman á þætti á netflix sem heita young royals
10:00	14	3	45 mín	æsi spennó kahoot úr nýjasta nýju í le pop culture
10:00	15	3	45 mín	Ég býðst til að stýra umræðu um einelti. Allir í hópnum taka þátt í umræðunni. Hvað er einelti? Hvað er hægt að gera til að stoppa það? Hvernig komum við í veg fyrir einelti?
10:00	17	4	75 mín	Sýning á heimildamyndina „The Bystander Moment“. Viðfangsefni hennar tengjast #metoo bylgjunni og aðgerðum gegn nauðgunarmenningu. Efnisviðvörðun: í heimildamyndinni er fjallað um kynferðisofbeldi. Sýningin tekur 50 mínúntur og svo er spjall með Karen í lokin, fyrir þau sem vilja.
10:00	18	5	90 mín	Á fimmtudeginum er Grown ups 1 og á föstudeginum er Grown ups 2 <b>IB friendly</b>
10:00	11	3	60 mín	Frönsk kvikmynd eftir Guillaume Brac 55 mín
	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
11:00	7-8	3	45 mín	AA, BB, CC, DD og allir hinir áfangarnir, - hjálp /stoðtímar/ verða betri í dag en í gær í stærðfræði! Opin vinnustofa frá 9:00 - 12:00
11:00	19	5	90 mín	We will be painting on a wall in room 19. The room will have a map traced on the wall on which students will paint within the lines of their designated country (the country they are from) something that represents their mother/fatherland. / <b>IB friendly</b>
11:00	27	3	60 mín	Barbie er gay (með sönnunum) (ekki clickbait)
11:00	30	3	45 mín	Andrew Garfield has often been hailed as the worst Spider-Man out of the 3 mainstream Spider-Men. In this lecture I'll do the unthinkable and explain why Andrew Garfield is the best and truly Amazing Spider-Man. <b>IB friendly</b>
11:00	28	3	45 mín	Stefán, history teacher, talks about a dream trip for MH students to Mexico <b>IB friendly</b>
11:00	11	5	90 mín	málefni Ástráðs
11:00	15	3	60 mín	Fyrirlestur um raunsæislegan lífstíl og heilsu frá reynslu samnemanda og allt það sem kennarar og fjölmiðlar segja okkur er óraunhæft
11:00	31	3	45 mín	Ótrúlega skemmtileg spurningakeppni fyrir alla! An amazingly fun quiz for everyone! <b>IB friendly</b>

Lagningardagar MH vorið 2022

Birt með fyrirvara um villur.

	Stofa	Stimplar	Lengd viðburðar	Lýsing á fyrirlestri / námskeiði. // Describe the event?
13:00	36	3	45 mín	umræður um kapitalisma, samfélagið og lífið yfir höfuð.
13:00	28	3	45 mín	Létt og skemmtilegt kahoot
13:00	26	3	45 mín	hvað er að gerast í Póllandi, af hverju og hvernig kom að þessu? skoðanir frá annars kynslóðar íslenskum pólvörja.
13:00	13	3	45 mín	kahoot með allskonar tónlistarstefnum frá mismunandi tímabilum.
13:00	38	3	45 mín	Í fyrirlestrinum verður farið yfir grunnatriði í ræðumennsku og kynningum. Að hverju þarf að huga og hvað skiptir máli þegar fólk kemur fram.
13:00	31	5	90 mín	
13:00	15	3	45 mín	Við spilum JackBox og leifum áhorfendum að taka þátt og kjósa