



FYRIRMYNDARFÉLAG ÍSÍ

U.M.F. Tindastóll



Handbók Knattspyrnudeildar



Efnisyfirlit

Efnisyfirlit.....	2
Inngangur	5
Knattspyrnudeild	5
Skipulag deildarinnar.....	5
Laun þjálfara	5
Markmið, umgjörð, þjálfun og keppni yngri flokka	6
Markmið	6
Markmið uppeldisstefnu	6
Markmið afreksstefnu:	6
Almennar upplýsingar	7
Þjálfun og keppni	7
Markmið þjálfunar.....	7
Kennslu- og æfingaskrá	7
Heilræði til leikmanna	7
Mætingar	7
Matur.....	7
Hvíld og svefn	7
Klæðnaður	8
Andlegt	8
Á æfingu/í leik	8
Umgengnisreglur	8
Skór/föt.....	8
Agareglur fyrir barna- og unglingastarf	8
Iðkendur Knattspyrnudeildar Tindastóls:.....	8
Aðgerðir ef ekki er farið eftir reglum þessum:	8
Tryggingar.....	8
Starf Barna- og unglingaráðs	9
Barna- og unglingaráð sér til þess að aðalþjálfari flokks:	9
Starfsreglur þjálfara.....	10
Þjálfari skal leggja eftirfarandi skipulag fyrir yfirþjálfara yngri flokka ásamt Barna- og unglingaráð:.....	11
Aðstoðarþjálfarar	11





Sérþjálfun, afreksþjálfun og markmannsþjálfun	12
Yfirþjálfari yngri flokka	12
Helstu verkefni yfirþjálfara:	12
Hlutverk foreldra og aðstandenda	13
Starfsreglur foreldraráða	13
Ýmis verksvið foreldraráða/foreldra:	13
Ferðir og undirbúningur ferðar	14
Kostnaður á hvern þátttakanda:	14
Óskilamunir	14
Upplýsingar	15
Foreldraráð, undirbúningur	15
Fjáröflun	15
Stuðningur foreldra	16
Félagsstarf	16
Uppskeruhátíð	16
Fræðsla og forvarnir	17
Fræðslu-og forvarnarstefna Ungmennasambands Skagafjarðar	17
Jafnréttismál	18
Jafnréttisstefna Ungmennasambands Skagafjarðar	18
Einelti	18
Einelti getur verið:	18
Hjá Knattspyrnudeild Tindastóls	19
Umhverfismál	19
Umhverfisstefna Ungmennasambands Skagafjarðar	19
Siðareglur knattspyrnudeildar Tindastóls	19
Tilgangur og markmið	19
Íþróttaiðkandi-og keppandi UMSS - þú skalt:	20
Að auki – Íþróttaiðkandi-og keppandi UMSS +18 – þú skalt:	20
Þjálfari:	20
Foreldri/forsjáraðili hafðu ávallt hugfast að:	21
Stuðningsmaður:	21
Stjórnarmaður/starfsmaður:	22
Viðbragðsáætlun	22
Ungmennasambands Skagafjarðar og aðildarféлага vegna aga- eða ofbeldisbrota, eineltis, kynferðislegrar og kynbundinnar áreitni.	22
Kafli I	22





A. Spurningar sem skipta máli og þarf að kortleggja í hverju tilviki fyrir sig:	22
B. Hvað á að gera?	23
C. Almenn viðbragðsáætlun:	23
Kafli II	24
Viðbragðsáætlun vegna agabrota	24
Agabrot varðar brot gegn sérmerktum siðareglum:	25
Iðkendur eldri en 18. ára:	25
Þjálfarar:	25





Inngangur

Markmið þessarar handbókar knattspyrnudeildar Tindastóls er að iðkendur, foreldrar og aðstandendur hafi á einum stað allar helstu upplýsingar um starfið innan deildarinnar. Handbókin á að auðvelda þeim sem starfa innan deildarinnar skipulagningu og annað utanumhald. Vonast knattspyrnudeild Tindastóls til þess að sem flestir foreldrar og iðkendur kynni sér innihald þessarar handbókar og verði með því meðvitaðir um starf deildarinnar.

Knattspyrnudeild

Tindastóll er eina félagið sem býður upp á knattspyrnu á Sauðárkróki. Í félaginu er starfræktur meistaraflokkur karla og kvenna ásamt öflugum yngriflokkastarfi. Félagið leggur áherslu á að fá sem flesta krakka, jafnt stelpur sem stráka, á Sauðárkróki og nágrenni til að leggja stund á heilbrigða hreyfingu sem knattspyrna er. Iðkendur úr öðrum sveitarfélögum eru að sjálfsögðu jafn velkomnir og aðrir.

Skipulag deildarinnar

Knattspyrnustjórn starfar í umboði aðalstjórnar félagsins. Stjórn knattspyrnudeildar er skipuð a.m.k. þrem stjórnarmönnum, sem kosnir eru á aðalfundi deildarinnar. Stjórnarmenn skipta með sér embættum. Þau embætti sem skipa skal í eru formaður, varaformaður og gjaldkeri, en aðrir stjórnarmenn meðstjórnendur.

Stjórnin fer með æðsta vald knattspyrnudeildar í umboði aðalfundar. Tvær rekstrareiningar starfa í umboði deildarinnar, þær eru:

- Rekstrareining 1 sem er rekstur á meistaraflokkui karla og kvenna, sér um allt sem viðkemur rekstri á þeirra flokka ásamt rekstri á 2. flokki karla og kvenna í samstarfi við Barna- og unglingaráð.
- Hinsvegar Rekstrareining 2 sem er Barna- og unglingaráð. Ráðið sér um rekstur og allt utanumhald yngri flokka deildarinnar. Stjórn deildarinnar ber endanlega ábyrgð á öllum málefnum hennar. Helstu verkefni stjórnar eru skipulagsmál deildarinnar, stefna, markmið, gæðamál, fjárhagur, fjármögnun og aðstaða. Það er algjörlega óheimilt að færa fjármuni frá barna- og unglingastarfi til meistaraflokka félagsins.

Hver rekstrareining sér um að greiða sínar skuldbindingar. Framkvæmdastjórn deildarinnar sér um að greiða reikninga rekstrareingar 1 (meistaraflokka og 2.flokks). Gjaldkeri Barna- og unglingaráðs sér um að greiða reikninga ráðsins. Öllum bókhaldsgögnum skal skilað jafnóðum til bókara félags.

Laun þjálfara

Laun þjálfara miðast við ábyrgð þeirra, menntun og reynslu. Sambærileg laun eru greidd óháð kynferði þjálfarans eða þeirra sem hann þjálfar.





Markmið, umgjörð, þjálfun og keppni yngri flokka

Markmið

Barna- og unglingaráð knattspyrnudeildar Tindastóls hefur yfirumsjón með starfi yngri flokka félagsins, annast m.a. ráðningar þjálfara í samráði við yfirþjálfara yngri flokka og stjórn knattspyrnudeildar. Einnig markar Barna- og unglingaráð ásamt yfirþjálfara yngri flokka stefnu fyrir starfsemi yngri flokka félagsins í knattspyrnu.

Barna- og unglingaráð Tindastóls hefur markað sér knattspyrnu- og uppeldisstefnu þar sem félags-, íþrótt- og uppeldisleg markmið eru höfð að leiðarljósi. Í stefnunni er lögð áhersla á ánægju af knattspyrnuíðkun, markvissa áætlanagerð og árangur. Lögð er áhersla á góð tengsl við foreldra iðkenda, vímuvarnir, fræðslu gegn lyfjamisnotkun og fjölbreytta félagsstarfsemi í öllum flokkum, m.a. til að efla samkennd (hópefli) og vinna gegn brottfalli úr íþróttaiðkun.

Stjórn knattspyrnudeildar ásamt Barna- og unglingaráði ræður yfirþjálfara yngri flokka sem er ábyrgur fyrir knattspyrnulegu uppeldi í yngri flokkum félagsins.

Barna- og unglingaráð knattspyrnudeildar Tindastóls hefur tvenns konar stefnu að leiðarljósi í starfinu. Annars vegar uppeldisstefnu yngri flokka með áherslu á skemmtun, félagsskap, jákvæð lífsviðhorf, góðan aga og heilbriggt líferni. Deildin vinnur eftir uppeldisstefnu samkvæmt bæklingi ÍSÍ um íþróttir barna og unglinga. Hins vegar afreksstefnu sem hefur allar sömu áherslur og uppeldisstefnan, en gengur lengra í því að markvisst er unnið að því að ala upp alhliða knattspyrnumenn sem hafa hæfileika til að skara fram úr.

Markmið uppeldisstefnu

Iðkendur fá tækifæri til að:

- Kynnast knattspyrnu sem leik og keppni
- Kynnast knattspyrnu sem hollri hreyfingu til framtíðar efla félags-, siðgæðis- og tilfinningaþroska
- Efla líkamsþroska og þrek, s.s. þol, kraft, hraða og liðleika efla sjálfstraust iðkenda, dirfsku og persónuleika
- Gera íþróttir að lífsstíl
- Njóta leiðsagnar frá hæfum þjálfurum
- Verði félagslega sterkir, beri virðingu fyrir öðrum leikmönnum, þjálfurum, félagi og mótherjum

Markmið afreksstefnu:

- Finna einstaklinga sem hafa hæfileika til að skara fram úr í knattspyrnu og efla þá og styrkja til frekari afreka.
- Sníða þjálfunina að einstaklingnum en um leið kenna honum að hann er hluti af liði
- Að leikmenn séu nógu góðir og tilbúnir til þess að spila með meistaraflokkum félagsins og yngri landsliðum Íslands.
- Að Tindastóll ali upp leikmenn sem geti spilað í efstu deild Íslandsmótsins og jafnvel haldið til atvinnumennsku erlendis.





Almennar upplýsingar

Skipan Barna- og unglingaráðs á hverjum tíma má sjá á heimasíðu deildarinnar <http://www.tindastoll.is/fotbolti>, þar er einnig að finna upplýsingar um starfsmenn framkvæmdastjórnar deildarinnar, skrifstofutíma og aðsetur deildarinnar.

Þjálfun og keppni

Þjálfarar deildarinnar skulu hafa þjálfaramenntun frá KSÍ og að lágmarki uppfylla kröfurnar sem settar eru fram í Leyfiskerfi KSÍ. Barna- og unglingaráð knattspyrnudeildar Tindastóls gerir sömu kröfur til þjálfara karla- og kvennaflokka félagsins. Félagið hvetur þjálfara sína til að afla sér aukinnar menntunar og endurmenntunar og styður þá í þeirri viðleitni.

Markmið þjálfunar

Iðkendur læri að:

- Skilja leikinn og reglurnar
- Sigrar og tapa á æfingum og í keppni
- Virða samherja, mótherja og dómara
- Auka leikskilning, „fullkomna“ hreyfingar/taktísk hlaup
- Umgangast aðra, vinna saman, skynja vandamál og leysa þau
- Þroska málefnalegt, jákvætt en gagnrýnið viðhorf gagnvart eigin getu
- Virða og meta Tindastól sem sitt félag og hafi löngun til að ná sem lengst í knattspyrnu.

Kennslu- og æfingaskrá

Í kennsluáætluninni er miðað við að telja upp þá þætti er iðkendur eiga að ná tökum á í þjálfuninni. Kennsluáætlunin inniheldur markmið í tækni og leikfræði fyrir hvern flokk fyrir sig. Leitast skal við að hver og einn iðkandi fái verkefni við sitt hæfi. Nálgað má kennslu og æfingaskránnar á heimasvæði Knattspyrnudeildar Tindastóls á heimasíðunni www.tindastoll.is/fotbolti

Heilræði til leikmanna

Mætingar

Mæta tímanlega og mæta á allar æfingar, láta vita ef ekki er hægt að mæta á æfingu.

Matur

Borða hollan mat (líka morgunmat). Ekki borða rétt fyrir æfingu (síðasta lagi 30 mín. fyrir æfingar) og muna að borða kolvetnaríkan mat eftir æfingu t.d gróf brauð, pasta, spagettí, kartöflur og banana. Drekkja mikið af vatni. Athugið að það minnkar árangur þjálfunar ef við borðum óhollan mat. Halda skal gosdrykkjum og sælgætisáti í lágmarki.

Hvíld og svefn

Til að geta lagt sig 100% fram á æfingum þarf maður að vera vel hvíld/ur, svefn er besta hvíldin.





Klæðnaður

Vera klædd/ur eftir aðstæðum/veðri og snyrtileg/ur til fara. Skyld er að mæta til æfinga í íþróttafatnaði og kann iðkendum að vera vísað frá æfingum ef þeir mæta t.d. í gallabuxum.

Andlegt

Vera jákvæður og einbeittur, hugsa jákvætt, taka vel eftir og læra.

Á æfingu/í leik

Þú ert að æfa til að læra og til að geta lært sem mest þarf að taka vel eftir. Því meira sem þú leggur þig fram, því meiri framfarir. Það sem þú gerir á æfingu gerir þú í leik. Ef þú gerir mistök, ekki hengja haus heldur reyndu að gera betur næst.

Umgengnisreglur

Ávallt að ganga snyrtilega um öll íþróttamannvirki og fara eftir settum umgengnisreglum t.d nota ruslafötur.

Skór/föt

Raða skóm í skóhillur. Hengja föt á snaga. Mikilvægt er að foreldrar merki allan fatnað, skó og töskur.

Agareglur fyrir barna- og unglingastarf

Iðkendur Knattspyrnudeildar Tindastóls:

- Mæta tímanlega á æfingar.
- Skamma ekki samherja eða kenna þeim um eitthvað. Deila ekki við dómara.
- Umgangast andstæðinga sína af virðingu.
- Umgangast þjálfara, félagi og forráðamenn Tindastóls af virðingu.
- Sýna háttvísi og eru félaginu til sóma hvar sem þeir koma.
- Hjálpast að við að ganga frá eftir sig. Bera virðingu fyrir eigum félagsins.
- Sýna starfsfólki íþróttahúsa og knattspyrnuvalla virðingu og kurteisi. Gangi vel og snyrtilega um.
- Eru ekki með læti í búningsklefum.
- Eru til fyrirmyndar bæði innan vallar sem utan.

Aðgerðir ef ekki er farið eftir reglum þessum:

- Þjálfari ræðir við iðkanda. Rætt við foreldra.
- Iðkanda vísað af æfingu.
- Iðkanda meinað að taka þátt í mótum/mótum, leik/leikjum.
- Heimilt er að meina iðkanda að æfa um tiltekinn tíma

Tryggingar

Enginn iðkandi í yngri flokkum Tindastóls er tryggður sérstaklega af félaginu. Upplýsingar um tryggingar iðkanda er að finna á heimasíðu ÍSÍ.





Starf Barna- og unglingaráðs

Barna- og unglingaráð heldur utan um starfsemi yngri flokka knattspyrnudeildar Tindastóls. Ráðið skal á faglegan hátt stuðla að markvissri uppbyggingu á knattspyrnu barna og unglinga á vegum Tindastóls. Barna- og unglingaráð er upplýsingaskýlt gagnvart stjórn knattspyrnudeildar. Ráðið sér til þess að unnið sé eftir stefnu félagsins í yngri flokkum innan vallar sem og utan.

Barna- og unglingaráð skal styðja þjálfara Tindastóls í starfi þeirra og jafnframt veita þeim nauðsynlegt aðhald. Yfirþjálfari yngri flokka ræður þjálfara til starfa að lokinni umsögn stjórnar knattspyrnudeildar, Barna- og unglingaráðs. Formaður Barna- og unglingaráðs skal sjá um samningagerð við þjálfara.

Barna- og unglingaráð sér til þess að aðalþjálfari flokks:

- Skipuleggi starfsárið í heild í þaula, leggi fyrir ráðið í upphafi starfsárs æfingaáætlun (ársáætlun), æfingaleikjaáætlun og markmið ársins.
- Vinni skipulega með einstaklinga og meti framfarir þeirra.
- Að loknu keppnistímabili meti þjálfarinn árangur starfsins og skili starfsskýrslu þar sem finna má upplýsingar hvað gert hefur verið, bæði hvað varðar liðið í heild og einstaklinga þess þar sem þess gerist þörf. Þetta sé gert svo nýr þjálfari geti fundið upplýsingar til að byggja á og haldið áfram uppbyggingarstarfi.

Barna- og unglingaráð skal hafa yfirumsjón með öllum fjáröflunarverkefnum og halda utan um þau í samráði við foreldraráð.

Barna- og unglingaráð skal hafa að leiðarljósi stefnuyfirlýsingu ÍSÍ um íþróttir barna og unglinga.

Barna- og unglingaráð setur reglur um framkomu þjálfara og iðkenda á æfingum, í leikjum og gagnvart félaginu. Séu þær reglur brotnar skal Barna- og unglingaráð veita þeim tiltal, en endanleg ákvörðun um framhaldið er í höndum stjórnar knattspyrnudeildar Tindastóls.

Barna- og unglingaráð skal í samráði við yfirþjálfara sjá um að halda a.m.k. fjóra þjálfarafundi á ári þar sem þjálfarar Tindastóls geta borið saman bækur sínar (haust, vetur, vor, sumar).

Barna- og unglingaráð skal sjá til þess að iðkendur fái fræðslu um knattspyrnulögin.

Framkvæmdastjórn Tindastóls sér um að skipuleggja allar ferðir iðkenda í samráði við þjálfara og foreldraráð.

Komi upp óleysanlegur ágreiningur milli Barna- og unglingaráðs annars vegar og foreldraráðs og/eða þjálfara hins vegar, skal stjórn knattspyrnudeildar skera úr um málið.

Barna- og unglingaráð skal reyna af fremsta megni að skapa jákvæða ímynd barna- og unglingaknattspyrnunnar á vegum Tindastóls og stuðla að drengskap iðkenda og vináttu.

Barna- og unglingaráð skal sjá til þess að þjálfarar fari á þjálfaranámskeið á vegum KSÍ.

Barna- og unglingaráð skipuleggur uppskeruhátíð yngri flokka í september/október á hverju ári í samráði við þjálfara.

Barna- og unglingaráð, í samráði við aðalþjálfara hvers flokks, skipi minnst tveggja manna foreldraráð á hvern árgang.





Starfsreglur þjálfara

Stefna knattspyrnudeildar er að hafa einungis hæfustu og bestu þjálfara í hverjum flokki, sem búa yfir menntun sem uppfyllir kröfur Leyfiskerfis KSÍ. Heimilt er að ráða þjálfara sem ekki hafa uppfyllt framangreind skilyrði gegn því að þeir sækir sér framangreinda menntun, en margir fyrrum leikmenn fara í þjálfun og eðlilegt að þeir afli sér menntunar um leið og þeir hefja störf á nýjum vettvangi.

Þjálfarar bera ábyrgð á þjálfun hvers flokks og faglegri leiðsögn. Þeir stjórna leikjum og bera ábyrgð á búnaði og aðstöðu við æfingar og leiki. Þjálfarar bera ábyrgð á skráningum iðkenda og vinna með foreldraráðum að félagslegum verkefnum. Þjálfari er ráðinn af yfirþjálfara yngri flokka í samráði við stjórn knattspyrnudeildar og Barna- og unglingaráði. Hann skal starfa samkvæmt reglum og ákvörðunum knattspyrnudeildar:

Þjálfarar skulu þjálfa samkvæmt stefnuýfirlýsingu ÍSÍ um íþróttir barna og unglinga og kennslu og æfingaskrá KSÍ fyrir barna og unglingaþjálfun í knattspyrnu. Þjálfari skal starfa í hvívetna eftir stefnu, námsskrá, reglum og samþykktum knattspyrnudeildar og Barna- og unglingaráðs. Verði misbrestur á því er það í höndum stjórnar knattspyrnudeildar, eftir umsögn yfirþjálfara yngri flokka og Barna- og unglingaráðs, að ákveða framhaldið.

Þjálfari skal eiga kost á að fá einn aðstoðarþjálfara fari skráður iðkendafjöldi að jafnaði yfir 15 í hverjum flokki og tvo fari skráður iðkendafjöldi að jafnaði yfir 30 í hverjum flokki o.s.frv. Barna- og unglingaráð ræður aðstoðarþjálfara til starfa, að fenginni umsögn yfirþjálfara, óski þjálfari eftir því.

Þjálfarar fá til umráða ákveðinn fjölda bolta, vesta og annan búnað til æfinga og keppni sem þeir bera fulla ábyrgð á. Þeir skulu sjá til þess að gengið sé frá öllum boltum, vestum og keilum eftir hverja æfingu.

Þjálfarar skulu klæðast fatnaði merktum Tindastól í öllum leikjum á vegum félagsins. Þá er æskilegt að þjálfarar klæðist fatnaði merktum Tindastól á æfingum sé þess nokkur kostur og séu að öðru leyti snyrtilegir til fara.

Þjálfari skal halda mætingaskýrslur fyrir iðkendur og ganga skilmerkilega frá þeim þannig að hægt sé að byggja á þeim upplýsingum sem þar koma fram við innheimtu æfingagjalda. Skýrslur þessar skal afhenda yfirþjálfara eða starfsmanni framkvæmdastjórnar mánaðarlega.

Þjálfari skal vera mættur a.m.k. 15 mínútum áður en auglýstur æfingatími á að hefjast og ekki fara af æfingu fyrr en allir iðkendur eru farnir af vallarsvæði og frágangur þess í lagi. Ef þjálfari forfallast á æfingu skal hann láta yfirþjálfara vita og sjá til þess að aðstoðarmaður hans eða annar staðgengill sjái um æfinguna á sömu forsendum og áður er greint frá.

Þjálfari skal virða óskir og ákvarðanir vallarstjóra um; a. staðsetningu æfingar, b. æfingasvæði félagsins. Að lokinni æfingu/leik skal ganga frá mörkum á þann stað sem vallarstjóri ákveður hverju sinni, ásamt öðrum búnaði sem þjálfari notar til æfingarinnar/leiksins.





Þjálfari skal leggja eftirfarandi skipulag fyrir yfirþjálfara yngri flokka ásamt Barna- og unglingaráð:

- Í upphafi árs: Skipuleggja starfsárið í heild, leggja fyrir æfingaáætlun (ársáætlun), æfingaleikjaáætlun og áherslu í þjálfun fyrir starfsárið í heild sinni og hver markmið ársins eru.
- Vinna skipulega með einstaklinga og meta framfarir þeirra, m.a. með skipulögðum mælingum ef kostur er.
- Að loknu keppnistímabili: Þjálfari meti árangurinn og skili af sér starfsskýrslu þar sem er að finna upplýsingar um hvað hefur verið gert og unnið með, hvað varðar liðið í heild og einstaklinga þess. Þetta sé gert svo nýr þjálfari geti fundið upplýsingar til að byggja á og haldið áfram uppbyggingarstarfi.

Þjálfari skal mæta á foreldrafund sem Barna- og unglingaráð boðar til einu sinni á tímabili þar sem hann kynnir sjálfan sig, áætlun ársins og þau markmið sem hann ætlar að vinna eftir.

Þjálfari skal í samvinnu við framkvæmdastjórn panta rútu vegna leiks/ja á útivelli með a.m.k. fimm daga fyrirvara og tilkynna þá fjölda þeirra sem fara í ferðina. Gistingu skal starfsmaður framkvæmdastjórnar sjá um að panta í samráði við þjálfara með minnst viku fyrirvara þegar þess þarf. Þegar farið er með flugi skal þjálfari skila nafnalista til starfsmanns með góðum fyrirvara. Það er á ábyrgð þjálfara að láta starfsmann framkvæmdastjórnar vita þegar panta skal.

Þjálfari og aðstoðarmaður hans bera alfarið ábyrgð á keppnisbúningum síns flokks. Þeir sjá um að taka þá með í ferðir og koma þeim í þvott. Keppnisbúninga má eingöngu nota í leikjum. Búninga skal geyma á þar til gerðum stað í búningageymslu.

Þjálfari skal halda utan um sjúkratösku sem hann fær í leiki. Í hverri tösku skal a.m.k. vera: kælisprey, plástrar, skæri, teip, teygjubindi, grisjur, bómull og græðandi krem.

Óski þjálfari eftir breytingu á leikdegi hjá liði sínu skal það gert í samráði við yfirmann framkvæmdastjórnar. Yfirmaður framkvæmdastjórnar sér um breytingar í samráði við KSÍ.

Þjálfari skal markvisst stuðla að því að framkoma leikmanna hans, innan vallar sem utan, í búningasklefum, á keppnisferðalögum hér á landi og ytra, á æfingum, í leikjum, gagnvart dómara og starfsmönnum leikja, andstæðingum og eigin félagi, sé Tindastól til fyrirmyndar í hvívetna.

Þjálfari ber ábyrgð á því að leikskýrslur fyrir leiki séu útfylltar samkvæmt reglum KSÍ.

Liðsstjóri/aðstoðarþjálfari skal sjá um að fylla skýrsluna út en ábyrgðin er engu að síður þjálfarans.

Þjálfari ber ábyrgð á því að búnaður leikmanna fyrir keppni í mótum á vegum KSÍ sé samkvæmt reglugerð KSÍ.

Aðstoðarþjálfarar

Stefna knattspyrnudeildarinnar er að aðstoðarþjálfarar hafi lokið a.m.k. 1. stigi þjálfaranámskeiða KSÍ. Mikil áhersla er lögð á að ala upp þjálfara innan félagsins, þannig er reynt að nýta áhugasama iðkendur úr yngri flokkunum sem aðstoðarþjálfara til að þeir öðlist menntun og reynslu til að geta tekið síðar að sér þjálfarastörf fyrir félagið.





Sérþjálfun, afreksþjálfun og markmannsþjálfun

Sérþjálfari annast sérþjálfun barna- og unglingaflokka í samvinnu og samráði við yfirþjálfara og þjálfara hvers flokks. Sérstaklega er valið á þessar æfingar af þjálfurum og yfirþjálfara. Dæmi um þetta getur verið þrekþjálfari eða styrktarþjálfari og eða markmannsþjálfari.

Yfirþjálfari yngri flokka

Yfirþjálfari hefur yfirumsjón með öllu faglegu barna- unglingastarfi knattspyrnudeildar í samráði við sjórn og Barna- og unglingaráð knattspyrnudeildar Tindastóls. Yfirþjálfari tryggir að æfingaáætlanir séu gerðar og kynntar iðkendum og foreldrum þeirra. Hann fylgir því jafnframt eftir að farið sé eftir þeim áætlunum. Yfirþjálfari leggur fram tillögur fyrir stjórn knattspyrnudeildar og Barna- og unglingaráð um ráðningu þjálfara fyrir yngri flokka, en endanleg ráðning er í höndum stjórnar Barna- og unglingaráðs í samráði við stjórn knattspyrnudeildar.

Helstu verkefni yfirþjálfara:

Í upphafi starfsárs, að hausti, aðstoðar yfirþjálfari þjálfara að skipuleggja árið í heild með þjálfurum yngri flokka. Yfirþjálfari ásamt þjálfurum leggur fyrir Barna- og unglingaráð æfingaáætlun allra flokka fyrir starfsárið þannig að markmið hvers flokks komi skýrt fram.

Yfirþjálfari sér til þess að allir þjálfarar kynni æfingaáætlun (tímasetningu og æfingafjölda á viku) iðkendum og forráðamönnum þeirra. Allar breytingar á æfingaáætlun skal kynna sérstaklega.

Ef þjálfari forfallast á æfingu skal hann tilkynna það yfirþjálfara tímanlega og þeir í sameiningu sjá til þess að aðstoðarmaður þjálfara eða annar staðgengill annist æfinguna.

Barna- unglingaráð ræður aðstoðarþjálfara til starfa, að fenginni umsögn yfirþjálfara.

Yfirþjálfari skipuleggur þjálfun byrjenda og yngstu flokkanna frá grunni og leggur fram heildstæða þjálfunaráætlun samkvæmt markmiðum og stefnu knattspyrnudeildar Tindastóls fyrir Barna- og unglingaráð. Unnið er eftir stefnuýfirlýsingu ÍSÍ um íþróttir barna og unglinga og kennslu- og æfingaskrá KSÍ fyrir barna- og unglingaþjálfun í knattspyrnu. Þá skal hann skipuleggja aukaæfingar hjá öðrum flokkum ef nauðsyn krefur.

Yfirþjálfari heldur reglulega fundi með þjálfurum, þar sem fjallað er um málefni allra flokka og sér til þess að þjálfarar haldi skýrslu um gang mála hjá hverjum flokki. Yfirþjálfari sér til þess að þjálfarar meti árangur og skili af sér starfsskýrslu að loknu keppnistímabili. Þar séu upplýsingar um þá þætti sem teknir hafa verið fyrir á tímabilinu hvað varðar liðið í heild og einstaklinga þess.

Yfirþjálfari skal fylgja eftir að þjálfarar starfi í hvívetna eftir reglum og samþykktum stjórnar knattspyrnudeildar Tindastóls og Barna- og unglingaráðs.

Yfirþjálfara ber að aðstoða þjálfara komi upp agavandamál í flokknum. Leysi þeir ekki ágreininginn ber yfirþjálfara að koma málinu í hendur Barna- og unglingaráðs. Yfirþjálfari kemur upplýsingum til Barna- og unglingaráðs um störf þjálfara yngri flokka félagsins. Verði ítrekað vart við óánægju með faglegt starf þjálfara getur Barna og unglingaráð sagt upp samningi við hann að höfðu samráði við yfirþjálfara.

Yfirþjálfari skal mæta reglulega á fundi með Barna- og unglingaráði.





Hlutverk foreldra og aðstandenda

Starfsreglur foreldraráða

Allir foreldrar geta lagt sitt af mörkum við að gera gott íþróttastarf betra. Barna- og unglingaráð Tindastóls hvetur alla foreldra til að koma á einhvern hátt að íþróttaiðkun barna sinna. Munum að stuðningur og áhugi foreldra styrkir börnin til þátttöku í íþróttum.

Foreldrar geta tekið þátt í starfinu með ýmsu móti. Foreldraráð eru starfandi fyrir hvern árgang og sjá þau um að halda utan um starf hvers flokks í samráði við þjálfara og unglingaráð. Allflestir flokkar standa að einhvers konar fjáröflun og þar er lykilatriði að allir foreldrar aðstoði börnin. Einnig þarf fúsar hendur í vinnu á þeim knattspyrnumótum sem Tindastóll heldur, akstur í leiki, fararstjórn í ferðum, aðstoð við uppákomur í flokkunum og fleira sem til fellur. Þetta er góð leið til að kynnast öðrum foreldrum og félögum barnanna okkar.

Allir yngri flokkar á vegum knattspyrnudeildar Tindastóls skulu að hausti skipa foreldraráð. Foreldraráð er skipað að lágmarki tveimur foreldrum úr hverjum árgangi og er það skipað á fundi með þjálfara og/eða Barna- og unglingaráði.

Foreldraráð heyra beint undir Barna- og unglingaráð knattspyrnudeildar Tindastóls sem sér um að samræma og skipuleggja ferðir flokka og fjáröflun foreldraráða. Hugmyndum um fjáröflunarverkefni skal skilað til unglingaráðs sem veitir leyfi ef hægt er.

Foreldraráð skal upplýsa aðra foreldra um þau fjáröflunarverkefni og starfsemi sem er í gangi hverju sinni.

Barna- og unglingaráð skal stofna reikning fyrir hvern flokk sem gjaldkeri foreldraráðs hefur aðgang að.

Allar ferðir skulu skipulagðar í samráði við Barna- og unglingaráð og starfsmann framkvæmdastjórnar. Starfsmaður framkvæmdastjórnar sér um öll samskipti við mótsstjóra viðkomandi móts og sér um greiðslu á staðfestingargjaldi og mótsgjaldi í samráði við gjaldkera flokks.

Foreldraráð skal stuðla að jákvæðu og uppbyggilegu starfi yngri flokka Tindastóls.

Foreldraráð skal hvetja iðkendur á jákvæðan og uppbyggilegan hátt í starfi og leik.

Ýmis verkvið foreldraráða/foreldra:

- Skipuleggja ýmsar uppákomur.
- Færa bókhald reiknings ef þarf.
- Aðstoða þjálfara.
- Taka við greiðslum frá iðkendum í síðasta lagi einni viku fyrir mót og greiða heildarsummu fyrir flokkinn inn á reikning unglingaráðs í síðasta lagi fjórum dögum fyrir mót.
- Taka við greiðslum þegar farið er á einkabílum í leik og deila innkomunni jafnt á milli ökumanna.
- Aðstoða á mótum með vinnuframlagi.
- Sjá um að manna fararstjórn á mót.
- Taka myndir á leikjum.
- Sjá um/sjá til þess að fréttir um flokkinn komi á heimasíðu Tindastóls.
- Sjá um að skipuleggja akstur á mót þegar svo ber undir.
- Sjá um búninga og áhöld í samvinnu við þjálfara.





Ferðir og undirbúningur ferðar

Fundir eru haldnir fyrir viðkomandi ferð og þar ákveðið hvað hópurnir skal hafa með eða hvað keypt handa öllum hópnum.

Ef foreldrar vilja koma einhverju á framfæri vegna krakkanna, t.d. ofnæmi eða eitthvað annað er þeim bent á að tala við fararstjóra eða þjálfara tímanlega.

Nauðsynlegur búnaður (m.v. ferð með gistingu):

Dýna/vindsæng	Félagsgalli	Regn- og vindgalli
Svefnpoki/sæng	Keppnissskór (úti/inni)	Hlý peysa
Koddi	Legghlífar	Úlpa
Tannbursti	Stuttbuxur og sokkar	Húfa
Tannkrem	Sokkar	Sápa/sjampó
Aukabuxur	Handklæði	Þvottapoki
Sundföt	Nærföt	Keppnisandi
Góða skapið	Klæðnaður fyrir X daga	Vettlingar
Stígvél	Afþreyingarefni (spil)	Vatnsbrúsa

3b. Allur búnaður, hver einstök flík, skal vera mjög vel merkt með nafni, síma og félagi.

3c. Fáíð krakkana í lið með ykkur að pakka svo að þau viti hvað þau eru með.

3d. Allur farangur á að vera í einni tösku, ekki í plastpokum.

3e. Allt sælgæti bannað og ekki er leyfilegt að hafa peninga með í ferðina.

3f. Fáíð uppgefna GSM síma fararstjóra og/eða þjálfara.

3g. Merkið allan farangur og allan fatnað. t.d. með nafni barns og símanúmeri eða nafni félags.

3h. Virðið brottfarartíma, mætið tímalega.

Kostnaður á hvern þátttakanda:

Það er ákveðið þáttökugjald fyrir hvern þátttakanda á mótið, við það bætist staðfestingargjald á hvert lið, kostnaður við fararstjórn, viðbótar matur og einhver ferðakostnaður. Hver flokkur ákveður endanlegt verð á hvern þátttakanda og hvað er innifalið.

Óskilamunir

Eftir mótið er yfirleitt öllum óskilamunum komið fyrir á skrifstofu félagsins sem hélt mótið. Hægt er að hringja þangað og biðja starfsmann að leita í bunkanum - við skulum því merkja fatnað barnanna mjög vel.





Upplýsingar

Veistu hver er fararstjóri og símanúmer hans? Ef foreldrar vilja fá fréttir af börnunum þá er þeim velkomið að hringja í fararstjórana á hverjum degi. Þetta er einungis hugsað til að foreldrar geti fullvissað sig um að allt gangi vel, en ekki er gert ráð fyrir að börnin verði á staðnum til að tala við foreldra.

Foreldraráð, undirbúningur

Að lágmarki viku fyrir brottför þarf að funda með foreldrum varðandi ferðina.

Lýsing á staðhátum. Hvað er gott að hafa í huga varðandi Vestmannaeyjar, Kópavog, Ólafsfjörð, Siglufjörð o.fl.

Allar ferðir verði gerðar upp;

- Kostnaður og tekjur (uppgjörsblaði skilað til Unglingaráðs).
- Hvernig gekk, árangur liða og uppákomur.
- Hvað var vel gert – Hvað má gera betur?
- Nauðsynlegir fylgihlutir á mót
- Fánar
- Flögg, borðar
- Myndir, myndataka
- Nesti

Fjáröflun

Viðmiðunarreglur vegna fjáröflunar yngri flokka:

Öll fjáröflun í nafni Tindastóls er gerð með vitund og samþykki Barna- og unglingaráðs. Þátttökulisti í fjáröflunarverkefnum er í umsjá foreldraráðsins og sendist til gjaldkera flokksins. Afrit sendist til Barna- og unglingaráðs.

Allir peningar sem koma inn við fjáröflun í nafni Tindastóls eru í vörslu gjaldkera flokksins og eru lagðir inn á þar til gerðan reikning flokksins sem er á kennitölu unglingaráðs. Innkoma fjáröflunar er skráð á nafn þátttakenda hverju sinni og því geta meðlimir flokksins átt misháar upphæðir inni á reikningi flokksins. Þetta gildir einkum frá og með 5. flokki.

Hámarks fjáröflunarupphæð fyrir hvert keppnistímabil er 90% af áætluðum kostnaði sem til fellur vegna keppnis- og æfingaferða.

Hvert keppnistímabil skal gera upp að lokinni síðustu keppni. Ekki er ætlast til að afgangur sé af söfnunarfé. Komi það hins vegar fyrir að meðlimir flokksins eigi afgang af söfnunarfé, t.d. vegna veikinda/slyss sem varð þess valdandi að viðkomandi gat ekki tekið þátt í öllum verkefnum flokksins eða áætluð þátttaka í ákveðnu mót var afturkölluð, skal sú upphæð sem eftir stendur flytjast yfir á næsta fjáröflunartímabil á nafni viðkomandi iðkanda. Komi þessi staða upp hjá iðkanda á eldra ári í 3. flokki verður það metið og unnið úr því með unglingaráði. Peningar sem safnast í fjáröflunarverkefnum í nafni Tindastóls eru ekki greiddir út til iðkanda, einkum á það við þegar verið er að safna fyrir sameiginlegum kostnaði, s.s. vegna utanlandsferða.

Foreldraráð skal skila uppgjöri flokksins til Barna – og unglingaráðs í síðasta lagi í lok september ár hvert.





Stuðningur foreldra

Rannsóknir hafa sýnt að það mikilvægasta við uppeldi barna er að foreldrar verji tíma með börnum sínum og þekki foreldra vana barnanna. Knattspyrnudeild Tindastóls leggur mikla áherslu á það að iðkendur séu vinir bæði innan vallar og utan. Grundvöllur fyrir rekstri íþróttafélags er öflugt foreldrastarf. Þar sem öflugt foreldrastarf er til staðar er rekstur viðkomandi flokks yfirleitt í góðum farvegi. Þjálfari og stjórn fá þann stuðnings sem nauðsynlegur er og börnin æfa betur og eru viljugri að taka þátt ef foreldrar þeirra eru áhugasamir um íþróttaiðkun þeirra. Mjög mikilvægt er að foreldrar sýni börnum sínum stuðning og áhuga á því sem þau eru að gera. Spyrji t.d. hvernig gangi, mæti á æfingar og leiki og veiti þeim jákvætt aðhald. Foreldri/forráðamaður, hafðu ávallt hugfast að: Sem foreldri er hægt að gera knattspyrnu barna og unglinga að eftirminnilegri og jákvæðri reynslu fyrir börnin.

Hér eru þættir sem snúa að foreldrum/forráðamönnum:

- Barnið þitt er í íþróttum vegna eigin ánægju en ekki til að gleðja þig. Hvetja barnið þitt til þátttöku í íþróttum, ekki þvinga það.
- Hvetja barnið þitt til að fara eftir og virða reglur íþróttanna og að leysa deilur án fjandskapar eða ofbeldis.
- Styðja og hvetja öll börn og ungmenni – ekki bara þín eigin.
- Vera jákvæður, bæði þegar vel gengur og líka þegar illa gengur. Gera aldrei grín að barni eða hrópa að því ef það gerir mistök.
- Bera virðingu fyrir störfum þjálfarans, ekki reyna að hafa áhrif á störf hans á meðan leik eða keppni stendur.
- Líta á dómara sem leiðbeinanda barna, ekki gagnrýna ákvarðanir hans. Virða rétt hvers barns, óháð kyni, kynstofni eða trúarbrögðum.
- Læra að meta þátttöku sjálfbodaliða hjá félaginu, því án þeirra hefði barn þitt ekki möguleika á að stunda æfingar og keppni með félaginu.

Félagsstarf

Barna- unglingaráð skal reyna af fremsta megni að skapa jákvæða ímynd barna- og unglingaknattspyrnu á vegum Tindastóls, bæði í drengja- og stúlknaflokkum, og stuðla að drengskap iðkenda, jafnrétti, vináttu og umburðarlyndi við náungann. Félagslegi þátturinn í starfi innan hvers flokks í barna- og unglingastarfinu er unninn í samvinnu við foreldraráð og þjálfara. Mjög mikilvægt er að leggja rækt við félagslega þáttinn, þ.e. brjóta upp hefðbundna starfsemi og gera eitthvað uppbyggilegt fyrir einstaklinginn eða hópinn. Dæmi um óhefðbundna starfsemi eru t.d. ferðalög, heimsókn, umræður (tjáning), iðkun annarra íþróttagreina og margt fleira. Þetta getur hver flokkur gert fyrir sig eða margir flokkar saman. Þessi óhefðbundna starfsemi getur bæði verið með og án þátttöku foreldra. Stefnt skal að nokkrum upþákomum á hverju keppnistímabili.

Uppskeruhátíð

Á hverju hausti (sept.-okt.) stendur Barna- og unglingaráð knattspyrnudeildar Tindastóls fyrir uppskeruhátíð fyrir yngri flokka félagsins. Þangað er öllum iðkendum ásamt foreldrum boðið.

Ekki skal veita einstaklingsverðlaun í yngstu flokkum félagsins, þ.e. 8., 7. og 6. flokki karla og kvenna.

Allir iðkendur í þessum flokkum fá viðurkenningar fyrir að taka þátt í starfi knattspyrnudeildar.





Óheimilt er að velja Íþróttamann Tindastóls úr yngri flokkum knattspyrnudeildar, þ.e. 3.-8. flokki karla eða kvenna.

Gæta skal jafnréttis milli kynja þegar um viðurkenningar er að ræða.

Barna- og unglingaráð hefur einnig heimild til að verðlaun sem þeir telja að sé iðkendum hvatning til afreka í knattspyrnu, þ.e. í öðrum flokkum en fram koma í lið 1.

Tekið skal fram að iðkandi sem ekki hefur greitt æfingagjald keppir ekki á vegum félagsins og á ekki rétt á viðurkenningu.

Fræðsla og forvarnir

Deildin vinnur í samræmi við Fræðslu- og forvarnarstefnu Ungmennasambands Skagafjarðar og skuldbindur sig að fylgja henni.

Fræðslu- og forvarnarstefna Ungmennasambands Skagafjarðar

UMSS:

- Hvetur aðildarfélög til þess að festa í lög sín/reglugerðir/vinnureglur ákvæði þar sem tekin er einörð afstaða gegn neyslu á áfengi, tóbaki, rafrettum og öðrum fíkniefnum.
- Öll aðildarfélög hafi að leiðarljósi að íþróttaiðkun fylgir alltaf uppeldishluti og skulu allir hlutaðeigandur vera meðvitaðir um það í öllu starfi sínu. Íþróttmenning sé virt sem mikilvægur hluti samfélagslegra gilda.
- Öllum aðildarfélögum ber skylda til að kynna og viðhalda þekkingu og meðvitund iðkenda, þjálfara og annars starfsfólks á siðareglum félagsins. Einnig að fylgja eftir agabrotum og vinna eftir viðbragðsáætlun hvað það varðar sem og ofbeldis, eineltis, kynbundinnar og kynferðislegrar áreitni.
- Stuðlar að aukinni og almennari þátttöku ungs fólks í íþróttastarfi
- Hvetja aðildarfélög til þess að vinna markvisst að því að fjölga iðkendum íþróttanna meðal barna og unglinga, m.a. með því að auka fjölbreytni í iðkuninni og tryggja þannig að öll börn og unglingar fái tækifæri til að stunda íþróttir í samræmi við eigin þarfir, getu og áhuga.
- Nýta mannvirki og aðstöðu íþróttahreyfingarinnar til að festa íþróttastarf í sessi sem raunhæfan valkost til skemmtunar fyrir unglinga t.d. með því að bjóða upp á iðkun óhefðbundinna greina.
- Halda opin hús í íþróttamannvirkjum eða efna til annars konar íþróttastarfs fyrir þessa aldurshópa þar sem meiri áhersla er lögð á að koma til móts við þarfir þeirra fyrir afþreyingu og skemmtun, en keppni og afrek.
- Vinnur að aukinni þekkingu á skaðsemi fíkniefna og forvörnum innan aðildarfélaga
- Fela þjálfurum að fræða þá iðkendur sem þeir þjálfu um áhrif áfengis, rafrettna, tóbaks og fíkniefna og áhrif þeirra á heilbrigði og árangur í íþróttum.
- Hvetja aðildarfélög til þess að fjalla um fíkniefni og forvarnir í málsgögnum sínum og ritum.

Unnið upp úr STEFNUYFIRLÝSINGU ÍSÍ UM FORVARNIR OG FÍKNIEFNI.





Jafnréttismál

Deildin vinnur í samræmi við jafnréttisstefnu Ungmennasambands Skagafjarðar og skuldbindur sig að fylgja henni.

Jafnréttisstefna Ungmennasambands Skagafjarðar

Allir einstaklingar innan UMSS skulu eiga jafna möguleika á að njóta eigin atorku og þroska hæfileika sína óháð kynferði eða kynþætti.

Jafnréttisstefna er gerð með þeim tilgangi að vekja athygli á rétti hvers einstaklings til jafnra tækifæra í lífinu og að það sé hagur samfélagsins í heild að jöfn virðing sé borin fyrir hæfileikum kvenna og karla. Íslensk jafnréttislöggjöf hefur jafnrétti kynjanna að markmiði og það gerir jafnréttisáætlun UMSS einnig. Er það í samræmi við ákvæði 12. greinar laga um jafna stöðu og jafnan rétt kvenna og karla nr. 10/2008.

Til að stuðla að jafnrétti kynja og kynþátta leggur UMSS áherslu á:

- Að jafnréttissjónarmiða sé gætt í hvívetna í öllu starfi félagsins og að hvers kyns kynja- eða kynþáttamismunum verði ekki liðin.
- Að veita báðum kynjum tækifæri á að æfa jafn mikið og jafn oft og gera engan greinarmun á drengja- og stúlknaflokkum við útdeilingu æfingatíma.
- Að hafa vel menntaða og hæfa þjálfara í öllum flokkum. Gerðar eru sömu ráðningarkröfur til þjálfara drengja- og stúlknaflokka og að sömu laun eru greidd fyrir vinnu þjálfara í karla og kvennaflokka.
- Að iðkendur, félagsmenn og starfsmenn hafi ekki uppi orð eða athafnir sem líta má á sem kynja- eða kynþáttamisrétti gagnvart öðrum, hvort sem um ræðir einstaklinga eða hópa innan eða utan félagsins. Áhersla er lögð á að iðkendur og aðrir félagsmenn geri ekki athugasemdir við litarhátt, talsmáta eða annað í fari iðkenda, ættingja þeirra eða keppinauta sem skilja má sem særandi athugasemd um uppruna þeirra.
- Að iðkendur og aðrir félagsmenn séu meðvitaðir um menningarmun, hugsanlega vanþekkingu innflytjenda á íslenskum aðstæðum og úrræðaleyfi þeirra gagnvart þeim.
- Að iðkendur og aðrir félagsmenn leggi sig fram um að aðstoða innflytjendur við aðlögun að félagsstarfi allra aðildarfélaga UMSS.

Einelti

Einelti er langvarandi ofbeldi, líkamlegt og/eða andlegt sem beinist að ákveðnum einstaklingi eða jafnvel einstaklingum. Atferlið er endurtekið og sá sem fyrir eineltinu verður er ekki fær um að verja sig. Tilviljanakennd stríðni, átök og ágreiningur milli jafningja telst ekki til eineltis.

Einelti getur verið:

- Líkamlegt: barsmíðar, spörk, hrindingar eða skemmdarverk
- Munnlegt: uppnefni, niðrandi athugasemdir og endurtekin stríðni
- Skriflegt: tölvuskeyti, sms–skilaboð, bloggsíðuskrif, krot og bréfasendingar
- Óbeint: baktal, útskúfun eða útilokun úr félagahópi
- Efnislegt: eigum barnsins stolið eða þær eyðilagðar
- Andlegt: þegar barnið er þvingað til að gera eitthvað sem stríðir algjörlega gegn réttlætiskennd þess og sjálfsvirðingu.





Hjá Knattspyrnudeild Tindastóls

- Leggjum við ekki aðra í einelti.
- Aðstoðum við þá iðkendur sem verða fyrir einelti.
- Segjum við alltaf frá ef einhver er lagður í einelti.
- Ef um einelti er að ræða bregðumst við strax við með viðeigandi hætti.
- Þjálfari eða annar starfsmaður tekur málið að sér, safnar upplýsingum og heldur utan um þær
- Við ræðum strax við þolanda, með eða án foreldra
- Við upplýsum forráðamenn gerenda og þolanda um stöðu mála
- Leitum aðstoðar sérfróðra aðila ef þurfa þykir

Til að forðast einelti leggjum við áherslu á að börnin séu samherjar, komi vel fram við hvert annað, skilji ekki útundan og temji sér góð samskipti. Þau læri að leysa þann ágreining sem getur komið upp og séu hvött til að taka afstöðu gegn einelti.

Umhverfismál

Deildin vinnur í samræmi við umhverfisstefnu Ungmennasambands Skagafjarðar (UMSS) og skuldbindur sig að fylgja henni.

Umhverfisstefna Ungmennasambands Skagafjarðar

- Umgengnisreglur séu til staðar fyrir íþróttamannvirki héraðsins og eru aðgengileg fyrir iðkendur.
- Hvatt er til sparnaðar í keyrslu á æfingar og mót með því að sameinast um bíla.
- Ruslafötur eru til staðar á æfinga- og keppnissvæðum og aðilar upplýstir um það.
- Tiltekt fer fram að lokinni æfingu og/eða keppni.
- Aðgengi er fyrir fatlaða.
- Æfinga- og keppnissvæði eru reyk- og rafrettulaus.
- Iðkendur aðildafélaga UMSS eru hvattir til að safna dósum í fjáröflunarskyni.

Siðareglur knattspyrnudeildar Tindastóls

Deildin vinnur í samræmi við reglur Ungmennasambands Skagafjarðar (UMSS) og fylgir þeim siðareglum sem sambandið samþykkti á 98. ársþingi sínu þann 10. mars 2018.

Tilgangur og markmið

Siðareglurnar þjóna þeim tilgangi að gera iðkendum, þjálfurum, foreldrum og öðrum sem að starfi ungmennasambandsins koma, grein fyrir því hvaða hegðunarviðmið eru höfð að leiðarljósi í starfinu og til hvers er ætlast af þeim einstaklingum sem koma fram í nafni UMSS og aðildarfélaga þess. Markmið siðareglna er að stuðla að bættri framkomu og styðja metnaðarfulla og heiðarlega framgöngu allra, en einnig til að efla traust og fagmennsku út á við sem og inná við. Gengið er út frá því að allir iðkendur, þjálfarar, foreldrar, starfsfólk kynni sér siðareglurnar og fari eftir þeim. Brot á sérmerktum siðareglum eru álitin agabrot innan sambandsins og viðurlög við þeim í samræmi við viðbragðsáætlun UMSS.





Íþróttaiðkandi-og keppandi UMSS - þú skalt:

1. Alltaf gera þitt besta og bera ábyrgð á eigin frammistöðu.
2. Viðhalda jákvæðni í hugsun og orði, bæði þegar vel gengur og illa.
3. Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika í íþróttum.
4. Sýna öllum iðkendum virðingu, jafnt samherjum sem mótherjum.
5. Hvorki þræta né deila við dómara.
6. Vera heiðarlegur, sanngjarn og opin gagnvart þjálfara og forystufólki félagsins sem ber ábyrgð á þér við æfingar og keppni.
7. Forðast neikvætt tal eða niðurlægjandi köll um samherja, mótherja og þjálfara.
8. Koma fram við aðra eins og þú vilt að komið sé fram við þig
9. Vera ávallt stundvís á æfingar og keppnir, leggja þig alltaf fram.
10. Bera virðingu fyrir hæfileikum og getu annarra óháð því hvað fólk er ólíkt hvað varðar s.s. kyn, kynþátt, trúarbrögð og kynhneigð.

Að auki – Íþróttaiðkandi-og keppandi UMSS +18 – þú skalt:

1. *Hafa heilbrigði að leiðarljósi og neyta aldrei ólöglegra lyfja né vímuefna.
2. Virða alltaf ákvarðanir dómara og annarra starfsmanna leiksins.
3. Forðast neikvæð ummæli eða skammir.
4. Vera heiðarleg/ur og opin í samvinnu við þjálfara og aðra sem styðja þig.
5. Taka sjálf/ur höfuðábyrgð á framförum þínum og þroska
6. Vera ávallt til fyrirmyndar varðandi framkomu, jafnt utan vallar sem innan og hafa hugfast að þú ert fyrirmynd yngri iðkenda.
7. * Aldrei samþykkja eða sýna ógnandi eða ofbeldisfulla hegðun eða áreiti þar með talið kynbundið og kynferðislegt og beita þér gegn því.
8. Forðast nán persónuleg samskipti við þjálfara þinn.
9. ** Öll neysla tóbaks, rafrettna, áfengis eða annarra vímuefna er óheimil í öllu íþróttastarfi á vegum deildarinnar.

**Brot á sérmerktum siðareglum eru álitin agabrot innan sambandsins og viðurlög við þeim í samræmi við viðbragðsáætlun UMSS.*

***Auka regla sett af knattspyrnudeild Tindastóls og gilda viðurlög um agabrot við henni samkvæmt sérmerktum siðareglum UMSS sem getið er um hér að ofan.*

Þjálfari:

1. Meðhöndlaðu alla iðkendur á einstaklingsgrunni og á þeirra eigin forsendum. Komdu vel fram við þá alla, óháð kyni, kynþætti, skoðunum, trúarbrögðum og kynhneigð sem þýðir m.a. að vera réttlát/ur, umhyggjusamur/söm og heiðarleg/ur gagnvart iðkendum þínum.
2. Styrktu jákvæða hegðun og framkomu. Viðhafðu einnig jákvæða gagnrýni og forðastu neikvæða gagnrýni.
3. Sjáðu til þess að þjálfun og keppni sé við hæfi iðkenda með tilliti til aldurs, reynslu og hæfileika.
4. Sýndu íþróttinni virðingu og virtu reglur hennar, venjur og siði. Stuðlaðu að því að iðkendur geri slíkt hið sama og kenndu þeim að virða dómara og keppinauta.





5. Fáðu iðkendur til að vera með í ákvörðunum sem tengjast þeim og kenndu þeim að bera ábyrgð á eigin hegðun og framförum í íþróttinni.
6. *Settu ávallt á oddinn heilsu og heilbrigði iðkenda þinna og varastu að setja þá í aðstöðu sem ógnaði gæti heilbrigði þeirra.
7. Sýndu athygli og umhyggju þeim iðkendum sem orðið hafa fyrir meiðslum.
8. Leitaðu samstarfs við aðra þjálfara og sérfræðinga þegar þess þarf.
9. Viðurkenndu rétt iðkandans til þess að leita ráða frá öðrum þjálfurum.
10. *Samþykktu aldrei ógnandi, ofbeldisfulla hegðun eða áreitni þar með talið kynbundið og kynferðislegt og beittu þér gegn því.
11. Haltu á lofti heiðarleika (Fair Play) innan íþróttarinnar.
12. Taktu aldrei að þér akstur iðkenda, nema með leyfi foreldra/forsjáraðila.
13. *Sinntu iðkendum á æfingum en þess utan skaltu halda þig í faglegri fjarlægð. Forðastu samskipti gegnum síma og netið nema til boðunar æfinga og upplýsingagjafar. Náð líkamlegt samband við iðkanda er ekki leyfilegt. Komdu þér aldrei í þá aðstöðu að þú sért einn/ein með iðkanda að nauðsynjalaus.
14. Vertu meðvitaður um hlutverk þitt sem fyrirmynd, bæði utan vallar og innan.
15. Beittu þér í forvörnum gegn notkun ólöglegra lyfja, vímuefna, áfengis og alls tóbaks.
16. *Öll neysla tóbaks, rafrettna, áfengis eða annarra vímuefna er óheimil í öllu íþróttastarfi.
17. Notfærðu þér aldrei aðstöðu þína sem þjálfari til að uppfylla eigin áhuga á kostnað iðkandans.
18. Hafðu ávallt í huga að þú ert að byggja upp fólk, bæði líkamlega og andlega.
19. *Upplýstu foreldra um grun um stríðni/eða áreitni.

**Brot á sérmerktum siðareglum eru álitin agabrot innan sambandsins og viðurlög við þeim í samræmi við viðbragðsáætlun UMSS.*

Foreldri/forsjáraðili hafðu ávallt hugfast að:

1. Barnið þitt er í íþróttum vegna eigin ánægju en ekki til að gleðja þig.
2. Hvetja barnið þitt til að fara eftir og virða reglur íþróttanna og að leysa deilur án fjandskapar eða ofbeldis.
3. Styðja og hvetja öll börn og ungmenni – ekki bara þín eigin.
4. Vera jákvæður, bæði þegar vel gengur og þegar illa gengur.
5. Bera virðingu fyrir störfum þjálfara, ekki reyna að hafa áhrif á störf hans á meðan á þjálfun, leik eða keppni stendur.
6. Líta á dómara sem leiðbeinanda barna, ekki gagnrýna ákvarðanir hans fyrir framan iðkendur.
7. Meta þátttöku sjálfboðaliða hjá félaginu, því án þeirra hefði barn þitt ekki möguleika á að stunda æfingar og keppni með sínu félagi.
8. Upplýstu félag/þjálfara/starfsmann um grun um stríðni/eða áreitni.
9. Virða rétt hvers barns, óháð s.s. kyni, kynþætti, trúarbrögðum og kynhneigð.

Stuðningsmaður:

1. Komdu fram við alla félagsmenn sem jafningja, og af virðingu.
2. Mundu að mikilvægast er að hvetja þitt lið áfram og hrósa þegar vel er gert. Stuðningsmenn eiga að hvetja og hrósa.
3. Forðastu niðrandi ummæli í garð andstæðinga og samherja, jafnt stuðningsmanna sem og leikmanna og þjálfara.





4. Forðastu neikvæða hegðun á kappleikjum, svo sem ölvun og ólæti. Mundu að þú ert mikilvæg fyrirmynd félagsmanna og slæm hegðun þín getur skaðað ímynd félagsins alls.
5. Berðu virðingu fyrir störfum dómara og þjálfara liðsins.
6. Hlutverk stuðningsmanna er félaginu mjög mikilvægt og því ber stuðningsmanni að standa ávallt vörð um gildi félagsins jafnt utan vallar sem innan.

Stjórnarmaður/starfsmaður:

1. Stattu vörð um anda og gildi félagsins og sjáðu um að hvorttveggja lifi áfram meðal félagsmanna.
2. Komdu fram við alla félagsmenn sem jafningja og af virðingu.
3. Virtu lýðræðisreglur og gagnsæi við ákvarðanatöku og stjórnaðu samkvæmt reglum um ábyrga fjármálastjórn
4. Haltu félagsmönnum vel upplýstum og gerðu félagsmenn að þátttakendum í ákvarðanatöku eins og hægt er.
5. Vertu ávallt til fyrirmyndar varðandi hegðun og framkomu, bæði innan félags og utan.
6. Stuðlaðu að því að formlegum og siðferðislegum reglum og venjum sé fylgt.
7. Notfærðu aldrei stöðu þína hjá félaginu til eigin framdráttar á kostnað félagsins.

Viðbragðsáætlun

Ungmennasambands Skagafjarðar og aðildarfélaga vegna aga- eða ofbeldisbrota, eineltis, kynferðislegrar og kynbundinnar áreitni.

Samkvæmt stefnu í jafnréttis, fræðslu- og forvarnarmálum tekur UMSS og aðildarfélög þess afdráttarlausa afstöðu gegn hvers kyns ofbeldi, áreitni og vímuefnaneyslu/notkun.

Viðbragðsáætlun þessi er frekari útfærsla á því markmiði. Það er stefna sambandsins að starfsmenn/iðkendur vinni í anda samstarfs og sýni þannig samferðafólki sínu alltaf kurteisi og virðingu í samskiptum. Einelti, kynbundin og kynferðisleg áreitni, ofbeldisbrot og agabrot verða undir engum kringumstæðum umborin. Öll meðvirkni starfsmanna/iðkenda/foreldra/stjórnarfólks er í slíkum tilvikum er jafnframt óásættanleg.

Mikilvægt er að til staðar sé skýr almenn viðbragðsáætlun ef upp koma mál sem talin eru falla undir þær skilgreiningar sem gerð er grein fyrir hér að neðan. Það er til að tryggja hagsmuni beggja aðila, bæði þess sem telur sig hafa orðið fyrir óviðeigandi hegðun af þeim toga sem lýst er, svo og þess aðila sem sakaður er um óviðeigandi hegðun. Enginn er sekur fyrr en sök sannast. Grundvallaratriði er að allir sem að slíkum málum koma gefi sér ekki niðurstöðu fyrr en að loknu vel athuguðu máli, faglegu og yfirveguðu mati.

Samþykkt á 98. Ársþingi UMSS þann 10. mars 2018

Kafla I

A. Spurningar sem skipta máli og þarf að kortleggja í hverju tilviki fyrir sig:

Hvað gerist?

Einelti: Síendurtekin hegðun sem almennt er til þess fallin að valda vanlíðan hjá þeim sem fyrir henni verður, svo sem að gera lítið úr, móðga, særa eða ógna viðkomandi eða að valda honum ótta. Skoðanaágreiningur eða ágreiningur vegna ólíkra hagsmuna fellur ekki hér undir.





Kynbundin áreitni: Hegðun sem tengist kyni þess sem fyrir henni verður, er í óþökk viðkomandi og hefur þann tilgang eða þau áhrif að misbjóða virðingu viðkomandi og skapa aðstæður sem eru ógnandi, fjandsamlegar, niðurlægjandi, auðmýkjandi eða móðgandi fyrir viðkomandi.

Kynferðisleg áreitni: Hvers kyns kynferðisleg hegðun sem er í óþökk þess sem fyrir henni verður og hefur þann tilgang eða þau áhrif að misbjóða virðingu viðkomandi, einkum þegar hegðunin leiðir til ógnandi, fjandsamlegra, niðurlægjandi, auðmýkjandi eða móðgandi aðstæðna. Hegðunin getur verið orðbundin, táknað og/eða líkamleg.

Ofbeldi: Hvers kyns hegðun sem leiðir til, eða gæti leitt til, líkamlegs eða sálræns skaða eða þjáninga þess sem fyrir henni verður, einnig hótun um slíkt, þvingun eða handahófskennda sviptingu frelsis.

Agabrot: Að brjóta sérmerktar siðareglur sambandsins/brjóta lög eða reglur aðildarfélags síns/brjóta landslög.

Hver gerir?

Þjálfari, starfsmaður, iðkandi yfir 18 ára, iðkandi yngri en 18 ára, utanaðkomandi aðili.

Hver verður fyrir?

Þjálfari, starfsmaður, iðkandi yfir 18 ára, iðkandi yngri en 18 ára, utanaðkomandi aðili

Ath þegar/ef barn segir frá ofbeldi/áreitni á það ávallt að njóta vafans – trúa skal orðum og upplifunum þess, hlusta en varast að yfirheyra – láta barnið vita að það er rétt að segja frá, ofbeldið/áreitnið sé ekki á ábyrgð þess – tilkynna til barnaverndar/lögreglu.

B. Hvað á að gera?

Engin tvö mál eru eins og það er engin ein rétt leið til þess að bregðast við ef grunur um ofbeldi, áreitni eða neyslu kemur upp. Nokkur almenn ráð eru:

1. Ef grunur vaknar hjá starfsmanni/þjálfara um að iðkandi hafi orðið fyrir ofbeldi af einhverju tagi þ.m.t kynferðislegu skal viðkomandi leita með áhyggjur sínar til yfirmanns.
2. Upplýsa skal foreldra um málið hið fyrsta.
3. Ríki óvissa með hvort tilkynna eigi mál til barnaverndaryfirvalda á stjórn deildar/félagsins ávallt kost á að leita ráða og fá viðbrögð frá barnaverndaryfirvöldum í viðkomandi sveitarfélagi
4. Tilkynning til barnaverndaryfirvalda eða lögreglu er að öllu jöfnu gerði í nafni aðildarfélags sér í lagi ef meintur gerandi er starfsmaður þess eða iðkandi.
5. Tilkynningarskylda gengur framár þagnarskylduákvæðum.
6. Taki yfirvöld mál til rannsóknar þar sem meintur gerandi er starfsmaður/iðkandi er honum vikið úr starfi sínu tímabundið á meðan rannsókn málsins stendur yfir og síðan endanlega reynist hann sekur.
7. Leiki grunur á að brotið hafi verið á barni á heimili er öryggis þess best gætt með því að tilkynna beint til viðkomandi barnaverndaryfirvalda.

C. Almenn viðbragðsáætlun:

Fyrsta skref:

Meintur þolandi eða aðstandandi leitar til framkvæmdastjóra UMSS með munnlega/skriflega kvörtun um meint einelti, ofbeldi, kynbundna og/eða kynferðislega áreitni. Ef brotið er talið vera þess eðlis að það varði við lög er því vísað til lögreglu.

Mikilvægt er að haldið sé vel utan um öll gögn sem tengjast kvörtunum iðkenda/foreldra/starfsfólks(þjálfara/aðstoðarþjálfara).





Mikilvægt er að meintur þolandi haldi skrá yfir þá atburði sem koma upp og má þá helst nefna:

- a) Nákvæma lýsingu á því sem gerist í hvert skipti.
- b) Hverjir voru viðstaddir t.d. möguleg vitni.
- c) Hvað var sagt eða gert?
- d) Hvernig brást meintur þolandi við?
- e) Hvernig brást meintur gerandi við?
- f) Hvernig leið meintum þolanda eftir á?

Annað skref:

Framkvæmdastjóri, formaður og stjórn deildar kallar meintan þolenda og aðstandendur/þann sem tilkynnir brot á sinn fund og fer yfir málin (liðir a-f hér að ofan). Ef um iðkanda yngri en 18 ára skulu foreldrar/forsjáraðilar fylgja. Síðan skal fundað með meintum geranda. Ef um iðkanda yngri en 18 ára skulu foreldrar fylgja. Síðan er safnað frekari sanna. Leitað til lögreglu og barnaverndaryfirvalda sveitarfélags sé það viðeigandi.

Þriðja skref:

Framkvæmdastjóri, formaður og stjórn deildar framkvæmir:

Séu sannanir nægilegar, er viðkomandi vísað úr starfi eða frá keppni og málinu vísað til lögreglu/barnaverndaryfirvalda ef brot er þess eðlis.

Séu sannanir ekki álitnar nægilegar er viðkomandi settur í tímabundið bann meðan frekari rannsókn fer fram og boðin aðstoð sem hún/hann er skyldug/ur að þiggja vilji viðkomandi hafa tækifæri til að starfa/keppa aftur fyrir félagið.

Eftirfylgni:

Ef ekkert er aðhafst í máli meints þolanda eða meint einelti, ofbeldi, kynferðisleg eða kynbundin áreitni heldur áfram eftir skref eitt leiti meintur þolandi til lögreglu.

Ef ekkert er aðhafst í máli meints þolanda eftir skref tvö, getur hann eða meintur gerandi farið fram á að utanaðkomandi sérfræðingur verði fenginn til að annast úrvinnslu málsins og skal orðið við því, af hálfu UMSS.

Kaflí II

Viðbragðsáætlun vegna agabrota

Agabrot: Að brjóta sérmerktar siðareglur sambandsins/brjóta lög eða reglur aðildarfélags síns/brjóta landslög.

Tilkynningar um agabrot/möguleg agabrot skulu berast til framkvæmdastjóra UMSS.

Viðbrögð:

1. Ef grunur vaknar um brot er meintur gerandi strax kallaður á fund yfirmanna sinna/þjálfara/stjórnar aðildarfélags eins og við á hverju sinni.
2. Leita skal sannanna frá fleiri en einum aðila um meint agabrot.
 - a. ATH Séu sannanir a.m.k tveggja hlutlausra aðila fyrir broti á *merktum siðareglum skal litið á það sem agabrot og viðkomandi vikið frá störfum/útilokaður frá keppni undir merkjum félagsins. (Hlutlaus aðili=ekki fjölskyldutengsl, vina-eða óvinatengsl)
3. Séu sannanir nægilegar, er viðkomandi vísað úr starfi eða frá keppni og málinu vísað til lögreglu/barnaverndaryfirvalda/Íþróttayfirvalda eftir eðli brots/ ef brot er þess eðlis.





Framkvæmd og Eftirfylgni:

1. Fræðslu og forvarnarvinna innan hvers aðildarfélags sem felur m.a í sér að kynna siðareglurnar vel fyrir öllum og viðhalda meðvitund um mikilvægi þeirra.
2. Almennur stuðningur við þolanda og geranda.

Agabrot varðar brot gegn sérmerktum siðareglum:

Iðkendur eldri en 18. ára:

- Hafa heilbrigði að leiðarljósi, taka aldrei áhættu varðandi heilsu þína og neyta aldrei ólöglegra lyfja né vímuefna.
- Samþykkja aldrei eða sýna ógnandi eða ofbeldisfulla hegðun eða áreiti þar með talið kynbundið og kynferðislegt og beyta þér gegn því.

Þjálfarar:

- Settu ávallt á oddinn heilsu og heilbrigði iðkenda þinna og varastu að setja þá í aðstöðu sem ógnað gæti heilbrigði þeirra.
- Samþykktu aldrei ógnandi, ofbeldisfulla hegðun eða áreiti þar með talið kynbundið og kynferðislegt og beittu þér gegn því.
- Sinntu iðkendum á æfingum en þess utan skaltu halda þig í faglegri fjarlægð. Forðastu samskipti gegnum síma og netið nema til boðunar æfinga og upplýsingagjafar. Náið líkamlegt samband við iðkanda er ekki leyfilegt. Komdu þér aldrei í þá aðstöðu að þú sért einn/ein með iðkanda.
- Öll neysla tóbaks, áfengis eða annarra vímuefna er óheimil í starfi með börnum og unglingum.
- Upplýstu foreldra um grun um stríðni/eða áreitni.

