



Skotdeild Keflavíkur

Handbók

2022 – 2026



FYRIRMYNDARFÉLAG ÍSÍ

## Efnisyfirlit

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Markmið og skipulag félagsins .....                              | 4  |
| 2. Umgjörð þjálfunar og keppni .....                                | 8  |
| 2.2 Kennslu og æfingaskrá félagsins/deildarinnar .....              | 8  |
| 5. Félagsstarf .....                                                | 15 |
| 6. Foreldrastarf .....                                              | 17 |
| 7 Fræðslu- og forvarnarstarf .....                                  | 19 |
| 7.1 Stefna félagsins .....                                          | 19 |
| 7.2 Forvarnagildi íþrótta .....                                     | 19 |
| 7.3 Stefna deildarinnar varðandi einelti .....                      | 19 |
| 7.4 Viðbrögð við einelti innan deildarinnar .....                   | 20 |
| 7.5 Stefna deildarinnar varðandi kynferðislegt áreiti/ofbeldi ..... | 20 |
| 7.7 Neysla tobaks og vímuefna .....                                 | 21 |
| 7.8 Viðbrögð deildarinnar við neyslu iðkenda .....                  | 21 |
| 8. Jafnréttismál .....                                              | 23 |
| Jafnréttisáætlun Keflavíkur íþrótta- og ungmennafélags .....        | 23 |
| 9. Íþróttir og umhverfi .....                                       | 25 |

## ***1. Kafli***

### ***Markmið og skipulag deildarinnar***

## 1. Markmið og skipulag félagsins

### Markmið.

#### 1.1.1 Félagsleg

#### 1.1.2 Íþróttaleg

#### Uppeldishlutverk Skotdeildar Keflavíkur:

Skotdeild Keflavíkur hefur og mun leggja vaxandi og markvissari áherslu á uppeldis- og forvarnapátt skotiðkunar í Reykjanesbæ. Með því vill skotdeildin axla hluta þeirrar ábyrgðar sem hvílir á herðum allra þeirra sem sinna börnum og unglingum í leik og starfi. Við leggjum áherslu á að þróa gott samstarf við foreldra um velferð barna þeirra og lítum á starf okkar sem stuðning og viðbót við uppeldisstarf heimilanna. Einnig leggjum við áherslu á samstarf við skólana í hverfinu, félagsmiðstöðina og aðra sem starfa með æskufólki í Reykjanesbæ.

---

#### Markmið með uppeldisstarfinu eru:

- Að ala upp bestu skotiþróttamenn landsins.
- Að skotiþróttamenn frá okkur séu heilbrigðir og vel undirbúnir undir lífið.
- Að flestir íbúar Reykjanesbæjar verði virkir skotiþróttamenn alla ævi.

---

#### Leiðir sem við hyggjumst fara að þessum markmiðum eru:

- Unglingastarf sem gefur öllum tækifæri til að vera með og leggur áherslu á grunnatriði og félagslegan þroska.
- Heilsteypt og samræmd þjálfun allra aldursflokka og keppnisstefna sem leggur meiri áherslu á uppeldi og þroska skotiþróttamanna en sigur.
- Umhyggja fyrir hverjum einstaklingi.
- Miklar kröfur til þekkingar og hæfni þjálfara.
- Gefa ungu fólki á aldrinum 15-20 ára kost á því að hafa fulltrúa í stjórn og/eða áheyrnaraðila.
- Unglingaráð skipað 3-5 foreldrum er til staðar til að styrkja innra starf deildarinnar.

---

#### Gott samstarf við foreldra er mikilvægt

Við hjá Skotdeild Keflavíkur leggjum mikla áherslu á gott samstarf við foreldra þeirra barna og unglinga sem stunda æfingar og keppni á vegum deildarinnar. Þetta samstarf tekur til þátttöku foreldra í æfingum, keppni og öðru starfi á vegum deildarinnar; ásamt góðu flæði upplýsinga til foreldra.

#### Um þátttöku foreldra í íþróttaiðkun barna sinna

Við hvetjum foreldra til að sýna íþróttaiðkun barna sinna jákvæðan áhuga, vera hvetjandi varðandi ástundun þeirra, veita þeim skýran ramma hvað varðar æfingasókn, fylgja þeim á skotmót og líta við á æfingum. Slík hvatning er þeim mikils virði og eykur líkurnar á að þau haldi áfram að stunda íþróttir.

Við vörum hins vegar við beinni gagnrýni á frammistöðu iðkandans, það er hlutverk þjálfarans að leiðbeina því um það sem betur má fara.

#### Foreldrar og þjálfarar eru fyrirmyndir

Á skotmótum óskum við eftir að foreldrar hvetji liðið jafnt í meðbyr sem mótbyr, verði börnum sínum fyrirmynd í því að taka ósigri af æðruleysi og sigri hrokalaust, sýni andstæðingum og dómurum kurteisi og aðstoði þjálfarana sé þess óskað.

### Fræðsla og upplýsingar

Við munum leitast við að fræða foreldra um áherslur á æfingum, keppni framundan og áherslur varðandi mataræði, hvíld, svefntíma og aðra þætti heilbrigðis lífveris. - Í þessu skyni munum við halda fræðslu- og umræðufundi að vori og hausti fyrir foreldra hvers aldursflokks.

### Samráð foreldra og þjálfara um velferð iðkanda.

Skotdeild Keflavíkur trúir því að iðkun á skotíþróttum stuðli að jákvæðum lífsstíl barna og unglunga. Íþróttaskotfimi er holl hreyfing og góð skemmtun. Með íþróttaskotfimi læra iðkendur tillitssemi, sjálfsaga og virðingu og njóta samveru við jafnaldra undir leiðsögn fullorðinna.

Þjálfarar Skotdeildar Keflavíkur fylgja þjálfunaráætlun sem tekur tillit til aldurs og þroska iðkanda.

Samvinna við foreldra er stór þáttur í starfi þjálfara.

Skotdeildin leggur áherslu á skynsamlegt jafnvægi leiks og keppni í Íþróttaskotfimi unglunga.

Þjálfarar Skotdeildar Keflavíkur vilja sýna hverjum iðkanda virðingu og umhyggju. Þjálfarar leggja áherslu á hrós og hvatningu og leiðbeina um hegðun og samskipti á æfingum og í keppni.

Íþróttamannsleg framkoma er mikilvægt leiðarljós í starfi Skotdeildar Keflavíkur.

Við munum kappkosta að upplýsa foreldra um mat okkar á börnum þeirra og hafa samband við foreldrana ef upp koma tilvik sem valda okkur áhyggjum.

### Styðjum ástundun iðkanda

Við leggjum áherslu á að draga úr brottfalli í íþróttaskotfiminum og leggjum því áherslu á góða samvinnu við foreldra. Ástæður þess að unglingar hætta að iðka íþróttaskotfimi geta verið af ýmsum toga og í sumum tilvikum ekkert áhyggjuefni (t.d. þegar áhugamálin breytast). Þegar unglingur hættir hins vegar í íþróttum og engin krefjandi áhugamál koma í staðinn er ástæða til að bregðast við.

Samráð foreldra og þjálfara getur oft ráðið úrslitum í þessu efni.

### Þjálfarar vilja samvinnu

Í sumum tilvikum kann foreldrum að finnast erfitt að tala beint við þjálfara barnsins, t.d. hafi þau eitthvað út á hann/hana að setja. Þjálfarar skotdeildar Keflavíkur munu hins vegar kappkosta að taka vel öllum ábendingum foreldra og koma til móts við óskir þeirra, sé þess nokkur kostur.

---

### Skilaboð til iðkanda

Skotdeild Keflavíkur leggur áherslu á að fræða iðkendur um mikilvægi heilbrigðis og hollustu. Þessir þættir eru órjúfanlegir íþróttaskotfiminum og geta skipt sköpum ef árangur skal nást.

Geysilega mikilvægt er að iðkendur skipuleggi vel hvenær þeir borða og hversu oft þeir borða á dag.

Þá er ekki síður mikilvægt samhengið á milli æfinga/keppni og þess hvenær er matast.

Skýndibitamatúr svokallaður (hamborgarar, pítur, o.fl.) er ekki rétta fæðið til að bjarga svengd iðkanda. Ef hámarksárangur á að nást við æfingar og keppni þá verður að neyta rétta fæðisins sem veitir iðkendum aukna orku og hjálpar þeim að hlaða forðabúrið að loknu erfiði.

Iðkendur verða einnig að átta sig á samhengi hvíldar og góðrar frammistöðu. Líkaminn þarf góða hvíld eftir erfiða æfingu og/eða keppni. Langar vökunætur gera ekkert annað en að draga úr afkastagetu einstaklingsins og auka meiðslahættu til muna. Því er mikilvægt að iðkendur hvílist vel milli æfinga/keppni svo líkaminn verði reiðubúinn undir komandi átök.

Heilbrigður lífstíll er ekki síður mikilvægur hluti íþróttaskotfimi en æfingin sjálf. Rétt matarræði, góð hvíld og útilokun vímuefna geta því skipt sköpum fyrir árangur og frammistöðu iðkanda í íþróttaskotfimi og lífinu sjálfu.

### 1.1.3 Fjármálaleg Markmið

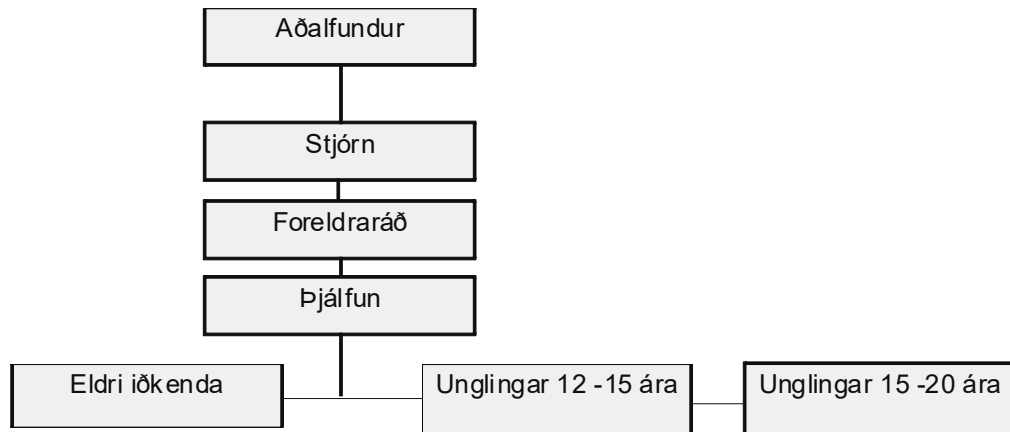
Að reksturinn sé sjálfbær og standi fjárhagslega undir sér, að tekjur dugi fyrir öllum útgjöldum og að við getum brugðist við auknum útgjöldum á skynsamlegan hátt án þess að stofna til skulda.

Síðareglur deildarinnar eru samhljóða síðareglum Keflavíkur íþrótt- og ungmennafélags.

### [Síðareglur Keflavíkur íþrótt- og ungmennafélags](#)

Skotdeild fer eftir [persónuverndarstefnu Keflavíkur](#) sem er að finna á heimasíðu Keflavíkur sem er eina og sama stefna fyrir félagið í heild sinni.

## Skipurit deildarinnar:



## ***2. kafli***

### ***Umgjörð þjálfunar og keppni***

## 2. Umgjörð þjálfunar og keppni

### 2.1. Stefna félagsins um þjálfun og keppni unglunga.

a) Starf félagsins tekur mið af stefnuyfirlýsingu ÍSí um íþróttir barna og unglunga:

Allt stjórnarfolk og starfsmenn, þar með taldir þjálfarar hafi kynnt sér stefnuyfirlýsingu ÍSí um íþróttir barna og unglunga. Skipulag starfsins taki mið af stefnuyfirlýsingu ÍSí.

### 2.2 Kennslu og æfingaskrá félagsins/deildarinnar.

Stefnt verði að eftirfarandi leiðum að settum þjálfunarmarkmiðum:

#### 12-15 ára:

- ☐ Að æfingarnar séu skemmtilegar.
- ☐ Að æfingarnar byggji á skilningi á undirstöðuatriðum íþróttaskotfimi
- ☐ Að fræðsla um heilbrigðan lífsstíl fari fram.
- ☐ Að allir unglingar verði tilbúnir fyrir keppni miðað við þroska og getu.

#### 15-20 ára:

- ☐ Að æfingarnar séu fjölbættar.
- ☐ Að æfingarnar byggist meira en áður á þoli, krafti og hraðæfingum ásamt liðleikaþjálfun.
- ☐ Að þeirri tæknilegu færni sé viðhaldið sem áður var lærð.
- ☐ Að fræðsla um vöxt og þroska fari fram.
- ☐ Að fræðsla um heilbrigðan lífsstíl fari fram.
- ☐ Að allir unglingar fái tækifæri til æfinga og keppni miðað við þroska og getu.

#### 20-> ára:

- ☐ Að æfingarnar séu alhliða og fjölbættar þannig að allir þjálfunarþættir séu teknir fyrir með tilliti til stöðu og hæfileika hvers einstaklings.
- ☐ Að val á milli íþróttagreina fari fram og æfingaálagið sé aukið verulega frá því sem áður var sé stefnt að þátttöku í afreksíþróttum.
- ☐ Að iðkendum sé gerð full grein fyrir hvaða hugarfar, álag og hæfileika þarf til að ná árangri í afreksíþróttum.

#### Kennsluskrá:

Á kennsluskrá er; íþróttaskotfimi, stundvísi, eftirtekt þ.e. að hafa hljóð, reglur varðandi hegðun á æfingu og tillitssemi ásamt ýmsum öðrum reglum varðandi umgengni á skotæfingarsvæðum. Æfingar eiga að vera byggðar upp með leikivafi ásamt nákvæmni og tækni. Góður agi er mjög mikilvægur varðandi ástundun og iðkun skotíþróttar.

#### Kennsluhópar

12-15 ára

**Æfingar til undirstöðuatriða, bæði með kennsluefni og æfingum í skothermi (Scatt)**



15-20 ára

**Loftrifflar 2 til 3x í viku (120 mín í senn) allt árið fyrir utan smá sumarfrí og jólafrí:**

**10 metrar brautir.**

**Haglabyss, skotið Skeet 2 x í viku 25 til 125 skotum**

Sjá heimasíðu deildarinnar <https://skotdeild.keflavik.is/deildin/aeingar> fyrir æfingar allra iðkenda.

### **Keppni:**

Keppni skal miðast við aldur og þroska og að hún sé hvatning til ástundunar og framfara svo auka megi líkur á að ná settum þjálfunarmarkmiðum.

### **15->**

Keppni fer fram á félags, héraðs, landshluta- og landsvísu og hugsanlega erlendis. Árangur í keppni orðinn markmið sem stefnt er að og þjálfunin miðast við hvort sem um lið eða einstakling er að ræða.

### **Verðlaun og viðurkenningar:**

#### **15-20 ára;**

Lið vinni til verðlauna.

Einstaklingar geta unnið til verðlauna í einstaklingsgreinum.

#### **20->**

Lið vinni til verðlauna.

Einstaklingur vinni til verðlauna.

### **3. kafli**

## **Fjármálastjórn**

### **3. Fjármálastjórn**

- 3.1** Bókhaldslyklar og fjármál. Sjá fylgiskjöl samþykkt á aðalfundi.
- 3.2** Fjárhagsáætlun: Sjá fylgiskjöl, lögð fram á aðalfundi 2022.
- 3.3** Ekki eru launaðir þjálfari hjá skotdeild. Því á að það ekki við að gerður sé skriflegur ráðningarsamningur.

## ***4. kafli***

# ***Þjálfaramenntun***

#### 4. Þjálfaramenntun

##### a) Þjálfarar hafa menntun samkvæmt kröfum ÍSÍ:

Þjálfarar unglunga verða að hafa lágmarksmenntun samkvæmt kröfum ÍSÍ um menntun þjálfara eða stundi námskeið til þess að afla sér slíkra réttinda. Allir þjálfarar sem starfa fyrir Íþróttahreyfinguna að hafi tilskylda menntun árið 2016 og/eða stundi á sama ári námskeið eða nám til slíkra réttinda. Félagið/deildin hvetji þjálfara til aukinnar menntunar og aðstoði þá við að leita leiða við fjármögnun aukinnar menntunar sinnar á sviði þjálfunar. Einnig heldur STÍ (Skotíþróttasamband Íslands) utanum námskeið fyrir þjálfun þjálfara á hverju ári með því að senda þjálfara erlendis eða fá erlenda þjálfara til landsins til að halda námsefni í hinu ýmsu skotgreinum.

Námskeið fyrir þjálfara eru m.a. haldin á vegur ÍSÍ og sérsambanda.

Kennslu og æfingardagskrá er eftir danskri fyrirmynd sem heldur utan um æfinga prógrömm fyrir alla aldurshópa á unglingastigum og þá lengra komna.

##### **Framkvæmdaáætlun sé til staðar sem lýsi ferli því sem á sér stað um menntun þjálfara deildarinnar/félagsins.**

Þjálfarar og stjórnarmenn þekki stefnuýfirlýsingu ÍSÍ um þjálfaramenntun.

Kröfur samfélagsins til þjálfunar unglunga eru sífellt að aukast og því þurfa kröfur til menntunar þjálfara að vera miklar. Til að vinna gegn brottfalli og virkja fleiri þátttakendur, þarf Íþróttahreyfingin að geta státað af hæfum og vel menntuðum þjálfurum unglunga.

Þjálfaramenntun ÍSÍ er áfangaskipt fræðslukerfi í fimm þrepum þar sem skilgreindar eru kröfur um menntun fyrir ákveðna markhópa. Þetta kerfi er samræmt fyrir allar íþróttagreinar. Ýmist eru þessar einingar almennar og ber ÍSÍ ábyrgð á faglegu innihaldi þeirra sem sameiginlegt er öllum íþróttagreinum, eða sérstakar þar sem faglegt innihald er á ábyrgð hvers sérsambands. Upplýsingar um þjálfaramenntun á vegum ÍSÍ eða sérsambandanna er að finna á heimasíðum þeirra eða á skrifstofum þeirra. Heimasíða ÍSÍ er: [www.isisport.is](http://www.isisport.is).

##### b) Fjöldi þátttakanda á æfingum:

Fjöldi barna á hvern þjálfara megir aldrei fara yfir 13-15 eftir aðstæðum.

##### **Menntun:**

##### **Yfirþjálfari:**

Sé með Íþróttakennaramenntun eða sambærilegt.

##### **Aðstoðarþjálfarar og þjálfarar yngri barna:**

Yfirþjálfari hafi lokið þjálfara 3 eða sambærilegu. Aðstoðarþjálfarar hafi lokið þjálfara 1.

**Aldur:** Aðstoðarþjálfarar skuli að lágmarki hafa náð eftirfarandi aldri:

Þjálfun 12 til 20 ára: að lágmarki 25 ára

##### **Annað:**

Skotdeildin mun aðstoða þjálfara við að ná nauðsynlegri menntun.

##### c) Samráðsfundir eru haldnir á meðal þjálfara:

Val á skipulagi þjálfunar er í höndum þjálfara. Til að samfella verði í íþróttalegu uppeldi barnanna er nauðsynlegt að þjálfarar vinni eftir sömu vinnureglum m.t.t. aga, mætinga ofl. Ósamræmi á milli þjálfara veikir ímynd félagsins og því eru samráðsfundir þjálfara undir stjórn yfirþjálfara nauðsynlegir.

## **5. kafli**

# **Félagsstarf**

## 5. Félagsstarf

### 5.1 Félagsstarf:

Félagið býður upp á meira en reglubundnar æfingar. Félag býður upp á samverustundir fyrir iðkendur utan æfinga og keppni. Starfið einskorðast ekki við þann hóp sem æfir saman.

Félagsvitund er eitthvað sem er á miklu undanhaldi í samfélagi nútímans og oft er búningurinn eini samnefnari félagsins. Félagið stefnir að því að gera átak í því að efla félagsvitund og félagsanda innan íþróttahreyfingarinnar. Markmið félagsstarfsins okkar er að:

- að vekja, hlúa að og efla áhuga iðkenda fyrir þroskandi félagsstarfi
- að starfið miðist við þarfir hópsins og efli þannig samkennd iðkenda
- að starfið þjálfí nemendur í hópvinnu og tjáningu og gefi þeim tækifæri til að takast á við ný og fjölbreytt viðfangsefni
- að auka samvinnu
- að auka virðingu fyrir reglum
- að fræða

## ***6. kafli***

### ***Foreldrastarf***



## 6. Foreldrastarf

### 6.1 Starfsreglur foreldarráða

#### a. Verksvið foreldraráðs:

Kröfur foreldra til íþrótta- og tómstundastarfs barna sinna verða sífellt meiri og því er nauðsynlegt að myndað(uð) verði foreldraráð. Með því mætti tryggja að foreldrar geti með frumkvæði sínu og hugmyndum eftir íþróttastarfið og haft áhrif á aðstöðu og aðbúnað félagsins. Góð samvinna heimila og íþróttafélaga er kjörin leið til að efla íþróttastarfið og jafnframt veita stjórn félagsins og þjálfurum aðhald. Foreldraráð lýtur yfirstjórn stjórnar og má ekki stofna til kostnaðar án aðkomu stjórnar Skotdeildar.

Starfsreglur foreldraráða er til staðar.

#### ***Reglur fyrir foreldrafélag í íþróttafélögum.***

1 grein:

Foreldrafélag er félag foreldra og forráðamanna iðkenda í viðkomandi félagi/deild eða flokk/hóp íþróttafélags. Þrír til fimm foreldrar eru skipaðir til eins árs í senn. Ljúka skal skipun í stjórn foreldrafélags fyrir 15. sept. ár hvert.

2.grein:

Hlutverk foreldrafélags er fyrst og fremst að:

- standa vörð um hagsmuni iðkenda í félaginu/flokknum,
- efla tengsl heimila og íþróttafélags,
- efla samskipti milli iðkenda, foreldra annars vegar og stjórnenda og þjálfara hins vegar,
- stuðla að bættri vellíðan iðkenda í leik og starfi,
- stuðla að betri árangri í starfi íþróttafélags.

3.grein:

Hvert foreldrafélag ákveður hvernig það vill starfa til að reglum þessum og markmiðum 2. greinar verði náð.

## ***7. kafli***

# ***Fræðsla og forvarnir***

## 7 Fræðslu- og forvarnarstarf

### 7.1 Stefna félagsins

Skv. stefnu ÍSÍ hefur deildin sett sér þá stefnu að áfengis- og eða tóbaksneysla eigi sér ekki stað í tengslum við íþróttaiðkun og er áfengisneysla á meðan íþróttakeppni stendur bönnuð, sömuleiðis eru reykingar og munntóbaksneysla á íþróttasvæðum bannaðar.

Deildin leggur auk þess áherslu á að þjálfarar, stjórnarmenn og aðrir starfsmenn virði þessar reglur í umgengni við börn og unglinga í íþróttum.

### 7.2 Forvarnagildi íþróttar

Íþróttahreyfingin gengnir mikilvægu hlutverki í vímuvarnum. Rannsóknir á högum barna og ungmenna sýna að þeim ungmennum reiðir betur af og neyta síður vímuefna sem eru virk í íþróttastarfi. Einnig sýna rannsóknir að neysla vímuefna og tóbaks hafa mjög skaðleg áhrif á árangur í íþróttum. Deildin vill efla enn frekar vímuvarnargildi íþróttar með því að taka skýra afstöðu gegn neyslu í tengslum við íþróttir. Í þessari stefnuýfirlýsingu er talað um vímuefnaneyslu og er þá átt við neyslu áfengis og annarra vímuefna.

### 7.3 Stefna deildarinnar varðandi einelti

Stefna deildarinnar er samhljóða Keflavík íþróttar- og ungmennafélags (Keflavík), sem telur mjög mikilvægt að öllum líði vel í leik og starfi innan Keflavíkur og að sá grundvallarréttur, að fá að vera óáreittur, sé virtur. Keflavík leggur áherslu á að stuðla að jákvæðum samskiptum þar sem hver og einn sé ábyrgur fyrir orðum sínum og gjörðum. Starfsfólk og sjálfboðaliðar eiga þannig að gæta vandvirkni og samviskusemi og koma fram af umhyggju, heiðarleika og virðingu gagnvart öllum þeim sem starfað er með og fyrir. Keflavík leggur einnig ríka áherslu á að starfsfólk og sjálfboðaliðar séu fyrirmyndir þátttakenda og sýni góða hegðun og gott fordæmi, jafnt í starfi sem utan þess. Jafnframt telur Keflavík mikilvægt að stuðlað sé að heilbrigðu, uppbyggjandi og vönduðu starfi með börnum og unglingum.

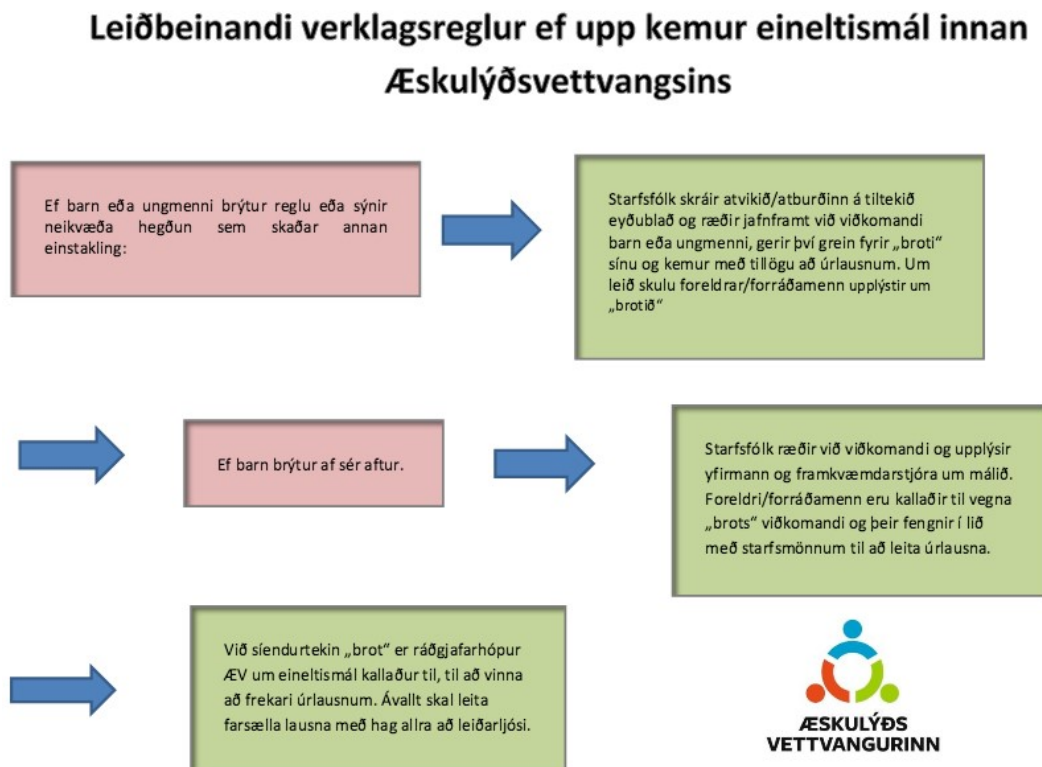
Einelti er endurtekið ofbeldi þar sem einn eða fleiri, níðast á eða ráðast endurtekið á ákveðinn einstakling. Einelti er ofbeldi og félagsleg útskúfun sem getur haft alvarlegar afleiðingar fyrir þolandann og gerandann. Einelti á sér stað á milli tveggja einstaklinga eða einstaklings og hóps. Einelti birtist með ýmsum hætti, t.d. að þolandi verður fyrir stöðugri stríðni á einn eða annan hátt, illu umtali, hann er gerður að aðhlátursefni, honum sýnd vanþóknun, útskúfun og hæðst er að honum með ýmsu móti. Einelti getur falið í sér að þolandanum finnist að allir eða flestallir í hópnum séu á móti honum þótt því sé í reynd ekki þannig farið. Ræða þarf við börn og ungmenni um samstöðu og að vera aldrei þögult vitni að stríðni eða einelti. Finnist einhverjum að verið sé að stríða honum eða leggja hann í einelti þarf að taka mark á því og skoða málið. Það er ávallt huglægt mat þolanda sem er mælikvarði á hvar mörkin í samskiptum liggja. Allir, sem starfa innan Keflavíkur, þurfa að geta gert sér grein fyrir því hvort um sé að ræða einelti eða ekki í einstökum tilvikum.

Mikilvægt er að starfsfólk hvetji börn og ungmenni til þess að láta foreldra eða starfsfólkið vita, verði þau fyrir endurtekinni stríðni eða ef þau verða vör við stríðni eða deilur milli einstaklinga. Einnig er mikilvægt að hvetja foreldra til þess að láta vita ef börn og ungmenni segja þeim frá atvikum sem varða einelti.

#### 7.4 Viðbrögð við einelti innan deildarinnar

Vakni grunur um einelti innan deildarinnar skal tilkynna það til rekstrarstjóra deildarinnar, sem skal gera viðeigandi ráðstafanir til þess að málið verði útljáð. Sé rekstrarstjóri talinn vanhæfur, skal snúa sér að formanni Keflavíkur með málið.

Leiðbeinandi verklagsreglur ef upp kemur eineltismál innan deildarinnar má sjá á neðan greindri mynd. Sömu viðbrögð og reglur eiga við hvort sem það er iðkandi, starfsmaður eða sjálfboðaliði sem talinn er vera gerandi í viðkomandi máli. Meðvirkni starfsmanna/iðkenda í einelti er fordæmd.



#### 7.5 Stefna deildarinnar varðandi kynferðislegt áreiti/ofbeldi

Það er stefna deildarinnar að starfsmenn/iðkendur sýni samstarfsfólki sínu og iðkendum alltaf kurteisi og virðingu í öllum samskiptum. Kynferðisleg áreitni verður undir engum kringumstæðum umborin í deildinni.

## 7.6 Viðbrögð deildarinnar varðandi kynferðislegt áreiti/ofbeldi

Vakni grunur um kynferðislegt áreiti/ofbeldi innan deildarinnar skal haft samband við framkvæmdastjóra deildarinnar, sem skal gera viðeigandi ráðstafanir til þess að málið verði útkljáð. Sé framkvæmdastjóri talinn vanhæfur, skal snúa sér að formanni Keflavíkur og/eða aðalstjórn Keflavíkur með málið. Í öllum tilvikum þar sem grunur er á að tiltekin atvik varði brot á lögum eða refsingu skal viðeigandi yfirvöldum gert viðvart, þ.m.t. lögreglu.

### Stefna og viðbrögð Keflavíkur íþrótta- og ungmennafélags varðandi

### kynferðislegt áreiti og kynferðislegt ofbeldi má finna hér

## 7.7 Neysla tóbaks og vímuefna

Öll neysla tóbaks og vímuefna er bönnuð í tengslum við æfingar og keppni á vegum félagsins. Félagið er auk þess andvígð neyslu tóbaks og vímuefna meðal ungmenna.

## 7.8 Viðbrögð deildarinnar við neyslu iðkenda

Deildin mun bregðast sérstaklega við allri neyslu iðkenda undir 18 ára aldri og foreldrar verða undantekningarlaust upplýstir um slíka neyslu.

Viðbrögð deildarinnar við brotum á reglum þessum verða í formi tilmæla og ábendinga. Skili slík viðbrögð ekki árangri getur komið til tímabundins banns frá æfingum og/eða keppni. Viðbrögð deildarinnar munu samt ávallt mótast af vilja til að aðstoða iðkendann við að laga sig að reglum og að hann haldi áfram að starfa innan deildarinnar.

## 7.9 Hlutverk þjálfara vegna neyslu iðkenda

Þjálfarar skulu vinna eftir vímuvarnastefnu deildarinnar, þar með talið að bregðast við vímuefnaneyslu iðkenda á viðeigandi hátt.

Þjálfarar skulu miðla til iðkenda fróðleik um áhrif vímuefnaneyslu á árangur í íþróttum.

Styðjast skal við útgefið efni frá ÍSÍ.

Þjálfarar skulu framfylgja stefnu félagsins varðandi samstarf við foreldra og aðra aðila sem sinna málefnum barna og unglinga.

## 7.10 Samstarf við foreldra vegna neyslu

Deildin mun upplýsa foreldra um stefnu félagsins í vímuvörnum og stefnir auk þess að góðu samstarfi við foreldra um vímuvarnir.

Deildin mun hafa samráð við foreldra, þurfi að taka á neysluvandamáli iðkenda undir sjálfræðisaldri.

## ***8.kafli***

# ***Jafnréttismál***

## 8. Jafnréttismál

Skotdeildin fer eftir jafnréttisáætlun Keflavíkur sem gildir fyrir allar deildir félagsins og félagið sjálft og leggur áherslu á að gæta almenns jafnréttis. Deildin gerir ekki upp á milli barna og unglinga vegna uppruna, þjóðfélagsstöðu, fötlunar, búsetu, þjóðernis, litarháttar eða kyns. Hver einstaklingur hefur þann rétt að vera metinn að eigin verðleikum. Allir iðkendur skulu hafa sama aðgang að aðstöðu, þjálfun og fjármagni.

Stefna deildarinnar er að gæta jafnréttis í starfi sínu og leitast við að sinna til jafns kröfum beggja kynja til íþróttaiðkunar. Þetta á meðal annars við um aðstöðu, fjármagn og þjálfun.

Þjálfarar deildarinnar sem eru með jafna menntun, reynslu og aldur njóta sömu kjara óháð kyni og óháð því hverja viðkomandi þjálfar.

Stefna deildarinnar er að í stjórn séu bæði karlar og konur til að tryggja að raddir beggja kynja heyrist við stjórnun félagsins.

[Jafnréttisáætlun Keflavíkur íþróttá- og ungmennafélags](#)

## ***9. kafli***

### ***Umhverfismál***



## 9. Íþróttir og umhverfi

Deildin hefur sett sér stefnu í umhverfismálum. Deildin leitast við að ganga um umhverfi sitt af nærgætni. Deildin endurnýtir jarðúrgang eða kemur honum á svæði sem viðurkennd eru af sveitarfélaginu til losunar á slíkum úrgangi. Félagið hefur eftirfarandi atriði að leiðarljósi:

- félagið hvetur til sparnaðar í keyrslu með því sameinast er um bíla þegar sækja þarf mót út fyrir bæjarfélagið.
- pappír er að öllu jöfnu losaður á séstakar losunarstöðvar
- ruslafötur eru settar upp á æfinga- og keppnissvæðum
- áhorfendur og iðkendur eru upplýstir um staðsetningu ruslafatna
- tiltekt fer fram á svæði eftir æfingar/keppnir
- félagið forðast ónauðsynlegar innpakkningar
- Endurnýtanlegt ílát eru flokkuð frá öðru sorpi
- félagið hugar að plöntun á trjám á félagssvæðinu
- íþróttasvæðið er reyklaust
- hugað er að aðgengi fyrir fatlaða