

Siðareglur Umf. Selfoss

Íþróttastarf er uppeldisstarf. Siðareglur Umf. Selfoss eru leiðbeinandi fyrir alla sem koma að starfi félagsins - iðkendur, foreldra, þjálfara, stuðningsfólk, stjórnarfólk og starfsfólk.

Inngangur

Íþróttastarf er uppeldisstarf og á það við um allar íþróttagreinir. Í öllu íþróttastarfi læra börn og unglingar að fylgja settum reglum og tileinka sér hollar lífsvenjur.

Siðareglur eru mjög mikilvægar fyrir alla félagsmenn og skulu vera hvetjandi og leiðbeinandi í senn og ættu allir félagsmenn að kynna sér þær til hlítar.

Foreldri/forráðamaður hafðu ávallt hugfast að

- 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 og 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 dómarrann sem leiðbeinanda barna, ekki gagnrýna ákvarðanir hans.
- Virða rétt hvers barns, óháð kyni, kynstofni eða trúarbrögðum.
- Læra að meta þátttöku sjálfboðaliða hjá félaginu, því án þeirra hefði barnið þitt ekki möguleika á að stunda æfingar og keppni með félaginu.

Iðkandi (Eldri) - þú ættir að

- Gera alltaf þitt besta.
- Sýna ávallt öðrum virðingu, jafnt í meðbyr sem mótbyr.
- Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika í íþróttum.
- Hafa heilbrigði alltaf að leiðarljósi og forðast að taka áhættu varðandi heilsu þína og neyta aldrei ólöglegra lyfja til að bæta árangur þinn.
- Virða alltaf ákvarðanir dómara og annarra starfsmanna leiksins.
- Bera virðingu fyrir hæfileikum og getu annarra óháð kyni, kynþætti, stjórnmálaskoðunum, trúarbrögðum og kynhneigð.
- Forðast neikvæð ummæli eða skammir.
- Vera heiðarlegur og opinn í samvinnu við þjálfara og aðra sem styðja þig.
- Taka sjálfur höfuðábyrgð á framförum þínum og þroska.
- Vera ávallt til fyrirmyndar varðandi framkomu, jafnt utan vallar sem innan, og hafa hugfast að þú ert fyrirmynd yngri iðkenda.
- Samþykkja aldrei eða sýna ógnandi eða ofbeldisfulla tilburði.
- Forðast nán persónuleg samskipti við þjálfara þinn.

Iðkandi (Yngri) - þú ættir að

1. Gera alltaf þitt besta.
2. Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika í íþróttum.
3. Taka þátt í íþróttum ánægjunnar vegna en ekki vegna þess að foreldrar þínir eða þjálfari vilji það.
4. Sýna öllum iðkendum virðingu, jafnt samherjum sem mótherjum.
5. Þræta ekki eða deila við dómara.
6. Sýna öðrum virðingu og vera heiðarlegur og opinn gagnvart þjálfara og forystufólki félagsins sem ber ábyrgð á þér við æfingar og keppni.
7. Forðast neikvætt tal eða niðurlægjandi um samherja, mótherja, dómara, þjálfara eða starfsmenn félagsins.
8. Koma fram við aðra eins og þú vilt að aðrir komi fram við þig.
9. Vera ávallt stundvís á æfingar og keppnir.

Þjálfari

1. Meðhöndlaðu alla iðkendum á einstaklingsgrunni og á þeirra eigin forsendum.
2. Styrktu jákvæða hegðun og framkomu.
3. Sjáðu til þess að þjálfun og keppni sé við hæfi iðkenda með tilliti til aldurs, reynslu og hæfileika.
4. Haltu á lofti heiðarleika (Fair Play) innan íþróttarinnar.
5. Viðurkenndu og sýndu virðingu þeim ákvörðunum sem dómara taka.
6. Fáðu iðkendum til að vera með í ákvörðunum sem tengjast þeim og kenndu þeim að bera ábyrgð á eigin hegðun og framförum í íþróttinni.
7. Vertu réttlátur, umhyggjusamur og heiðarlegur gagnvart iðkendum þínum.
8. Viðhafðu jákvæða gagnrýni og forðastu neikvæða gagnrýni.
9. Settu ávallt á oddinn heilsu og heilbrigði iðkenda þinna og varastu að setja þá í aðstöðu sem ógnað gæti heilbrigði þeirra.
10. Sýndu athygli og umhyggju þeim iðkendum sem orðið hafa fyrir meiðslum.
11. Leitaðu samstarfs við aðra þjálfara og sérfræðinga þegar þess þarf.
12. Viðurkenndu rétt iðkandans til þess að leita ráða frá öðrum þjálfurum.
13. Náið líkamlegt samband við iðkanda er ekki leyfilegt.
14. Taktu aldrei að þér akstur iðkenda, hvorki í leik né æfingar, nema með leyfi foreldra.
15. Sinntu iðkendum á æfingum en þess utan skaltu halda þig í faglegru fjarlægð. Forðastu samskipti gegnum síma og netið nema til boðunar æfinga og upplýsingagjafar.
16. Vertu meðvitaður um hlutverk þitt sem fyrirmyndar, bæði utan vallar og innan.
17. Talaðu alltaf gegn notkun ólöglegra lyfja.
18. Talaðu ávallt gegn neyslu áfengis og alls tóbaks.
19. Komdu eins fram við alla iðkendum, óháð kyni, kynþætti, stjórnmalaskoðunum, trúarbrögðum og kynhneigð.
20. Notfærðu þér aldrei aðstöðu þína sem þjálfari til að uppfylla eigin áhuga á kostnað iðkandans.
21. Hafðu ávallt í huga að þú ert að byggja upp fólk, bæði líkamlega og andlega.
22. Komdu þér aldrei í þá aðstöðu að þú sért einn með iðkanda.

Stuðningsmaður

1. Mundu að mikilvægast er að hvetja þitt lið áfram og hrósa þegar vel er gert. Stuðningsmenn eiga að hvetja og hrósa.

-
2. Forðastu niðrandi ummæli í garð andstæðinga og samherja, jafnt stuðningsmanna sem og leikmanna og þjálfara.
 3. 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.
 4. Berðu virðingu fyrir störfum dómara og þjálfara liðsins.
 5. 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 hvort tveggja lifi áfram meðal félagsmanna.
2. Komdu fram við alla félagsmenn sem jafningja, óháð kyni, trúarbrögðum, stjórnmálaskoðunum, litarhætti og kynhneigð.
3. Hafðu lýðræðisleg vinnubrögð í heiðri.
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. Taktu alvarlega þá ábyrgð sem þú hefur gagnvart félaginu og iðkendum.
7. Hafðu ávallt í huga að í félaginu er verið að byggja upp fólk.
8. Rektu félagið ávallt eftir löglegum og ábatasömum reikningsaðferðum.
9. Notfærðu þér aldrei stöðu þína hjá félaginu til eigin framdráttar á kostnað félagsins.