

Handbók
Rafípróttadeildar Þórs
2020



Efnisyfirlit

1. Inngangur	4
2. Skipulag	4
3. Umgjörð þjálfunar og keppni	6
Íþróttaaðstaða	6
Þjálfun	6
Skipulag þjálfunar og æfingatöflur	7
Helstu áherslur við þjálfun barna- og unglingsflokka	7
4. Fjármálastjórn	8
Bókhald	8
Fjárhagsáætlun	8
Laun þjálfara	8
5. Þjálfaramenntun	9
Yfirþjálfari	9

Helstu verkefni yfirþjálfara	9
Þjálfari	11
Helstu verkefni þjálfara	11
Aðstoðarþjálfarar	14
Sérþjálfun	14
Markmannsþjálfun	14
6. Félagsstarf	15
Fjáraflanir í flokkum	15
Utanlandsferðir	16
Uppskeruhátíð	16
Myndir	16
7. Foreldrastarf	17
Barna- og unglingaráð	17
Helstu verkefni	17
Foreldraráð	18
Helstu verkefni	18

1. Inngangur

Handbók þessi er afrakstur vinnu stjórnar Rafiþróttadeildar Þórs í þeim tilgangi að öðlast viðurkenningu ÍSÍ sem fyrirmyndarfélag.

Fyrirmyndarfélagið er gæðaverkefni ÍSÍ sem tekur fyrir þá þætti sem gott félag þarf að hafa til hliðsjónar til að geta starfað sem best.

Þeir þættir eru helstir: • Skipulag félagsins • Umgjörð þjálfunar og keppni • Fjármálastjórn • Félagsstarf • Fræðslu og forvarnir • Jafnréttismál • Umhverfismál. Hér á eftir er nánar fjallað um hvern þátt fyrir sig.

2. Skipulag deildarinnar

Skipulag og markmið :

Skipurit er nauðsynlegt til að gera grein fyrir uppbyggingu deildarinnar.

Það á að auðvelda boðleiðir og upplýsingaflæði.

Rafiþróttadeildin er deild innan Íþróttafélagsins Þórs.

Lög félagsins eru jafnframt lög deildarinnar.

Stjórnin er skipuð af formanni, gjaldkera, ritara og fjórum meðstjórnendum auk tveggja varamanna.

Helstu tekjur deildarinnar eru af félagsgjöldum og mótum.

Markmið Félagsleg:

Mikilvægi hreyfingar í góðum félagsskap, að vinna í liði og ná félagslegum tengslum. Aðalmarkmiðið er að meðimum Rafiþróttadeildarinnar og gestum okkar líði vel og að þau hafi ánægju af æfingunum.

Þessu ætlum við að ná með því t.a.m. að hafa virkt félagslíf og reyna að vekja meiri og jákvæðan áhuga ungmenna á rafiþróttum með áherslu á hreyfingu.

Íþróttaleg/:

Ungir iðkendur fá einnig mikla æfingu í viðbragði þar sem nauðsynlegt er að bregðast hratt við til að ná árangri í rafiþróttum, einnig að iðkendur læri góð samskipti.

Þessu ætlum við að ná með því t.a.m. að byggja starfið upp eftir stefnuyfirlýsingu ÍSÍ um barna- og unglingsíþróttir.

Fjárhagsleg:

Að deildin standi undir sínum rekstri með æfingagjöldum og öðrum fjáröflunum.

Þessu ætlum við að ná með því að vera skipulögð í fjármálum.

Deildin er nú komin með unglingsstarf undir 18 ára aldri, þar sem við erum bjóða uppá æfingar fyrir börn og unglinga, einnig erum við komin inn í skólaval grunnskólanna og eru rafiþróttir á Akureyri nú lang stærsta valið í grunnskólum bæjarins, deildin stefnir hratt í vera næst stærsta deild Þórs á eftir fótbolta

3. Umgjörð þjálfunar og keppni

Rafíþróttadeild Þórs hefur samþykkt að starfa í samræmi við stefnuyfirlýsingu ÍSÍ um íþróttir barna og unglunga.

Þjálfunin mun verða byggð þannig upp að hún komi til móts við þarfir og þroska ólíkra aldurshópa sem og einstaklinga.

Börnin og unglungar eru í íþróttum á sínum eigin forsendum og ekki allir rafíþróttamenn ætla sér að verða afreksmenn svo taka verður mið af því í þjálfuninni.

Sumir stefna á keppni og afrek í sinni grein en aðrir stunda íþróttir eingöngu sem skemmtun, afþreyingu, þjálfun eða lýsingar á íþróttinni

Stjórn Rafíþróttadeildar er með rafíþróttamót fyrir 8-18 ára Þetta er hugsað til að kynna starfsemina og að koma til móts við þá iðkendur sem hafa verið hjá okkur.

Allir þátttakendur fá viðurkenningu fyrir þátttöku.

Þetta mælist vel fyrir, og erum við því með fastan keppnislið fyrir börn og unglunga og með því fjölgar í deildinni.

Kennslu og æfingaskrá : Æfingar barna og unglunga eru 2 svar í viku í 1.5 klst í senn.

Fyrst og fremst unnið með hreyfingu, fræðslu, tækniatriði og hvernig á að ná árangri í rafíþróttum.

Fullorðnir æfa 2 kvöld í viku c.a 2.5 klst í senn.

4. Fjármál

Fjármálastjórn : Bókhald yngri og eldri er nú aðskilið. Þar sem yngri iðkendur fer fjölgandi þjálfarar fá greitt fyrir störf sín.

Starfsfólk aðalstjórnar annast færslu bókhalds og gerð rekstrarreiknings.

Fjárhagsáætlun

Rekstrarárið er 1. janúar til 31. desember ár hvert. Gera skal rekstraráætlun ár hvert sem skilað er til aðalstjórnar fyrir dd.mm. Rekstraráætlun deildar gengur inn í rekstraráætlun félags sem skilað er inn til ÍBA fyrir dd.mm ár hvert samskvæmt rekstrarsamningi félags og Akureyrarbæjar.

Gjaldkeri deildar greiðir reikninga deildarinnar og skilar öllum nauðsynlegum gögnum til bókara félagsins.

Laun þjálfara

Laun þjálfara miðast við menntun þeirra og reynslu. Einnig er tekið mið af umfangi og iðkendafjölda. Sambærileg laun eru greidd óháð kynferði þjálfarans eða þeirra sem hann þjálfar.

Þjálfarar eru launþegar.

5. Þjálfaramenntun

Þjálfaramenntun fer fram hjá ÍSÍ

6. Félagsstarf

Félagsstarf innar deildarinnar er mjög þétt yfir veturinn og uppskeruhátíð á vorin

7. Foreldrastarf

Foreldrafélag er skipað fimm foreldrum

Fjáraflanir eru í höndum stjórnar og foreldrafélagsins

8. Fræðsla og forvarnir

Deildin vinnur í samræmi við stefnu félags. Sjá handbók aðalstjórnar.

9. Jafnréttismál

Deildin vinnur í samræmi við stefnu félags. Sjá handbók aðalstjórnar.

10. Einelti

Deildin vinnur í samræmi við stefnu félags. Sjá handbók aðalstjórnar.

11. Umhverfismál

Deildin vinnur í samræmi við stefnu félags. Sjá handbók aðalstjórnar.