



---

**Knattspyrnufélagið Víkingur**

**Siðareglur**

---



# Siðareglur Knattspyrnufélagið Víkingur

Siðareglur þessar gilda fyrir alla félagsmenn Knattspyrnufélagsins Víkings sem til lengri eða skemmri tíma starfa fyrir félagið. Siðareglurnar gilda fyrir alla starfsemi í nafni Knattspyrnufélagsins Víkings jafnt í húsnæði félagsins sem utan þess.

Stjórnendur Knattspyrnufélagsins Víkings fylgja verklagsreglum ÍBR varðandi ráðningu starfsmanna, þjálfara og annarra sem koma að starfi félagsins og kynna siðareglurnar fyrir þeim og iðkendum.

## 1. Grein. Frumskylda

(félagsmenn) hafa hagsmuni félagsins að leiðarljósi í orðum og athöfnum og eru félaginu til sóma í öllu starfi á þess vegum.

## 2. Grein. Samskipti

(félagsmenn) bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, búningi félagsins, umhverfi og mannvirkjum.

Niðurlægjandi framkoma svo sem einelti, ofbeldi, kynferðisleg áreitni, illt umtal og ósæmilegar vígsluathafnir er ekki liðin innan félagsins.

## 3. Grein. Jafnræði

(félagsmenn) stuðla að jöfnum tækifærum félagsmanna og mismuna ekki vegna kyns, kynþáttar, kynhneigðar, aldurs, fötlunar, þjóðernis, trúarbragða, skoðana eða annarrar stöðu.

## 4. Grein. Trúnaður

(félagsmenn) gæta trúnaðar gagnvart einstaklingum um atriði sem þeir verða áskynja í starfi eða við iðkun hjá félaginu. Þeir gæta þess að persónuupplýsingar séu einungis notaðar í málefnalegum tilgangi og að aðgengi að slíkum upplýsingum takmarkist af því.

## 5. Grein. Áreiðanleiki

(félagsmenn) misnota ekki aðstöðu sína í þágu einkahagsmuna. (félagsmenn) veita engum sérstaka fyrirgreiðslu á grundvelli persónulegra tengsla.



## **Siðareglur Foreldra - Iðkenda – Þjálfara – Starfsmanna**

*Foreldri/forráðamaður hafðu ávallt hugfast að:*

1. Barnið þitt er í íþróttum vegna eigin ánægju en ekki til að gleðja þig.
2. Hvetja barnið þitt til þátttöku í íþróttum, ekki þvinga það.
3. Hvetja barnið þitt til að fara eftir og virða reglur íþróttanna og að leysa deilur án fjandskapar eða ofbeldis.
4. Styðja og hvetja öll börn og ungmenni – ekki bara þín eigin.
5. Vera jákvæður, bæði þegar vel gengur og þegar illa gengur.
6. Gera aldrei grín að barni eða hrópa að því ef það gerir mistök.
7. Börn læra mest af því að framkvæma. Lærðu að meta góða frammistöðu allra barna í hópnum.
8. Læra að meta þátttöku sjálfboðaliða hjá félaginu því án þeirra hefði barnið þitt ekki möguleika á að stunda æfingar og keppa með félaginu.
9. Virða rétt hvers barns, óháð kyni, kynstofni eða trúarbrögðum



## Yngri iðkendur

1. Gera alltaf þitt besta.
2. Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika (Fair Play) í íþróttum.
3. Taka þátt í íþróttum á eigin forsendum en ekki vegna þess að foreldrar þínir eða þjálfari vilja 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 köll um samherja, mótherja, dómara, þjálfara eða starfsmenn félagsins.
8. Koma fram við aðra eins og þú vilt að aðrir komi fram við þig.



## Eldri iðkendur

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



## Þjálfari

1. Meðhöndlaðu alla iðkendur 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 dómarar taka.
6. Fáðu iðkendur 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. Samþykktu aldrei ógnandi eða ofbeldisfulla tilburði.
14. Beittu (iðkanda) aldrei kynferðislegu, líkamlegu eða andlegu áreiti.
15. Taktu aldrei að þér akstur iðkenda, hvorki á leiki né æfingar, nema með skriflegu leyfi foreldra
16. Sinntu iðkendum á æfingum en þess utan skaltu halda þig í faglegri fjarlægð. Forðastu samskipti gegnum síma og Internetið nema til boðunar æfinga og upplýsingagjafar sem ávallt eiga að fara í gegnum umsjónarmann.
17. Vertu meðvitaður um hlutverk þitt sem fyrirmynd, bæði utan vallar og innan
18. Talaðu alltaf gegn notkun ólöglegra lyfja.
19. Talaðu ávallt gegn neyslu áfengis og tóbaks



20. Komdu eins fram við alla iðkendur, óháð kyni, kynþætti, stjórnmalaskoðunum, trúarbrögðum og kynhneigð
21. Notfærðu þér aldrei aðstöðu þína sem þjálfari til að uppfylla eigin áhuga á kostnað iðkandans.
22. Hafðu ávallt í huga að þú ert að byggja upp fólk, bæði líkamlega og andlega.
23. Komdu þér aldrei í þá aðstöðu að þú sért einn með iðkanda.
24. Forðastu náíð samband við iðkanda, fyrir utan æfingar- og keppnistíma.

### **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, óháð kyni, trúarbrögðum, stjórnmalaskoðunum, 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. Notfærðu aldrei stöðu þína hjá félaginu til eigin framdráttar á kostnað félagsins.

