

UMF STJARNAN

Siðareglur

Markmið félagsins með siðareglum er að veita félagsmönnum sínum almennar leiðbeiningar í leik og starfi. Þær eru hluti af þeim anda sem á að vera ríkjandi í félaginu og þurfa að njóta almenns stuðnings meðal félagsmanna. Siðareglurnar skulu vera hvetjandi og leiðbeinandi í senn og skal kynna öllum félagsmönnum.

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 líka þegar illa gengur.
6. Gera aldrei grín að barni eða hrópa að því ef það gerir mistök.
7. Bera virðingu fyrir störfum þjálfarans, ekki reyna að hafa áhrif á störf hans á meðan leik eða keppni stendur.
8. Líta á dómarrann sem leiðbeinanda barna, ekki gagnrýna ákvarðanir hans.
9. Virða rétt hvers barns, óháð kyni, kynstofni eða trúarbrögðum.
10. Læra að meta þátttöku sjálfboðaliða hjá félaginu, því án þeirra hefði barn þitt ekki möguleika á að stunda æfingar og keppni með félaginu.

Iðkandi (yngri) - Þú ættir að:

1. Gera alltaf þitt besta.
2. Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika (Fair Play) í íþróttum.
3. Taka þátt í íþróttum ánægjunnar vegna 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.
9. Vera ávallt stundvís á æfingar og keppnir.

Iðkandi (eldri) - Þú ættir að:

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 og neyta aldrei ólöglegra lyfja til að bæta árangur þinn.
5. Virða alltaf ákvarðanir dómara og annarra 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 persónuleg samskipti við þjálfara 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. Taktu aldrei að þér akstur iðkenda, hvorki á leiki 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. Náið líkamlegt samband við iðkanda er ekki leyfilegt.
17. Ekki vera vinur iðkanda sem er yngri en 18 ára á samfélagsmiðlum. Eina undantekningin frá þessari reglu er ef þjálfari og iðkandi eru bundnir nánnum fjölskylduböndum.
18. Öll samskipti við iðkanda á samfélagsmiðlum skulu fara fram í hópsamtölum/hópsíðum. Hverkyms einstaklingsamtöl milli iðkenda og þjálfara eru ekki æskileg.
19. Aldrei eiga í samskiptum við iðkanda með kynferðislegum undirtóni eða vísa í eitthvað slíkt.
20. Ekki vera með niðrandi athugasemdir um iðkanda svo sem um holdafar, kynþátt, kynhneigð, trúarskoðanir eða stjórnmálaskoðanir iðkanda.
21. Vertu meðvitaður um hlutverk þitt sem fyrirmyndar, bæði utan vallar og innan.
22. Talaðu alltaf gegn notkun ólöglegra lyfja.
23. Talaðu ávallt gegn neyslu áfengis og alls tóbaks.
24. Komdu eins fram við alla iðkendur, óháð kyni, kynþætti, stjórnmálaskoðunum, trúarbrögðum og kynhneigð.
25. Notfærðu þér aldrei aðstöðu þína sem þjálfari til að uppfylla eigin áhuga á kostnað iðkandans.
26. Hafðu ávallt í huga að þú ert að byggja upp fólk, bæði líkamlega og andlega.
27. Komdu þér aldrei í þá aðstöðu að þú sért einn með iðkanda.

28. Aldrei eiga í samskiptum við iðkanda með kynferðislegum undirtóni eða vísa í eitthvað slíkt.

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, 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 eftir löglegum og ábatasömum reikningsaðferðum.
9. Notfærðu aldrei stöðu þína hjá félaginu til eigin framdráttar á kostnað félagsins.
10. Ekki vera vinur iðkanda sem er yngri en 18 ára á samfélagsmiðlum. Eina undantekningin frá þessari reglu er ef starfsmaður/stjórnarmaður og iðkandi eru bundnir nánnum fjölskylduböndum.
11. Öll samskipti við iðkanda á samfélagsmiðlum skulu fara fram í hópsamtölum/hópsíðum, einstaklingsamtöl milli iðkenda og þjálfara eru ekki æskileg.
12. Aldrei eiga í samskiptum við iðkanda með kynferðislegum undirtóni eða vísa í eitthvað slíkt.

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.