



# Golfklúbburinn Leynir Akranesi

Handbók fyrir  
barna og  
unglingastarf



FYRIRMYNDARFÉLAG ÍSÍ





## EFNISYFIRLIT

INNGANGUR .....	4
AÐ VERA KYLFINGUR .....	5
ÍÞRÓTTALEG MARKMIÐ GL .....	6
FÉLAGSLEG MARKMIÐ GL .....	6
FJÁRMÁLALEG MARKMIÐ GL .....	6
SKIPURIT GOLFKLÚBBSINS LEYNIS .....	7
SKIPUN STJÓRNAR OG HLUTVERK STJÓRNENDA .....	7
UMGJÖRÐ ÞJÁLFUNAR OG KEPPNI .....	8
KEPPNIR Á VEGUM GL .....	8
VERÐLAUN OG VIÐURKENNINGAR .....	9
KENNSLU OG ÆFINGARSKRÁ .....	9
FÉLAGSSTARF .....	12
FJÁRMÁLASTJÓRNUN .....	13
FJÁRHAGSÁÆTLUN FYRIR REKSTRARÁRIÐ .....	13
STARFSMENN GL .....	14
ÍÞRÓTTASTJÓRI GL .....	14
ÞJÁLFARAMENNTUN .....	14
ÞJÁLFARAR HJÁ GL .....	14
SAMRÁÐSFUNDIR OG SAMSTARF ÞJÁLFARA .....	15
BARNA OG UNGLINGA NEFND LEYNIS .....	15
MARKMIÐ BARNA OG UNGLINGANEFNDAR .....	15
STARFSEMI BARNA OG UNGLINGANEFNDAR .....	16
HLUTVERK Í NEFNDINNI .....	16
TENGING STJÓRNAR GL OG B&U NEFNDAR .....	16
FORELDRARÁÐ GL .....	16



---

<b>STARFSREGLUR FORELDRARÁÐS</b> .....	17
<b>HLUTVERK FORELDRARÁÐS</b> .....	17
<b>FORELDARSTARF</b> .....	17
<b>FRÆÐSLU OG FORVARNARSTARF</b> .....	18
<b>JAFNRÉTTISMÁL GL</b> .....	22
<b>UMHVERFISMÁL GL</b> .....	22
<b>SKILGREINING Á B&amp;U STARFI GL</b> .....	23
<b>AFREKSEFNASTARF TLU</b> .....	23
<b>FORELDAR OG STÖRF ÞEIRRA</b> .....	24
<b>GOLF ER FRÁBÆR FJÖLSKYLDUÍÞRÓTT</b> .....	25
<b>HVERNIG GERIST ÉG FÉLAGI Í GL ?</b> .....	25
<b>ER DÝRT AÐ VERA Í GOLFI ?</b> .....	25
<b>UPPLÝSINGAR UM BARNNA-OG UNGLINGASTARFIÐ</b> .....	25
<b>LOKAORÐ</b> .....	26



## INNGANGUR

Handbók þessi hefur þann tilgang að kynna barna- og unglिंगastarf Golfklúbbsins Leynis á Akranesi (GL) og var fyrst gefin út árið 2010 og nú árið 2015 uppfærð.

Til að barna- og unglिंगastarfið verði sem markvissast hefur verið lögð vinna í mótun stefnu og markmið sett fyrir starfið sem er kynnt í þessari handbók. Um leið og þetta er kynningarrit er þetta jafnframt hjálpartæki fyrir yngri sem eldri kylfinga í Leyni, foreldra, forráðamenn, stjórnarmenn og þjálfara GL.

Starf sem þetta er í stöðugri mótun og þarf að endurskoða markmiðin og leiðirnar til að ná þeim reglulega. Þjóðfélagið hefur breyst mikið á undanförunum árum og meiri krafa er gerð um skipulegar og markvissari æfingar.

Golfklúbburinn Leynir var stofnaður 1965. Félagar í golfklúbbum eru yfir 400 talsins. Þar af eru um 100 börn og unglिंगar 18 ára og yngri og fer þeim sífellt fjölgandi.

Í dag er GL meðal stærstu félaga með barna- og unglिंगastarfið ef skoðað er hlutfall af félagafjölda samkvæmt tölfræði frá Gólf sambandi Íslands.

Í gegnum tíðina hefur Golfklúbburinn Leynir verið þekktur fyrir afbragðs aðstöðu til golfiðkunar auk þess að á hverjum tíma hefur GL átt kylfinga í fremstu röð á landinu og í landsliðum Íslands. Til marks um það má nefna að GL á að baki marga Íslandsmeistararitla, jafnt í sveitakeppni sem og í einstaklingskeppni. GL á tvo atvinnumenn í golfi, Birgi Leif Hafþórsson og Valdísi Þóru Jónsdóttur.

Stjórn klúbbsins hefur stutt við og haft sem megin markmið að barna og unglिंगastarf klúbbsins sé ávallt til fyrirmyndar og halda því við sem klúbburinn er þekktur fyrir þ.e. góða aðstöðu, gott aðgengi barna og frábæran árangur. Því skal náð með því að hafa hverju sinni menntaðan PGA golfþjálfara sem yfirmann íþróttamála klúbbsins.

Fjölbreytileiki skal vera sem mestur, æfingar bæði á veturnar, vorin og sumrin. Einnig verða myndaðir afreksefnahópar unglिंगa þar sem unnið er eftir heilsárs æfingaáætlunum.

Mikil áhersla mun vera á persónulegar framfarir í golfhæfni hvers einstaklings.

Þessari handbók er ætlað að leggja grunninn að enn betra starfi sem starfrækt er hjá Golfklúbbum Leynis á Akranesi.



## AÐ VERA KYLFINGUR

Að vera í golfi fer inn á marga þætti lífsins.

Það er í anda íþróttarinnar að kylfingar sýni góða framkomu, kurteisi, tillitsemi og sannan íþrótaanda jafnt innan vallar sem utan hans.

Kylfingur hlær ekki að óförum keppinautar eða samherja heldur aðstoðar hann eftir fremsta megni og kynnir sig fyrir leik og þakkar fyrir sig eftir leikinn.

Börn læra heiðarleika af golfi. Þú ert þinn eigin dómari og svindl líðst ekki. Þú lærir að bera ábyrgð á þinni hegðun og framkomu.

Iðkendur læra það að boltar og kylfur eru hættuleg tæki og það er nauðsynlegt að fara varlega og huga að eigin öryggi og annarra og nota það á aðra þætti lífsins.

Golf krefst mikillrar einbeitingar og barn lærir að virkja ímyndunaraflið bæði á golfvellingum og við æfingar.

Það er allt í lagi að gera mistök í golfi og þau eru hluti af leiknum og eru til þess að læra af þeim og gera betur næst. Börn læra að taka mistökum af auðmýkt og láta ekki sjálfa sig eða aðra brjóta sig niður.

Afar sjaldgæft er að ná árangri í upphafi. Til að ná árangri verða kylfingar að vera reiðubúnir að leggja mikið á sig, æfa og halda æfingum stöðugum og til streitu, auk þess að vera opnir fyrir kennslu og þjálfun.

Í golfi ertu fyrst og fremst að keppa við sjálfan þig. Síðan er gaman að leika við vinina, golfvöllinn, ömmu eða afa, mömmu eða pabba eða þú ert í liði með öðrum þar sem þú fyrst og fremst treystir á sjálfan þig.



## ÍPRÓTTALEG MARKMIÐ GL

- Skipuleg og markviss þjálfun geti skapað börnum og unglingum færi á því að verða kylfingar alla ævi.
- Jafnframt er gert ráð fyrir því að þau sem það vilja velji sér afreksefnastefnu til að æfa eftir þannig að þau geti orðið afreksmenn seinna meir.
- Golfiðkun skal vera þroskandi líkamlega, félagslega og sálrænt. Með því móti skapast aðstæður fyrir mun fleiri börn og unglinga að njóta sín og æfa golf hjá GL.
- Vel menntaðir þjálfarar séu starfandi hjá klúbbnum.
- Þjálfun barna á við um börn 12 ára og yngri, en þjálfun unglinga á við krakka á aldrinum 13 ára til og með 18 ára.

## FÉLAGSLEG MARKMIÐ GL

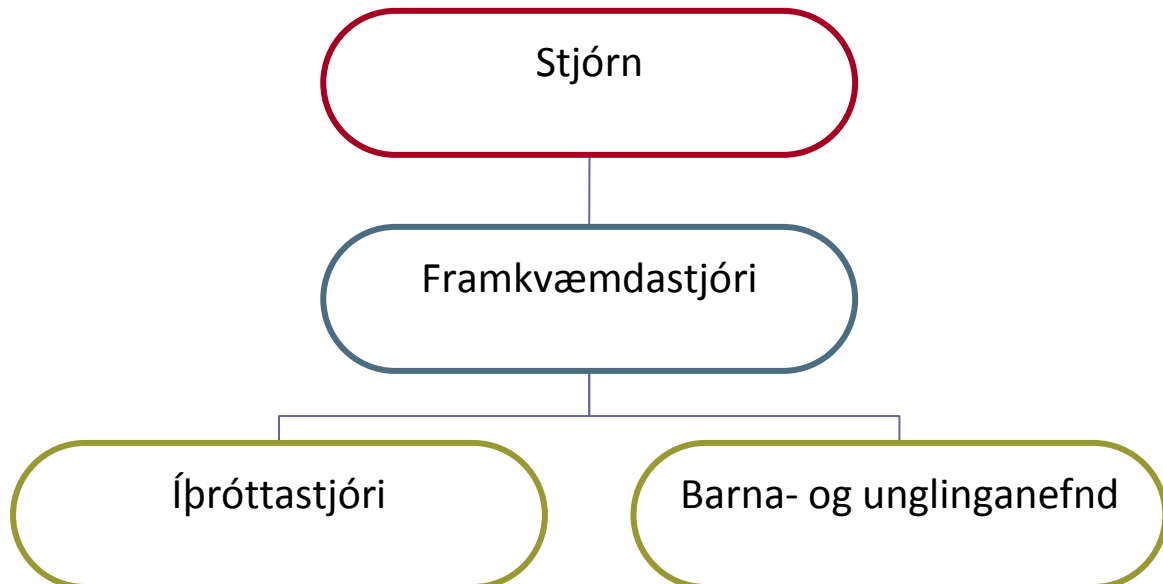
- Helsta markmið GL er að gefa öllum jöfn tækifæri til að stunda golf. Öll börn og unglingar sem vilja stunda íþróttir til þess að svala félagsþörf sinni fái að stunda golf við sitt hæfi.
- Það er markmið stjórnar GL að hver og einn félagsmaður verði stoltur að því að vera félagsmaður í GL, félagsstarfið verði blómlegt og hann geti stundað golf eins og honum hentar í fallegu umhverfi á einum besta velli landsins.
- Fjölga félögum í starfinu með kynningum á golfíþróttinni í leikskólum og grunnskólum á Akranesi.
- Koma í veg fyrir brottfall.

## FJÁRMÁLALEG MARKMIÐ GL

- Það er markmið GL að rekstur klúbbsins byggi á traustum grunni og kostnaður verði ekki meiri en innkoma. Markmið klúbbsins til 3 – 5 ára í senn skal vera til staðar á hverjum tíma. Hagnaður umfram áætlun er í öllum tilvikum notaður til uppbyggingar á vallarsvæðinu.
- Mikilvægt er að halda vel utan um öll fjármál þannig að ekki sé eytt um efni fram.



## SKIPURIT GOLFKLÚBBSINS LEYNIS



## SKIPUN STJÓRNAR OG HLUTVERK STJÓRNENDA

Til að framfylgja markmiðum klúbbsins og tryggja að góður árangur náist í íþróttastarfi og rekstri er nauðsynlegt að stjórnun og rekstur sé í föstum skorðum og að góð samvinna sé milli allra þeirra aðila sem að starfinu koma, hvort heldur eru starfsmenn klúbbsins, nefndir og stjórnarmenn.



## UMGJÖRD ÞJÁLFUNAR OG KEPPNI GARÐAVÖLLUR

Vallarsvæði klúbbsins er í Görðum á Akranesi. Garðavöllur er 18 holur og af mörgum talinn einn besti völlum landsins.

### TEIGAR

Æfingaaðstaða GL er til fyrirmyndar. Þar er 12 bása yfirbyggt og flóðlýst æfingarsvæði sem nefnist Teigar.



### PÚTTFLÖTINN

200 fermetra æfingaföt við golfskálann og er öllum opin.

### LITLI GARÐAVÖLLUR

Er æfingavöllur þar sem sex stuttar holur eru slegnar við golfskálann. Þar fara fram barna- og unglíngæfingar auk þess sem hægt er að leika sér þar í golfi á milli æfinga.

### LEIKÆFINGAR

Á þessum æfingum geta allir krakkar og unglíngar komið og leikið golf undir stjórn þjálfara á völlum Leynis og æft sig að leika golf á golfvelli. Þessar æfingar eru 1x í viku á sumrin.

### LEIKUR Á GARÐAVELLI

Allir sem hafa greitt félagsgjald í Golfklúbbinn Leyni eru orðnir félagar í klúbbnum. Samt er það svo að þau sem hafa til þess forgjöf fá aðgang að golfvöllinum og geta því pantað sér rástíma. Mælst er til þess að kylfingar 12 ára og yngri leiki á grænum teigum Garðavallar. Aðrir leika golf með umsjón frá þjálfara GL.

Til þess að verða betri í golfi er mikilvægt að mæta vel upp á golfvöll fyrir utan æfingar til þess að æfa og leika á Garðavelli og/eða litla Garða völlum.

### INNIÐSTAÐA FYRIR VETRARSTARF

Inniðstaða GL er í vélaskemmu klúbbsins og er þar hægt að slá í net og púttu 9 holur yfir vetrartímann. Auk þess er til staðar golfhermir sem er mikið notaður við æfingar allt árið.



### KEPPNIR Á VEGUM GL

Keppni skal miðast við aldur og þroska og að hún sé hvatning til ástundunar og framfara svo

Uppfært og útg. nóv. 2015





að auka megi líkur á þjálfunarmarkmiðum.

Áhersla er lögð á að allir eru með og enginn er útilokaður frá vegna getu.

Leikur og leikgleði ræður ríkjum. Áhersla er lögð á bæði einstaklingskeppni og liðakeppni. Á sumrin er keppt á mótaroðum, þúttkeppni, innanfélagsmótum, sveitakeppni og meistaramóti yngri kylfinga.

### **5-8 ára**

Keppni hjá þessum aldursflokki er ekki markmið í sjálfu sér.

### **9-12 ára**

Keppni fer fram á innanfélagsmótum og á æfingum við ýmis konar þrautir. Áhersla er lögð á liðakeppni og fá allir að vera með óháð getu. Þau sem hafa til þess forgjöf geta fengið leyfi frá þjálfara til þess að vera með á innanfélagsmótum/opnum mótum á landsvísu.

### **13-15 ára**

Keppni fer fram á innanfélags, landshluta og landsvísu og hugsanlega erlendis. Liðakeppni er í fyrirrúmi en aukin áhersla miðað við fyrri aldurskeið á keppni milli einstaklinga.

### **14-18 ára**

Keppni fer fram á innanfélags, landshluta og landsvísu og hugsanlega erlendis.

Árangur í keppni er orðinn markmið sem stefnt er að og þjálfunin miðast við það hvort sem um lið eða einstaklinga er að ræða.

## **VERÐLAUN OG VIÐURKENNINGAR**

### **10 ára og yngri**

Allir fá jafna viðurkenningu fyrir þátttöku.

### **11 til 12 ára**

Lið vinna til verðlauna. Einstaklingur getur unnið til verðlauna í einstaklingsgreinum.

### **13 ára og eldri**

Lið vinnur til verðlauna. Einstaklingur vinnur til verðlauna.

## **KENNSLU OG ÆFINGARSKRÁ**

Á kennsluskrá er bæði alhliða og sérhæfð golfþjálfun, stundvísi, almenn kurteisi, s.s. að geta verið rólegur og hlustað á fyrirmæli. Mikilvægt er að temja sér ýmsar reglur og siði varðandi Uppfært og útg. nóv. 2015



hegðun á og við golfvöllinn og golfskála.

Í golfi er það svo að íþróttinni fylgja ýmsar reglur og siðir um hvernig hann er leikinn og almenna háttvísi. Það er nú þannig að hægt og rólega læra yngri kylfingar að leika eftir reglum íþróttarinnar. Á æfingum eru helstu reglur og siðir kynntir.

Ágæt grunnregla í mannlegum samskiptum er að koma fram við aðra eins og þú vilt að þeir komi fram við þig.

### **6-8 ára**

- Fyrstu kynni af golfi verði jákvæð
- Æfingar eru fjölbreytilegar og stuðli að bættum hreyfiþroska
- Öll þjálfun fer fram í leikformi
- Æfingar eiga að vera skemmtilegar
- Allir fá jöfn tækifæri á að vera með og taka þátt

### **9-12 ára**

- Æfingar eru fjölbreytilegar og stuðli að bættum hreyfiþroska
- Vekja áhuga á golfi fyrir lífstíð
- Aðaláherslan er þjálfun í tæknilegri færni
- Æfingar eiga að vera skemmtilegar
- Háttvísi og íþróttamannsleg framkoma er kennd
- Allir fá tækifæri til æfinga og keppni miðað við þroska og getu
- Myndaður er hópur með afreksefnum fyrir þá sem hafa brennandi áhuga á því að verða betri í golfi



### 13-14 ára

- Æfingar eru fjölbreytilegar og stuðli að bættum hreyfiþroska
- Tæknileg færni er viðhaldið
- Auka skilning á því hvernig á að leika golf
- Fræðsla um heilbrigðan lífstíl og hvernig á að æfa golf
- Allir unglingar fá tækifæri til æfinga og keppni miðað við þroska og getu
- Hópur afreksefna heldur áfram
- Þjálfari gerir samkomulag um þjálfun við kylfing sem vill leggja ýmislegt á sig til að verða betri

### 15-18 ára

- Æfingar eru alhliða og fjölpættar þannig að allir þjálfunarþættir eru teknir fyrir með tilliti til stöðu og hæfileika hvers einstaklings
- Að val á milli íþróttagreina fari fram og fyrir liggi áhugi til sérhæfingar
- Sumir stefna að þátttöku sem afreksmenn, aðrir vilja iðka golf sem líkamsrækt eða vegna félagsskaparins. Tekið er tillit til þess að sérhæfð afreksþjálfun fari fram og æfingaálagið er aukið verulega
- Að unglingurinn geri sér grein fyrir því hvaða hugarfar, álag og hæfileika þarf til að ná árangri í afreksíþróttum
- Þjálfari gerir samkomulag um þjálfun við kylfing sem vill leggja ýmislegt á sig til að verða betri

## FÉLAGSSTARF

Félagslegi þátturinn má alls ekki gleymast í þjálfuninni. Til þess að krakkarnir kynnist og samlagist betur þurfa þau einnig að hittast utan æfinga til að bæta andann í hópnum. Það er hægt að gera á ýmsan hátt. Það er hægt að fara í æfingaferðir, bíó, keilu, sund, borða pizzu saman, hafa spilakvöld og fleira.

Oft þarf að gera eitthvað í þessum dúr til þess að einstaklingum líði vel og þeim finnist þeir vera hluti af hópnum.

Það má ekki gleyma því að margir iðkendur eru í golfi nær eingöngu upp á félagsskapinn og það ber að virða það.

Þjálfarar GL skulu því vera vakandi fyrir því að rækta félagslega þáttinn í þjálfuninni og reyna þannig að auka ánægju iðkenda.

Markmið með félagsstarfinu hjá GL:

- að vekja, hlúa að og efla áhuga kylfinga fyrir þroskandi félagsstarfi.
- að miða félagsstarf við þarfir og samkennd iðkenda.
- að gefa iðkendum tækifæri til að takast á við ný og fjölbreytt viðfangsefni.
- auka samvinnu og hópvinnu.
- að fræða.
- að auka virðingu fyrir reglum og siðum.





## **FJÁRMÁLASTJÓRNUN**

Rekstur Golfklúbbsins Leynir skiptist upp í nokkra megin einingar samanber eftirfarandi:

### **Rekstur Garðavallar**

Golfklúbburinn Leynir sér um rekstur og umhirðu Garðavallar sem er 18 holu golfvöllur og talinn einn af þeim betri á Íslandi.

### **Rekstur Golfskála**

Golfklúbburinn Leynir sér um rekstur og alla þjónustu við kylfinga sem heimsækja Garðavöll.

### **Barna- og unglingastarf**

Framkvæmdastjóri í samvinnu við íþróttastjóra GL og Barna- og unglinganefnd sjá um alla umsjón með barna- og unglingastarfinu sem fram fer hjá klúbbum.

Bókhaldsár klúbbsins er frá 1. nóvember til 31. október ár hvert sem og íþróttastarfsárið.

Tekjur og gjöld hvernar einingar eru færð í sér bókhaldi og bókhald allra eininga er fært reglulega af framkvæmdastjóra og yfirfarið af kjörnum endurskoðendum.

Bókhaldslyklar ÍSÍ eru notaðir til hliðsjónar og undirflokkar í samræmi við flokka sem settir eru fram í fjárhagsáætlun hvers árs.

Ársreikningar hvers starfsárs eru sendir ÍA og ÍSÍ með starfsskýrslum klúbbsins.

## **FJÁRHAGSÁÆTLUN FYRIR REKSTRARÁRIÐ**

Framkvæmdastjóri gerir fjárhagsáætlun fyrir starfið og starfsárið að höfðu samráði við íþróttastjóra. Fjárhagsáætlun er borin undir samþykkt félagsmanna á aðalfundi sem haldin er mánaðamótin nóvember/desember ár hvert.



## STARFSMENN GL

Heilsársstarfsmenn GL eru framkvæmdastjóri og íþróttastjóri. Aðrir starfsmenn eru ráðnir hluta úr ári eða frá maí til loka september meðan umhirða Garðavallar og opnun á Golfskála fer fram.

Starfsmenn GL eru allir launþegar og miðast laun við menntun, reynslu og vinnuframlag.

## ÍÞRÓTTASTJÓRI GL

Golfklúbburinn Leynir hefur til lengri tíma haft íþróttastjóra í vinnu og sem umsjónaraðila með barna og unglingsstarfinu.

Megin hlutverk íþróttastjóra er að hafa veg og vanda af allri skipulagningu og starfsemi í þjálfun barna- og unglings hjá GL.

Hlutverk íþróttastjóra:

- Sér um daglegan rekstur á öllu barna og unglingsstarfi.
- Mótar stefnu barna og unglingsstarfs og afreksstarfs alls.
- Sér um skipulag og alla starfsemi barna og unglingsstarfs GL.
- Sér um samskipti við foreldra og barna og unglings nefnd.
- Sér um að koma upplýsingum á framfæri til iðkenda.

## ÞJÁLFARAMENNTUN

Það er stefna GL að þjálfarar GL eru vel menntaðir. Einnig er það akkur GL að starfsmenn GL sækji námskeið og afli sér menntunnar og reynslu á sviði golfíþróttarinnar.

## ÞJÁLFARAR HJÁ GL

Íþróttastjóri er jafnfram þjálfari og golfkennari GL. Golfklúbburinn Leynir leggur mikla áherslu á að hafa vel menntaða þjálfara innan sinna raða.

Íþróttastjóri hefur sér til aðstoðar yfir sumarið afreksefni innan raða GL vegna golfkennslu yngstu hópa iðkenda.

## SAMRÁÐSFUNDIR OG SAMSTARF ÞJÁLFARA

Fundir eru haldnir reglulega hjá framkvæmdastjóra og íþróttastjóra. Íþróttastjóri fundar einnig reglulega með barna- og unglínganefnd GL og samræmir með henni alla vinnu og umgjörð á starfinu. Skrifaðar eru fundargerðir fyrir alla fundi.



## BARNA OG UNGLINGA NEFND LEYNIS

Í barna og unglínganefnd veljast hverju sinni foreldrar barna og unglínga sem eru að æfa hjá GL. Barna og unglínganefnd er skipuð þremur foreldrum ásamt íþróttastjóra GL hverju sinni. Formaður GL er tengiliður stjórnar við barna og unglínganefnd.

Á heimasíðu GL má finna hverjir eru í barna og unglínganefnd GL.

## MARKMIÐ BARNNA OG UNGLINGANEFNDAR

- Stuðla að uppbyggjandi barna og unglíngastarfi.
- Nefndin á að standa vörð um hagsmuni barna og unglínga innan klúbbsins og vera rödd þeirra innan klúbbsins.
- Styrkja tengsl klúbbsins við foreldra barna sem stunda golf.
- Sjá um skipulag og framkvæmd viðburða í B&U starfinu.
- Styðja þá kylfinga sem hafa getu og vilja til að vera meðal þeirra fremstu í golfíþróttinni.



## STARFSEMI BARNNA OG UNGLINGANEFNDAR

- Barna og unglínganefnd skal skipuð til eins árs í senn og er dagleg ábyrgð í höndum íþróttastjóra GL. Með honum starfa a.m.k. 3 foreldrar til viðbótar. Nefndin starfar frá 1.nóvember til 31. október ár hvert.
- Nefndin skal funda reglulega og halda fundargerð.

## HLUTVERK Í NEFNDINNI

- Formaður- Skilar ársskýrslu um starf nefndarinnar í lok hvers starfsárs til stjórnar GL og sér um að boða til funda.
- Ritari – ber ábyrgð á fundargerðum og kemur þeim til stjórnar og barna og unglínganefndar eigi síðar en 7 dögum eftir fund.
- Fjárgæsluaðili – stendur skil á reikn. 601 sem tilheyrir barna- og unglíngastarfi GL og sér um allan pening sem B&U nefnd áskotnast. Heldur utan um allar fjáraflanir, s.s. varðandi keppnisferðir og fleira.
- Aðrir meðstjórnendur, sinna ýmsum verkefnum sem lögð eru fyrir á fundum, s.s. keppnishald, leita eftir styrkjum, halda utan um allar fjáraflanir, s.s. varðandi keppnisferðir og fleira.
- Framkvæmdarstjóri GL- situr alla fundi hjá barna og unglínganefnd.

## TENGING STJÓRNAR GL OG B&U NEFNDAR

- Framkvæmdarstjóri GL er tengiliður stjórnar GL við barna og unglínganefnd
- Barna- og unglínganefnd GL ákveður í samráði við stjórn klúbbsins hvernig unnið skuli að þessum markmiðum GL

## FORELDRARÁÐ GL

Innan barna- og unglínganefndar GL er foreldraráð starfandi. Í foreldraráði GL eru valdir foreldrar sem hafa áhuga á betra barna- og unglíngastarfi hjá GL.





## STARFSREGLUR FORELDRARÁÐS

- Í foreldraráði eru þrjú einstaklingar sem skulu eiga börn og/eða unglunga á mismunandi aldri í GL.
- Íþróttastjóri GL tilnefni í ráðið.
- Foreldraráð starfar undir barna- og unglinganefnd.
- Allar athafnir og ráðagerðir sem foreldraráð ætlar að gera skulu vera ákveðnar í samráði við barna- og unglinganefnd GL.

## HLUTVERK FORELDRARÁÐS

- Vinna með íþróttastjóra og barna og unglinganefnd GL að skipulagi keppnis- og æfingaferða
- Hafa umsjón með allri fjáröflunavinnu í samvinnu með barna og unglinganefnd GL
- Vinna ýmis verkefni sem þau taka að sér í samstarfi við barna og unglinganefnd GL

## FORELDARSTARF

Á hverju ári tengjast fjölmargir foreldrar starfinu vegna þátttöku barna þeirra. Sumir þeirra taka virkan þátt, aðrir sýna því lítinn áhuga. Flestir þessara foreldra hætta svo afskiptum af íþróttastarfinu þegar barnið þeirra kemst á unglingsár. Þess vegna er mikilvægt að GL kynni vel það golfstarf sem unnið er með á vegum klúbbsins. Mikilvægt er að hvetja foreldra til að taka þátt og gera þeim grein fyrir að öll hjálp er vel þegin.

- Mætið á golfmót og hópakeppnir, börnin æskja þess.
- Hrósið öllum leikmönnum meðan á leik eða keppni stendur, ekki aðeins dóttur þinni eða syni.
- Hvetjið börnin bæði þegar vel gengur og þegar á móti blæs, ekki gagnrýna.
- Berið virðingu fyrir störfum þjálfarans.
- Lítið á þjálfara sem leiðbeinanda barnanna, ekki gagnrýna ákvarðanir hans meðan á leik stendur.
- Hafið áhrif og hvetjið börnin til þátttöku, ekki þvinga þau.
- Spyrjið hvort keppnin eða æfingin hafi verið skemmtileg eða spennandi, úrslitin eru ekki alltaf aðalatriðið.



- Leitið eftir réttum og skynsamlegum útbúnaði, ekki gera of miklar kröfur.
- Sýnið starfi félagsins virðingu. Verið virk á foreldrafundum þar sem umræður fara fram um þjálfun og markmið félagsins, þar er ykkar vettvangur.
- Gerið ykkur grein fyrir því að það eru börnin ykkar sem spila golf, ekki þið.
- Börn eru ekki fullorðið fólk.

## FRÆÐSLU OG FORVARNARSTARF

GL mun fylgja stefnu Íþróttabandalags Akraness og ÍSÍ í forvarnarmálum er lítur að vímuvarnum, einelti og annari óæskilegri hegðun.

### Vímuvarnir

Yfirlýst er sú stefna að íþróttir og vímuefni eigi ekki samleið en undir vímuefni falla einnig áfengi og tóbak.

Íþróttir sjá um að byggja upp heilbrigða sál í hraustum líkama en vímuefni sjá um að brjóta niður líkama og sál. Rannsóknir hafa einnig sýnt fram á að íþróttir hafi mikið forvarnargildi gegn neyslu áfengis og annarra vímuefna.

Þjálfarar barna og unglinga eru í lykilhlutverki, en þeir hafa stór áhrif á iðkendur með orðum sínum og verkum. Því mun meiri áhersla sem þeir leggja á skaðsemi vímuefna þeim mun meiri áhrif mun starfið hafa í baráttu við neyslu áfengis og vímuefni.

- GL mun bregðast við allri neyslu iðkenda undir 18 ára aldri á vímuefnum með því að foreldrar verða látnir vita.
- Engin slík neysla verður leyfð í ferðum á vegum barna og unglínganefndar GL.
- Viðbrögð við brotum vegna þessa skal í fyrstu vera í formi tilmæla en beri það ekki árangur getur komið til banns frá æfingum eða keppnum.
- Þjálfarar skulu vinna eftir vímuvarnarstefnu klúbbsins og bregðast við vímuefnaneyslu iðkenda á viðeigandi hátt.
- Þjálfari á vegum GL er í fræðsluhlutverki og er til þess fallnir að ræða við unga iðkendur um þessi mál.
- GL gerir þær kröfur til allra þjálfara, liðsstjóra, fararstjóra og íþróttafólks á vegum golfklúbbsins að það geri sér grein fyrri þeirri fyrirmynd sem þeir eru og þeim áhrifum sem þeir hafa. Hegðun okkar hefur áhrif – við erum fyrirmyndir.
- GL fylgir eftir stefnu ÍSÍ um forvarnir og fíkniefni.



## Einelti – ofbeldi – kynferðislegt ofbeldi

GL er með aðgerðaáætlun ef upp kemur grunur um einelti, ofbeldi eða kynferðislegt ofbeldi innan íþróttastarfsins og stefna félagsins er að leysa þessi mál á farsælan hátt þannig að öllum líði vel í starfi sínu innan félagsins.

Málefni að þessum toga er alltaf ójafn leikur þar sem einn aðili eða fleiri hafa ítrekað farið yfri persónuleg mörk annars aðila með líkamlegu, andlegu eða félagslegu ofbeldi eða félagslegri einangrun. Einelti getur þrífist alls staðar þar sem samskipti eiga sér stað án tillits til aldurs fólks, vitsmunabroska, efnahags, stéttar, stöðu eða búsetu. Hvers kyns ofbeldi á ekki rétt á sér innan íþróttafélaga í hvaða mynd sem um ræðir. Vinna gegn þessum málum miðar að því að bæta samskipti og bregðast við á skipulegan hátt ef grunur um einelti, ofbeldi eða kynferðislegt ofbeldi á sér stað.

Aðgerðaráætlun sem GL styðst við skiptist í tvo hluta, forvarnir og viðbragðsáætlun en þessa hluti endurskoðar félagið reglulega með Íþróttabandalagi Akraness og aðildarfélögum þess.

### Forvarnir

- Góðu og jákvæður íþróttandi.
- Öflugt foreldrastarf.
- Öflugt félagsstarf í hópum.
- Kynning á aðgerðaráætlun gegn einelti, ofbeldi og kynferðislegu ofbeldi fyrir nýja stjórnarmeðlimi.
- Fræðsla fyrir iðkendur, foreldra þeirra og þjálfara/starfsmenn: fundur haldin einu sinni á hverju starfsári.
- Skilgreining á hlutverki fararstjóra í ferðum félaganna.
- Almenn fræðsla um þessi mál.
- Upplýsingar til grenndarsamfélagsins um ofangreind mál, s.s. skólans félagsmiðstöðvarinnar og heilsugæslu.

### Viðbragðsáætlun

Engin tvö mál eru eins og því þarfnast þau mismunandi og mismikillar íhlutunar, þó skulu eftirfarandi hlutverk, og boðleiðir og verklag/vinnuferli alltaf höfð til liðsjónar.



## Hlutverk og boðleiðir:

- Sá sem fær upplýsingar um einelti, ofbeldi eða kynferðislegt ofbeldi vísar því til stjórnar GL. Stjórn tekur málið upp á fundi, skipar umsjónaraðila sem setur það í þann farveg sem við á. Sá farvegur skiptist í könnunarþrep, lausnaþrep og eftirfylgd.
- Stjórn GL ber ábyrgð á að skipuleggja forvarnir og framfylgja viðbragðsáætlun.
- Foreldrar og stjórn GL geta leitað ráðgjafar hjá Íþróttabandalagi Akraness ef ekki tekst að finna viðunandi lausn innan félagsins.
- Foreldrar eða Íþróttabandalag Akraness getur óskað eftir aðstoð sérstaks fagráðs sem starfar á ábyrgð mennta-og menningarmálaráðuneytis ef ekki tekst að finna viðunandi lausn.

## Leiðbeinandi verklag/vinnuferli fyrir eineltis-, ofbeldis- eða kynferðislegt ofbeldisteymi:

### Tilkynning

- Allar tilkynningar um slík mál eru teknar alvarlega.
- Öllum er heimilt að tilkynna málin. Það á við bæði foreldra, iðkenda, þjálfara og aðra er koma að málinu.
- Fylla skal út tilkynningu á þar til gert eyðublað sem finna má á heimasíðu ÍA, [www.ia.is](http://www.ia.is) Tilkynningu má skila til allra í stjórn aðildafélaga eða íþróttabandalagsins.
- Tilvísandi skal fá ljósrit af tilkynningu.
- Sá sem tekur við tilkynningu um slík mál afhendir hana formanni þess félags sem um ræðir.
- Skipuleg skráning málsmeðferðar hefst.

### Könnunarþrep

- Stjórn kemur saman og gerir áætlun í samræmi við viðbragðsáætlun og aflar frekari gagna.
- Stjórn skipar ábyrgðaraðila sem ræðir við málsaðila og foreldra þeirra, fyrst þann sem eineltið/ofbeldið/kynferðislegt ofbeldi beinist að, síðan þann/þá sem taldir eru standa fyrir því.
- Athuga þarf að stundum er æskilegra að sitthvor aðilinn tali við geranda og þolanda.
- Umsjónaraðili ræðir við aðra aðila ef talin er þörf á til að varpa skýrara ljósi á málið.



- Könnun máls skal lokið innan tveggja vikna frá því að tilkynning um málið barst.
- Könnunarprepi lýkur með lausnaáætlun.
- Ákvörðun um lausnaleið er tekin á grundvelli niðurstaðna og í samráði við málsaðila og eru þeir upplýstir um niðurstöðuna í samráði við foreldra málsaðila.

### **Lausnabrep**

- Unnið er samkvæmt lausnaáætlun.
- Skoða hvort veita þurfi stuðning við íþróttahóp þolanda / geranda.
- Skoða hvort þörf sé á að veita upplýsingar til grenndarsamfélagsins.
- Lausnabrepi lýkur, með áætlun um eftirfylgd, þegar aðilar máls eru sammála um að viðunandi lausn sé náð.

### **Eftirfylgd**

- Stjórn aðildafélags heldur áfram samráði við foreldra málsaðila samkvæmt eftirfylgdaráætlun í allt að 6 mánuði.
- Sá sem einelti/ofbeldi/kynferðislegt ofbeldi beindist að og sá/þeir sem stóðu fyrir því fá skipulegan stuðning og aðhald í a.m.k. 6 mánuði frá sitthvorum aðilanum.
- Málinu lokað með undirskrift.



## JAFNRÉTTISMÁL GL

- Ekki er gerður greinarmunur á kyni, þjóðerni eða þjóðfélagsstöðu iðkenda í GL.
- GL gerir sömu kröfur til stúlkna og drengja og vill sinna þeim jafn vel.
- GL greiðir þjálfurum sínum sömu laun hvort sem þeir eru að þjálfna drengi eða stúlkur.
- Eitt að markmiðum klúbbsins er að komast í veg fyrir alvarlegum málum sem gætu komið upp, eins og einelti og kynferðislegt ofbeldi.

## UMHVERFISMÁL GL

Undir málaflokkinn falla öll mannvirki, tæki og gróður í umsjá Golfklúbbsins Leynir innan og utan skilgreinds vallarsvæðis.

Málaflokknum er skipt upp í fjórar aðgreindar nefndir. Vallarnefnd, mannvirkjanefnd, umhverfisnefnd og skógræktarnefnd. Nefndirnar eru skipaðar formanni sem stjórn tilnefnir, vallarstjóra GL, framkvæmdarstjóra, og stjórnarmanni. Auk þess er garðayrkjustjóri Akraneskaupstaðar hafður með í ráðum ef upp koma verkefni, mál eða annað sem snýr að Akraneskaupstað.

Helstu verkefni vallarnefndar eru :

- Að gera og leggja fyrir stjórn 5 ára yfirlitsáætlun um nýframkvæmdir og endurbætur á golfvellingum og endurskoða áætlunina árlega.
- Að leggja árlega fyrir stjórn GL nákvæmar tillögur um nýframkvæmdir og endurbætur á golfvellingum á komandi starfsári ásamt kostnaðaráætlun þar um.
- Að fylgjast með tækjaskrá GL og gera tillögum um nýkaup og endurnýjun dýrari tækja.
- Að sjá um skipulagningu viðhalds Garðavallar og hafa eftirlit með framkvæmd þess.
- Að sjá um gerð og eftirlit með framkvæmd samninga um þjónustu GL við Akraneskaupstað og aðra aðila, er varða umhirðu opinna svæða (gras og skógarsvæða).
- Að veita vallarstjóra aðstoð og aðhald við framkvæmd samþykka stjórnar GL.



## SKILGREINING Á B&U STARFI GL

Þjálfun barna á við um börn 12 ára og yngri og þjálfun unglunga á við einstaklinga á aldrinum 13 ára og til og með 18 ára.

Starfið er opið fyrir öll börn og unglunga, stelpur og stráka sem vilja æfa golf.

Þjálfun hjá GL skiptist í almennt starf og afreksefnastarf (TLU).

Hægt er að æfa golf í 12 mánuði á ári hjá Leyni.

## AFREKSEFNASTARF TLU

Team Leynir Unglingar (TLU) er **Afroksefnapjálfun** fyrir stráka og stelpur 12-18 ára.

Starfið er ætlað þeim einstaklingum er þykja skara fram úr og eru reiðubúnir að leggja mikið á sig til að ná árangri í golfíþróttinni bæði persónulega og fyrir hönd GL.

Afroksefni TLU eru valdir faglega af íþróttastjóra GL, sem metur áhuga og framfarir, forgjöf, ástundun, hegðun og háttvísi, metnað og aðra þætti er honum þykir skipta máli við val á kylfingum í afrekshópa.

Val í afrekshópa sætir stöðugri endurskoðun en meiri alvara er í allri þjálfun og æfingum. Gert er samkomulag um þjálfun hvers og eins milli kylfings og þjálfara sem inniheldur m.a. ársáætlun, æfingaáætlanir, golfdagbók, tækni, þrek, huglægt, Golf 101, æfingaferðir og verkefni.

Skipulag á æfingum:

Uppbyggingartímabil I	15. nóv. – 30. des.
Uppbyggingartímabil II	jan. - mars.
Umskiptatímabil	apríl
Keppnistímabil	maí – sept.
Hvíldartímabil	1. okt. - 15. nóv.



## FORELDAR OG STÖRF ÞEIRRA

Á hverju ári tengjast fjölmargir foreldrar starfinu vegna þátttöku barna þeirra. Sumir þeirra taka virkan þátt, aðrir sýna því lítinn áhuga. Flestir þessara foreldra hætta svo afskiptum af íþróttastarfinu þegar barnið þeirra kemst á unglingsár. Þess vegna er mikilvægt að GL kynni vel það golfstarf sem unnið er með á vegum klúbbsins. Mikilvægt er að hvetja foreldra til að taka þátt og gera þeim grein fyrir að öll hjálp er vel þegin. Starfrækt er foreldraráð sem telur 3 einstaklinga.

- Mætið á æfingar, golfmót, kynningar og hópakeppnir, börnin æskja þess.
- Hrósið öllum kylfingum meðan á leik eða keppni stendur, ekki aðeins dóttur þinni eða syni.
- Hvetjið börnin bæði þegar vel gengur og þegar á móti blæs, ekki gagnrýna.
- Berið virðingu fyrir störfum þjálfarans.
- Lítið á þjálfara sem leiðbeinanda barnanna, ekki gagnrýna ákvarðanir hans meðan á leik stendur.
- Hafið áhrif og hvetjið börnin til þátttöku, ekki þvinga þau.
- Spyrjið hvort keppnin eða æfingin hafi verið skemmtileg eða spennandi, úrslitin eru ekki alltaf aðalatriðið.
- Leitið eftir réttum og skynsamlegum útbúnaði, ekki gera of miklar kröfur.
- Sýnið starfi félagsins virðingu. Verið virk á foreldrafundum þar sem umræður fara fram um þjálfun og markmið félagsins, þar er ykkar vettvangur.
- Gerið ykkur grein fyrir því að það eru börnin ykkar sem spila golf, ekki þið.
- Börn eru ekki fullorðið fólk.





## GOLF ER FRÁBÆR FJÖLSKYLDUÍPRÓTT

Það er oft talað um það að golfíþróttin sé skemmtilegasta íþróttin fyrir alla aldurshópa. Hægt er að stunda golf eftir sínum formerkjum. Allir í fjölskyldunni geta leikið golf saman. Það skiptir engu máli hvort þú ert mamma eða pabbi, amma eða afi, systir eða bróðir, frændi eða frænka, barn eða unglingur, ungur eða gamall.

Allir sem geta valdið kylfu geta leikið golf og gert það alla ævi.

## HVERNIG GERIST ÉG FÉLAGI Í GL ?

Hægt er að prófa að mæta á tvær æfingar og athuga hvort golf er eitthvað fyrir þig.

Ágætt er að hafa samband við íþróttastjóra GL á netfangið [leynir@leynir.is](mailto:leynir@leynir.is) og hann veitir þér upplýsingar um æfingatíma sem henta viðkomandi. Einnig er hægt að skoða æfingatöfluna á heimasíðu GL.

Ef þú vilt halda áfram að taka þátt í æfingum er best að fara inn á iðkendavef ÍA, Nóra og greiða fyrir félags- og/eða æfingagjöldin þar.

## ER DÝRT AÐ VERA Í GOLFI ?

Það er ekki dýrt að taka þátt í golfíþróttinni miðað við margar aðrar íþróttagreinar. Æfingagjaldinu er stillt í hóf. Einnig er hægt að fá kylfur og kúlur lánaðar á æfingunum sjálfum. Aðrir fylgihlutir s.s. golfskór, golfhanski, golfkerra eru ekki nauðsynlegir til að byrja með.

## UPPLÝSINGAR UM BARNA-OG UNGLINGASTARFIÐ

Heimasíða Golfklúbbsins Leynis er á [leynir.is](http://leynir.is)

Þar má finna fréttir um barna- og unglingastarfið. Leynir.is er notuð til að tilkynna ýmsa viðburði og ef golfþjálfari þarf að koma skilaboðum á framfæri t.d. vegna æfinga.



## LOKAORÐ

Uppbygging á góðu barna og unglingastarfi er eins og maraþon. Til að viðhalda framförum þarf að byggja á fjölbreyttum æfingum sem hvetja til áhuga hjá sem flestum.

Foreldrar og þjálfarar fara þar með stórt hlutverk í hvatningu og að gera aðstæður sem bestar fyrir alla á jöfnum grundvelli. Golf er mikil og kurteis íþrótt og hjálpar til í að aga einstaklinga sem og kenna mun á réttu og röngu.

Hjá Leyni erum við að byggja upp einhverja bestu æfingaaðstöðu landsins til að æfa golf. Aðstaðan er opin fólki á öllum aldri. Golf er sú íþrótt þar sem aldur skiptir ekki máli.

Markmiðið er að ná að höfða til sem flestra og gefa öllum tækifæri á að bæta sig og sýna færni í golfi. Tækniþróun er mjög hröð í dag og gerum við okkar besta til að fylgjast með því sem er að gerast og aðlaga okkur að því.