

Organisasjonsplan for Tjørnvåg Idrettslag



Innholdsfortegnelse

<u>1</u>	<u>GRUNNLAGSOPPLYSNINGER FOR IDRETTLAGET</u>	<u>4</u>
<u>2</u>	<u>HISTORIKK</u>	<u>4</u>
<u>3</u>	<u>IDRETTLAGETS FORMÅL</u>	<u>4</u>
<u>4</u>	<u>MEDLEMMER</u>	<u>5</u>
<u>5</u>	<u>ÆRESMEDLEMMER</u>	<u>5</u>
<u>6</u>	<u>TJØRVÅG IDRETTLAG ORGANISASJONSKART</u>	<u>6</u>
<u>7</u>	<u>ÅRSMØTET</u>	<u>7</u>
<u>8</u>	<u>HOVEDSTYRET</u>	<u>7</u>
<u>8.1</u>	<u>HOVEDSTYRETS FUNKSJON OG SAMMENSETNING</u>	<u>8</u>
<u>8.2</u>	<u>HOVEDSTYRET HAR ANSVAR FOR</u>	<u>8</u>
<u>8.3</u>	<u>LEDER I STYRET ER ANSVARLIG FOR</u>	<u>9</u>
<u>8.4</u>	<u>KASSERER / ØKONOMIANSVARLIG</u>	<u>9</u>
<u>8.5</u>	<u>LEDER SPORTSLIG UTVAL</u>	<u>10</u>
<u>8.6</u>	<u>LEDER TRIM</u>	<u>10</u>
<u>8.7</u>	<u>LEDER ARR. KOMITE</u>	<u>10</u>
<u>8.8</u>	<u>LEDER MARKED</u>	<u>11</u>
<u>8.9</u>	<u>LEDER BYGG & AN</u>	<u>11</u>
<u>8.10</u>	<u>ØVRIGE OPPGAVER</u>	<u>11</u>
<u>9</u>	<u>REVISORER</u>	<u>11</u>
<u>10</u>	<u>VALGKOMITÉ</u>	<u>12</u>
<u>11</u>	<u>GRUPPENE</u>	<u>12</u>

<u>11.1</u>	<u>FOTBALL</u>	<u>12</u>
<u>11.2</u>	<u>TRIM</u>	<u>13</u>
<u>12</u>	<u>BYGG & ANLEGGSKOMITÉ</u>	<u>13</u>
<u>13</u>	<u>FORSIKRING</u>	<u>14</u>
<u>14</u>	<u>MEDLEMSKONTINGENT</u>	<u>14</u>
<u>14.1</u>	<u>FAKTURERINGSRUTINER FOR MEDLEMSKONTINGENT</u>	<u>14</u>
<u>15</u>	<u>RETNINGSLINJER</u>	<u>14</u>
<u>15.1</u>	<u>RETNINGSLINJER FOR KLUBBEKLEDNING</u>	<u>15</u>
<u>15.2</u>	<u>RETNINGSLINJER FOR UTØVERE</u>	<u>15</u>
<u>15.3</u>	<u>RETNINGSLINJER FOR TRENERE</u>	<u>15</u>
<u>15.4</u>	<u>RETNINGSLINJER FOR FORELDRE</u>	<u>16</u>
<u>15.5</u>	<u>RETNINGSLINJER FOR REISER</u>	<u>16</u>
<u>15.6</u>	<u>MOBBING</u>	<u>17</u>
<u>15.7</u>	<u>SEKSUELL TRAKASSERING</u>	<u>17</u>
<u>15.8</u>	<u>ALKOHOL</u>	<u>17</u>
<u>16</u>	<u>POLITIATTEST</u>	<u>18</u>
<u>17</u>	<u>FAIR PLAY</u>	<u>19</u>
<u>17.1</u>	<u>FOR SPILLERE</u>	<u>19</u>
<u>17.2</u>	<u>FOR TRENERE OG LEDERE</u>	<u>19</u>
<u>17.3</u>	<u>FOR FORESATTE OG FORELDRE</u>	<u>20</u>
<u>17.4</u>	<u>FOR PUBLIKUM OG SUPPORTERE</u>	<u>20</u>
<u>18</u>	<u>SKIKK OG BRUK E-POST</u>	<u>20</u>

1 Grunnlagsopplysninger for idrettslaget

Navn: Tjørvåg Idrettslag

Stiftet: 22. mars 1974

Idrett: Fleridrettslag med grupper for fotball og trim.

Postadresse:

E-postadresse: leiar@tjorvagil.com

Bankforbindelse: Sparebanken Møre

Internettadresse: www.tjorvagil.com

Organisasjonsnummer i Brønnøysundregisteret: 986439676

Anleggsadresse: Tjørvåg Stadion

Tatt opp som medlem i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite/NIF:

Registrert tilknytning til Møre og Romsdal idrettskrets

Registrert tilknytning til Herøy idrettsråd

Registrert tilknytning til Norges fotballforbund

Registrert tilknytning til Sunnmøre fotballkrets

Registrert tilknytning til Region Midt Norge

Klubbnummer i NIFs medlemsregister: KL15150008

Årsmøtemåned: Mars

2 Historikk

Tjørvåg Idrettslag ble stiftet 22. mars 1974.

Noen viktige milepæler for klubben og lokalmiljøet knytter seg særlig til anleggsutviklingen på Tjørvåg Stadion:

- 2005 Godkjent grusbane for fotball.
- 2011 Godkjent kunstgressbane for fotball.
- 2014 Aktivitetsparken (multi-ballbinge, tennisbane og skatepark) åpnet.

3 Idrettslagets formål

Tjørvåg Idrettslag skal være en åpen og demokratisk organisasjon der formålet er å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF)

Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

Alle idrettslige aktiviteter skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

Idrettslaget er selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer.

4 Medlemmer

Alle som lover å holde lagets overordnede idrettsmyndigheters lover og bestemmelser kan bli tatt opp som medlem. For øvrig plikter ethvert medlem å overholde NIFs, dets organisasjonsledd, samt lagets lover og bestemmelser.

Tjørvåg Idrettslag består av:

1. Æresmedlemmer
2. Ordinære medlemmer
3. Støttemedlemmer

Nye medlemmer må opplyse om hun/han er eller har vært medlem av andre lag tilsluttet Norges Idrettsforbund, samt alder og bopel.

Lagets lover skal være tilgjengelig for alle lagets medlemmer.

En søker kan ikke tas opp som medlem uten at økonomiske forpliktelser til andre organisasjonsledd og medlemmer i NIF er gjort opp.

Medlemskap i laget er først gyldig og regnes fra den dag første kontingent er betalt.

Et medlem kan ikke representere en annen klubb/idrettslag aktivt i den gren/tillitsverv hun/han er aktiv i Tjørvåg Idrettslag.

Styret kan gjøre unntak ved militærtjeneste, studieopphold og lignende.

Ønsker et medlem å melde seg ut av Tjørvåg Idrettslag, sendes skriftlig utmelding gjennom MINIDRETT eller henvendelse til Hovedstyret.

Utmeldelse fritar ikke for skyldig kontingent eller eventuell annen gjeld til Tjørvåg Idrettslag. Karantenetid iflg. de til enhver tid gjeldene regler for de enkelte særforbund.

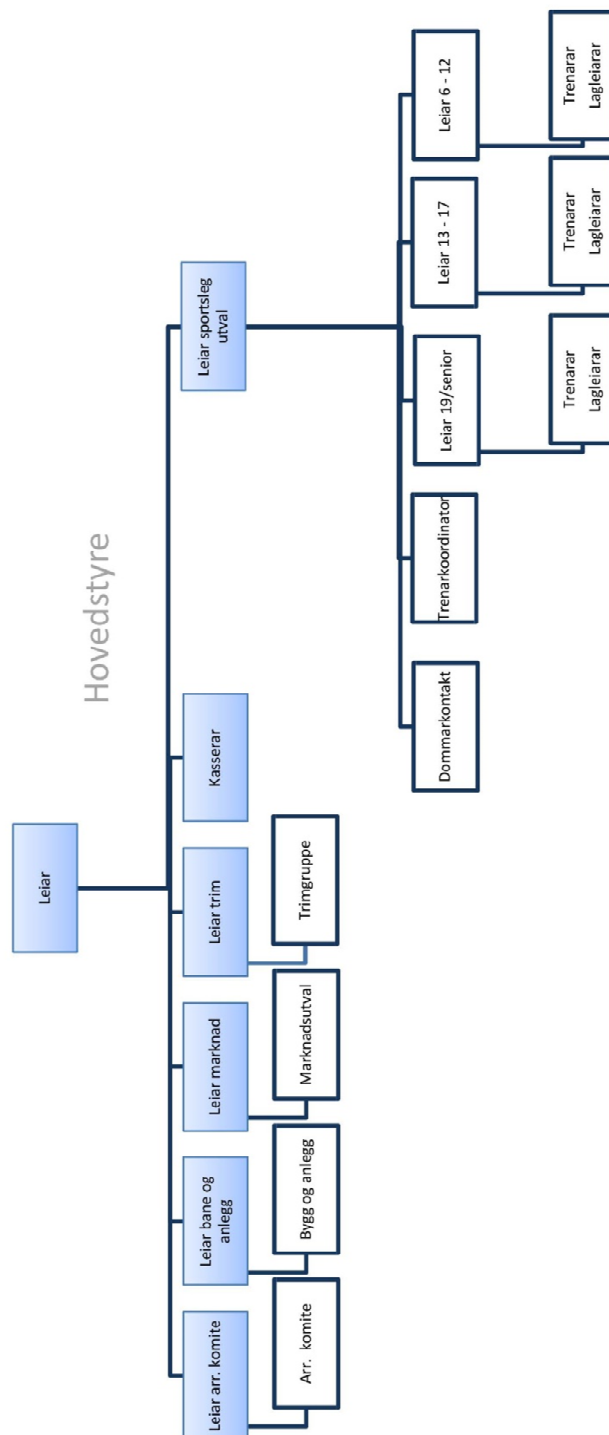
5 Æresmedlemmer

Æresmedlemsskap av idrettslaget er vår høyeste utmerkelse for lang og tro tjeneste.

Det er en hederbevisning som henger høyt, og gir uttrykk for idrettslagets takknemlighet for lang innsats til det beste for laget og medlemmene.

Æresmedlemmene er for all fremtid fritatt for betaling av medlemskontingent til laget.

6 Tjørvåg Idrettslag organisasjonskart



7 Årsmøtet

- Årsmøtet er lagets/klubbens høyeste myndighet.
- Årsmøtet blir avholdt en gang i året innen utløpet av mars måned.
- Protokollen fra årsmøtet sendes til idrettsrådet i kommune, og de særkretser idrettslaget er tilsluttet. Protokollen kan legges ut på idrettslagets nettsider.
- Innkalling til årsmøtet skal skje en måned før årsmøtet avholdes.
- Innkalling annonseres på nettet eller i avisen, eller sendes/legges ut til medlemmene.
- Innkomne forslag skal være styret i hende 2 uker før årsmøtet og sakspapirene skal gjøres tilgjengelig en uke før.
- Årsmøtet er for medlemmer i klubben, det vil si de som har betalt medlemskontingenten i året før årsmøtet. Foreldre/foresatte har ikke fullmakt til å stemme for medlemmer under 15 år.
- Årsmøtet legger grunnlaget for styret sitt arbeid og alle som ønsker å bli med å bestemme hvordan klubben skal drives bør stille på årsmøtet.
- Årsmøtet skal gjennomføres slik det er fastsatt i lovens årsmøteparagraf §12

8 Hovedstyret

Tjørvåg Idrettslag ledes og forpliktes av hovedstyret, som er idrettslagets høyeste myndighet mellom årsmøtene.

Styret skal bl.a.:

- a) Iverksette årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak.
- b) Påse at Tjørvåg Idrettslag sine midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte i samsvar med de vedtak som er fattet på årsmøtet eller i overordnet organisasjonsledd, og sørge for at idrettslaget har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen samt en forsvarlig økonomistyring.
- c) Etter behov oppnevne komiteer/utvalg/personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat/instruks for disse.
- d) Representere Tjørvåg Idrettslag utad.
- e) Oppnevne ansvarlig for politiattestordningen.
- f) Oppnevne en ansvarlig for barneidretten.

Styret skal avholde møter når lederen bestemmer det eller minst to av styrets medlemmer forlanger det.

8.1 Hovedstyrets funksjon og sammensetning

Styret er klubbens høyeste myndighet mellom årsmøtene. Noen saker kan ikke styrebehandles, men må behandles av årsmøtet. Det gjelder saker som fremgår av «Årsmøtets oppgaver», og saker som er av ekstraordinær karakter eller av betydelig omfang i forhold til klubbens størrelse og virksomhet.

Dersom styret er i tvil, bør saken opp på årsmøtet.

Styret skal bestå av:

- Leder
- Kasserer / økonomiansvarlig
- Leder sportslig utvalg
- Leder arr komite
- Leder marked
- Leder bygg og anlegg
- Leder trimgruppe

Hver gruppe har anledning til å stille med personlig vara.

8.2 Hovedstyret har ansvar for:

- Hovedstyret velges på årsmøtet, og er lagets høyeste myndighet mellom årsmøtene.
- Gjennomføre årsmøtet og overordnede idrettsmyndigheters bestemmelser og vedtak.
- Årsmøte, planlegge og gjennomføre. Styret innkaller til årsmøte med minst 4 ukers varsel. Forslag må være sendt til styret senest 2 uker før årsmøtet.
- Styremøter, planlegge, innkalle og gjennomføre.
- Styreprotokoll m/ anvisning om tidspunkt og ansvar.
- Økonomi i laget. Inntekter disponeres i noen grad av styret. Vurdere og fordele midlene til de enkelte grupper etter planer og godkjente budsjetter.
- Anlegg og eiendommer, samt drift av disse i samarbeid med bygg og anlegg og vedlikehold bane.
- Synliggjøre hensikten og effekten av laget i lokalmiljøet, samt motivere for engasjement og kreativitet.
- Årsplaner, utarbeide og gjennomføre, også i gruppene.
- Informasjon til medlemmene via facebook, hjemmesider eller andre kanaler.
- Ivareta lagets interesser overfor det offentlige, og instanser som idrettskrets, idrettsforbund og lignende.
- Utdanning og utvikling av tillitsvalgte og deltakere.
- Oppnevne etter behov komiteer/ utvalg og personer for spesielle oppgaver, samt utarbeide instruks for disse. Representanter til region/kretsting og lignende, eventuelt å delegere dette der det er hensiktsmessig.
- Samarbeid eksternt, mellom idrettslag/ klubber, og eventuelt andre typer organisasjoner.

8.3 Leder i styret er ansvarlig for:

- Styremøter, forberede, innkalle og lede
- Å gjøre styret kjent med den vedtatte stryreinstruks og hva dette innebærer
- Lagets totale drift og daglige ledelse
- Lede styrets forhandlinger og lagets møter
- Forberede saker til møter
- Anvise utbetalinger sammen med de som gis fullmakt
- Årsmøte, forberede, innkalle til og gjennomføre
- Årsmelding fra styret
- Rapporter og oppgaver til overordnede instanser
- Valg. Valgarbeidet utføres av valgkomite
- At det til enhver tid er en riktig arbeidsfordeling som ivaretar drift og utvikling. Sørge for at organisering av klubben er maksimal operativ. Spesielt er det viktig å påse at styrets arbeid og prioriteringer ifm utvikling er forankret og at det er kontaktpunkt fra styret og ned til de operative trenere. Alt må baseres på at medlemmene blir ivaretatt.
- Foreslå endringer hvis ikke punktene overholdes.

8.4 Kasserer / Økonomiansvarlig

- Utarbeide et utkast til budsjett for idrettslaget og dokumentere alle budsjettforutsetninger før styret vedtar budsjettet
- Implementere rutiner som sikrer etterlevelse av disse
- Sikre at styret er informert om økonomistatus.
- Utarbeide rutiner for fakturering og purring.
- Sørge for at idrettslaget fakturerer faktiske inntekter og krav blir innbetalt.
- Være 2.godkjenner for utbetalinger fra bank. Som 2.godkjenner har man en viktig kontrollfunksjon og dette må derfor ikke sees på som en formalitet. Kontrollen innebærer en kontroll med at utbetalingene gjøres på bakgrunn av reelle krav. 1.godkjenner skal ikke kjenne til passord eller disponere elektronisk signatur til 2.godkjenner, eller omvendt.
- Planlegge og gjennomføre årsoppgjør
- Økonomiansvarlig i styret bør lage et tidsskjema for årsoppgjøret som stiller krav til regnskapsførers leveranse, revisors leveranse og når regnskapet skal styrebehandles.
- Annet (kan legges til etter hvert som man erfarer et behov)

8.5 Leder sportslig utval

- Inngår i styret og rapporterer til styreleder.
- Ansvarlig for drift av egen gruppe.
- Avdelingsmøter, planlegge, innkalle og lede.
- Ansvarlig for utdanning av trenere og dommere
- Ansvarlig for påmeldinger til seriespill og cuper
- Ansvar for korrigeringer, påskjønnelser og motivasjon av aktive og tillitsvalgte.
- Ansvarlig for gruppens årsberetning
- Ansvar for å gjennomføre de rutiner som er satt i forhold til bilagshåndtering i Tjørvåg IL.
- Ansvarlig for at Klubbadmin til enhver tid er oppdatert for gruppen.

8.6 Leder trim

- Inngår i styret og rapporterer til styreleder.
- Ansvarlig for drift av egen gruppe.
- Avdelingsmøter, planlegge, innkalle og lede.
- Ansvar for korrigeringer, påskjønnelser og motivasjon av aktive og tillitsvalgte.
- Ansvarlig for gruppens årsberetning
- Ansvar for å gjennomføre de rutiner som er satt i forhold til bilagshåndtering i Tjørvåg IL.
- Ansvarlig for at Klubbadmin til enhver tid er oppdatert for gruppen.

8.7 Leder arr komite

- Inngår i styret og rapporterer til styreleder.
- Ansvarlig for drift av egen gruppe.
- Avdelingsmøter, planlegge, innkalle og lede.
- Ansvarlig for arrangement i regi av Tjørvåg IL.
- Sørge for det blir arrangert ulike inntektsbringende arrangement
- Ansvar for korrigeringer, påskjønnelser og motivasjon av aktive og tillitsvalgte.
- Ansvarlig for gruppens årsberetning
- Ansvar for å gjennomføre de rutiner som er satt i forhold til bilagshåndtering i Tjørvåg IL.
- Ansvarlig for at Klubbadmin til enhver tid er oppdatert for gruppen.

8.8 Leder marked

- Inngår i styret og rapporterer til styreleder.
- Ansvarlig for all reklameinntekter til Tjørvåg IL (bl.a. draktreklame og skiltreklame)
- Ansvarlig for utstyrsavtaler
- Planlegge, innkalle og lede møter i gruppen.
- Ansvarlig for gruppens årsberetning
- Ansvar for korrigeringer, påskjønnelser og motivasjon av aktive og tillitsvalgte.
- Ansvar for å gjennomfører de rutiner som er satt i forhold til bilagshåndtering i Tjørvåg IL.

8.9 Leder bygg & anlegg

- Inngår i styret og rapporterer til styreleder.
- Ansvarlig for drift og vedlikehold av anlegget.
- Ansvarlig for gruppens årsberetning
- Ansvar for å gjennomfører de rutiner som er satt i forhold til bilagshåndtering i Tjørvåg IL

8.10 Øvrige oppgaver

- Styret står fritt til å fordele øvrige oppgaver mellom styremedlemmene.

9 Revisorer

- Revisor skal vurdere om årsregnskapet er utarbeidet og fastsatt i samsvar med idrettens regnskaps- og revisjonsbestemmelser, og om organisasjonsleddets styre har oppfylt sin plikt til å sørge for ordentlig og oversiktlig registrering og dokumentasjon av regnskapsopplysninger i samsvar med idrettens regnskaps- og revisjonsbestemmelser.
- Hvordan revisjonen utføres finnes i NIFs lov kapittel 4 eller på <http://www.lovdata.no/nif/hiff-20071128-0002.html#map004>

10 Valgkomité

Valgkomiteen har en av klubbens viktigste oppgaver. Den har ansvaret for personalmessig og funksjonell utvikling av klubben ved å rekruttere nye styremedlemmer etter nøye vurderinger av medlemsmassen.

Valgkomiteen plikter:

- å diskutere med styret om eventuelle endringer i styrets sammensetning,
- å holde seg informert om, og diskutere med, medlemmene om ulike kandidater for styreoppdrag, og derigjennom få rede på om ønskede personer har kunnskap, tid og interesse for oppdraget,
- å gjennomgå for styret og medlemmene hvilke forandringer / nomineringer som kommer til å bli foreslått,
- ved behov å foreslå for styret at passende kandidater får relevant utdannelse for påtenkte oppdrag,
- før årsmøtet, på det tidspunkt vedtektene bestemmer, avgi skriftlig forslag på nomineringen som skal forelegges medlemmene på årsmøtet,
- under årsmøtet å presentere valgkomiteens forslag, samt
- etter årsmøtet å analysere eget nominasjonsarbeid.

11 Gruppene

Tjørvåg Idrettslag er delt inn i flere undergrupper, årsmøtet oppretter og evt avvikler grupper. Hver gruppe ledes av et styre som minimum skal bestå av tre personer, herav en Leder.

11.1 Fotball

Fotballgruppen har ansvar for:

- Planlegge og lede aktiviteter innenfor barne-, ungdoms- og senior fotball, herunder alle sportslige arrangementer.
- Informasjonssmøter, planlegge, innkalle og gjennomføre minimum to gg årlig (mars-aug)
- Kvalitetsmål for gruppen, utarbeide og gjennomføre.
- Praktisk informasjon til tillitsvalgte og spillere.
- Alle lag har trener, hjelpetrener og lagleder.
- Trenerkontrakter.
- Oppfølging i innkrevningen av kontingenter og avgifter.
- Revidering av Sportsplan
- Planer, utarbeide og iverksette/ gjennomføre aktiviteter innen fotball i henhold til sportsplanen.
- Planlegge treningstider og bruk av anlegg.
- Planlegge treningskamper og turneringer.
- Påmelding av lag.

- Anlegg, koordinere bruk for fotball.
- Kampavvikling
- Innkjøp til fotballgruppen.
- Cup, koordinere deltakelse, samt utarbeide rutiner for dette.
- Premiesamling?
- Foreldrekontakt, kommunikasjon og informasjon.
- Oversikt i Klubbadmin over deltakere, foreldre og trenere/ ledere, rapportere til daglig leder
- Delta i utviklingen av barne- og ungdomsfotballen, herunder sportslig ansvar for barnefotball
- Planlegge sesongen og påmelding av lag
- Delta i planlegging og gjennomføring av trener og lederforum
- Ansvar for utstyr til bane.
- Årets spiller / utmerkelser

11.2 Trim

Trimgruppen har ansvar for:

- Dametrim
- Tursti prosjekt
- Gurskøya rundt (i lag med dei andre idrettslaga)
- Barnetrim
- Avdelingsmøter, planlegge, innkalle og gjennomføre
- Oppfølging i innkrevingen av kontingenter og avgifter.
- Planlegge og iverksette/ gjennomføre trimaktiviteter
- Oversikt i Klubbadmin over trim medlemmer
- Planlegge treningstider og bruk av anlegg.
- Innkjøpsansvar.

12 Bygg & Anleggskomité

Bygg & Anleggskomité har ansvar for:

- At anlegg og bygninger tilrettelegges for lagets aktiviteter og målsettinger, samt vedlikeholdes slik at disse opprettholder sin verdi.
- Drift og vedlikehold av lagets anlegg og bygninger.
- Dugnadsarbeid, planlegge, innkalle til og lede.
- Vurdere bruk, evt stenging av bane/anlegg.
- Utstyr og annet som tilhører anlegg, og som er oppbevart i klubbhus/garasje/container.

13 Forsikring

Idrettsforsikring for barn

Alle barn som er medlem av lag tilsluttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) eller som deltar i organisert aktivitet i klubbens/lagets regi er forsikret. Opp til de blir 13 år
<http://www.idrett.no/tema/barneidrett/idrettsforsikring/Sider/default.aspx>

Klubbforsikring

Sammen med If har NIF utviklet en egen klubbforsikring som er tilpasset klubbens forsikringsbehov. Klubbforsikringen inneholder de viktigste forsikringene en idrettsklubb trenger – til en meget gunstig pris. <http://www.idrett.no/tema/klubbguiden/Sider/Klubbforsikring.aspx>

14 Medlemskontingent

Medlemskontingenten fastsettes på årsmøtet som egen sak. jf. egenbestemmelse i idrettslagets lov.§4.

Medlemskontingent skal betales for hvert enkelt medlem.

14.1 Faktureringsrutiner for medlemskontingent

- Faktura sendes ut innen utgangen på februar måned til eksisterende medlemmer. De som benytter MINIDRETT får faktura gjennom det systemet.
- Første purring 30 dager etter forfall.
- 31.12 kan medlemmer som ikke har betalt strykes.

I tillegg kreves treningsavgift for de idretter utøveren deltar i.

Treningsavgiften fastsettes også på årsmøtet.

15 Retningslinjer

Tjørvåg Idrettslag tilstreber å følge idrettsforbundet sine felles retningslinjer som gjelder for alle medlemmer i norsk idrett: mot seksuell trakassering, om markedsføring, dugnad, alkohol, tobakk, databehandling, lege og sanitet så langt det er praktisk gjennomførbart.

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/retningslinjer/>

15.1 Retningslinjer for klubbekledning

Tjørvåg Idrettslag skal være attraktiv for våre sponsorer og samarbeidspartnere.

Klubbens generalsponsor er Marin Teknikk og i vår samarbeidsavtale er det fastsatt hvordan MT skal profileres.

I tillegg skal også hovedsponsorene være med på drakter og overtrekk.

Klubben har samarbeidsavtale med Intersport Fosnavåg og PUMA og det blir arrangert «klubbkveld» noen ganger i løpet av året med særlige rabatter til klubbens medlemmer i tillegg til at vi har faste rabatter i butikken til vanlig. Det oppfordres til å benytte seg av dette tilbudet.

Vi oppfordrer også utøvere, trenere og andre om å kle seg i klubbeflekter under trening, kamper og cuper.

15.2 Retningslinjer for utøvere

Utøvere i klubben skal:

- Vise gode holdninger
- Respekttere hverandre
- Vise lojalitet mot klubb og trenere
- Hjelp hverandre og stille opp for hverandre
- Følge klubbens regler
- Være ærlig overfor trener og andre utøvere
- Ta ansvar for godt samhold
- Stille på treninger og kamper en har forpliktet seg til
- Vise engasjement
- Være stolt av sin egen innsats
- Anerkjenne andre sin innsats
- Ta ansvar for miljø og trivsel
- Reagere på mobbing eller annen adferd som ikke er i tråd med klubbens verdier

15.3 Retningslinjer for trenere

Som trener i idrettslaget skal du bidra til:

- Mestring, selvstendighet og tilhørighet for utøveren
- Positive erfaringer med trening og konkurranse
- Å fremme et godt sosialt miljø, lagånd og vennskap
- Samarbeid og god kommunikasjon med andre trenere, ledere og foreldre
- Vær et godt forbilde
- Møt presis og godt forberedt til hver trening
- Som trener er du veileder, inspirator og motivator
- Bry deg litt ekstra og involver deg i utøverne dine
- Bli kjent med utøvernes individuelle mål og opplevelse av treningen
- Søk å utvikle selvstendig vurderingsevne hos utøveren
- Vis god sportsånd og respekt for andre
- Vær bevisst på at du gir alle utøverne oppmerksomhet
- Enhver utøver eller gruppe skal utfordres til å utvikle sine ferdigheter

INNHALDET I TRENINGEN SKAL VÆRE PREGET AV:

- En målrettet plan
- Progresjon i opplevelse og ferdigheter
- Stadig nye utfordringer slik at utøveren flytter grenser
- Effektiv organisering
- Saklig og presis informasjon
- Kreative løsninger
- Fleksibilitet ved problemløsning
- Som trener er du ansvarlig for god kommunikasjon

15.4 Retningslinjer for foreldre

Til deg som er foreldre i klubben:

- Respekter idrettslagets arbeid.
Det er frivillig å være medlem av idrettslaget, men er du med følger du idrettslagets regler
- Engasjer deg, men husk at det er barna som driver idrett – ikke du
- Respekter treneren, hans/hennes arbeid og anerkjenn ham/henne overfor barna dine
- Lær barna folkeskikk. Gå foran som et godt eksempel
- Lær barna å tåle både medgang og motgang
- Motiver barna til å være positive på trening
- Vis god sportsånd og respekt for andre
- Ved uenighet snakker du med den det gjelder – ikke om
- Husk at det viktigste av alt er at barna trives og har det gøy!

Klubbens retningslinjer er i tråd med Olympiatoppens anbefalinger om hvordan være en god idrettsforelder.

Lenke:

<http://www.olympiatoppen.no/fagomraader/ungeutovere/fagstoff/media41142.media>

15.5 Retningslinjer for reiser

Alle som representerer klubben må opptre i tråd med det klubben skal stå for. Styret har derfor vedtatt retningslinjer for reiser og representasjon. Retningslinjene skal benyttes ved alle treningssamlinger og konkurranser der vår klubb er representert.

Foruten det sportslige, er det et mål for alle turer i klubbens regi at alle utøverne kommer hjem med en positiv totalopplevelse. Reiselederne kan i stor grad bidra til dette ved å tilrettelegge for nok mat, nok søvn og gode sosiale forhold. Trenerne har først og fremst et sportslig ansvar, så en god dialog mellom reiseledere og trenere er viktig. Dersom en trener er reiseleder, må han/hun dekkes opp med støtte på oppgaver som er utenom sportslige.

1. På alle reiser i regi av klubben, skal det utpekes en ansvarlig reiseleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst. Om det settes opp flere reiseledere blir disse enig seg mellom om eventuell fordeling av arbeidsoppgaver.
2. Alle foreldre som deltar på reisen skal bistå reiseledere om dette er nødvendig.
3. Reiseleder har det overordnede ansvaret for at reisen foregår etter de retningslinjer klubben har bestemt, og skal sammen med trenerne bidra til trivsel for alle deltakerne.
4. Reiseleder rapporterer til styreleder i følgende saker: Overgrepssaker. Ulykke med personskader. Dødsfall blant klubbens medlemmer. Økonomisk utroskap. Klare brudd på det klubben ønsker å stå for. Andre saker som kan medføre spesielle medieoppslag, eller oppmerksomhet fra det offentlige.
5. Reiseleder har ansvar for at alle utøverne er med til enhver tid.
6. Reiseleder påser at nødvendig informasjon blir gitt til deltakerne underveis.
7. Reiseleder påser at all bagasje er med. De yngste deltakerne kan trenge bærehjelp av noen

- eldre.
8. Reiseleder skaffer seg oversikt over stedet og gir beskjed om hvor deltakerne skal sove, sanitærforhold og hvor man skal spise. Dette gis det beskjed om.
 9. Tidspunkt for måltider avtales med trenerne i forhold til stevnetider. Reiseleder legger best mulig til rette for måltidene ut fra hvilken informasjon som er gitt på forhånd og de kjøkkenmuligheter som er tilgjengelige.
 10. Reiseleder(e) er også heiagjeng og oppmuntrer under stevnet. Trener har full konsentrasjon om de som til enhver tid konkurrerer. Reiseleder bør håndtere alle utenomsportslige spørsmål, sosiale konflikter, hodepine etc. underveis.
 11. Oppmøte til øvelsene er den enkelte utøvers og treners ansvar.
 12. Tilstrekkelig søvn er essensielt for å kunne yte godt. Det bør legges til rette for at også de yngste får nok søvn. Reiseleder i samarbeid med trenerne er ansvarlig for at leggetid og "stille-tid" formidles. De eldste kan gjerne ha senere tidspunkt enn de yngste.
 13. Ved hjemkomst må reiseleder sjekke at hver enkelt blir hentet på riktig sted og til rett tid.
 14. Reiseleder i samarbeid med kommunikasjonsansvarlig koordinerer reiserapport med bilder og tekst som kan legges ut på hjemmesiden.
 15. Krav om utlegg som reiseutgifter, innkjøp mv. leveres til kasserer senest en uke etterturen sammen med originale kvitteringer og et kort regnskap.
 16. Foreldre er ansvarlig for å informere reiseleder om medisiner som utøvere trenger hjelp til.
 17. For enkelte utøvere er dette kanskje deres første stevne eller deres første reise uten foreldrene. Enkelte kjenner kanskje heller ikke de andre barna særlig godt. Reiseleder må være spesielt oppmerksom ovenfor disse barna.
 18. Reiseleder bør ha med førstehjelpsutstyr.
 19. All bruk av rusmidler er forbudt. Brudd rapporteres til styret.

15.6 Mobbing

Mobbing har blitt et problem i det norske samfunnet både på sms og mail. Dette er noe idretten ikke aksepterer. Klubben arbeider med å sette opp regler og konsekvenser hvis det forekommer mobbing i klubben

15.7 Seksuell trakassering

Idretten tiltrekker seg dessverre personer som ikke kommer til oss pga idretten vi utfører, men for å finne lette offer for sine egne laster. En bør ha regler for dette i klubben på hvordan er skal håndtere dette.

Siden under er retningslinjer som kan være til hjelp.

<http://www.idrett.no/ftp/pdf/brosjyreseksuelltrakassering.pdf>

15.8 Alkohol

IDRETTENS HOLDNING TIL ALKOHOL Vedtatt av Idrettstyret 16. mars 2004, sak 54

1. Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité skal fremstå som en organisasjon som arbeider mot bruk av alkohol i idrettslig sammenheng. (NIFs lov §11-2 g)
2. Barn og unge som deltar i aldersbestemte klasser (under 18 år) skal møte et trygt og alkoholfritt idrettsmiljø. Trenere, ledere og utøvere skal fremstå som gode forbilder for barn og unge og ikke nyte alkohol i samvær med utøvere i denne alder.
3. Medlemmene i organisasjonen skal informeres om de skadevirkninger alkohol har på prestasjonsevnen, sikkerheten og det sosiale miljø.
4. Tribunekulturen skal være trygg, familievennlig og alkoholfri. På tribunene skal det derfor ikke nytes alkohol i tilknytning til konkurranseaktiviteter. I lokaler tilknyttet idrettsanlegg gjelder de kommunale

skjenkebestemmelser dersom lokalet leies ut til private. (NIFS lov §11-2 g)

5. Idretten skal ha en restriktiv holdning til samarbeidsavtaler med bedrifter som har en vesentlig del av sin virksomhet knyttet til salg av alkoholholdige drikke/ produkter. Alle organisasjonsledd pålegges å følge norsk alkohol-lov med forskrifter og retningslinjer. Arenareklame og utstyrsreklame utføres iht gjeldende lovverk. Særforbund og kretser informerer underliggende ledd, herunder klubber og lag. Norsk alkohollov gjelder for alle som deltar på idrettsarrangement i Norge.

Det vil si at også internasjonale aktører må forholde seg til den norske lovgivningen når de deltar på idrettsarrangement i Norge.

Forbudet mot reklame for alkoholholdig drikk finner vi i alkohollovens § 9-2. All reklame for alkoholholdig drikk er forbudt. Alkoholholdig drikk er definert som drikk med alkoholinnhold over 2,50 volumprosent alkohol. I utgangspunktet rammes ikke reklame for lettøl av forbudet. Det er imidlertid forbudt å reklamere for andre varer med samme varemerke eller kjennetegn som alkoholholdig drikk. Dette stiller særskilte krav til lettølreklame.

16 Politiattest

Politiattest skal avkreves av personer som skal utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Med mindreårige menes barn og unge under 18 år. Personer under 18 år skal også avkreves politiattest. Den nedre grense er 15 år.

Hvem skal vi ha attest fra: Trenere, oppmenn, foreldre som er med på turneringer som ledere.

Hva skal idrettslaget gjøre?

- Styret skal avkreve politiattest av alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming.
- Styret skal oppnevne en person som er ansvarlig for å håndtere ordningen med politiattest i idrettslaget. Det skal også oppnevnes en vararepresentant.
- Styret må informere om ordningen på idrettslagets hjemmeside. Der skal også navn og kontakinfo på personene som skal håndtere ordningen i idrettslaget, fremgå.
- Idrettslaget må fastsette hvilke oppgaver og hvilke personer som er omfattet av ordningen.
- Den styreoppnevnte skal informere de(n) aktuell(e) personen(e) om at de(n) må ha politiattest.
- Personen som skal ha politiattest skal selv sende inn søknad om politiattest til politiet. Attesten sendes fra politiet til den enkelte søker.
- Alle som skal ha politiattest må fremvise attesten for den styreoppnevnte.
- Den styreoppnevnte skal lagre opplysninger om hvilke personer som er avkrevd politiattest, at attesten er fremvist og dato for fremvisningen. Selve attesten beholdes av søkeren.
- Idrettslaget skal ikke gi oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming til personer som ikke fremviser politiattest eller som har anmerkninger på attesten.
- Idrettslaget kan når som helst kontakte NIF for råd og veiledning i disse sakene på telefon 21029000 eller på e-post til politiattest@idrettsforbundet.no.

17 Fair play

17.1 For spillere

Som spiller har du et ansvar for at du oppfører deg i den rette Fair Play-ånd. Det er kanskje enkelt å si, men hva betyr det?

Fair Play betyr at du som spiller må:

- Ta godt vare på dine medspillere og inkluder nye lagkamerater
- Unngå stygt spill og filming
- Skape trygghet og god lagånd på banen

Fair Play-ånden skal vokse fram ved:

- Å trene og spille kamper med godt humør
- Å behandle motstanderne med respekt
- Å hjelpe skadet spiller uansett lag
- Å takke motstanderen etter kampen
- Å ikke kjeft på andre spillere eller dommeren

17.2 For trenere og ledere

Som trener og leder har du ansvar for at spillet utøves i den rette Fair Play-ånd. Du skal sørge for at spillerne har god kjennskap til regler og retningslinjer, og at disse blir fulgt. Du kan invitere spillere og dommere til temamøter, der situasjoner tas opp til vurdering og bevisstgjøring.

Det er ditt ansvar som trener eller leder at spillerne forstår:

- Betydningen av dommerens situasjon og funksjon
- At dommerne må ta hurtige valg – og dermed umulig kan være feilfrie
- Betydningen av å ikke overreagere på dommeravgjørelser
- At det er dommerens avgjørelse som teller, og at det er bortkastet å pådra seg straff for kjeftbruk
- Betydningen av å følge regelverket - det tjener alle parter, og dermed også spillet

17.3 For foresatte og foreldre

Foresatte, foreldre og besteforeldre er en viktig ressurs for norsk idrett. Det er fint om også dere bidrar til trivsel og fair play i miljøene!

Ta ansvaret og tenk over følgende:

- Din interesse og oppfølging betyr mye for barn og unge
- Likeverd, aksept og inkludering bør gjelde alle i lagmiljøet
- Verdsett opplevelse, god oppførsel og lagånd høyt
- Respekter trenerens bruk av spillere – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Dommeren prøver også å gjøre sitt beste – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Resultatet må ikke bli for viktig - den enkelte spillers mestring har også stor betydning
- Gi oppmuntring til alle spillerne - ikke bare dine kjente
- Stimuler til deltakelse - uten noen form for press
- Ta gjerne initiativ til å bidra på foreldremøter for å avklare holdninger og ambisjoner

17.4 For publikum og supportere

Din interesse som publikummer og supporter er viktig for norsk idrett, enten det gjelder i minikampen, småjentekampen eller Tippeligakampen.

Har du tenkt over at du som publikummer er med på å bidra til hvilken stemning og atmosfære kampen skal ha. Uansett om det gjelder kamper i toppfotballen/håndballen eller breddefotballen/håndballen spiller publikum og supporterne en viktig rolle i forhold til stemningen.

Tenk over følgende:

- Verdsett opplevelse, god oppførsel og lagånd høyt
- Det viktigste er tross alt å støtte laget sitt, uansett resultat
- Respekter trenerens bruk av spillere – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Dommerne gjør sitt beste. Dommerne må ta mange og hurtige valg – og dommerne kan dermed umulig være feilfri
- Respekter dommernes valg - ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Ikke overreager på dommeravgjørelser

18 Skikk og bruk e-post

- 1) Vurder hvem du setter som hovedmottaker. Hovedmottakeren(e) skal svare på innholdet hvis det ikke er ren informasjon. Medlemmer plikter å motta informasjon på epost fra ledelsen. Slik epost skal sendes ut med adressene i blindkopifeltet.
- 2) Vurder hvem du informerer i " KOPI " - feltet. Styresaker skal bare til det styret som behandler saken til beslutning er tatt eller til styreleder gir tillatelse til annet. Kopifeltet er en mulighet til å informere mottakere uten krav om aksjon. Ha respekt for andres tid.
- 3) Vær kritisk ved bruk av e-post for sending av meldinger til mange. Ved massedistribusjon av informasjon bør link til hjemmesiden brukes.
- 4) Bruk feltet "emne/tittel" til å gi meldingen en kort, men informativ overskrift. På denne måten kan mottakeren prioritere riktig. Du bør ikke blande flere tema i samme epostmelding.

- 5) Presenter den viktigste informasjonen først i e-postmeldingen. Vær kort og konsis. Forestill deg hvordan mottakeren vil oppfatte innholdet.
- 6) Tenk på hvordan teksten i e-postmeldingen vil virke for mottakeren. Unngå unødig bruk av store bokstaver, utropstegn og spørsmålstegn. Dette kan oppfattes som SKRIKING. DIN HENSIKT med dette kan feiltolkes av leseren!
- 7) Det er viktig at du bruker enkelt språk, korte avsnitt, og blanke linjer mellom avsnitt ("enter/linjeskift"). På denne måten blir din mening oversiktlig og lett å forstå for mottakeren.
- 8) Vær spesielt varsom med å sende e-post hvis du er opprørt eller irritert. Epostmeldinger er "evige" og bør tåle dagens lys uansett sammenheng. Tenk deg om.
- 9) Gjør det til en vane alltid å lese gjennom hele innholdet. Sjekk spesielt adressatene, og at alle vedlegg som det refereres til, er med før du sender.
- 10) Besvar e-post når du er i tvil så raskt du kan. Fremfor alt – svar!

Denne organisasjonsplan er vedtatt på årsmøtet den 23. april 2020

Leder hovedstyret Tjørvåg Idrettslag	Årsmøtorepresentant	Årsmøtorepresentant
---	---------------------	---------------------