

Íþróttá- og  
tómstundastefna  
Garðabæjar

---

2015



GARÐABÆR

## Efnisyfirlit

Íþróttta- og tómstundastefna Garðabæjar .....	1
Formáli .....	3
1. Íþróttastarf barna og ungmenna.....	4
2. Almenningsíþróttir .....	5
3. Afreksíþróttir .....	6
4. Æskulýðs- og tómstundastarf.....	7

## Formáli

Stefnu þessari er ætlað að treysta grunninn og móta framtíðarsýn í íþrótt- og tómstundamálum í Garðabæ.

Í Garðabæ er lögð áhersla á að hafa fjölbreytt val í íþrótt-, æskulýðs- og tómstundastarfi. Mikill metnaður hefur verið lagður í uppbyggingu fjölbreyttrar íþrótt- og tómstundaaðstöðu í bænum á undanförunum áratug. Áfram verður haldið á þeirri braut. Með mótun heildstæðrar stefnu og framkvæmd hennar er þessi mikilvægi málaflokkur efldur enn frekar með samvinnu við þau félög er starfa í bænum. Skýr stefna tryggir að allir sem starfa að íþrótt-, æskulýðs- og tómstundastarfi stefni í sömu átt með það að markmiði að efla íþrótt- og tómstundalíf í Garðabæ. Um leið er frjálsum félögum gert kleift að sinna hlutverki sínu enn betur.

Íþrótt- og tómstundaráð Garðabæjar hefur nú yfirfarið þessa stefnu sem að grunn til er mótuð eftir vinnu starfshóps og íbúafundar 2009-2010.

Stefnan skiptist upp í fjóra meginflokka: Íþróttastarf barna- og unglinga, almenningsíþróttir, afreksíþróttir og tómstundastarf.

Með þessari skiptingu verður framboð á íþróttum- og tómstundum og aðkoma bæjarfélagsins fléttuð inn í aðalflokkana. Mótun stefnunnar er meðal annars byggð á þeim gögnum sem fengust á íbúafundi og hugmyndum þeirra er starfa að íþrótt-, æskulýðs- og tómstundastarfi í bænum. Einnig var stuðst við skýrslu starfshóps um samþættingu íþrótt- og tómstunda en hópurinn fékk það verkefni að kanna hvernig mætti auka og bæta samþættingu grunnskóla, tónlistarskóla og íþrótt- og tómstundastarfs barna og unglinga í Garðabæ. Til framtíðar mætti sjá íþróttir, tómstundir og tónlistarnám sem hluta af heildstæðum skóladegi.

Stefnan er þannig uppbyggð að sett eru fram markmið og leiðir til þess að ná þeim. Stefnit er að því að endurskoða stefnuna á fjögurra ára fresti með því að boða til „íþrótt- og tómstundapings“ meðal félaga og áhugafólks um þessi málefni.

# 1. Íþróttastarf barna og ungmenna

## Markmið:

Að öll börn og ungmenni fái tækifæri til að stunda reglubundið skipulagt íþrótta- eða tómstundastarf undir leiðsögn hæfra þjálfara/leiðbeinenda.

## Leiðir:

- ❖ Að bjóða upp á aðgengi, tryggja aðstöðu og gott framboð fyrir fjölbreytta íþróttastarfsemi fyrir börn og ungmenni á öllum skólastigum.

## Það verður gert með því að:

- Gera samstarfssamninga við íþrótta- og æskulýðsfélög um fjölbreytt framboð óháð kyni eða þjóðfélagsstöðu.
  - Gera kröfu til félaga um hæfa leiðbeinendur og þjálfara út frá menntun og reynslu og þeir séu til fyrirmyndar í starfi. Taka þátt í kostnaði með samstarfssamningum við félög og hvatapeningum til einstaklinga.
  - Félög vinni eftir viðmiðum ÍSÍ um „fyrirmyndarfélög“.
  - Bjóða upp á sætaferðir með frístundabíl á milli skóla- og íþróttamannvirkja innan Garðabæjar.
- ❖ Að mæla árangur starfsins í fleiru en titlum.

## Það verður gert með því að:

- Mæla þátttöku og/eða hversu vel iðkendur haldast í starfinu.
- Meta gildi starfsins gagnvart heilsuefingu og forvörnum.
- Út frá iðkendatölum.
- Með hliðsjón af rannsóknum á líðan barna og unglunga.
- Með ánægjuvuginni.

- ❖ Að efla samstarf milli skóla, frístundaheimila og frjálsra félaga

## Það verður gert með því að:

- Tekið verði tillit til leikskólastigsins varðandi æfingar, upplýsingar, aðgengi að íþróttamannvirkjum.
- Félög bjóði börnum á leikskólaaldri íþróttaskóla með kynningu á hinum ýmsu íþróttagreinum og hreyfiþjálfun.
- Samræma tímasetningar á lokum skóladags hvers aldurshóps.
- Starf barna í 1-4 bekk fari fram innan eða í tengslum við skóladag þeirra.
- Íþróttaæfingar geti hafist um leið og skóla lýkur.
- Öllum æfingum barna að 12 ára aldri sé lokið fyrir klukkan 18:00 hvern dag.
- Starf unglunga miði við að vera innan marka lögboðins útivistartíma þeirra.
- Skólar bjóði upp á íþróttaval á unglingastigi í samvinnu við íþróttafélög.

- ❖ Að leggja aukna áherslu á þarfir ungmenna eftir grunnskóla

### Það verður gert með því að:

- Eiga samstarf við framhaldsskóla um verkefni sem grundvallast á þörfum ungs fólks fyrir heilbriggt íþrótt- og tómstundastarf.
- Styðja við afreksbrautir og ýta undir fjölbreytta valmöguleika til íþróttanna innan skóladags.
- Hvetja íþróttafélög til að bjóða æfingar fyrir þá sem æfa minna en afreksflokkar.
- Vinna sérstaklega að því að halda ungmenum í íþróttastarfinu og umbuna félögum fyrir árangur í tengslum við það.
- 

## 2. Almenningsíþróttir

### Markmið:

Að gefa íbúum tækifæri til að stunda alhliða heilsurækt og tileinka sér heilbrigða lífshætti.

### Leiðir:

- ❖ Að kynna möguleika til almenningsíþróttanna og útivistar í bænum og tryggja íbúum greiðan aðgang að íþróttamannvirkjum.

### Það verður gert með því að:

- Kort af hlaupa-, göngu-, og reiðhjólaleiðum í Garðabæ skulu ávallt vera aðgengileg.
- Hafa aðgengilegar upplýsingar um útivistarsvæði og náttúruperlur í landi Garðabæjar.
- Merkja og viðhalda göngu- og útivistarleiðum.
- Setja upplýsta reiðhjólástíga inn í skipulag gatnakerfis og tryggja tengingu þeirra við stíga í nágrennasveitarfélögum.
- Útbúa upplýsingar um aðgengi að íþróttamannvirkjum og tímatöflum þeirra

- ❖ Að bæta aðstöðu fyrir hverskonar almenningsíþróttir og auka fjölbreytni.

### Það verður gert með því að:

- Almenningsgarðar og opin svæði verði með skipulögðum leiksvæðum.
- Sundlaugar, leikfimisalir, danssalir og þrekaðstaða verði til staðar og aðgengilegir öllum almenningi.
- Fjölga bekkjum við göngustíga bæjarins.

- ❖ Að hugað verði að framboði á íþróttum fyrir alla aldurshópa.

### Það verður gert með því að:

- Ýta undir starfsemi félaga eldri borgara, almenningsíþróttadeildir og sjálfstæða hópa sem leigja tíma

- ❖ Að efla ýmsar upptakur og viðburði sem hvetja til hreyfingar.

#### Það verður gert með því að:

- Styðja við Stjörnuhlaupið og Kvannahlaupið.
- Veita árlega fé úr 19. júnísjóði.

## 3. Afreksíþróttir

### Markmið:

Að sem flestir íþróttamenn geti stundað íþrótt sína á afreksstigi og um leið skapað jákvæðar fyrirmyndir.

### Leiðir:

- ❖ Að styrkja íþróttafólk vegna kostnaðar við iðkun sína til frekari afreka með fjárframlögum.

#### Það verður gert með því að:

- Afreksjóður styrki einstaklinga samkvæmt sérstakri reglugerð.
- Gera styrktarsamning við félög um rekstur meistaraflokka í efstu deildum samkvæmt skilgreindum grunnkostnaði.
- Félög og einstaklingar sem njóta afreksstyrkja séu krafín um afreksáætlanir með skýrum markmiðum og leiðum.
- Úthluta ferðastyrkjum vegna landsliðsferða erlendis allt að tvisvar á ári.

- ❖ Að styðja og hvetja þjálfara til frekari menntunar.

#### Það verður gert með því að:

- Auglýsa árlega sérstaka styrki til öflunar þekkingar í þjálfun.
- Standa fyrir málstofum um þjálfun.

- ❖ Að skapa aðstöðu til æfinga og keppni.

#### Það verður gert með því að:

- Aðstaða til keppni og æfinga sé á borð við það besta sem gerist í þeim greinum sem stundaðar eru í Garðabæ.
- Aðbúnaður íþróttafólks vegna slysa og endurhæfingar sé skilgreindur og fullnægi kröfum.
- Viðhalda æfingatækjum og búnaði í mannvirkjum Garðabæjar í samráði við félög og deildir.

- ❖ Hæfustu þjálfara séu ávallt valdir til starfa í öllum keppnisflokkum eða einstaklingsþjálfun.

#### Það verður gert með því að:

- Gera kröfur til félaga um hæfni þjálfara í samningum um afreksstyrki.

## 4. Æskulýðs- og tómstundastarf

### Markmið:

Að í Garðabæ sé fjölbreytt æskulýðs-, félags- og tómstundastarf. Að allir bæjarbúar eigi kost á að stunda uppbyggilegt tómstundastarf sem eflir félagslega færni, samskipti og félagsauð.

### Leiðir:

- ❖ Að tryggja aðstöðu og framboð fyrir fjölbreytt æskulýðsstarf

#### Það verður gert með því að:

- Efla samstarf á milli skóla, félagsmiðstöðva og æskulýðs- og íþróttafélaga.
  - Koma á formlegu samstarfi félagsmiðstöðva í Garðabæ.
  - Þjóða upp á tómstundastarf fyrir miðstig grunnskóla.
  - Þjóða upp á námskeið í margvíslegum tómstundagreinum.
  - Veita félögum sérstök hvatningarverðlaun fyrir vaxandi starf, jákvæðar uppeldisáherslur, sprotastarfsemi og aðra nýbreytni.
  - Efla samstarf á milli einstakra æskulýðsfélaga, tómstundaheimila.
  - Leita leiða til að efla félags- og tómstundastarf í skólum.
  - Frístundabíll aki á milli skóla, íþrótt- og tómstundastöðva
- ❖ Tómstundastarf sé hluti af námsframboði og liður í starfsemi skóla og tómstundaheimila.

#### Það verður gert með því að:

- Áætlanir fyrir félags- og tómstundastarf séu gerðar í hverjum skóla en í samstarfi þeirra á milli og séu aðgengilegar foreldrum og nemendum.
  - Foreldrafélög eigi kost á þátttöku í tómstundaverkefnum skóla.
  - Efla samvinnu við félög, einstaklinga og fyrirtæki sem starfa í tómstundastarfi.
  - Nýta sem mest húsnæði og mannvirki í eigu bæjarins og skilgreina betur samráð og samnýtingu um húsnæðið.
- ❖ Starfræktar verða félags- og frístundamiðstöðvar sem þjóna öllum aldurshópum.

#### Það verður gert með því að:

- Í boði verði ýmis starfsemi á vegum félagsmiðstöðva í samvinnu við skóla bæjarins.
  - Þjóða upp á fjölbreytta starfsemi í félagsmiðstöð fyrir eldri borgara.
- ❖ Skipulagt tómstundatengt sumarstarf fyrir börn og unglinga verði ávallt í boði.

#### Það verður gert með því að:

- Félags- og tómstundastarf sé þáttur í starfi Vinnuskóla Garðabæjar.

- Íþróttta- og tómstundaþátttaka barna og unglunga geti verið viðurkenndur þáttur í Vinnuskóla Garðabæjar og vinnuátaki.
- Gera samninga við félög, einstaklinga og fyrirtæki um einstök verkefni.

❖ Að taka þátt í kostnaði vegna æskulýðsstarfs barna og unglunga

#### Það verður gert með því að:

- Bæjaryfirvöld veiti styrki til æskulýðsstarfs.
- Börn og unglingar fái styrk til þátttöku í skipulögðu æskulýðsstarfi (hvatapeninga).

❖ Að styrkja með samningum og öðrum beinum hætti starf þeirra sem starfa í tómstundastarfi.

#### Það verður gert með því að:

- Starfsmenn bæjarins veiti ráðgjöf eins og möguleikar og reglur segja til um.
- Gefa félögum og öðrum sem flest færi á að taka að sér ýmis skilgreind tómstundaverkefni í þágu bæjarfélagsins.

❖ Að gera kröfur um menntun og hæfni leiðbeinenda í tómstundastarfi.

#### Það verður gert með því að:

- Gerð verður krafa um fagmenntaða tómstundafræðinga í félagsmiðstöðvum, skólum og frístundaheimilum.
- Í samningum við félög séu sett viðmið um viðurkennda menntun og reynslu.
- Hvetja félög til að vinna eftir viðmiðum landssamtaka og annarra aðila um gæðastarf.

❖ Að mæla árangur tómstundastarfs

#### Það verður gert með því að:

- Mæla þátttöku.
- Meta gildi starfsins gagnvart heilsueflingu og forvörnum.
- Með hliðsjón af rannsóknum á líðan barna og unglunga.
- Nýta ánægjuvögina.