



Handbók Handknattleiksdeildar HK

Útgefin af Handknattleiksdeild Handknattleiksfélags Kópavogs
© HK, Kópavogur

1. Inngangur	3
2. Saga og hlutverk Handknattleiksdeildar HK.....	3
2.2 Markmið Handknattleiksdeildar HK.....	4
3. Stjórn handknattleiksdeildar	4
3.1 Áheyrnarfulltrúar ungs fólks	5
4. Skipulag og verkaskipting	6
4.1 Skipurit handknattleiksdeildar HK.....	6
4.2 Skipulag Handknattleiksdeildar HK.....	8
3 Verkaskipting og ábyrgð	8
5. Stefna og gildi	9
6. Þjálfun og keppni	10
Aldursflokkar og markmið:.....	10
6.1 Yfirþjálfari og þjálfarar	12
6.2 Aðstoðarþjálfarar	12
6.3 Samstarf og faglegt samræmi þjálfara.....	13
7. Foreldrasamstarf og félagsstarf.....	13
7.1 Félagsstarf og samfélagsleg þáttaka	13
7.3 Foreldraráð.....	15
8. Fjármál og rekstur	16
9. Fræðsla og forvarnir	16
9.1 Jafnréttismál	17
9.2 Siðareglur	17
10. Persónuvernd og meðferð upplýsinga	17
11. Umhverfi og samfélagsábyrgð.....	18
Viðauki – Tengiliðir og ábyrgðarsvið	18
Lokaorð	19

1. Inngangur

Handbók Handknattleiksdeildar HK er leiðarvísir fyrir iðkendur, foreldra, þjálfara, stjórnarmenn, sjálfboðaliða og starfsfólk deildarinnar. Hún lýsir starfsháttum, stefnu og skipulagi deildarinnar og byggir á gildi HK: **gleði, virðing og metnaður**.

Handbókin byggir á og vísar til **Handbókar aðalstjórnar HK** og þar sem almennar reglur eiga við fyrir allt félagsstarf, er farið eftir þeim og vísað í þær.

Markmið handbókarinnar:

- stuðla að samræmdu og faglegu starfi innan handknattleiksdeildar HK.
- skýra ábyrgð og hlutverk allra aðila.
- skapa öruggt, jákvætt og uppbyggilegt umhverfi íþróttarinnar.

2. Saga og hlutverk Handknattleiksdeildar HK

Handknattleiksdeild HK er sjálf upptök og grunnstoð HK. Félagið var stofnað sem handknattleiksfélag og handboltinn hefur frá upphafi verið hjartað í starfi þess, mótað menningu HK og íþróttalega sjálfsmynd.

Deildin hefur í gegnum tíðina verið stærsti hluti félagsins í fjölda iðkenda og er enn eitt stærsta og öflugasta handboltastarf landsins. Sterkt barna- og unglingastarf, víðtæk þátttaka og öflugt þjálfarateymi hafa skilað fjölda leikmanna í afreksstarf og í íslensk unglinga- og landslið.

Þrátt fyrir að önnur félög hafi vaxið hratt á síðustu árum heldur HK áfram að skipa lykilstöðu í íslenskum handbolta. Deildin nýtur góðs af sterkum hefðum, samhentum samfélagi og metnaðarfullu starfi sem á sér langa og rötgróna sögu í Kópavogi.

2.2 Markmið Handknattleiksdeildar HK

Markmið Handknattleiksdeildar HK er að skapa faglegt, jákvætt og uppbyggilegt íþróttamhverfi þar sem iðkendur á öllum aldri geta þróað færni sína, notið handbolta og fundið sinn stað í hvetjandi og öruggri umgjörð. Starfið byggir á gildum HK – gleði, virðingu og metnaði – sem móta samskipti, ákvarðanatöku og framtíðarsýn deildarinnar.

Deildin heldur úti öflugu barna- og unglingastarfi þar sem leikgleði, þroski, félagsfærni og góðar íþróttavenjur eru í fyrirrúmi. Jafnframt er markmið deildarinnar að meistaraflokkar karla og kvenna séu sterkir, faglega studdir og raunverulegir leiðtogar og fyrirmyndir fyrir yngri iðkendur. Í handbolta heldur uppeldisstarfið áfram inn í meistaraflokka og því eru þessi tvö svið órjúfanleg. Til að tryggja heilbriggt og sjálfbært afreksstarf stefnir HK að því að a.m.k. 50% leikmanna meistaraflokka séu uppaldir í félaginu. Reynsla deildarinnar sýnir að þegar staða og stuðningur við leikmenn meistaraflokka eru ófullnægjandi veikist starfið í heild og efnilegir leikmenn hverfa of snemma frá félaginu. Því er mikilvægt að skapa stöðugar, raunhæfar og sanngjarnar aðstæður fyrir leikmenn meistaraflokka svo þeir sjái framtíðarmöguleika innan HK og geti sinnt sínu hlutverki sem lykileining í sjálfsmynd og þróun deildarinnar.

Þar sem íslenskur handbolti er áhugamannasport er brýnt að sveitarfélag og samfélag styðji við þessa sýn. Sterkir meistaraflokkar eru grundvallaratriði í aðdráttarafli íþróttarinnar, sjálfsmynd HK og því að ungir iðkendur vilji halda áfram í starfinu og stefna á efstu flokka. Auk íþróttalega markmiða leggur Handknattleiksdeild HK mikla áherslu á jákvæða samfélagslega þátttöku, virðingu, jafnrétti og heilbrigða félagsmenningu. Deildin vill vera góð fyrirmynd innan sem utan vallar og styðja við sterkt og ábyrgðarfullt samfélag í Kópavogi. Markmið Handknattleiksdeildar HK eru í samræmi við heildarstefnu HK og Handbók aðalstjórnar og skapa grunn að faglegu, ábyrgðu og samfélagslega sterku íþróttastarfi sem byggir á gleði, virðingu og metnaði.

3. Stjórn handknattleiksdeildar

Stjórn deildarinnar sér um stefnumótun, fjármál, mannauð og samskipti við aðalstjórn HK.

Stjórn (samkvæmt uppfærðum gögnum frá hk.is) ([HK](#)):

- **Brynjar Freyr Valsteinsson** – formaður
- **Magnús Fjalar Guðmundsson** – vara-formaður
- **Hanna Carla Jóhannsdóttir** – formaður meistaraflokksráðs karla
- **Valdís Arnarsdóttir** – formaður meistaraflokksráðs kvenna
- **Ómar Þór Lárusson** – meðstjórnandi
- **Sindri Sveinsson** – meðstjórnandi
- **Tryggvi Haraldsson** – ritari
- **Unnur Vala Jónsdóttir** – gjaldkeri

Barna- og unglingaráð innan deildar:

- Sonja Steinarsdóttir - formaður
- Berglind Rut Valgeirsdóttir - meðstjórnandi
- Magnús Hjaltested - meðstjórnandi
- Sigurborg Kristinsdóttir - gjaldkeri

3.1 Áheyrnarfulltrúar ungs fólks

Handknattleiksdeild HK leggur áherslu á að ungt fólk fái tækifæri til að taka þátt í ákvarðanatöku og mótun starfsins. Í samræmi við viðmið Íþrótta- og Ólympíusambands Íslands er deildin með **fulltrúa eða áheyrnarfulltrúa á aldrinum 16–25 ára** í stjórn eða ráðum deildarinnar. Fulltrúinn er tilnefndur af stjórn eða barna- og unglingaráði og skipaður samkvæmt samþykkt deildarstjórnar. Markmiðið er að tryggja að rödd yngri iðkenda heyrir í stefnumótun og að nýjar hugmyndir og fersk sýn komi fram við ákvarðanir um framtíðarmál deildarinnar. Skipan fulltrúa eða áheyrnarfulltrúa ungs fólks skal **formlega samþykkt af stjórn deildarinnar** og skráð í fundargerð fyrsta fundar eftir ákvörðun. Þetta er gert í samræmi við verklag og ákvæði Handbókar aðalstjórnar HK. Reynsla eldri stjórnarmanna í bland við frumkvæði og hugmyndaauðgi ungs fólks skapar jákvæða og uppbyggilega blöndu sem styrkir félagið í heild. Þessi þátttaka stuðlar að lýðræðislegu og lifandi félagsstarfi þar sem allir aldurshópar eiga fulltrúa í mótun stefnu og starfa HK.

4. Skipulag og verkaskipting

Handknattleiksdeild HK starfar innan ramma og regluverks Handknattleiksfélags Kópavogs (HK), í samræmi við Íþróttanámskrá HK og lög félagsins. Deildin er hluti af fjölgreinafélagi HK, þar sem aðalstjórn fer með æðsta vald félagsins utan aðalfundar, en hver deild ber ábyrgð á daglegum rekstri innan síns sviðs.

4.1 Skipurit handknattleiksdeildar HK

Skipurit HK endurspeglar skipulag félagsins sem heildar og skýra verkaskiptingu milli aðalstjórnar og einstakra deilda.

Það tryggir ábyrgð, samhæfingu og faglega stjórnsýslu á öllum stigum íþróttastarfsins.

Aðalstjórn HK hefur yfirumsjón með:

- fjárhagslegri stefnumörkun,
- samskiptum við Kópavogsbæ, ÍSÍ, HSÍ og aðra samstarfsaðila,
- eignum og mannvirkjum félagsins,
- samþykktum laga, reglna og siðareglna,
- og samræmi milli allra deilda HK.

Skipurit félagsins og deilda HK má nálgast á heimasíðu HK:

<https://www.hk.is/static/files/handbolti/Skipurit/skipurit-deilda.pdf>



4.2 Skipulag Handknattleiksdeildar HK

Innan handknattleiksdeildar gildir sjálfstætt skipurit sem tryggir skýra ábyrgð og verkaskiptingu milli stjórnarmanna, ráða, þjálfara og foreldra.

Deildin skiptist í eftirfarandi einingar:

- **Deildarstjórn** – fer með yfirstjórn, stefnumótun og fjármál deildarinnar.
- **Barna- og unglingaráð** – sér um uppbyggingu barna- og unglingastarfs, þjálfun, skipulag og mótahald.
- **Meistaraflokksráð karla og kvenna** – hafa umsjón með rekstri meistaraflokka, ráðningu þjálfara og samskiptum við leikmenn.
- **Þjálfarateymi (yfirþjálfari og þjálfarar)** – bera ábyrgð á faglegri framkvæmd þjálfunar og leikstarfs í samræmi við stefnu HK.
- **Foreldraráð / stuðningsráð** – styðja við starf deildarinnar með þátttöku í félagsstarfi, viðburðum, ferðum og fjáröflunum.
- **Stoðkerfi skrifstofu HK** – veitir deildinni bókhalds-, innheimtu- og skráningarþjónustu og sér um samskipti við bæjaryfirvöld og félagasamtök.

3 Verkaskipting og ábyrgð

Til að tryggja skilvirkt starf er verkaskipting milli aðalstjórnar, deildar og ráða skýr og formleg.

Aðili	Hlutverk / Ábyrgð
Aðalstjórn HK	Yfirstjórn félagsins í heild, samþykktir laga, fjárhagslegt eftirlit, mannvirkjamál og sameiginleg stefnumótun.

Deildarstjórn HK Handknattleik	Stefnumótun, fjármál, mannauður, samskipti við aðalstjórn, samþykktir fjárhagsáætlana og framkvæmd verkefna.
Barna- og unglingaráð	Rekstur barna- og unglingastarfs, samstarf við foreldra, uppbygging yngri flokka og fræðsla.
Meistaraflokksráð	Ráðning þjálfara, skipulag meistaraflokka, stuðningur við leikmenn og samskipti við HK skrifstofu.
Yfirþjálfari / þjálfarar	Faglegt þjálfunarstarf, dagskrá æfinga, samskipti við foreldra og þátttaka í fræðslu HK.
Foreldraráð / stuðningsráð	Þátttaka í fjáröflunum, félagslegum viðburðum og samstöðuverkefnum deildarinnar.
Skrifstofa HK	Reikningshald, launagreiðslur, skráningar, samskipti við Kópavogsbæ, UMSK, ÍSÍ og HSÍ.

5. Stefna og gildi

Handknattleiksdeildin starfar samkvæmt gildum HK: **Gleði – Virðing – Metnaður.**

Auk þess leggur deildin sérstaka áherslu á:

- að allir iðkendur upplifi gleði, árangur og velliðan – ekki aðeins úrslit.
- virðingu fyrir sjálfum sér, félögum, þjálfurum, mótherjum og leikreglum.
- metnað til að bæta færni, þróast og ná árangri ásamt því að virða félagsleg gildi.
- samvinnu og sterkt samfélag innan félagsins og viðkomandi flokka.
- að starfa í samræmi við reglur ÍSÍ og HSÍ og verklag þeirra fyrir handknattleik barna og ungmenna.

6. Þjálfun og keppni

Deildin fylgir þjálfunarstefnu og námskrá HK og leiðbeiningum HSÍ um uppbyggingu handknattleiksþjálfunar fyrir mismunandi aldursflokka.

Aldursflokkar og markmið:

- **6-10 ára:** Í þessum aldurshópi er lögð áhersla á alhliða þjálfun, þar sem hreyfanleiki og grunntækni eru lykilatriðin. Grunnþættir handknattleiks eru kynntir og þjálfaðir upp, líkt og kasta g grípa, dripl, skot og gabbhreyfingar. Boltinn er þungamiðja hvernar æfingar og mikilvægt að krakkarnir venjist knettinum og náí valdi á honum sem fyrst. Áhersla er lögð á mikla virkni hvers og eins og að iðkendur fái mikinn fjölda endurtekninga. Iðkendur læri háttvísi og framkomu innan vallar sem utan. Að iðkendur beri virðingu fyrir samherjum, mótherjum, þjálfara, dómara, áhorfendum, félaginu og aðstöðu þess. Í þessum aldursflokki er leikur og skemmtun aðalatriðið. Leitast er til að búa til áhuga á handknattleik og skipulagðri íþróttastarfsemi. Foreldrar skipa þar veigamikinn sess og leitast skal við að virkja þá starfinu
- **11-12 ára:** Í þessum aldurshópi er lögð áhersla á alhliða þjálfun, þar sem hreyfanleiki og grunnþættir íþróttarinnar eru enn lykilatriðin og byggt er ofan á þann grunn sem fyrir er. Leitast er við að koma til móts við þarfir hvers og eins með einstaklingsþjálfun. Tækniþjálfun skipar veigamikinn sess á þessu aldursbili þar sem þroski iðkenda gera þá mjög móttækilega fyrir tileinkun nýrra tækniatriða. Boltinn er áfram þungamiðjan hvernar

æfingar og leitast skal við að halda virkni í hámarki. Iðkendur læri háttvísi og framkomu innan vallar sem utan. Að iðkendur beri virðingu fyrir samherjum, mótherjum, þjálfara, dómara, áhorfendum, félaginu og aðstöðu þess. Í þessum aldursflokki er leikur og skemmtun aðalatriðið. Leitast er til að búa til áhuga á handknattleik og skipulagðri íþróttastarfsemi. Foreldrar skipa þar veigamikinn sess og leitast skal við að virkja þá starfinu.

- **13-14 ára:** Í þessum aldurshóp er áframhaldandi áhersla á fjölbreytta þjálfun þar sem byggt er ofan á grunn sem fyrir er. Á þessum aldri er einstaklingsþjálfunin sú þjálfun sem leggja skal áherslu á. Þó er mikilvægt að taka sérstakt tillit til þeirra einstaklinga sem eru óþroskaðir og/eða hávaxnir og vegna líkamsbyggingar eiga undir högg að sækja. Tækni og leikfræðileg atriði fá meira vægi en boltinn er áfram þungamiðja hvernar æfingar. Tækni og leikfræðileg atriði eru sett í handknattleiks líkt form. Iðkendur læri háttvísi og framkomu innan vallar sem utan. Að iðkendur beri virðingu fyrir samherjum, mótherjum, þjálfara, dómara, áhorfendum, félaginu og aðstöðu þess.
- **15-16 ára:** Í þessum aldurshópi er áframhaldandi áhersla á fjölbreytta þjálfun þar sem byggt er ofan á þann grunn sem fyrir er. Á þessum aldri skal leggja meiri áherslu á einstaklingsþjálfun. Þó er mikilvægt að taka sérstakt tillit til einstaklinga, þar sem þroskamunur getur verið á iðkendum og vegna líkamsbyggingar sumra þá getur reynst erfitt að framkvæma ákveðin atriði í þjálfuninni. Styrktar og tækniþjálfun beinist meir og meir að þeim þáttum sem koma upp í leik og keppni. Hóppþjálfunin miðar hins vegar að aukinni samvinnu leikmanna og grundvallarskilningi á íþróttinni. Iðkendur temji sér framkonu sem er þeim og félaginu til sóma innan vallar sem utan. Þá er nauðsynlegt að fara yfir helstu leikreglur með þessum aldurshóp, gott væri ef leikmenn sæktu dómaranámskeið
- **17-19 ára:** Í þessum aldurshópi er áframhaldandi áhersla á fjölbreytta þjálfun þar sem byggt er ofan á þann grunn sem fyrir er og styrkingu allra grunn- og tækniatriða. Styrktar- og tækniþjálfun beinist meir og meir að þeim þáttum sem koma upp á í leik og keppni. Hóppþjálfunin miðar hins vegar að aukinni samvinnu leikmanna og grundvallarskilningi á íþróttinni. Skipting milli einstaklings- og hóppþjálfunar er um það bil 60/40. Áhersla er lögð á fjölbreytta tækni og leikfræðiþjálfun og að í þessum aldurshóp er lokið yfirferð og grunnkennslu allra tækniatriða. Að leikmenn læri að bera ábyrgð á eigin þjálfun, upphitun

og niðurlagi æfinga (upphitun og teygjur) Iðkendur temji sér framkomu sem er þeim og félaginu til sóma innan vallar sem utan. Þá er nauðsynlegt að fara yfir helstu leikreglur með þessum aldurshóp, gott væri ef leikmenn sæktu dómaramámskeið.

- **Meistaraflokkar:** Markviss æfing, árangur, liðs-heild, fagmennska.

6.1 Yfirþjálfari og þjálfarar

Yfirþjálfari deildarinnar ber faglega ábyrgð á allri þjálfun, fræðslu og þróun innan deildarinnar. Hlutverk yfirþjálfara er að samræma þjálfun milli flokka, leiðbeina þjálfurum, tryggja gæði í starfi og halda reglulega fundi um faglegar áherslur. Þjálfarar bera ábyrgð á daglegum æfingum, samskiptum við iðkendur og foreldra, stuðningi og uppbyggingu einstakra flokka. Allir þjálfarar skulu uppfylla þær menntunar- og hæfniskröfur sem HSÍ og HK setja fram og taka virkan þátt í endurmenntun, námskeiðum og faglegri þróun.

6.2 Aðstoðarþjálfarar

Ef stærð hópa eða umfang verkefna krefst þess skal skipa **aðstoðarþjálfara** til að tryggja öryggi, gæði og einstaklingsmiðaða þjálfun. Fjöldi iðkenda í hverjum flokki ræður því hvort einn þjálfari nægir eða hvort þörf sé á aðstoð. Yfirþjálfari metur það í samráði við stjórn deildarinnar hverju sinni. Aðstoðarþjálfarar vinna í nánú samstarfi við aðalþjálfara og stuðla að því að hver iðkandi fái leiðsögn og athygli í samræmi við þroska og getu. Þar sem við á er einnig hvatt til þess að eldri iðkendur taki þátt sem aðstoðarþjálfarar og öðlist þannig reynslu, ábyrgð og tengsl við félagið.

6.3 Samstarf og faglegt samræmi þjálfara

Til að tryggja samfellu, fagmennsku og gæði í þjálfun eru haldnir reglulegir samstarfsfundir þjálfara undir stjórn yfirþjálfara. Á þessum fundum eru rædd markmið og áherslur deildarinnar, samræmi æfinga, leikstíll, fræðslumál og þróunarverkefni. Fundirnir eru jafnframt vettvangur til að bera saman bækur sínar, deila reynslu og læra hver af öðrum. Handknattleiksdeild HK lítur á samvinnu þjálfara sem lykilþátt í fagmennsku og gæðum íþróttastarfsins. Saman ná þjálfarar meiri árangri, skapa heildarsýn og stuðla að því að allir iðkendur fái jöfn og fagleg tækifæri til að vaxa og dafna.

7. Foreldrasamstarf og félagsstarf

Foreldraráð vinnur með stjórn deildar og þjálfurum að skipulagningu foreldrasamstarfs, stuðningi við iðkendur og skipulagningu félagslegra viðburða, ferða og fjáröflunar.

Deildin skipuleggur árlega viðburði sem stuðla að félagsanda: mót, ferðir, uppskeruhátíð yngri flokka,

7.1 Félagsstarf og samfélagsleg þátttaka

Handknattleiksdeild HK lítur á félagsstarf sem óaðskiljanlegan hluta af íþróttastarfi félagsins. Félagsstarf eflir samheldni, jákvæðan anda og tengsl milli iðkenda, foreldra, þjálfara og stuðningsfólks. Það stuðlar að því að allir finni til ábyrgðar, tilheyra og gleði í starfi félagsins – hvort sem það er innan vallar eða utan.

Deildin hefur **árlega áætlun um félagsstarf**, þar sem skilgreindir eru helstu viðburðir, samfélagsverkefni og samverustundir deildarinnar. Þessi áætlun er hluti af starfsáætlun deildarinnar og er yfirfarin og endurskoðuð í upphafi hvers tímabils. Áætlunin er unnin í samráði við þjálfara, foreldra og stjórn deildarinnar.

Viðburðir og félagsstarf innan deildarinnar miða að því að efla tengsl, jákvæð samskipti og hvetjandi andrúmsloft.

Dæmi um slíka viðburði eru:

- Lokahólf, foreldravöld og æfingadagar með blönduðum hópum.
 - Handknattleiksnámskeið á vegum félagsins í frídögum skóla Kópavogs, hefur það markmið að efla einstaklinga í einstaklingsfærni. Mikið um einstaklingsæfingar þar sem þátttaka eykur líkur einstaklinga að ná frambærilegri færni á ýmsum sviðum íþróttarinnar.
- HK-dagar og sameiginlegar samkomur allra aldurshópa.
 - HM/ EM stofan. Iðkendum boðið að horfa á landsleiki í félagsheimili HK meðan stórmót í handknattleik er í gangi.
- Fjáröflunarviðburðir, sjálfboðaliðaverkefni og samfélagsáttak deildarinnar.
 - Handknattleiksdeild hefur undanfarið ár boðið stuðningsfólki að setja nafn sitt á keppnistreyju HK gegn vægi gjaldi sem hluti af tekjuöflun um leið og gefa stuðningsfólki tækifæri í að vera tengdari keppnistreyju HK
- Fríæfingar á meðan Íslenska landsliðið keppir á alþjóða handknattleiks mótum
- Innan-deildar mót eða vinaleikir sem efla leikgleði og félagslega þátttöku.
 - Ákamótið- árlegt mót fyrir börn á aldrinum 7-8 ára.
 - Íslandsmót yngri flokka- 5-6.flokkur (4 mót yfir tímabilið, sept-maí)
 - Úrslitakeppni yngri flokka. Haldið í lok tímabils þar sem krýndir eru Íslandsmeistarar yngri flokka í handknattleik.

Deildin hvetur einnig þjálfara og foreldra til að gera félagsstarf að hluta af skipulaginu innan hvers flokks. Áætlun um félagsstarf skal því ekki vera háð einstaklingsframtaki eða tilviljun, heldur skýr og samþykkt af stjórn deildarinnar sem hluti af formlegu starfi HK.

Foreldraráð eru mikilvægur hluti af starfi Handknattleiksdeild HK og gegna lykilhlutverki í að tengja saman foreldra, þjálfara og stjórn deildarinnar. Markmið foreldraráða er að efla félagsanda, samstöðu og jákvæð samskipti innan hvers aldursflokks, auk þess að styðja við skipulag og framkvæmd verkefna sem tengjast daglegu starfi og viðburðum deildarinnar.

7.3 Foreldraráð

Verksvið og hlutverk foreldraráða eru skilgreind af stjórn Handknattleiksdeild HK og taka mið af þörfum og umfangi hvers aldursflokks.

Helstu verkefni foreldraráða eru meðal annars að:

- stuðla að jákvæðum og virkum samskiptum milli foreldra, þjálfara og stjórnar,
- styðja við skipulag æfingaferða, keppnisferða, viðburða og félagslegra samkoma,
- taka þátt í undirbúningi og framkvæmd móta, t.d. HK-móta og annarra viðburða á vegum félagsins,
- aðstoða við fjáröflun eða styrktarverkefni eftir samkomulagi við stjórn deildarinnar,
- efla upplýsingaflæði og tengsl milli foreldra og þjálfara,
- stuðla að jákvæðri umræðu og góðum samskiptum í kringum starf barna og ungmenna í deildinni.

Foreldraráð starfar á grundvelli stefnu, gilda og reglna HK og vinnur í nánú samstarfi við stjórn deildarinnar og þjálfarateymi. Ráðið hefur ekki stjórnunarvald yfir faglegu þjálfunarstarfi eða rekstri deildarinnar, en þjónar mikilvægu hlutverki sem styrkir starf deildarinnar í heild.

Stjórn deildarinnar ber ábyrgð á að skilgreina starfssvið foreldraráða, styðja þau í starfi sínu og tryggja að verkaskipting og hlutverk séu skýr og samþykkt. Slíkt samstarf stuðlar að faglegu, virku og jákvæðu umhverfi þar sem allir aðilar vinna sameiginlega að því markmiði að gera handknattleiksdeild HK sem besta reynslu fyrir iðkendur og fjölskyldur þeirra.

8. Fjármál og rekstur

Handknattleiksdeild HK starfar samkvæmt fjármálastefnu HK og ákvæðum Handbókar aðalstjórnar

HK (sjá kafla 8).

Öll fjármál eru unnin með gagnsæjum hætti, í samræmi við lög, reglur ÍSÍ og samþykktir HK og byggja á ábyrgð og ábyrgi nýtingu fjármuna. Árleg fjárhagsáætlun deildarinnar er unnin í samráði við skrifstofu HK og lögð fyrir stjórn deildarinnar til samþykktar og staðfestingar hjá aðalstjórn HK. Æfingagjöld og gjaldskrár eru ákveðin samkvæmt samþykktum HK og í samræmi við verklag félagsins.

Fjáraflanir, styrkir og önnur fjármögnun skulu vera bókfærð og framkvæmd í samræmi við reglur ÍSÍ og fjármálareglur HK. Allir þjálfarar og starfsmenn deildarinnar skulu hafa skriflega samninga sem byggja á lögmætum skattalegum grundvelli. Fjárhagsáætlun deildarinnar fyrir árið 2026 hefur verið samþykkt og fylgir þessari handbók sem fylgiskjal.

9. Fræðsla og forvarnir

Deildin starfar samkvæmt fræðslu- og forvarnarstefnu HK, eins og hún er skilgreind í Handbók aðalstjórnar HK. Deildin fylgir þeirri stefnu í hvívetna og vikur ekki frá henni. Ef upp koma mál sem varða samskipti, ágreining, einelti, áreitni eða aðra óæskilega hegðun fer deildin ávallt eftir þeim ferlum sem HK hefur samþykkt og birt. Þar á meðal er að leita fyrst til Samskiptaráðgjafa íþróttar- og æskulýðsstarfs og fylgja Samræmdri viðbragðsáætlun íþróttar- og æskulýðsstarfs. Fræðslu- og forvarnarstefna HK er bindandi fyrir allar deildir félagsins og styður við öruggt, faglegt og ábyrgðarfullt íþróttastarf.

Fræðslu- og forvarnarstefnu HK eru að finna hér:
<https://www.hk.is/static/files/Fraedsla/fraedslu-og-forvarnarstefna-hk.pdf>

9.1 Jafnréttismál

Deildin starfar samkvæmt jafnréttisáætlun HK, sem byggir á leiðbeiningum Íþrótta- og Ólympíusambands Íslands (ÍSí- <https://isi.is/fraedsla/jafnrettismal/>) og Jafnréttisstofu. Deildin fylgir þeirri áætlun í hvívetna og tryggir að jafnrétti og jafnræði séu innleidd í allt starf. Jafnréttisstefna HK kveður á um markmið, ábyrgð og aðgerðir sem tryggja að öll kyn njóti jafns aðgangs, jafnræðis í þjónustu, þjálfun, aðstöðu og tækifærum innan félagsins.

Jafnréttisáætlun HK er bindandi fyrir allar deildir HK.
<https://www.hk.is/static/files/2019/jafnrettis/jafnrettis/samthykkt-jafnre-ttisa-aetlun-i-thro-ttafe-lags-okt-24.pdf>

9.2 Siðareglur

Handknattleiksdeild HK starfar í samræmi við Siðareglur HK, sem gilda fyrir allt starf félagsins og allar deildir þess. Deildin fylgir siðareglunum í hvívetna, og eru þær leiðarljós í öllu sem snýr að samskiptum, fagmennsku, velferð iðkenda, ábyrgð starfsmanna og uppbyggingu jákvæðrar íþróttamenningar. Öll samskipti, ákvarðanataka, þjálfun og daglegt starf deildarinnar skulu endurspegla þau gildi og viðmið sem fram koma í siðareglum HK, og bera stjórnarmenn, þjálfarar, iðkendur og foreldrar sameiginlega ábyrgð á að þeim sé fylgt.

Siðareglur HK má finna hér:

<https://www.hk.is/static/files/Fraedsla/sidareglur-hk-2024-1-.pdf>

10. Persónuvernd og meðferð upplýsinga

Handknattleiksdeild HK fer eftir persónuverndarstefnu HK um meðferð og vernd persónuupplýsinga. Öll meðferð upplýsinga um iðkendur, foreldra, starfsmenn og þjálfara er í samræmi við reglur félagsins og lög um persónuvernd og vinnslu persónuupplýsinga nr. 90/2018.

<https://www.hk.is/static/files/verklagsreglur/perso-nuverndarstefna-hk.pdf>

11. Umhverfi og samfélagsábyrgð

Handknattleiksdeild HK beitir sér fyrir umhverfis-vænum aðgerðum og samfélagslegri ábyrgð:

- Endurvinnsla og flokkun sorps á æfingasvæðum.
- Minnkun plast-notkunar og hvatning til vistvænna samgangna.
- Virðing fyrir íþróttaaðstöðu og almennt umgengni innan félagsins og við hana.
- Virk þátttaka í samfélagsverkefnum í Kópavogi og samstarf við skóla og sveitarfélag.

[Umhverfisstefna HK](#)

Viðauki – Tengiliðir og ábyrgðarsvið

- **Formaður deildar:** Brynjar Freyr Valsteinsson – brynjar@hk.is
- **Varaformaður:** Magnús Fjalar Guðmundsson – magnusfjalar@hk.is
- **Formaður mfl.ráð karla:** Hanna Carla Jóhannsdóttir – hannacj@hk.is
- **Formaður mfl.ráð kvenna:** Valdís Arnarsdóttir – valdis@hk.is
- **Ritari:** Tryggvi Haraldsson – tryggvi@hk.is
- **Gjaldkeri:** Unnur Vala Jónsdóttir – unnurvala@hk.is

Lokaorð

Þessi handbók er lifandi skjal sem endurspeglar starf og stefnu Handknattleiksdeildar HK. Hún verður endurskoðuð árlega af deildarstjórn í samráði við aðalstjórn HK og skrifstofu félagsins.

Með sameiginlegum vilja, fagmennsku og gleði byggjum við áfram upp sterka handknattleiks-deild HK - með **HK-hjartað** að leiðarljósi