



FYRIRMYNDARFÉLAG ÍSÍ



Knattspyrnufélagið Fram

Blakdeild Fram

FYRIRMYNDARFÉLAG ÍSÍ



Sagan

Blakdeild Fram var formlega stofnuð í maí 2022. Blak hafði áður verið iðkað hjá Fram frá 1978 til 1991, en það var endurvakið árið 2016 af áhugafólki í Úlfarsárdal og Grafarholti. Upphaflega tilheyrði blakið Almenningsdeild Fram, en á aðalfundi stjórnar Fram árið 2022 var samþykkt að stofna sjálfstæða blakdeild.

Fyrstu æfingar blakdeildarinnar fóru fram í Ingunnar- og Sæmundarskóla, en með opnun nýs íþróttahúss Fram í Úlfarsárdal vorið 2022 færðust æfingarnar þangað, sem veitti deildinni betri aðstöðu. Skipulagðar blakæfingar eru tvisvar í viku. Þar sem bæði karla og kvenna liðina hafa náð að nýta salin saman með sitthvorn þjálfarann.

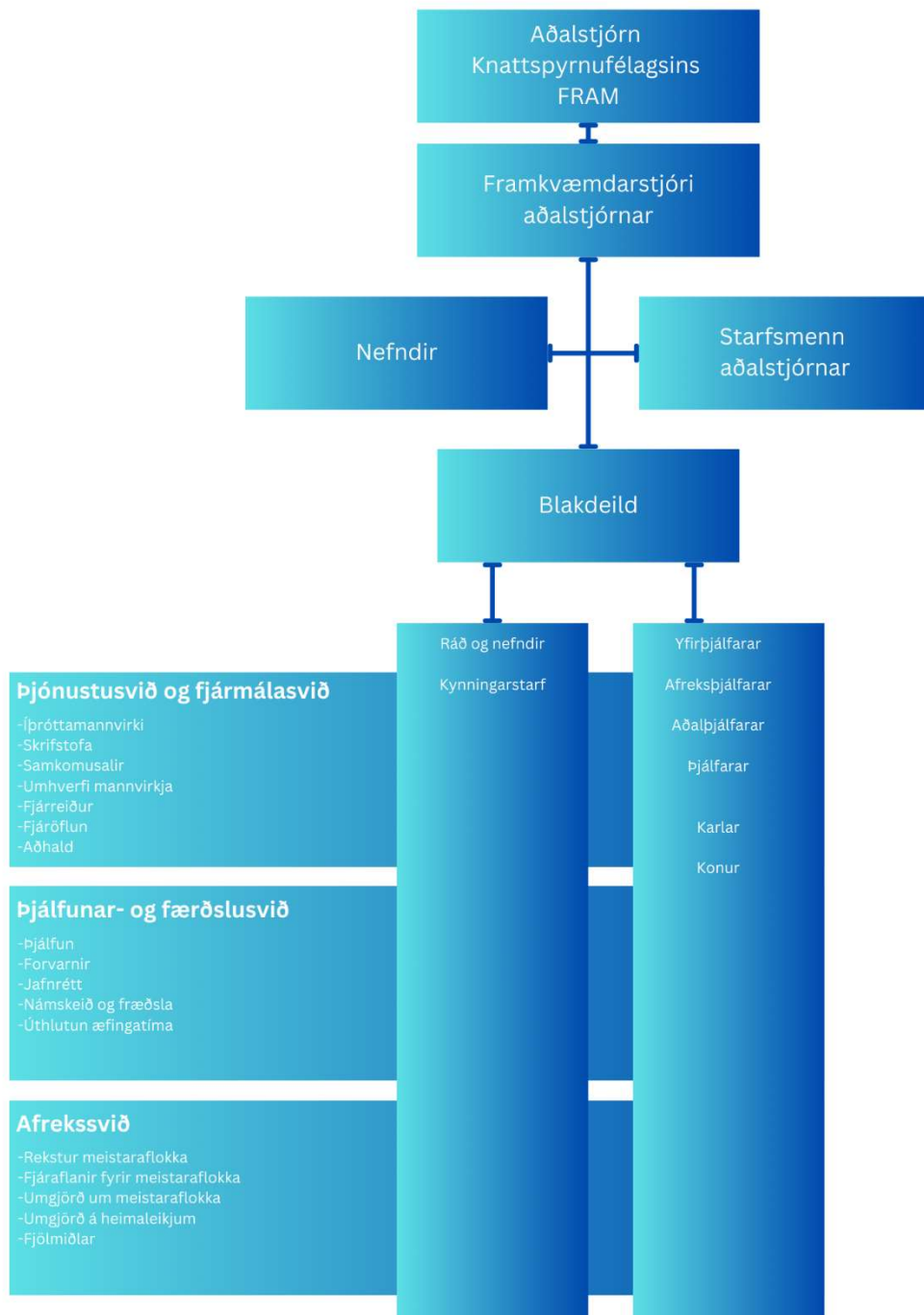
Frá fyrsta starfsári hefur Fram sent lið á Öldungamót BLÍ (fyrir iðkendur 30 ára og eldri). Árið 2020 hóf Fram þátttöku í Íslandsmóti í blaki, fyrst með einu kvennaliði, og ári síðar bættist karlalið í hópinn. Árið 2025 er deildin komin með þrjú kvennalið og eitt karlalið sem taka þátt í Íslandsmótinu, sem spilað er í þremur umferðum um allt land.



Skipulag deildar

Skipurit

Blakdeild Fram heyrir undir Knattspyrnufélagið Fram og er sjálfstæð eining innan þess. Deildinni ber að framfylgja og tileinka sér allar reglur, stefnur, áætlanir og lög félagsins. Meginhlutverk stjórnar deildarinnar er að stýra starfseminni í samræmi við vilja félagsmanna eins og fram kemur í fundarsamþykktum, samþykktri stefnu og markmiðum. Stjórn blakdeildarinnar sér um rekstur deildarinnar, ráðningu þjálfara og er í reglulegum samskiptum við bæði íþróttastjóra og framkvæmdastjóra félagsins.



Markmið

Blakdeildin hefur markmið félagsins að leiðarljósi, eins og þau eru skilgreind í íþróttanámskrá félagsins. Að auki hefur deildin sett sér eftirfarandi markmið:

- Að taka á móti öllum fullorðnum iðkendum, óháð kyni, getustigi, eða líkamsformi, og veita þeim góða aðstöðu til að ná árangri í íþróttinni.
- Að bjóða upp á blakæfingar sem henta iðkendum með mismunandi markmið, hvort sem það er til gamans eða í leit að afrekum í íþróttinni.
- Að ráða þjálfara með viðeigandi reynslu og hæfni, sem vinna af metnaði, aga og virðingu við þjálfun iðkenda á öllum getustigum.
- Að veita þjálfurum deildarinnar stuðning og skapa jákvætt og hvetjandi starfsumhverfi þar sem þeim líður vel í starfi.
- Að stuðla að faglegri og uppbyggilegri starfsemi sem einkennist af jákvæðni, gagnkvæmri kurteisi og virðingu gagnvart öllum sem taka þátt í eða styðja við starfsemi deildarinnar, þar með talið iðkendur, þjálfara, stjórnarmenn og aðra aðila.

Meginmarkmið deildarinnar er að byggja upp starfsemi sem endurspeglar gæði, metnað, virðingu og ábyrgð í öllum þáttum.

Unga fólkið

Blakdeild Fram hefur ekki staðið fyrir barna- og unglíngastarfi fram til þessa, en stjórn deildarinnar hefur metnað til að skapa traustan grunn innan Fram til að útvíkka blakíþróttina og auka þátttöku ungs fólks í framtíðinni.

Þó deildin hafi ekki enn sett af stað barna- og unglíngastarf, er það markmið stjórnarinnar að innleiða slíkt starf í framtíðinni, þegar deildin hefur öðlast sterkan grunn og góða rekstrarlega reynslu og hægt er að tryggja æfingatíma í íþróttahúsi sem hentar börnum og unglíngum.

Siðareglur, stefnur og lög

Blakdeildin fylgir siðareglum félagsins. Hér má finna helstu stefnur, reglur og lög:

- [Siðareglur Knattspyrnufélagsins Fram](#)
- [Persónuverndarstefnu Knattspyrnufélagsins Fram](#)
- [Lög Fram](#)

Umgjörð þjálfunar og keppni

Blakdeild Fram hefur kynnt sér stefnu ÍSÍ um þjálfaramenntun og starfar í samræmi við kröfur og tilmæli Knattspyrnufélagsins Fram varðandi þjálfaramál.

Deildin hefur almennt tvo aðalþjálfara í starfi, en stjórn hennar ber ábyrgð á öllum þjálfaramálum. Hún hefur metnað og leggur áherslu á faglega starfshætti. Aðstoðarþjálfarar hafa verið fengnir til starfa en það fer eftir fjölda iðkenda hvort þörf er á aðstoð hverju sinni. Stjórn deildarinnar vinnur í nánú samstarfi við þjálfarana og fundar með þeim þegar þörf krefur.

Blakdeild Fram er ung deild en hefur metnað til að starfa af fagmennsku. Unnið er í því að allir þjálfarar sækja námskeið hjá BLÍ og ÍSÍ eftir því sem við á hverju sinni. Stefna deildarinnar er að verða sjálfbær í þjálfun og markmiðið að fjölga aðstoðarþjálfurum á næstu árum með því að hvetja áhugasama iðkendur og þjálfara til að sækja sér þá menntun sem í boði er hverju sinni. Þannig er stefnan að stækka þjálfarahópinn og koma á virku samstarfi þeirra á meðal.

Í dag eru þjálfarar Fram í góðu samstarfi, vinna náið saman og hafa bakkað hvorn annan upp bæði á æfingum og í keppni. Lögð er áhersla á þetta samstarf þjálfara enda mjög mikilvægt í svona lítilli deild.

Knattspyrnufélagið Fram leggur áherslu á að allir þjálfarar Fram sækja sameiginlegan starfsdag Fram og ÍBR sem haldinn er einu sinni á ári.

Markmið blakdeildarinnar hvað keppni varðar er að:

- Vera með skráð lið á Íslandsmóti frá karla- og kvennaliðum.
- Skipt er í lið félagsins eftir styrkleika
- Lið taki þátt í æfingamótum eins og hægt er, þar sem iðkendur fá tækifæri til að æfa spil, þróa hæfni og leikskilning.
- Taka þátt í Öldungamóti BLÍ með eins mörg karla- og kvennalið eins og fjöldi og aldur iðkenda hópsins leyfir.

Iðkendagjald BLÍ, er forsenda fyrir þátttöku leikmanna á Íslandsmótum í blaki. Gjaldið er greitt af iðkendunum sjálfum, er ekki hluti af æfingagjöldum iðkanda.

Félagsstarf

Blakdeild Fram leggur mikið upp úr góðum liðsanda og útnefnir iðkendur til að sjá um mismunandi félagsstarf fyrir hönd deildarinnar. Deildin tekur einnig þátt í viðburðum á vegum félagsins auk þess að leggja markvisst rækt við félagslegt samstarf við önnur félög innan íþróttarinnar.

[Viðburðardagskrá - Fram](#)



Umhverfismál

Blakdeild Fram fylgir stefnu félagsins um umhverfismál. Deildin ber virðingu fyrir umhverfi sínu, innandyra sem utan. Deildin brýnir fyrir öllum þeim sem koma að deildinni að fylgja ávallt reglum um umgengi, umhirðu og frágang í hvívetna. Hér má finna [umhverfisstefnu Fram](#).

Fræðsla og forvarnir

Blakdeild Fram er andvíg allri neyslu vímuefna iðkenda og félagsmanna sem koma að íþróttastarfi á vegum félagsins. Blakdeild Fram fylgir stefnu Knattspyrnufélags Fram varðandi fræðslu og forvarnir vegna neyslu vímuefna.

Blakdeild Fram fylgir í einu og öllu “Viðbragsáætlun íþrótt- og æskulýsstarfs” Markmið viðbragsáætlunar þessarar er að samræma viðbrögð allra íþrótt- og æskulýðsfélaga í landinu þannig að viðbrögð og verkferlar sem skal fylgja séu eins.

[Viðbragðsáætlun. WEB.](#)

Blakdeild Fram hefur á síðustu árum nýtt sér “Viðbragðsáætlun íþrótt- og æskulýðsstarfs” en það er mikil breyting fyrir íþróttafélögin að fá þetta samræmda efni. Ekki síður sá stuðningur sem hefur komið frá Samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs til þess að fræða þjálfara, starfsfólk, forráðamenn, iðkendur og aðra sem koma að starfi félagsins um hin ýmsu mál s.s. kynferðisofbeldi, einelti, netnotkun, holla lífshætti o.s.fr.v.

Tilgangur samræmdrar áætlunar er að sporna við atvikum sem geta mögulega komið upp og leiðbeina starfsfólki, sjálfboðaliðum og fleirum hvernig best er að bregðast við, enda er best fyrir alla aðila máls, að viðbrögð eru samræmd og fumlaus. Samskiptaráðgjafi er svo félaginu til halds og trausts komi upp atvik sem heyra undir hann. Rétt er að taka fram að allir sem sækja skipulagðar æfingar á vegum Fram geta leitað til Samskiptaráðgjafa. <https://www.samskiptaradgjafi.is/>

Á árlegum starfsdegi félagsins í samráði við ÍBR, koma til okkar fyrirlesara til þess að fjalla um hinu ýmsu málefni t.a.m höfuðáverka, kynferðisofbeldi í íþróttum, einelti, hinsegin fræðsla, samskipti svo eitthvað sé nefnt. Að auki býður félagið upp á árlegt skyndihjálparnámskeið í samstarfi við ÍBR, auk annarrar fræðslu í samráði við deildir félagsins. Með því að fræða þjálfara reglulega um hin víðustu málefni teljum við að hægt sé að gera þá sem og iðkendur okkar öruggari í starfi. Á heimasíðu félagsins má finna fræðslubæklinga um hin ýmsu málefni sem upp geta komið í íþróttastarfi.

[Fræðsla - Fram](#)

Jafnréttisstefna Blakdeildar FRAM

Blakdeild Fram stuðlar að jöfnum tækifærum sinna félagsmanna og mismunar ekki vegna kynferðis, uppruna, kynhneigðar, kynvitundar, aldurs, fötlunar, þjóðernis, trúarbragða, skoðana, litarháttar eða annarrar stöðu. Jafnréttisstefnan nær til iðkenda, þjálfara og stjórnar. Niðurlægjandi framkoma svo sem einelti, ofbeldi, kynferðisleg áreitni, illt umtal og ósæmilegar vígsluathafnir er ekki liðin innan deildarinnar. Blakdeild Fram fylgir í einu og öllu jafnréttisáætlun Knattspyrnufélagsins Fram. Jafnréttisáætlun Knattspyrnufélagsins Fram byggir á lögum nr. 10/2008 um jafna stöðu og jafnan rétt kynjanna. Jafnréttisáætlunin er jafnframt byggð á vinnu Íþróttta- og Ólympíusambands Íslands og Jafnréttisstofu um gerð jafnréttisáætlana fyrir íþróttafélög og leiðbeiningar þess efnis.

[jafnréttisstefnu Knattspyrnufélagsins Fram.](#)



Fjármálastjórn

Blakdeild Fram er fjárhagslega sjálfstæð og er rekin á æfingagjöldum iðkenda. Lögð er áhersla á að deildin standi undir sér fjárhagslega og nái inn tekjum til að standa undir rekstrarkostnaði deildarinnar s.s launakostnaði þjálfara og kaupum á ýmsum búnaði.

Rekstraráætlun skal liggja fyrir í upphafi keppnisárs og samþykkt af stjórn. Ársreikningur deildarinnar skal lagður fyrir á aðalfundi og samþykktur.

Við greiðslu launa til þjálfara skal gæta jafnræðis og skulu þjálfarar skrifa undir ráðningasamning við deildina. Ráðningarsamningur skal undirritaður af formanni, gjaldkera og þjálfara.

Blakdeild Fram leggur áherslu á fjárhagslegt sjálfstæði og sjálfbærni í rekstri. Deildin starfar samkvæmt reglugerð ÍSÍ um fjárreiður íþróttafélaga, eins og aðalstjórn félagsins hefur ákveðið. Rekstur barna- og unglíngaráða skal vera fjárhagslega og bókhaldslega aðskilinn frá rekstri meistaraflokka.

Leiðbeiningar ÍSÍ um fjárreiður má finna [hér](#).

Hlutverk stjórnarmanna

Stjórn Knattspyrnufélags Fram

Aðalstjórn Knattspyrnufélags Fram fer með æðsta vald í málefnum félagsins og ber sameiginlega ábyrgð á rekstri félagsins og allra deilda í samræmi við lög félagsins.

Stjórn Blakdeildar Fram

Stjórn blakdeildar ber ábyrgð á stefnumótun deildarinnar í samræmi við stefnu félagsins og er málsvari hennar. Hún stýrir starfsemi deildarinnar samkvæmt lögum, stefnu, markmiðum og samþykktum félagsins.

- Stjórnin hefur umsjón með starfsemi og fjárhag deildarinnar.
- Hún framfylgir samþykktum aðalfundar og heldur utan um daglegan rekstur.
- Skýrsla um starfsemi deildarinnar skal lögð fyrir aðalfund félagsins og birt í ársskýrslu.

Formaður Blakdeildar

Formaður er æðsti stjórnandi blakdeildarinnar og ber ábyrgð á starfsemi hennar gagnvart starfsmönnum skrifstofu félagsins. Helstu skyldur formanns eru:

- Sjá til þess að deildin starfi í samræmi við lög og reglur félagsins.
- Hafa yfirsýn yfir alla starfsemi deildarinnar og sýna áhuga á iðkendum og viðburðum.
- Leiða störf stjórnar og tryggja skilvirkni í vinnu hennar.
- Útdeila verkefnum og skapa aðstæður fyrir samstarf stjórnarmeðlima.
- Vinna að góðum samskiptum milli starfsmanna skrifstofu félagsins og deildarinnar.
- Leita sátta í ágreiningsmálum innan deildarinnar eða milli deilda.
- Tryggja að stjórnarmeðlimir hafi allar nauðsynlegar upplýsingar um málefni deildarinnar.
- Skila inn gögnum til skrifstofu Fram innan tilskilinna tímamarka.

Gjaldkeri

Gjaldkeri ber ábyrgð á fjárhag og fjárreiðum deildarinnar, þar með talið:

- Gerð og eftirfylgni fjárhagsáætlana.
- Verðlagningu æfingagjalda og námskeiða.
- Umsjón með launagreiðslum.
- Samþykki reikninga og útgjalda.
- Útgáfu reikninga og innheimtu.
- Fjárhagslegri umsjón með fjáröflunar verkefnum.
- Umsjón með bókhaldi og ársreiknings.

Ritari

Ritari ber ábyrgð á skráningu og vistun fundargerða úr stjórnarfundum, formannafundum og öðrum fundum deildarinnar. Hann heldur utan um afrekaskrár og viðurkenningar innan deildarinnar og sér um uppfærslur á svæði deildarinnar á vefsíðu félagsins.

Stjórn Blakdeildar Fram
Febrúar 2025.