



# AFREKSSTEFNA ÍSÍ – 2019

---

Sameiginlegt markmið íþróttahreyfingarinnar er að Íslendingar eigi hverju sinni afreksfólk og afreksflokka í íþróttum er skipi sér á bekk með þeim bestu í heiminum. Í því felst að efla hæfni og færni þeirra sem að afreksíþróttastarfinu koma og sem vinna með afreksíþróttafólki, tryggja möguleika afreksíþróttafólks framtíðarinnar til að ná settu marki, stuðla að bættum aðstæðum íþróttafólks og efla þjálfarakunnáttu.

Til þess að ná settu marki ber íþróttahreyfingunni að setja sér tímasettar markvissar áætlanir sem tengjast afreksíþróttastarfinu, svo sem um frammistöðu á skilgreindum stórmótum. Íþróttahreyfingin þarf að stuðla að framförum og framþróun í afreksíþróttastarfinu á sem víðtækastan hátt.

Mikilvægt er að tryggja gott aðgengi afreksíþróttafólks að íþróttamannvirkjum og að sérsambönd fái aðgengi að íþróttamannvirkjum vegna æfinga og keppni. Aðstaða til æfinga og keppni skal jafnan uppfylla þær kröfur sem gerðar eru til afreksíþróttasamkvæmt afreksstefnum sérsambanda ÍSÍ.

ÍSÍ skal í samvinnu við sérsambönd ÍSÍ móta tímasett markmið og aðgerðaáætlanir vegna þeirra og kynna þau fyrir hreyfingunni, sem og framvindu þeirra. Skulu þau markmið vera mælanleg og aðgerðaráætlanir framkvæmanlegar og taka mið af þeim markmiðum og viðfangsefnum sem getið er um í afreksstefnu þessari.

ÍSÍ skal jafnframt skilgreina alþjóðleg mót í samvinnu við hvert sérsamband ÍSÍ og tilkynna sambandsaðilum um slíkar skilgreiningar. Alþjóðleg mót skulu jafnan skilgreind í þrjá flokka, A, B og C og skulu eftirfarandi skilgreiningar vera til hliðsjónar.

Vegna flokks A sem jafnframt flokkast sem stórmót: Mót á efsta stigi viðkomandi íþróttagreinar í fullorðinsflokki enda sé tiltekinn fjöldi þátttökubjóða í slíkum mótum, s.s. Ólympíuleikar, Paralympics, heimsmeistaramót, Evrópumót eða önnur sambærileg mót. Í öðrum flokkum eru skilgreind mót sem flokkast neðar hvað varðar mikilvægi og stærð hjá hverju sérsambandi fyrir sig.

ÍSÍ skal á hverjum tíma skilgreina viðmið afreka í samvinnu við hvert sérsamband ÍSÍ og kynna innan íþróttahreyfingarinnar slík viðmið. Eftirfarandi skilgreiningar skulu vera til hliðsjónar varðandi einstaklinga og flokka, en:

Um framúrskarandi íþróttafólk eða flokk er þá fyrst að ræða þegar einstaklingur eða flokkur skipar sér með árangri sínum í fremstu röð í heiminum.

Afreksfólk eru þeir einstaklingar/flokkar sem standast viðmið í viðkomandi íþróttagreini sem skilgreind eru af viðkomandi sérsambandi.

Afreksefni teljast þeir einstaklingar/flokkar sem ekki hafa náð jafn langt en taldir eru með markvissri þjálfun geta skipað sér á bekk með þeim bestu.

Gæta skal að því að afreksíþróttastarf sérsambanda hefjist ekki of snemma heldur sé það hlutverk íþróttafélaga að vinna með börnum og unglingum upp að vissum aldri. Viðmiðunaraldur sé unglingastig grunnskóla, þ.e. að starfsemi sérsambanda nái ekki neðar í





aldri. Sér sambönd geta þó haft áhrif á starf íþróttafélaga gagnvart yngri þátttakendum með réttum leiðbeiningum og aðhaldi.

Öll vinna að því að ná settu marki í afreksíþróttum skal eiga sér stað innan siðferðisgilda íþróttahreyfingarinnar.

Stefna ber að því að ástundun afreksíþróttafólks sé hluti af lífsmunstri og það að einstaklingurinn helgi íþróttinni krafta sína komi ekki niður á þroska hans og undirbúningi undir að takast á við lífið að íþróttiferli loknum.

Mikilvægt er að efla aðkomu íþróttahéraða að afreksíþróttastarfinu. Æskilegt er að hvert íþróttahérað skilgreini sínar áherslur og stefnu í afreksíþróttastarfi, eftir því sem við á.

Stefnuyfirlýsing Íþrótta- og Ólympíusambands Íslands í afreksmálum skal vera til umfjöllunar á Íþróttapingi ÍSí hverju sinni.

### Helstu markmið og viðfangsefni í afreksíþróttastarfinu

Afrek er uppskera margra ára markvissrar starfsemi og lítil von er um árangur án faglegra vinnubragða og viðunandi starfsumhverfis íþróttafólksins til að þroska hæfileika sína.

Leiðarljós Afreksstefnu ÍSí er að bæta það umhverfi sem afreksíþróttir búa við. Markmið og viðfangsefni í afreksíþróttastarfinu eru m.a.:

Markmið/viðfangsefni	Leiðir	Mæling
<ul style="list-style-type: none"><li>• Hækka afreksstig íslenskra íþrótta.</li><li>• Fjölga íþróttafólki á efsta getustigi í sem flestum íþróttagreinum.</li><li>• Efla þátttöku sérsambanda ÍSí í alþjóðlegum mótum.</li><li>• Fleiri keppendur taki þátt í alþjóðlegum stórmótum á efsta stigi.</li><li>• Íslenskir keppendur nái sem bestum árangri á alþjóðlegum stórmótum.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Styðja við starfsemi sambandsaðila á sem víðtækastan hátt.</li><li>• Sem flest sér sambönd setji sér raunhæfar tímasettar áætlanir til að efla afreksstarf innan sérsambands og íþróttafélaga.</li><li>• Hvert sérsamband móti raunhæfar áætlanir til að efla þátttöku á alþjóðlegum mótum.</li><li>• Sem flest sér sambönd vinni að því að eiga keppendur á alþjóðlegum stórmótum á efsta stigi.</li><li>• Sem flest sér sambönd vinni að því að ná sem bestum árangri á alþjóðlegum stórmótum.</li><li>• Sér sambönd ÍSí leiti leiða til að jafna hlut kynja í landsliðsstarfi.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mat á árangri íslenskra keppenda á alþjóðlegum stórmótum.</li><li>• Fjöldi keppenda á efsta getustigi innan sérsambanda ÍSí.</li><li>• Fjöldi aðila í landsliðsverkefnum sérsambanda ÍSí.</li><li>• Kynjahlutfall íslenskra keppenda í landsliðsstarfi sérsambanda ÍSí.</li></ul>





Markmið/viðfangsefni	Leiðir	Mæling
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beita sér fyrir bættri aðstöðu til æfinga fyrir afreksíþróttir á vettvangi sveitarfélaga, ríkis og einkaaðila.</li> <li>• Taka til skoðunar ferlamál fatlaðs afreksíþróttafólks .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvert sérsamband ÍSÍ skilgreini þá aðstöðu sem nauðsynleg er fyrir afreksíþróttafólk sem kynnt er fyrir sveitarfélögum, ríki og einkaaðilum.</li> <li>• Stuðla að því að sem flest sérsambönd hafi aðgengi að skilgreindum þjóðarleikvangi sem uppfyllir alþjóðlegar kröfur.</li> <li>• Hvetja opinbera- og einkaaðila til að styrkja landsliðsæfingar og/eða afreksæfingar á vegum sérsambanda ÍSÍ.</li> <li>• Efla aðgengi afreksíþróttara að þeim íþróttamannvirkjum sem eru til staðar, jafnt fyrir fatlað sem ófatlað afreksíþróttafólk.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fjöldi mannvirkja sem uppfylla kröfur sérsambanda ÍSÍ um aðstöðu til æfinga fyrir afreksíþróttir.</li> <li>• Fjöldi skilgreindra þjóðarleikvanga á Íslandi.</li> <li>• Fjármagn opinberra- og einkaaðila sem fer til æfinga á vegum sérsambanda ÍSÍ.</li> <li>• Fjöldi tíma sem úthlutað er til sérsambanda ÍSÍ vegna æfinga.</li> <li>• Upplýsingar um bætt aðgengi afreksíþróttafólks að íþróttamannvirkjum.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stuðla að og miðla niðurstöðum rannsókna á sviði íþróttar- og þjálfunarvísinda til þjálfara, íþróttafólks og annarra er málið varðar.</li> <li>• Stuðla að og efla samráð og upplýsingaþjónustu á sviði læknávisinda íþróttanna/íþróttahælsufræði.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efla samvinnu við háskólastofnanir og þá aðila sem sinna rannsóknum á Íslandi.</li> <li>• Efla samvinnu við fagfélög er tengjast læknávisindum íþróttara.</li> <li>• Fjölga þeim fræðsluviðburðum er miðla niðurstöðum rannsókna á sviði íþróttar- og þjálfunarvísinda.</li> <li>• Miðla upplýsingum um læknávisindi íþróttara, s.s. á heimasíðu ÍSÍ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fjöldi fræðsluviðburða er miðla niðurstöðum rannsókna.</li> <li>• Fjöldi fréttar og greina er birtast á miðlum ÍSÍ um læknávisindi íþróttara, miðlun rannsókna og niðurstaðna þeirra.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Veita hvers kyns ráðgjöf og stuðning er getur orðið til að efla afreksíþróttafólk, bæði meðan á keppni þeirra stendur og að loknum keppnisferli.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efla starfsemi Íþróttamannanefndar ÍSÍ.</li> <li>• Efla starfsemi Samtaka íslenskra Ólympíufara (SÍÓ).</li> <li>• Efla starfsemi Afreksíþróttamiðstöðvar ÍSÍ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fjöldi reglubundinna skoðanakannana meðal afreksíþróttafólks.</li> <li>• Fjöldi fræðsluviðburða á vegum SÍÓ og/eða Íþróttamannanefndar ÍSÍ.</li> <li>• Fjöldi skráðra mælinga í gagnagrunn Afreksíþróttamiðstöðvar ÍSÍ.</li> </ul>





Markmið/viðfangsefni	Leiðir	Mæling
<ul style="list-style-type: none"> <li>Skapa kjöraðstæður fyrir afreksíþróttafólk innan skólakerfis og á almennum vinnumarkaði til að ná árangri samhliða námi og starfi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ná samningum við LÍN um meiri sveigjanleika fyrir afreksíþróttafólk í námi.</li> <li>Stuðla að bættum réttindum afreksíþróttafólks innan hins opinbera kerfis, s.s. rétt til fæðingarorlofs og fjölda viðverudaga erlendis á ári vegna íþróttaviðburða.</li> <li>Stuðla að bættu aðgengi afreksíþróttafólks til fjarnáms á mennta- og háskólastigi.</li> <li>Styðja við þróun afreksíþróttabrauta í framhaldsskólum.</li> <li>Skólar viðurkenni fjarveru afreksíþróttafólks vegna landsliðsverkefna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fjöldi afreksíþróttafólks sem er í námi samhliða íþróttaiðkun.</li> <li>Fjöldi afreksíþróttafólks sem getur stundað vinnu samhliða íþróttaiðkun.</li> <li>Upplýsingar um sérúrræði í opinberum regluramma varðandi afreksíþróttafólk.</li> <li>Fjöldi afreksíþróttafólks í viðurkenndu fjarnámi á mennta- og háskólastigi.</li> <li>Fjöldi framhaldsskóla er bjóða upp á afreksíþróttabrautir.</li> <li>Fjöldi skóla sem viðurkenna fjarveru vegna landsliðsverkefna.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Efla þekkingu þjálfara, dómara og annarra sem koma að afreksíþróttastarfi á Íslandi þannig að þeir séu á heimsmælikvarða.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Auka framboð af fræðsluviðburðum sem höfða til þjálfara, dómara og annarra þátttakenda í afreksíþróttastarfinu.</li> <li>Veita styrki til þjálfara, dómara og annarra þátttakenda í afreksíþróttastarfi til að sækja sér framhaldsþekkingu.</li> <li>Sérsambönd ÍSÍ leiti leiða til að jafna hlut kynja í tengslum við landsliðs- og afreksíþróttastarf.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fjöldi fræðsluviðburða fyrir þjálfara, dómara og annarra í fremstu röð.</li> <li>Fjöldi styrkja sem veittir eru til þjálfara, dómara og annarra til að vera á heimsmælikvarða í viðkomandi íþróttagrein.</li> <li>Kynjahlutfall þátttakenda í landsliðs- og afreksíþróttastarfi sérsambanda ÍSÍ.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Veita afreksíþróttafólki/flokkum fjárhagslegan stuðning.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Framlög ríkis, sveitarfélaga og styrktaraðila til afreksstarfs aukist.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Upphæð fjármagns til afreksíþróttu í reikningum íþróttahreyfingarinnar.</li> </ul>





## **Afreksstefnur sérsambanda**

Sérsambönd ÍSí skulu hafa mótaða afreksstefnu sem uppfyllir leiðbeinandi ramma ÍSí fyrir afreksstefnur. Í afreksstefnu sérsambands skal meðal annars fjallað um skilgreiningar á afrekum og flokkun alþjóðlegra móta, kröfur um aðstöðu vegna afreksíþróttar, kröfur vegna menntunar dómara og þjálfara í afreksíþróttastarfi og skipulags heilbrigðisteymis viðkomandi sérsambands.

Mismunandi kröfur varðandi tímalengd og innihald afreksstefnu skulu gerðar til sérsambanda miðað við afreksstarf sérsambandsins.

Afreksstefnan er leiðin að langtímamarkmiðum viðkomandi íþróttagreinar og tekur á þeim þáttum sem snúa að afreksstarfi í viðkomandi íþróttagreinum. Stefnan ákvarðar þá leið sem sérsambandið og aðilar þess vilja starfa eftir og hvernig nýta á auðlindir sambandsins til að ná settum markmiðum. Með auðlindum er jafnt átt við fjármuni, aðstöðu, búnað og mannauð viðkomandi íþróttagreinar.

Stefnan skal vera til umfjöllunar á sérsambandsþingi eða formannafundi sérsambands hverju sinni og skal borin upp til staðfestingar á sérsambandsþingi.

Sérsamband skal leggja áherslu á að kynna stefnuna fyrir aðildarfélögum og deildum, þjálfurum, iðkendum, aðstandendum íþróttafólksins og öðrum þeim sem stefnan tengist.

Afreksstefna sérsambands skal vera aðgengileg á heimasíðu viðkomandi sérsambands.

Afreks- og Ólympíusvið ÍSí skal gefa út ramma fyrir afreksstefnur og leiðbeiningar vegna mótunar afreksstefna sérsambanda og kynna fyrir sambandsaðilum.

## **Stoðþjónusta afreksíþróttar**

Heilbrigðisteymi ÍSí er samnefnari heilbrigðisteyma sérsambanda ÍSí, en í heilbrigðisteymi eru þeir aðilar sem koma að heilbrigðisþáttum og íþróttamælingum viðkomandi íþróttagreinar, s.s. læknar, sjúkráþjálfarar, sálfræðingar, næringafræðingar, lífeðlisfræðingar, íþróttufræðingar og aðrir fagaðilar tengdir sérsamböndum ÍSí, heilbrigðiskerfinu og menntastofnunum.

Efla þarf aðgengi afreksíþróttafólks að þessum aðilum og öðru sérhæfðu fagfólki sem getur aðstoðað afreksíþróttafólk við að bæta árangur sinn og forðast óæskilegt álag og meiðsli. Jafnframt er mikilvægt að heilbrigðisteymin komi að fræðsluverkefnum fyrir sérsamböndin.

Afreksíþróttamiðstöð ÍSí er vettvangur íþróttamælinga og þjónustu við sérsambönd ÍSí og afreksíþróttafólk. Í gegnum miðstöðina skal lögð áhersla á að auka íþróttamælingar í tengslum við afreksíþróttastarf og stuðla að bættum árangri og að fyrirbyggja meiðsli í tengslum við afreksíþróttir.

## **Afrekssjóður ÍSí**

Um Afrekssjóð ÍSí gildir sérstök reglugerð er framkvæmdastjórn ÍSí setur. Við skipan í stjórn sjóðsins skal gætt að því að hlutfall kynja sé sem jafnast. Upplýsingar um styrkveitingar skulu birtar á heimasíðu ÍSí, en auk þess skal árlega gefin út ársskýrsla Afrekssjóðs ÍSí þar sem upplýsingar um styrkveitingar koma fram sem og áherslur ársins.





Meginhlutverk Afrekssjóðs ÍSí í uppbyggingu afreksíþróttar á Íslandi er að styðja sérsambönd fjárhagslega og þar með íslenskt afreksíþróttafólk við að ná árangri í alþjóðlegri keppni. Forsenda styrkveitinga er að sérsambönd hafi markvissa og raunhæfa afreksstefnu, ásamt aðgerðaráætlun. Stuðningur sjóðsins felst í fjárframlögum vegna verkefna sem skulu vera fyrirfram skilgreind í aðgerðaráætlun viðkomandi sérsambands.

Stjórn Afrekssjóðs ÍSí mótar þær áherslur sem liggja að baki styrkveitingum og hvernig ráðstöfunarfé sjóðsins skuli nýtt til einstakra þátta. Er þar átt við þætti sem fjallað er um í Afreksstefnu ÍSí sem og öðrum þáttum eins og þátttöku í alþjóðlegri keppni og æfingabúðum, vegna ráðningar íþróttastjóra/landslíðsþjálfara, til að bæta umhverfi og aðstöðu afreksíþróttafólks, vegna heilbrigðisteymis og mælinga og til verkefna er tengjast hæfileikamótun.

Sérsambönd ÍSí skulu flokkuð í afreksflokka út frá viðmiðum sem framkvæmdastjórn ÍSí setur.

Styrkveitingar innan hvers flokks fyrir sig þurfa ekki að vera þær sömu á milli sérsambanda og ráðast af matskenndri ákvörðun stjórnar Afrekssjóðs ÍSí vegna umfangs afreksstarfs og verkefna sem koma fram í aðgerðaráætlun og umsókn viðkomandi sérsambands.

Eingöngu sérsambönd innan ÍSí eiga rétt á að sækja um styrk til sjóðsins. Þannig verður Afrekssjóður ÍSí sérsamböndum til aðstoðar við að efla og bæta afreksíþróttastarf sitt.

Reglugerð Afrekssjóðs ÍSí skal taka mið af Afreksstefnu ÍSí og þeim viðmiðum í afreksstarfi sem framkvæmdastjórn ÍSí hefur skilgreint í samvinnu við sérsambönd ÍSí.

### **Sameiginleg ábyrgð**

Íþróttahreyfingin verður öll að axla sameiginlega ábyrgð á því að framfylgja afreksstefnu ÍSí og skiptir þá öllu að ríkur metnaður til starfsins sé fyrir hendi jafnt hjá ÍSí, sérsamböndum, íþróttahéruðum og félögum, sem og afreksíþróttafólkinu sjálfu.

Samþykkt á 74. Íþróttarþingi ÍSí þann 4. maí 2019.

