

Magnúsarsjóður - Reglugerð **menntunar- og afrekssjóður ÍR**

1. gr.

Sjóðurinn heitir Magnúsarsjóður menntunar- og afrekssjóður Íþróttafélags Reykjavíkur en hann varð til með gjöf frá Magnúsi Þorgeirssyni ehf. í tilefni af 100 ára afmæli ÍR þann 11. mars 2007, en sjóðurinn er í vörslu aðalstjórnar ÍR.

2. gr.

Markmið sjóðsins er að:

1. Veita afrekssfólki í öllum deildum innan ÍR styrk vegna æfinga og/eða keppni og búa þeim sem besta aðstöðu til að stunda íþrótt sína.
2. Veita styrk til þess íþróttafólks sem valið er til æfinga eða keppni sbr. 3. gr.
3. Veita þjálfurum og leiðbeinendum sem starfa á vegum ÍR styrk til að sækja viðurkennd þjálfaranámskeið og/eða aðra menntun sem eflir þá í starfi. Stuðningur við þjálfara til endurmenntunar er hvetjandi fyrir viðkomandi m.a. til að halda áfram vinnu sinni fyrir félagið.

3.gr.

Úthlutun - skilyrði

Aðeins þeir aðilar sem iðka eða þjálfar innan vébanda ÍR geta sótt um í sjóðinn. Til þess að fá styrk úr sjóðnum verður íþróttafólk innan ÍR að hafa sannað sig í sinni íþróttgrein hjá félaginu og verða um leið að sýna þann áhuga sem þarf til að ná auknum árangri og vinna af heilum hug fyrir félagið. Í einstaklingsíþróttum þarf iðkandinn að hafi unnið til verðlauna á Íslandsmóti eða öðrum sambærilegum mótum í sínum aldursflokki. Iðkandi í hópíþrótt þarf a.m.k. að vera í æfingahópi meistaraflokks, eða vera í landsliðsúrtaki í sínum aldursflokki. Þjálfarar þurfa að búa að góðum faglegum grunni, mikilli reynslu og sýna mikinn áhuga og metnað á þjálfun.

4. gr.

Stjórn sjóðsins er skipuð þremur aðilum, en það eru: Fulltrúi Magnúsar Þorgeirssonar ehf., gjaldkeri aðalstjórnar ÍR og framkvæmdastjóri ÍR. Verkefni stjórnar er að ákvarða styrkveitingar úr sjóðnum og hafa eftirlit með nýtingu styrkveitinga ásamt því að sjá um kynningarstarfsemi sjóðsins í samvinnu við aðalstjórn ÍR. Stjórnarmenn sjóðsins skila árlegri skýrslu til aðalstjórnar ÍR og gera grein fyrir úthlutun sjóðsins.

5. gr.

Stofnfé sjóðsins eru þrjár milljónir króna. En það er Magnús Þorgeirsson ehf. sem gefur eina milljón og tvær milljónir koma frá aðalstjórn ÍR. Tekjur af frístundakorti Reykjavíkurborgar til ÍR verða einnig notaðar í þetta verkefni en það er u.þ.b. ein milljón á ári.

Reykjavík 6. febrúar 2008

F.h. aðalstjórnar ÍR

F.h. Magnúsar Þorgeirssonar ehf.

Hörður Heiðar Guðbjörnsson
Framkvæmdastjóri ÍR

Leifur Magnússon
Stjórnarformaður

Menntunar- og afrekssjóður ÍR

Sjóðurinn – skipan og fjármagn

Menntunar- og afrekssjóður ÍR er í vörslu aðalstjórnar að upphæð 3.000.000 kr. sem styrktur er af afkomendum Magnúsar Þorgeirssonar en um samstarfsverkefni er að ræða. Tveir frá ÍR og einn frá afkomendum Magnúsar, kosnir til eins árs í senn. Reynt verður að fá styrktaraðila til að styrkja sjóðinn enn frekar og standa straum að kostnaðinum sem afreksstefnunni fylgir. Tekið er við frjálsum framlögum á reikning 0115-15-380526, kt: 670169-1549. Einnig mun sjóðurinn eflast við ýmiskonar söfnunarfé og með sjóðnum skapast svo vaxtatekjur. Tekjur sem verða til vegna frístundakorts, sem rennur til aðalstjórnar ÍR, verða einnig notaðar í þetta verkefni.

Markmið sjóðsins

Markmið sjóðsins er þverfaglegt, að fjármagna afreksstefnu ÍR, styrkja unga, efnilega og framúrskarandi ÍR -inga á aldrinum 14-22 ára til frekari þjálfunar og menntunar, skapa þeim toppaðstæður og rétta umgjörð sem og greiða leið þeirra aðila sem fara í keppnisferðir með landsliðum. Einnig að standa fyrir sameiginlegum þjálfunar- og menntunarnámskeiðum innan félagsins, veita þjálfurum víðtæka aðstoð inn á æfingar og styrkja þjálfara á námskeið innanlands sem erlendis, allt til að gera góða þjálfara enn betri. Stuðningur við þjálfara til endurmenntunar er hvetjandi fyrir viðkomandi m.a. til að halda áfram vinnu sinni fyrir félagið.

Kynning

Samantekt upplýsinga um sjóðinn verður inni á heimasíðu ÍR. Þar verður sérstaklega tekið fram hvenær sækja má um í sjóðinn og hvenær niðurstöðu megi vænta. Einnig verða þar sérstök eyðublöð sem skylt er að útfylla þegar sótt er um. Hægt er að sækja um í sjóðinn tvisvar sinnum á ári (apríl/október). Fyrst er hægt að sækja um í sjóðinn í september 2008. Stjórnnum deilda er send tilkynning með góðum fyrirvara og hvattar til að sækja um fyrir iðkendur, þjálfara og nýjungar á sviði afreksíþróttar. Að loknu verkefni, uppgjöri og skýrsluskilum er styrkurinn greiddur. Fréttatilkynning mun vera send þegar úthlutanir úr sjóðnum liggja fyrir sem og annað frétt næmt tengt afreksstefnunni.

Hluti af afreksstefnu ÍR er eftirfarandi:

- Sjá þjálfurum ÍR fyrir sem bestri aðstöðu til að ná framúrskarandi árangri með iðkendur sína í sinni grein.
- Sjá þjálfurum ÍR og þá iðkendum þeirra fyrir sérþjálfun reyndra fagþjálfara innan Frjálsíþróttadeildar ÍR, þar sem unnið er í líkamlegum þáttum s.s. styrk, samhæfingu, liðleika, hreyfimyndri, kraftþjálfun, úthaldsþjálfun, hlaupastíl og hraðþjálfun, ásamt ráðgjöf og erindum í formi fyrirlestra. Hver deild sér um að útfæra ýmsa þætti sem lúta að tækni í viðkomandi íþróttgrein.
- Sjá iðkendum ÍR fyrir góðum mælingum á líkama en Gáski Sjúkraþjálfun framkvæmir slíkt gegn vægu gjaldi. Fengin er ítarleg mynd á líkamsástandi viðkomandi með t.a.m. göngugreiningu, hlaupagreiningu, liðleikamælingu, stökkkraftsmælingu, stöðugleikamælingu liðamóta bæði mekkaníska og stafræna og stöðu fótleggja og hryggjar. Einnig geta þjálfarar fengið erindi og verklega kennslu í fyrstu meðferð eftir bráð meiðsli, ökklatognunum, hnémeiðslum, ofþjálfun, vöðvatognunum og álagsmeiðslum og þá sérstaklega í nára og læri en þau eru hvað algengust.
- Sjá þjálfurum ÍR fyrir kennslu og einstaklingsráðgjöf í íþróttasálfræði þar sem m.a. er farið í ákjósanlegt hugarástand fyrir keppni, undirbúning fyrir keppni, spennustjórnun, mikilvægi athygli og einbeitingar, notkun skynmynda, sjálfsskoðun, jákvæða hugarorku og hópefli. Haukur Ingi Guðnason íþróttasálfræðingur er með það að markmiði að kenna þjálfurum aðferðir sem þeir geta nýtt til að bæta frammistöðu iðkenda sinna.
- Sjá þjálfurum ÍR fyrir kennslu og ráðgjöf í næringarfræði þar sem farið er í almenna næringarfræði, fræðslu um fæðubótarefni og fleira sem viðkemur réttu mataræði og uppbyggingu líkamans. Fríða Rún Þórðardóttir er næringarfræðingur ÍR.

Úthlutun - skilyrði

Aðeins þeir aðilar sem iðka eða þjálfu innan vébanda ÍR geta sótt um í sjóðinn. Til þess að fá styrk úr sjóðnum verður íþróttafólk innan ÍR að hafa sannað sig í sinni íþróttgrein hjá félaginu og verða um leið að sýna þann áhuga sem þarf til að ná auknum árangri og vinna af heilum hug fyrir félagið. Í einstaklingsíþróttum þarf iðkandinn a.m.k. að hafa unnið til verðlauna á Íslandsmóti eða öðrum sambærilegum mótum í sínum aldursflokki. Verður einnig tekið mið af lágmörkum einstakra sérsambanda, líkt og FRÍ er með, til að gæta jafnræðis og jafnvægis í vali einstaklinga. Iðkandi í hópíþrótt þarf a.m.k. að vera í æfingahópi meistaraflokks, helst að vera í landsliðsúrtaki í sínum aldursflokki. Þjálfarar þurfa að búa að góðum faglegum grunni, mikilli reynslu og sýna mikinn áhuga og metnað á þjálfun.

Eins og fram hefur komið er unnið þvert á félagið þannig að öllum deildum stendur til boða að taka þátt.