

# Sokndal Idrettsklubb

Postboks 19, 4381 Hauge i Dalane

Mob: 974 07 391 Org.nr. 983 231 586

E-post: [sokndal-ik@dabb.no](mailto:sokndal-ik@dabb.no) Hjemmeside: <http://sokndal-ik.no/>

## LEDERHÅNDBOK

FOR LEDERE, TRENERE OG TILLITSVALGTE I  
SOKNDAL IDRETTSKLUBB



**KIWI** mini  
pris

Sokndal  
HOVEDSPONSOR

## Vedtekter / retningslinjer for Sokndal Idrettsklubb

### § 1

Klubbens formål skal være å skape et attraktivt, trygt og godt fotball-, håndball- og barneidrettsmiljø der alle barn, unge og eldre kan trives.

### § 2

Klubben skal være tilsluttet Norges Idrettsforbund gjennom Rogaland Idrettskrets dersom årsmøtet har gjort vedtak om dette.

### § 3

Det ordinære årsmøtet skal avholdes en gang årlig innen 1. mars. Ekstraordinært årsmøte kan dessuten innkalles når styret finner det nødvendig, eller når minst halvparten av medlemmene skriftlig har anmodet styret om det. De saker som ønskes behandlet skal i slike tilfeller vedlegges anmodningen skriftlig.

### § 4

Årsmøtet skal behandle følgende saker:

1. Årsberetninger over de forskjellige aktiviteter.
2. Årsregnskap.
3. Budsjett for kommende år.
4. Fastsette kontingenter.
5. Innkomne forslag.
6. Valg av styre.
7. Øvrige valg.

### § 5

Årsmøtet er beslutningsdyktig når minst 1/10 av de stemmeberettigede er til stede. Stemmeberettigede må være over 15 år og ha innbetalt kontingent for det fremlagte regnskapsår. Medlemmer som er suspendert eller ekskludert har ikke stemmerett. Årsmøtet fatter sine beslutninger med simpelt flertall, unntatt ved forandring av klubbens lover, som krever 2/3 flertall. Dersom årsmøtet ikke er beslutningsdyktig, skal ekstraordinært årsmøte innkalles snarest mulig, dog med minst 8 dagers varsel. Dette årsmøtet skal være beslutningsdyktig uansett antall fremmøtte. De vedtatte beslutninger skal være i samsvar med Norges Idrettsforbunds lover.

### § 6

Forslag som ønskes behandlet på årsmøtet må sendes styret skriftlig minst 3 uker før årsmøtet. Forslag til lovendringer må sendes styret skriftlig minst 6 uker før årsmøtet. Leder legger alle innkomne forslag frem for styret. Styret gjør sine innstillinger til årsmøtet. Forslag til lovendringer skal dessuten være utlagt til ettersyn for klubbens medlemmer minst 8 dager før årsmøtet.

# Sokndal Idrettsklubb

Postboks 19, 4381 Hauge i Dalane  
Mob: 974 07 391 Org.nr. 983 231 586

E-post: [sokndal-ik@dabb.no](mailto:sokndal-ik@dabb.no) Hjemmeside: <http://sokndal-ik.no/>

## § 7




Æresmedlemmer utnevnes etter forslag fra klubbens styre og vedtas på årsmøtet med 2/3 flertall av de fremmøtte stemmeberettigede.

## § 8

Det forventes at hvert stemmeberettiget medlem setter seg inn i klubbens til enhver tid gjeldende lover. Ethvert stemmeberettiget medlem er forpliktet til å ta de verv det velges til. Gjenvalg av disse kan skje, men her har imidlertid vedkommende anledning til å nekte å la seg gjenvelge. Ved stemmelikhet vil leder sin dobbeltstemme være avgjørende.

## § 9

Klubbens hovedstyre består av 6 medlemmer. Disse er:

-  Leder
-  Sekretær/nestleder
-  4 valgte medlemmer fra underavdelingene

Underavdelingene bør bestå av følgende medlemmer:

-  Leder senioravdeling
-  4 styremedlemmer hvor oppgavene fordeles internt i underavdelingen.

Klubbens styre, varamedlemmer og medlemmer av underavdelingene velges av årsmøtet. Videre velges det 2 revisorer og en valgkomité bestående av 3 medlemmer.

## § 10

Styremedlemmene velges for en periode på 2 år. Revisorer, valgkomiteens medlemmer og vara medlemmer velges for en periode på 1 år.

Styret engasjerer og tildeler oppgaver til materialforvalter, kioskansvarlig og andre nødvendige funksjoner etter behov.

## § 11

Styrets oppgave er i alle deler å ivareta klubbens interesser, sammenkalle til årsmøtet og andre møter. Styret skal videre se til at beslutninger blir utført, behandle og eventuelt iverksette nødvendige tiltak over innkomne klager på medlemmer. Lengre suspensjoner eller eksklusjoner kan foretas av årsmøtet eller på underavdelingens medlemsmøter etter styrets forslag. For dette kreves det 2/3 flertall.

### § 12

Klubbens appellråd består av 3 medlemmer (ikke styremedlemmer) som velges for en periode på 3 år av gangen. Medlemmer som er suspendert, ekskludert eller føler seg forurettet, kan fremlegge sin klage for klubbens appellråd. Dersom klagen tas til følge, forelegges saken for styret til ny behandling. Dersom styret fremdeles fastholder ved sitt opprinnelige standpunkt legges saken fram på medlemsmøte for underavdelingen snarest mulig.

### § 13

Et medlem kan ikke tas opp i klubben dersom forpliktelser til et annet lag ikke er oppfylt. Ethvert medlem skal overholde til enhver tid gjeldende lover for klubben, Norges Idrettsforbund og dennes underorganisasjoner.





### § 14

Alle kontrakter som klubben inngår, skal være i henhold til norsk lov.

### § 15

Komité for "Dr. Gustav Jepsens" gullmerke, statuett etter 30 år, samt utmerkelser etter 10, 15 og 20 år består av 3 medlemmer som velges på årsmøtet for en periode av 2 år om gangen.

"Dr. Gustav Jepsens" gullmerke utdeles i henhold til gjeldende statutter.

-  Bronsenål tildeles aktive over 16 år etter 10 års arbeid for klubben.
-  Sølvnål tildeles aktive over 16 år etter 15 års arbeid for klubben.
-  Gullnål tildeles aktive over 16 år etter 20 års arbeid for klubben.
-  Statuetten tildeles aktive over 16 år etter 30 års arbeid for klubben.

Med aktive menes spillere, dommere, trenere, oppmenn & styremedlemmer.

### § 16

Forslag til oppløsning av klubben må forelegges ordinært årsmøte. Blir dette vedtatt med 2/3 flertall innkalles det til ekstraordinært årsmøtet som også må ha 2/3 flertall for å vedta oppløsning. Midler som eventuelt blir igjen etter klubben skal benyttes til idrettslige formål og skal etter oppløsning disponeres av Rogaland Idrettskrets.

Revidert 2021

.....

## HOVEDSTYRET

### Hovedstyrets oppgaver:

Hovedstyret blir det øverste styringsorgan i klubben. Hovedstyret ser til at klubbens vedtekter og retningslinjer blir fulgt og at avdelingsstyrene fungerer etter intensjonene. Hovedstyret er også ansvarlig for at de vedtak som fattes på årsmøtet blir iverksatt og etterfulgt.

Videre er hovedstyret ansvarlig for oppfølging av budsjettet slik det vedtas på årsmøtet. Samtidig fordeler hovedstyret klubbens økonomiske midler etter retningslinjene som er lagt for klubbens virksomhet.

Hovedstyret skal legge fram årsrapport samt regnskap for året samt budsjett for kommende år på årsmøtet.

## Funksjonsbeskrivelse for styremedlemmer

### Leder:

- ✚ Ansvar for den daglige drift av klubben
- ✚ Kaller inn til styremøter og leder møtene
- ✚ Følger opp vedtak som fattes i styret og på årsmøtet
- ✚ Være klubbens ansikt utad og representere klubben
- ✚ Ser til at klubbens regler og vedtekter følges i alle ledd

### Sekretær/nestleder:

- ✚ Fører protokoll over alle møter i hovedstyret
- ✚ Tar seg av korrespondansen i hovedstyret
- ✚ Sender ut referat til styremedlemmene og sørger for oppdatering av adresser og telefonliste over styremedlemmer på klubbens hjemmeside.

Videre består hovedstyret av leder og et styremedlem fra hver av avdelingene. En representant fra sponsorgruppa og klubbkoordinator møter ved behov.

## AVDELINGSSTYRENE I FOTBALL / HÅNDBALL

### Leder:

- + Møter i hovedstyret
- + Har ansvar for å finne trener til seniorlag
- + Ansvar for omberamming av kamper
- + Deltar på møter med kretsen / regionen
- + Kaller inn til styremøter i avdelingen
- + Ser til at samarbeidet innad i avdelingen fungerer i alle ledd
- + Ser til at vedtak som er fattet trer i kraft og følger klubbens målsetninger

### Styreoppgaver fordelt på styremedlemmene i underavdelingene:

- + Har ansvar for avdelingens aldersbestemte lag. Det vil si
- + Å finne trenere til de forskjellige lag
- + Sette opp treningstider for de enkelte lag
- + Ha jevnlig kontakt med trenere, trenermøter
- + Arrangere avslutning for aldersbestemte lag i klubbens regi.
- + Et styremedlem deltar på møter i hovedstyret
- + Ser til at det skrives årsrapporter og lagrapporter etter sesongslutt

Klubbens dommerkontakt har ansvar for oppsett av dommere til kamper arrangert av klubben der klubben selv skal skaffe dommere. Videre har klubbens dommerkontakt ansvar for å melde på dommere til kommende sesong og for oppfølging av dommerdagbok og informasjon til dommerne om kommende kamper. Klubbens dommerkontakt har ansvar for å legge til rette for utdanning av nye dommere og oppfølging av disse.

### Klubbens materialforvaltere:

- + Ansvar for klubbens materiell
- + Holder oversikt over klubbens materiell til enhver tid
- + Ansvarlig for innkjøp av materiell og utstyr innenfor gjeldende rammer
- + Deler ut utstyr til trenere ved sesongstart — må derfor orienteres om trenere og treningstider
- + Samler inn og kontrollerer utstyr ved sesongslutt

## RUTINER FOR VAKT I HALLEN VED ARRANGEMENTER (hovedsakelig håndball)

Hver gang det arrangeres kamper i hallen skal minimum en fra håndballstyret være til stede under arrangementet. Dette fordeles i god tid og fortrinnsvis før sesongstart.

Punktene under er en huskeliste til oppfølging:

- + Møte opp en time før
- + Montere tidtakerutstyr — og sørge for å rydde til sekretariat og innbyttebenker
- + Sørge for at kiosk blir låst opp dersom denne skal være åpen
- + Sørge for at kampresultater ringes inn så tidlig som mulig etter kampslutt
- + Sørge for at penger telles opp og at beløpet godkjennes med to underskrifter. Kvittering ligger i perm i kiosken. Kr 500,- skal telles opp og ligge igjen som vekslpengen. Pengene settes inn på konto i bank ved første anledning.
- + Sørge for at kamprapporter og eventuelle dommerregninger sendes inn til NHF Region SørVest på første virkedag etter arrangement

## FORVENTNINGER TIL TRENERE I SOKNDAL IK

### Aldersbestemte lag:

- + Stiller med nødvendig utstyr til trening og kamp
- + Bindeledd mellom avdelingsstyret og spillere
- + Ordner med foreldrekontakt for laget
- + Ordner skyss til kamper i samarbeid med evt. oppmann og foreldrekontakt
- + Møter på avdelingens trenermøter
- + Arbeide for et best mulig forhold til spillere og foresatte
- + Jobbe for et godt sosialt miljø i henhold til klubbens lover, regler og retningslinjer
- + Føre frammøteprotokoll og levere navnelister til klubbkoordinator ved sesongstart. Holde klubbkoordinator jevnlig oppdatert med endringer.
- + Trenerne i håndball er i samarbeid med avdelingens styre ansvarlig for at de spillere som er lisenspliktige har ordnet dette før sesongstart

Hvert lag har kr 2000,- til rådighet til sosiale arrangementer innad i laget, for eksempel til sesongavslutning. Klubben betaler også for deltakelse på inntil 3 cuper.

### Trenerhonorar:

Trenerhonoraret er pr i dag (2021) kr 4.000,- pr lag opp til og med 12 årslag. Fra og med 13 år og oppover er hovedtrenerhonoraret kr. 4000,- i året x antall treninger pr. uke, med max beløp á kr 10.000,- i året. (kr. 4000 x 2 treninger pr. uke gir kr. 8000,- i honorar) og kr. 2000,- pr. år i honorar til hjelpetrener og oppmann. Disse pengene utbetales når alt utdelt utstyr er tilbake på plass i materialrommet.

**SIKs drakter skal under ingen omstendigheter brukes på fritida eller til trening.**

# Sokndal Idrettsklubb

Postboks 19, 4381 Hauge i Dalane  
Mob: 974 07 391 Org.nr. 983 231 586

E-post: [sokndal-ik@dabb.no](mailto:sokndal-ik@dabb.no) Hjemmeside: <http://sokndal-ik.no/>

## Seniorlag

### Hovedtrener:

- + Har ansvar for treningsopplegg og lagformasjon
- + Kampløp og laguttak
- + Gjennomføring av treninger
- + Må ha jevnlig kontakt med avdelingsstyret
- + Er seniorlagets ansikt utad

### Hjelptrener / oppmann:

- + Deltar på trening, kamp, laguttak
- + Vikarierer etter behov som kampløp
- + Har kontakt med materialforvalter
- + Er dommerkontakt (gjelder fotball)

Klubbens seniorlag har kr 4000,- til rådighet gjennom sesongen til sosiale arrangement og treningsleir / cupdeltakelse.

## TRENERENS 10 BUD

1. Møt opp til trening i god tid
2. Vær alltid omkledd i treningstøy. Det gir en naturlig sikkerhet og autoritet.
3. Vær presis i alt du gjør.
4. Vær myndig men forståelsesfull. Husk at spillerne er forskjellige.
5. Vær alltid forberedt. Ha evt. med huskelapp
6. Vær sikker i treningsinnholdet
7. Bruk positive rettelser, og forklar hvorfor ting er feil
8. Vær i godt humør — husk at idrett skal være gøy.
9. Bruk ikke for mange øvelser på hver trening og husk å tilpasse øvelsene etter

Spillernes nivå

10. Ikke gjør forskjell

## VEDTAK ANG. LÅN / BYTTING AV SPILLERE

Hovedstyret har bestemt at så sant det er tilgjengelig lag i klubben skal den enkelte spiller delta på lag til sin aldersgruppe. Dersom eldre lag sliter med å stille lag til enkelte kamper eller turneringer kan det lånes ut spillere fra andre lag. Dette avtales og avklares mellom trenerne for de involverte lag. Ved evt. "kollisjoner" av kamper skal spilleren spille på "sitt" lag etter alder.

Avgjørelsen er tatt med grunnlag i regelverket og med tanke på spillernes utvikling med jevnaldrende og det sosiale fellesskapet.



## RETNINGSLINJER FOR FRAMMØTE- OG INNSATSPOKAL

### INNSATSPOKAL:

Deles ut fra og med 13 års lag

Fortrinnsvis en på hvert lag

#### Kriterier for å få denne er:

- ✚ God sportslig utvikling.
- ✚ Teknikk og forståelse for spillet.
- ✚ Foregangstype på banen mht medspillere, trener og dommere
- ✚ God innsats på trening og i kamp
- ✚ Godt humør og oppmuntrende for laget

### FRAMMØTEPOKAL:

- ✚ Til og med 12 års lag får alle spillere frammøtepokal
- ✚ Fra og med 13 års lag deles pokalen ut til dem som har 90 % frammøte.
- ✚ Sykdom og fravær i forbindelse med skole, konfirmasjon og lignende teller ikke med.
- ✚ Spillerne er ansvarlig for å varsle om fravær.

## FORVENTNINGER TIL FORELDRE/FORESATTE

- ✚ Foreldre betaler kontingent for aldersbestemte spillere
- ✚ Kjøring: Det forventes at foreldre stiller opp og kjører til kamper ved behov.
- ✚ Vakt i hall (håndball): Barn opp til og med 11 år spiller turneringer i stedet for enkle kamper. Foreldre må stille opp som vakt / hjelp under disse arrangementene.
- ✚ Utstyr: det forventes at det utstyr spilleren har mottatt fra klubben leveres tilbake i samme stand etter sesongslutt
- ✚ Foreldrekontakt setter seg inn i gjeldende foreldrevettregler. Sokndal IK har nulltoleranse for mobbing.
- ✚ Klubbens retningslinjer for trafikksikkerhet skal følges av alle.

Link til hjemmesider: [www.sokndal-ik.no](http://www.sokndal-ik.no) [www.fotball.no](http://www.fotball.no) [www.handball.no](http://www.handball.no)

### Forsikringsordning i håndballavdelingen

Norges Håndballforbund har bestemt at alle spillere fra og med det kalenderåret de fyller 13 år skal være forsikret. Derfor må alle som vil spille håndball betale spillerlisens. Her kan en velge mellom Lise og Lise Pluss. Lise dekker svært alvorlige skader som kan føre til uførhet og i verste fall dødsfall. Lise Pluss er en litt dyrere forsikring som i tillegg dekker behandling hos fysioterapeut, kiropraktor og lignende.

## Foreldrevettregler:

- ✚ MØT OPP PÅ TRENING OG KAMPER - BARNA ØNSKER DET
- ✚ GI OPPMUNTRING TIL ALLE SPILLERNE UNDER KAMPEN
- ✚ GI OPPMUNTRING I BÅDE MEDGANG OG MOTGANG - IKKE GI KRITIKK
- ✚ HJELP BARNET DITT TIL Å TÅLE BÅDE SEIER OG TAP
- ✚ STØTT DOMMEREN - IKKE KRITISER DOMMERA VGJØRELSER
- ✚ RESPEKTER LAGLEDERS BRUK AV SPILLERE
- ✚ VIS RESPEKT FOR DET ARBEIDET KLUBBEN GJØR - TILBY DIN HJELP
- ✚ HUSK AT DET ER BARNET DITT SOM SPILLER HÅNDBALL OG FOTBALL - IKKE DU!

## FAIR PLAY;

- ✚ STØTT OPP OM KLUBBENS ARBEID - GJENNOM FORELDREMØTER FORANKRES FOTBALLENS OG KLUBBENS VERDISYN.
- ✚ MØT FRAM TIL KAMPER OG TRENINGER - DU ER VIKTIG BÅDE FOR SPILLERNE OG MILJØET.
- ✚ GI OPPMUNTRING TIL ALLE SPILLERNE I MED - OG MOTGANG - DETTE GIR TRYGGHET, TRIVSEL OG MOTIVASJON FOR Å BLI I FOTBALLFAMILIEN LENGE.
- ✚ VI HAR ALLE ANSVAR FOR KAMPMILJØET - GI ROS TIL BEGGE LAG FOR GODE PRESTASJONER OG FAIR PLAY.
- ✚ RESPEKTER TRENERENS KAMPLEDELSE - KONSTRUKTIV DIALOG OM GJENNOMFØRING TAS MED TRENER OG KLUBB I ETTERKANT.
- ✚ RESPEKTER DOMMERENS AVGJØRELSER - SELV OM DU AV OG TIL ER UENIG!
- ✚ DET ER DITT BARN SOM SPILLER FOTBALL. OPPTRE POSITIVT OG STØTTENDE - DA ER DU EN GOD MEDSPILLER.

# Sokndal Idrettsklubb

Postboks 19, 4381 Hauge i Dalane  
Mob: 974 07 391 Org.nr. 983 231 586  
E-post: [sokndal-ik@dabb.no](mailto:sokndal-ik@dabb.no) Hjemmeside: <http://sokndal-ik.no/>

## ÅRSHJUL FOR SIK FOTBALLAVDELING

TID	OPPGAVE	ANSVAR
Desember mars	Melde på lag til serie. evt. å trekke lag før fristen. Skaffe trenere og samordne treningstider. Styret setter opp møtedatoer. Melde lag på til evt. turneringer i forkant av sesongen. Årsmøte - skrive årsrapporter.	Leder m/styret Klubbkoordinator
April - mai	Sjekke terminliste fra kretsen - er det kamper som kolliderer el. Sørge for at trenerne har terminlister, drakter, medisinskrin, dagbok, nøkler. Ha trenermøte med nødvendig info om drakter, regler med mer. Kampoppsett hjemmekamper/banefordeling. Billettører hjemmekamper A-lag Dommeroppsett aldersbestemte lag. Kontingent deles ut. Sørge for at kiosken fungerer.	Styret Materialforvalter Klubbkoordinator
Høsten	Kampoppsett/banefordeling. Ferdighetsmerke. Trenermøte/sosialt samvær. Avslutning for aldersbestemte lag - husk pokaler. Begynne forberedelser til neste sesong, særlig å skaffe trenere. Treningstider inne i samarbeid med håndball. Nye styremedlemmer kommer til etter årsmøtet i mars.	Leder Styret klubbkoordinator

## ÅRSHJUL FOR SIK HÅNDBALLAVDELING

TID	OPPGAVE	ANSVAR
April - august	Melde på lag til serie. evt. å trekke lag før fristen. Skaffe trenere og samordne treningstider. Henge opp plakater og annonsere om treningstider. Styret setter opp møtedatoer for høsten.	Leder m/styret
September november	Sjekke terminlistene fra regionen. Er det kamper som kolliderer el. Sørge for at trenerne har terminlister, drakter, medisinskrin, dagbok & nøkler. Ha trenermøte med nødvendig info om drakter, regler med mer. Sette opp vaktordning til hjemmekamper. Sende ut sekretariatlister til foreldre. NB! Husk turneringsordning for de yngste lagene. Da trengs det kjøkken/kiosk hjelp. Kontingent ent deles ut.	Materialforvalter Koordinator Dommerkontakt Alle
Desember	Skal noen lag på romjulisturning? Gjennomgå terminlistene for våren. Husk dommere. Trenermøte/sosialt samvær	Leder Styret
Januar - mars	Ny vaktordning for våren - husk turneringsordning for de yngste. Årsmøte for klubben. Trenermøte. Noen lag på cup etter sesongslutt.	Alle
April - mai	Avslutning for aldersbestemte lag. Husk pokaler og premier. Begynne forberedelsene til neste sesong, særlig å skaffe trenere. Nye styremedlemmer kommer til. Melde på lag og dommere.	Leder Dommerkontakt

**Husk å melde inn nye styremedlemmer eller andre endringer angående adresse, telefon og lignende til regionen.**