

1. Inngangur - Íþróttastefna Kópavogs

Íþróttir og hreyfing á að vera veigamikill þáttur í lífi allra aldurshópa. Hreyfing og hollt mataræði hefur jákvæð áhrif á heilsu og líðan fólks og getur komið í veg fyrir heilsubrest vegna lífsstíllssjúkdóma. Börn og unglingar sem leggja stund á íþróttir leiðast síður í neyslu ávana- og fíkniefna um leið og þau tileinka sér eftirsóknarverðan lífsstíl. Lífsstíl sem getur aukið lífsgæði og dregið úr kostnaði fyrir heilbrigðiskerfið.

Kópavogsbær hefur lagt áherslu á uppbyggingu íþróttastarfs og íþróttamannvirkja auk annars stuðnings við íþróttafélög og foreldra. Hvatt hefur verið til jafnréttis í íþróttum, neyslu holls matar, menntunar þjálfara og leiðbeinenda sem jafnframt séu góðar fyrirmyndir íþróttafólks.

Sveitarfélög geta haft mikil áhrif á nærumhverfi íbúa sinna og þar með á heilsu þeirra. Þroskamöguleikar barna í uppvextinum, góð búsetuskilyrði og að fólk stundi góða lífshætti skipta máli til bættrar heilsu samfélaga.

Hlutverk íþróttastefnu Kópavogsbæjar er að styðja við almenna heilsueflingu og efla það íþróttastarf sem fram fer í bæjarfélaginu. Stefnan á að höfða til allra íbúa óháð aldri, stétt, stöðu, uppruna, kyni, kynhneigð eða kynvitund. Stefnan lítur að fjölbreyttri íþróttaaðstöðu, skipulagi almenningsíþróttar, íþróttastarfi barna og unglunga, afreksíþróttum og samstarfi bæjarins við íþróttafélögin.

Ætlunin er að efla gott samstarf bæjarfélagsins og íþróttafélaganna. Tilgangurinn er að efla hreyfingu, bæta heilsu og stuðla að forvörnum. Stefnan er unnin í kjölfar funda sem Íþróttaráð efndi til með forsvarsmönnum íþróttafélaga, einstakra deilda og með almenningi.

Stefnunni er ætlað að vera leiðarljós á sviði íþróttamála Kópavogsbæjar og jafnframt leiðbeinandi við gerð áætlana sveitarfélagsins í framtíðinni. Mikilvægt er að samþætta íþróttir og áhrifaþætti bættrar heilsu inn í alla málaflokka sveitarfélagsins.

2. Framtíðarsýn Kópavogsbæjar á sviði íþróttar til ársins 2024

Kópavogsbær byggir upp góða aðstöðu og stuðning við íþróttastarf barna og unglunga og styður íbúa til iðkunar almenningsíþróttar. Hvetur og styður afreksíþróttafólk sitt, á gott samstarf við íþróttafélög og aðra þá sem styðja við íþróttastarf og eru í stöðu til þess að bæta almenna heilsu íbúa. Áhersla verði ávallt lögð á jafnrétti í íþróttum.

Stefnumarkandi ákvarðanir Kópavogsbæjar verði teknar með tilliti til áhrifa á heilsu og líðan íbúa. Kópavogsbær verði þannig í fremstu röð sveitarfélaga á Íslandi á sviði íþróttamála og heilsu íbúa sinna. Árangur Kópavogsbæjar verði hægt að mæla út frá gæðaviðmiðum íþróttahreyfingarinnar sem og viðmiðum Landlæknisembættisins um góða heilsu.

3. Meginmarkmið stefnunnar

3.1 Íþróttastarf barna og unglunga

Mikilvægt er að Kópavogsbær stuðli að góðu samstarfi við foreldra og forráðmenn barna og unglunga með samvinnu og hvatningu um íþróttauppleði og bættu heilsu.

Skipulag og uppbygging aðstöðu til íþróttastarfs þarf að mæta börnum með ólíkan bakgrunn og áhuga og taka mið af ólíkum aðstæðum fjölskylda. Þátttaka í kostnaði vegna íþróttaiðkunar skiptir máli auk þess sem mikilvægt er að huga vel að heildstæðu kerfi sem tekur til skipulags skólastarfs, æfinga og keppni íþróttafélaganna og samgangna innan Kópavogsbæjar.

Markmið Kópavogsbæjar á sviði íþróttastarfs barna og unglunga er...

...að allt íþróttastarf Kópavogsbæjar stuðli að góðri heilsu og líðan barna og unglunga. Þannig verði unnið að styrkari sjálfsmynd þeirra, áhugi vakinn á heilbrigðum lífsstíl, góðri líðan og forvörn gegn sjúkdómum og neyslu ávana- og fíkniefna.

...að börnum verði gert kleift að taka þátt í íþróttastarfi við hæfi hvers og eins og að boðið verði upp á alhliða íþróttastarf í hverjum skóla og að gætt verði samræmis milli skólastarfs og íþróttaiðkunar.

Leiðir og aðgerðir:

- Gera börnum kleift að stunda íþróttir án tillits til efnahags. Styðja við íþróttaiðkun barna og unglunga með þátttöku í kostnaði og leggja áherslu á að jafnræðis sé gætt milli íþróttagreina, kynja og uppruna einstaklinga.
- Vinna áfram að því að jafna eins og unnt er aðstöðu á milli hverfa og skóla til alhliða íþróttastarfs í nærumhverfi barna og unglunga.
- Sveitarfélagið vinnur með íþróttafélögum að því að tryggja virka þátttöku þeirra íþróttaiðkenda sem ekki hafa áhuga á afreksmennsku.
- Uppákomum eins og hverfakeppnum, skólakeppnum og öðru slíku verði beitt til að auka sýnileika íþróttar í skólastarfi.
- Stuðlað verði að hollu mataræði barna og unglunga í íþróttmannvirkjum bæjarins.
- Unnið verði markvisst að því að yngri börnin æfi íþróttir í beinu framhaldi af skólanum.
- Laga aðstöðu á skólavöllum og setja upp fjölbreyttari tæki s.s. mörk, körfur og skólahreystibraut í sveitarfélaginu.
- Unnið verði að því að íþróttafélög fái vettvang til að kynna íþróttastarf sitt.

3.2 Almenningsíþróttir

Almenningsíþróttir eru þær íþróttir kallaðar sem fólk á öllum aldri stundar með eða án keppni. Umtalsverð breyting hefur orðið á viðhorfi fólks til heilsuræktar og heilsusamlegs lífstíls og mikilvægt að Kópavogsbær sinni vaxandi áhuga almennings til íþróttaiðkunar. Fjölmargar rannsóknir sýna að regluleg hreyfing hefur jákvæð áhrif á heilsu og líðan fólks á öllum aldri. Því er mikilvægt að vinna stöðugt að bættri aðstöðu til almenningsíþróttar og hvetja fólk til að bera ábyrgð á heilsu sinni. Þannig má sporna við fjölmörgum sjúkdómum sem rekja má til ofþyngdar og hreyfingarleysis. Mikilvægt er að stofnanir Kópavogsbæjar og starfsmenn séu í fararbroddi um bættu heilsu og líðan á vinnustað.

Markmið Kópavogsbæjar á sviði almenningsíþróttar er...

...að hvetja Kópavogsbúa á öllum aldri til að leggja stund á almenningsíþróttir til að bæta heilsu sína og líðan.

...að byggja upp fjölbreytta aðstöðu til almenningsíþróttar þannig að sem flestir geti fundið íþrótt við sitt hæfi og auka samstarf Kópavogsbæjar og íþróttafélaganna um framboð almenningsíþróttar.

Leiðir og aðgerðir:

- Kynna frekar starfsemi sundlauga og hvetja fólk almennt til aukinnar sundiðkunar.
- Kynna útvistarsvæði Kópavogsbæjar og hvetja bæjarbúa til útvistar- og gönguferða.
- Hvatt verði til skíðaiðkunar, skólar skipuleggi skíðaferðir og troðnar verði göngubrautir fyrir skíðagöngu þegar aðstæður leyfa.
- Kynna siglingar sem almenningsíþrótt.
- Unnið verði að úrbótum á sviði göngu- og hjólastíga með áherslu á aðskilnað gangandi og hjólandi vegfarenda.
- Hjólabrettaaðstaða verði bætt og þúttvöllum fjölgað.
- Göngu og hlaupaleiðakort af Kópavogsbæ verði reglubundið uppfærð með vegalengdum og öðrum upplýsingum um möguleika til heilsuræktar almennings.
- Almenningsi verði gefin kostur á að nýta íþróttmannvirki bæjarins samhliða annarri notkun utan háannatíma.
- Hvatt verði til almennrar líkamsræktar og fyrirtæki á því sviði boðin velkomin í bæjarfélagið.
- Nýir bæjarbúar fái upplýsingar um þá möguleika til íþróttaiðkunar sem þeim stendur til boða í bæjarfélaginu.
- Kópavogsbær hafi forgöngu um viðburði og hátíðir sem sérstaklega hvetji til þátttöku almennings í íþróttum og heilsurækt.
- Markviss vinna fari fram til að efla hreyfingu (h)eldra fólks.

3.3 Samstarf Kópavogsbæjar og íþróttafélaganna

Íþróttastarf innan Kópavogsbæjar er borið uppi af íþróttafélögum og sjálfboðaliðastarfi innan þeirra. Samfélagslegt hlutverk íþróttafélaganna er mikilvægt og góð samvinna og samstarf Kópavogsbæjar við þau skiptir miklu máli.

Kópavogsbær telur mikilvægt að íþróttafélögin í bænum stofni með sér formlegan samráðsvettvang.

Þar eigi öll íþróttafélög bæjarins góða aðkomu að ákvörðunum, skipulagi og yfirstjórn íþróttamála hjá Kópavogsbæ. Þessi samráðsvettvangur lyti að styrkveitingum, rekstri, framkvæmdum, stefnumótun, kynningarmálum og öðrum sameiginlegum hagsmunamálum íþróttafélaganna.

Markmið með samráðsvettvangi Kópavogsbæjar og íþróttafélaganna er...

...að samstarf Kópavogsbæjar og íþróttafélaganna verði til að efla innra starf íþróttafélaga.

...að með stofnun samráðsvettvangs íþróttafélaganna geti þau betur sinnt samfélagslegu hlutverki sínu, að skapa góða umgjörð um íþróttaiðkun og heilsusamlegt líf bæjarbúa.

Leiðir og aðgerðir:

- Stofnaður verði samráðsvettvangur íþróttafélaganna í Kópavogi í samvinnu allra íþróttafélaga.
- Íþróttaping Kópavogsbæjar verði haldið á tveggja ára fresti og verði m.a. vettvangur endurmats á íþróttastefnu sveitarfélagsins.
- Í samvinnu við íþróttahreyfinguna í bænum setur bærinn sér viðmið um gæði íþróttastarfs þar sem tekið verður á þáttum eins og menntun þjálfara, fjölda í æfingahópi, húsnæðismál og tímasetningar æfinga.
- Gæta skal vel að allri samræmingu og samþættingu skólustarfs, íþróttastarfs og samgangna í Kópavogi.
- Haldin verði sérstök íþróttavika árlega þar sem vakin er athygli á fjölbreyttu íþróttastarfi í Kópavogi og þar sem iðkendum gefst kostur á að reyna sig við ólíkar íþróttir.
- Stuðlað verði að hollu mataruppeldi í íþróttamannvirkjum og hjá íþróttafélögum í bænum.
- Notkun ávana- og fíkniefna er ekki leyfð í og við íþróttamannavirki Kópavogsbæjar

3.4 Afreksíþróttir

Mikilvægt er að hlúa vel að afreksfólki í íþróttum í bæjarfélaginu. Afreksíþróttir hafa beina skírskotun til almennrar íþróttaiðkunnar enda oftast en ekki litið til afreksfólksins þegar talað er um fyrirmyndir barna og unglunga í íþróttastarfi.

Sett verði fram, sérstök afreksstefna Kópavogsbæjar í íþróttum sem ná til þeirra sem talist geta afreksfólk, framúrskarandi íþróttafólk eða efnilegir íþróttamenn. Afreksíþróttastefnan kallar á samvinnu en stuðningur bæjarins getur verið af margvíslegum toga, bæði fjárhagslegur og varðað skipulagningu sem verði til þess að skapa aukin tækifæri fyrir afreksíþróttafólk úr Kópavogi til keppni við þá bestu.

Stuðningur Kópavogsbæjar við afreksfólk þarf að vera skýr og gæta þarf jafnræðis milli íþróttagreina og kynferðis..

Markmið Kópavogsbæjar á sviði afreksíþróttar er...

...að Kópavogsbær styðji við hæfileikaríkt íþróttafólk.

...að Kópavogsbær verði þekktur fyrir að skapa aðstæður fyrir afreksíþróttafólk og að laða að einstaklinga og hópa sem vilja taka þátt í metnaðarfullri áætlun um að ná árangri í íþróttaiðkun.

Leiðir og aðgerðir:

- Mótaðar verði verklagsreglur vegna afreksstefnu Kópavogsbæjar og afrekshópur Kópavogsbæjar verði tilnefndur árlega.
- Sérstakur afrekssjóður sem styður við afreksfólk í íþróttum verði eflur.
- Ungu afreksfólki verði boðin störf hjá Kópavogsbæ á sumrin og þannig stutt við bakið á efnilegu afreksfólki og því veitt svigrúm til æfinga og keppni.
- Afreksfólk taki virkan þátt í hvatningu til barna og unglunga með kynningu á íþrótt sinni.
- Kópavogsbær stuðli að því að afreksíþróttabraut verði starfrækt við framhaldsskóla í sveitarfélaginu.
- Samstarf og samvinna við nágrannasveitarfélögin aukin m.a. varðandi samnýtingu aðstöðu fyrir afreksíþróttafólk.

Íþróttastefnu þessari er ætlað að vera leiðarljós Kópavogsbæjar við gerð áætlana sveitarfélagsins á sviði íþróttamála og til bættrar heilsu Kópavogsbúa í framtíðinni.

Stefnt er að því Kópavogsbær setji sér víðtaka lýðheilsustefnu á næstunni.

Samþykkt í bæjarstjórn 27. maí 2014