

Berufsprüfung (BP)

Berufsfeld 5
Schönheit, Sport



Tätigkeiten

Trainerinnen und Trainer im Leistungssport beraten, motivieren und betreuen einen Athleten oder eine Mannschaft, damit sie bei Wettkämpfen Spitzenleistungen erreichen können. Dabei setzen sie verschiedene Lernmethoden ein und entwickeln körperliche und mentale Trainingsprogramme.

Sie üben folgende Tätigkeiten aus:

Körperliche Vorbereitung

- klare und präzise kurz-, mittel- und langfristige Leistungsziele festlegen, individuell oder mannschaftsbezogen
- Trainings planen und leiten
- Trainingslager und die Teilnahme an Wettkämpfen organisieren
- die Leistungen bei Trainings und Wettkämpfen analysieren, um die Leistungsentwicklung zu optimieren
- in Mannschaftssportarten die individuellen Qualitäten und das Zusammenspiel als Team fördern

Mentale Vorbereitung und Stressbewältigung

- Athletinnen und Athleten in ihrer Persönlichkeitsentwicklung unterstützen
- Sportlerinnen und Sportlern verschiedene Techniken des mentalen Trainings beibringen
- Spielstrategien und -taktiken entwickeln

Ausbildung

Prüfungsvorbereitung

Die für die Prüfung erforderlichen Qualifikationen werden in der Regel in Form von Modulen erworben.

Bildungsangebote

- Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen (EHSM), Magglingen (BE)

Mehr Informationen: berufsberatung.ch/schulen

Dauer

1,5 Jahre, berufsbegleitend

Inhalt

- Sportpsychologie
- Athletik
- Bewegungslehre
- Sportmedizin
- Sportcoaching
- Leadership

Abschluss

Trainer/in Leistungssport mit eidg. Fachausweis

Voraussetzungen

Bei Prüfungsantritt erforderlich:

- eidg. Fähigkeitszeugnis (EFZ), Fachmittelschulausweis, gymnasiales Maturitätszeugnis oder gleichwertiger Ausweis
- und Anerkennung als J+S Nachwuchstrainer/in Lokal
- und praktische Erfahrung als aktive/r Trainer/in im Leistungssport, mind. 800 Stunden
- und Visum und Unterstützung des nationalen Sportverbandes
- und Praktikum von 30 bis 40 Stunden auf einer vom nationalen Sportverband anerkannten Stufe
- und drei Standortbestimmungen mit der/dem Coach Developer
- und anerkannte Ausbildung im Bereich Erste Hilfe/Sanität

Anforderungen

- pädagogische Fähigkeiten
- Ausdauer
- Vertrauen aufbauen können
- Fähigkeit, andere zu führen
- Sinn für Bewegung und Koordination
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten
- Bereitschaft, häufig unterwegs zu sein

Weiterbildung

Kurse

Angebote von Berufsverbänden und Schulen, zum Beispiel von Swiss Olympic Academy, academy.swissolympic.ch

Höhere Fachprüfung (HFP)

Zum Beispiel Trainer/in Spitzensport mit eidg. Diplom.

Fachhochschule (FH)

Studiengänge in verwandten Bereichen, zum Beispiel Bachelor of Science in Sports oder Bachelor of Science in Gesundheitsförderung und Prävention. Je nach Fachhochschule gelten unterschiedliche Zulassungsbedingungen.

Nachdiplomstufe

Angebote von Verbänden und Fachhochschulen, zum Beispiel CAS Sportpsychologie oder CAS Sportverbandsmanagement.

Berufsverhältnisse

Trainerinnen und Trainer im Leistungssport sind häufig erfahrene Leistungssportlerinnen und Leistungssportler. Werktags trainieren sie die Athletinnen und Athleten, am Wochenende begleiten sie sie an die Wettkämpfe. Im Büro bereiten sie die Trainings vor und werten die Leistungen aus. Die Berufsleute arbeiten mit Fitness-Trainerinnen und technischen Beratern zusammen.

Trainerinnen und Trainer im Leistungssport sind in Sportvereinen, Sportverbänden, Sportbildungszentren und anderen Institutionen tätig. Einige Berufsleute übernehmen auch betriebswirtschaftliche Aufgaben in einem Sportzentrum oder bei einer Sportorganisation. Im Wettkampftraining gibt es nur wenige Stellen.

Weitere Informationen

Swiss Coach
2532 Magglingen/Macolin
www.swisscoach.info

Swiss Olympic - Dachverband der Schweizer Sportverbände
3063 Ittigen
www.swissolympic.ch

Allgemeine Informationen:
www.berufsberatung.ch

Verwandte Berufe

Berufsfeld / SD

Schneesportlehrer/in BP	5 / 0.721.28.0
Spezialist/in Bewegungs- u. Gesundheitsförde...	21 / 0.721.59.0
Sportartenlehrer/in BP	5 / 0.721.45.0