OCCUPATIONAL QUALIFICATION STANDARD

Master Coach, EstQF Level 7

Kutsestandard on dokument, milles kirjeldatakse tööd ning töö edukaks tegemiseks vajalike oskuste, teadmiste ja hoiakute kogumit ehk kompetentsusnõudeid. Kutsestandardeid kasutatakse õppekavade koostamiseks ja kutse andmiseks.

Occupational title	Level of Estonian Qualifications Framework (EstQF)
Master Coach, EstQF Level 7	7

Possible specialisation and titles on occupational certificate	
Specialisation	**Title on occupational qualification certificate**
Aerutamine	Master Coach, EstQF Level 7 Aerutamine
Aikido	Master Coach, EstQF Level 7 Aikido
Allveesport	Master Coach, EstQF Level 7 Allveesport
Ameerika jalgpall	Master Coach, EstQF Level 7 Ameerika jalgpall
Ammulaskmine	Master Coach, EstQF Level 7 Ammulaskmine
Model car racing	Master Coach, EstQF Level 7 Model car racing
Autosport	Master Coach, EstQF Level 7 Autosport
Bobisõit	Master Coach, EstQF Level 7 Bobisõit
Capoeira	Master Coach, EstQF Level 7 Capoeira
Cheerleading	Master Coach, EstQF Level 7 Cheerleading
Curling	Master Coach, EstQF Level 7 Curling
Discgolf	Master Coach, EstQF Level 7 Discgolf
Fitness ja kulturism	Master Coach, EstQF Level 7 Fitness ja kulturism
Golf	Master Coach, EstQF Level 7 Golf
Hapkido	Master Coach, EstQF Level 7 Hapkido
Iaido	Master Coach, EstQF Level 7 Iaido
Indiaca	Master Coach, EstQF Level 7 Indiaca

Jalgpall	Master Coach, EstQF Level 7 Jalgpall
Jalgrattasport	Master Coach, EstQF Level 7 Jalgrattasport
Judo	Master Coach, EstQF Level 7 Judo
Ju-jutsu	Master Coach, EstQF Level 7 Ju-jutsu
Powerlifting	Master Coach, EstQF Level 7 Powerlifting
Jäähokitreener I	Master Coach, EstQF Level 7 Jäähoki
Jääpall	Master Coach, EstQF Level 7 Jääpall
Kabe	Master Coach, EstQF Level 7 Kabe
Karate	Master Coach, EstQF Level 7 Karate
Kelgutamine	Master Coach, EstQF Level 7 Kelgutamine
Kepikõnd	Master Coach, EstQF Level 7 Kepikõnd
Kergejõustik	Master Coach, EstQF Level 7 Kergejõustik
Kickboxing	Master Coach, EstQF Level 7 Kickboxing
Kobudo	Master Coach, EstQF Level 7 Kobudo
Koroona ja novus	Master Coach, EstQF Level 7 Koroona ja novus
Korvpall	Master Coach, EstQF Level 7 Korvpall
Kriket	Master Coach, EstQF Level 7 Kriket
Kudo	Master Coach, EstQF Level 7 Kudo
Kujundujumine	Master Coach, EstQF Level 7 Kujundujumine
Kurnimäng	Master Coach, EstQF Level 7 Kurnimäng
Käsipall	Master Coach, EstQF Level 7 Käsipall
Laevamudelism	Master Coach, EstQF Level 7 Laevamudelism
Laskesuusatamine	Master Coach, EstQF Level 7 Laskesuusatamine

Laskmine	Master Coach, EstQF Level 7 Laskmine
Lauatennis	Master Coach, EstQF Level 7 Lauatennis
Lennusport	Master Coach, EstQF Level 7 Lennusport
Maadlus	Master Coach, EstQF Level 7 Maadlus
Maahoki	Master Coach, EstQF Level 7 Maahoki
Male	Master Coach, EstQF Level 7 Male
Matkasport	Master Coach, EstQF Level 7 Matkasport
Moodne viievõistlus	Master Coach, EstQF Level 7 Moodne viievõistlus
Mootorrattasport	Master Coach, EstQF Level 7 Mootorrattasport
Orienteerumine	Master Coach, EstQF Level 7 Orienteerumine
Padel	Master Coach, EstQF Level 7 Padel
Petank	Master Coach, EstQF Level 7 Petank
Pesapall	Master Coach, EstQF Level 7 Pesapall
Piljard	Master Coach, EstQF Level 7 Piljard
Poks	Master Coach, EstQF Level 7 Poks
Purjetamine	Master Coach, EstQF Level 7 Purjetamine
Raadiosport	Master Coach, EstQF Level 7 Raadiosport
Ragbi	Master Coach, EstQF Level 7 Ragbi
Ratsutamine	Master Coach, EstQF Level 7 Ratsutamine
Ronimissport	Master Coach, EstQF Level 7 Ronimissport
Rulasport	Master Coach, EstQF Level 7 Rulasport
Rulluisutamine	Master Coach, EstQF Level 7 Rulluisutamine
Aerobics and group trainings	Master Coach, EstQF Level 7 Aerobics and group trainings

Saalihoki	Master Coach, EstQF Level 7 Saalihoki
Sambo	Master Coach, EstQF Level 7 Sambo
Skeleton	Master Coach, EstQF Level 7 Skeleton
Spordi- ja liikumisharrastusalane isikuteenindus	Master Coach, EstQF Level 7 personaaltreener
Sport Chanbara	Master Coach, EstQF Level 7 Sport Chanbara
Squash	Master Coach, EstQF Level 7 Squash
Sulgpall	Master Coach, EstQF Level 7 Sulgpall
Sumo	Master Coach, EstQF Level 7 Sumo
Suusatamine	Master Coach, EstQF Level 7 Suusatamine
Sõudmine	Master Coach, EstQF Level 7 Sõudmine
Taekwon-do	Master Coach, EstQF Level 7 Taekwon-do
Muay Thai	Master Coach, EstQF Level 7 Muay Thai
Tennis	Master Coach, EstQF Level 7 Tennis
Triatlon	Master Coach, EstQF Level 7 Triatlon
Turniiribridž	Master Coach, EstQF Level 7 Turniiribridž
Tõstesport	Master Coach, EstQF Level 7 Tõstesport
Uisutamine	Master Coach, EstQF Level 7 Uisutamine
Ujumine	Master Coach, EstQF Level 7 Ujumine
Veemoto	Master Coach, EstQF Level 7 Veemoto
Veepall	Master Coach, EstQF Level 7 Veepall
Veeremängud	Master Coach, EstQF Level 7 Veeremängud
Vehklemine	Master Coach, EstQF Level 7 Vehklemine
Vesiaeroobika	Master Coach, EstQF Level 7 Vesiaeroobika

Vettehüpped	Master Coach, EstQF Level 7 Vettehüpped
Vibusport	Master Coach, EstQF Level 7 Vibusport
Võimlemine	Master Coach, EstQF Level 7 Võimlemine
Võistlustants	Master Coach, EstQF Level 7 Võistlustants
Volleyball	Master Coach, EstQF Level 7 Volleyball
Wu-shu	Master Coach, EstQF Level 7 Wu-shu

Part A
DESCRIPTION OF WORK

A.1 Description of work
Treener on liikumisharrastuse ja spordispetsialist, kes juhib käitumisharjumuste kujundamise ja kehaliste ning vaimsete harjutuste abil inimese tervist toetavate ja sportlike eesmärkide saavutamist. Treeneri ülesanne on sportlike ja kehaliste võimete terviklik, tulemuslik ja ohutu arendamine. Treener töötab iseseisvalt, meeskonna liikmena või liidrina, kaasates erinevaid spetsialiste. Treeneritöö eeldab vastutustunnet, loomingulisust, saavutusvajadust, täpsust ja ausust. Vajalik on perioodiline treeningtööd toetavate teadmiste ja oskuste tulemuslik täiendamine ning kogemuste ja teadmiste edasiandmine kolleegidele. Oluline on oskus mõjutada treenitavaid isikliku eeskujuga. Treener järgib treenerite eetikakoodeksit (vt lisa 1 Treenerite eetikakoodeks). Meistertreener, tase 7 täidab teadmiste analüüsimist, süstematiseerimist, edasiarendamist ja õpetamist eeldavaid tööülesandeid ettearvamatutes ning uuenduslikku käsitlust nõudvates olukordades ja kõrgetasemelise sportliku konkurentsi või tervise erinõuete tingimustes. Enamasti on omandanud kutsealased oskused ja teadmised kombineeritult kõrgema erialase formaalõppe ja kutsealase koolitusega ning pikaajalise pideva ja tipptasemel tulemusliku treeneritööga. Vastutab erialaste teadmiste edasiandmise eest huvitatud osapooltele. Loob uut teadmust, arendab spordiala metoodikaid ning koostab õppematerjale, mis aitavad kaasa treenitavate meisterlikkuse kasvule. Vastutab tervikliku treeningprotsessi strateegilise planeerimise ja juhtimise eest.
A.2 Tasks
A.2.1 Sportimise organiseerimine ja arendamine 1. Treenitava valimine või treeningrühma komplekteerimine. 2. Treeningute plaani koostamine. 3. Teiste spetsialistide kaasamine treeningprotsessi. 4. Teiste treenerite juhendamine. 5. Treenitava tervisliku eriolukorra arvestamine treeningprotsessis. 6. Koolitamine ja metoodiliste materjalide väljatöötamine. A.2.2 Õppe-treeningprotsessi läbiviimine 1. Kehaliste võimete arendamine. 2. Spordialaspetsiifiliste oskuste arendamine. 3. Sotsiaalsete võimete arendamine ja spordiala kultuuri õpetamine. 4. Taastumisvahendite kasutamine. 5. Spordivarustuse ja treeningvahendite soovitamine ja kasutamine. 6. Treenitava juhendamine võistlusel. 7. Toitumisharjumuste suunamine. 8. Treenitava tervikarengu planeerimine, mõõtmine, analüüsimine ja tagasiside andmine.

9. Taktikaline ning psühholoogiline ettevalmistamine valitud spordialal.
Specialised areas of work
Spetsialiseerumine toimub sõltuvalt spordiala spetsiifikast, spordialal kasutatavatest vahendidest ja harrastamiskeskkonnast. Spordiala spetsiifikast tulenevalt on kutse andjal õigus kehtestada erinõudeid. Spetsialiseerumine on otseselt seotud kutsestandardis kirjeldatud tööosadega.
A.3 Work environment and specific nature of work
Treeneritöö eeldab valmisolekut töötada sõltumata aastaajast nii sise- kui ka välistingimustes, õhtusel ajal ja puhkepäevadel, kodust eemal (treeningulaagrid, võistlused, koolitused jms).
A.4 Tools
Kasutab treeningprotsessis vajalikke vahendeid vastavalt spordialale.
A.5 Personal qualities required for work: abilities and characteristics
Töös treenerina on olulised pinge- ja stressitaluvus, saavutusvajadus, vastutustunne, ausus, järjekindlus, täpsus, paindlikkus, kohanemisvõime, headus, empaatiavõime, emotsionaalne stabiilsus, motiveerimisvõime.
A.6 Professional preparation
Meistertreener on nõutava koolituse läbinud ja tasemele vastava erialase töökogemusega isik.
A.7 Most common occupational titles
Treener.
A.8 Regulations governing profession
Töö treenerina on reguleeritud spordiseadusega.

Part B
COMPETENCY REQUIREMENTS

B.1 Structure of occupation
Meistertreener, tase 7 kutse taotlemisel on nõutav kõikide kompetentside tõendamine. Kutsesiseselt spetsialiseerutakse käesolevas kutsestandardis nimetatud spordialale, kompetentside hindamine toimub vastavalt spetsialiseerumisele. Spetsialiseerumised nagu jalgrattasport, matkasport, suusatamine, uisutamine ja veeremängud jagunevad omakorda: Jalgrattasport - BMX Matkasport - alpinism - jalgsimatkamine - jalgrattamatkamine - mägimatkamine - veematkamine Suusatamine - murdmaasuusatamine - mäesuusatamine - lumelauasport - kahevõistlus ja suusahüpped - freestyle suusatamine Uisutamine - iluuisutamine - kiiruisutamine Veeremängud - bowling - sportkeegel

B.2 Competences

MANDATORY COMPETENCES

B.2.1 Sportimise organiseerimine ja arendamine	EstQF Level 7
Tegevusnäitajad: 1. loob hindamiskriteeriumid sportlase koondisesse valimiseks, lähtudes spordialast, sportlaste vanusest, soost, ja võimekusest; 2. valib treenitavad, komplekteerib treeningrühma ja/või koondise, lähtudes püstitatud eesmärkidest; 3. koostab kõikehõlmavaid ettevalmistusplaane (sh finantsplaneerimine, võistluskalender, funktsionaalne ja meditsiiniline testimine ning muude tugiteenuste vajadus) ja püstitab pikaajalisi eesmärke; 4. kaasab vajadusel spetsialiste (nt massöör, psühholoog, toitumisspetsialist, teadlased jne); 5. juhendab teisi treenereid kõrgtasemel; 6. arendab spordiala metoodikaid ning koostab õppematerjale, mis aitavad kaasa treenitava meisterlikkuse kasvule; 7. koolitab treenereid lähtudes koolituse eesmärgist.	
Teadmised: 1) sportliku tegevuse planeerimise põhimõtted; 2) spordisotsioloogia ja spordiökonoomika; 3) spordiala ajalugu ja –kultuur, võistlusmäärused; 4) siseriiklik ja rahvusvaheline spordikorraldus; 5) projektijuhtimise ja asjaajamise alused.	
B.2.2 Õppe-treeningprotsessi läbiviimine	**EstQF Level 7**
Tegevusnäitajad: 1. mõõdab ja hindab erialaspetsiifilisi võimeid metoodiliselt kõrgel tasemel; 2. koostab kõrgemate eesmärkidega treenitavatele ja koondvõistkonna tasemel sportlastele treeninguplaane; 3. analüüsib treeningplaane ja nõustab nende koostamist rahvusvaheliselt tunnustatud tasemel; 4. valib sobivad treeningviisid ja -meetodid; 5. kombineerib ja rakendab tulemuslikult piirialaseid teadmisi ja võimalusi treenitavate võimete arendamisel; 6. juhib füüsiliste ja erialaste võimete täpset ajastamist komplitseeritud võistlustingimustes; 7. näitab mitmesugusel viisil ette ja õpetab spordiala innovaatilisi tehnikaelemente; 8. kasutab tehnika õpetamisel tulemuslikult liigutusanalüüsi teaduslikku metoodikat. 9. rakendab komplitseeritud olukordades tulemuslikult taktikaid; 10. kujundab eeskuju ja käitumise kaudu spordiala kultuuri; 11. rakendab keerulisemaid ja arenenumaid testimismeetodeid treenitava tehnilise, taktikalise, kehalise ning psühholoogilise arengu tervikjuhtimiseks; 12. suunab treenitavat toitumiskava koostamisel ja toidulisandite kasutamisel, lähtudes treenitava isikupärast ja treeningprotsessist; 13. nõustab treenitavat eriolukordades (kõrgmäestik, klimaatilised tingimused, ajavahed, kaalu reguleerimine, võistluste ettevalmistus jms); 14. loob unikaalseid isikukeskseid taastumisviise kõrgendatud eesmärkide saavutamisele suunatud eriolukordades; 15. arendab sportimisvahendeid isikukeskselt kõrgendatud eesmärkide saavutamisele suunatud eriolukordades, kaasates spetsialiste.	
Teadmised: 1) anatoomia ja füsioloogia; 2) pedagoogika, didaktika ja psühholoogia; 3) treeningprotsessi põhimõtted ja treeningute strateegiline planeerimine; 4) spordiala, ea, soo, kvalifikatsiooni ja tervisliku seisundi seosed; 5) kehaliste võimete arendamise kaasaegsed teooriad ja metoodikad; 6) sportlik valik; 7) treeninguandmete analüüsi ja hindamise põhimõtted; 8) spordiala tehnikad ja harjutusvara; 9) spordiala rahvusvaheline terminoloogia; 10) spordiala kultuur;	

11) taastumisvahendid, füsioteraapia, massaaž.

RECURRING COMPETENCES

B.2.3 Meistertreener, tase 7 kutset läbiv kompetents	**EstQF Level 7**
Tegevusnäitajad: 1. tagab treeningprotsessis (sh võistlused, laagrid) treenitavate ning ümbritsevate inimeste ja keskkonna ohutuse; 2. hindab abivajaja olukorda, annab esmaabi ja/või kutsub abi; 3. kasutab korrektset erialaterminoloogiat; 4. kasutab sobivaid suhtlemisviise, loob positiivse suhtluskeskkonna ja käitub vastavalt headele suhtlemistavadele; 5. töötab tõhusalt meeskonnas ja selle huvides, teeb koostööd; vajadusel juhib meeskonda; 6. suunab treenitava hügieeniharjumusi; 7. propageerib ning järgib ausa mängu ja treeneritöös tunnustatud hea tava põhimõtteid ning treeneri kutse-eetikat (vt lisa 1 Treenerite eetikakoodeks); 8. kasutab tööülesannetele vastavaid sidekanaleid ning info- ja kommunikatsioonivahendeid; 9. täiendab pidevalt oma erialaseid teadmisi ja praktilisi oskusi; 10. kasutab töös riigikeelt tasemel C1 ning kahte võõrkeelt tasemel B2 (vt lisa 2 Keelte oskustasemete kirjeldused).	
Teadmised: 1) valdkonnaga seotud õigusaktid ja regulatsioonid; 2) meeskonnatöö põhimõtted; 3) sportliku treeningu põhimõtted; 4) ohutus ja esmaabi; 5) organisatsioonikultuur; 6) spordipedagoogika ja -psühholoogia; 7) ettevõtluse alused; 8) turunduse alused; 9) spordiajalugu, rahvuslikud ja rahvusvahelised spordiorganisatsioonid; 10) juhtimise alused.	
HHindamismeetod(id): Läbivaid kompetentse hinnatakse teiste kutsestandardis toodud kompetentside hindamise käigus.	

Part C
GENERAL INFORMATION AND ANNEXES

C.1 Information concerning compilation and certification of occupational qualification standard and reference to classification of occupations	
1. ID of occupational qualification standard in register of occupational qualifications	19-11112020-1.5/17k
2. Occupational qualification standard compiled by:	Priit Ilver, Audentese Spordigümnaasium Üllar Kerde, Eesti Korvpalliliit Janek Küppar, Tallinna Spordi- ja Noorsooamet Kadri Liivak, Eesti Võimlemisliit Aldur Partasjuk, Spordiklubi Reval-Sport Erich Petrovits, Jõhvi Spordikeskus Kristjan Port, Tallinna Ülikool Aavo Põhjala, Eesti Judoliit Jaak Salumets, Eesti Treenerite Liit Toomas Tõnise, Eesti Olümpiakomitee Priit Vene, Eesti Olümpiakomitee
3. Occupational qualification standard approved by:	Culture
4. No. of decision of Sectoral Council	21
5. Date of decision of Sectoral Council	11.11.2020

6. Occupational qualification standard valid until	20.04.2021
7. Occupational qualification standard version no.	17
8. Reference to International Standard Classification of Occupations (ISCO 08)	3422 Sports Coaches, Instructors and Officials
9. Reference to European Qualifications Framework (EQF)	7
C.2 Occupational title in foreign language	
English:	Master Coach, EstQF Level 7
Russian:	мастер-тренер
C.3 Annexes	
Lisa 1 Treenerite eetikakoodeks	
Lisa 2 Keelte oskustasemete kirjeldused	