

OCCUPATIONAL QUALIFICATION STANDARD

Assistant Coach, EstQF Level 3

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)
Assistant Coach, EstQF Level 3	3

Possible specialisation and titles on occupational certificate	
Specialisation	Title on occupational qualification certificate
Aerutamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Aerutamine
Aikido	Assistant Coach, EstQF Level 3 Aikido
Allveesport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Allveesport
Ameerika jalgpall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Ameerika jalgpall
Ammulaskmine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Ammulaskmine
Automudelism	Assistant Coach, EstQF Level 3 Automudelism
Autosport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Autosport
Bobisõit	Assistant Coach, EstQF Level 3 Bobisõit
Capoeira	Assistant Coach, EstQF Level 3 Capoeira
Cheerleading	Assistant Coach, EstQF Level 3 Cheerleading
Curling	Assistant Coach, EstQF Level 3 Curling
Discgolf	Assistant Coach, EstQF Level 3 Discgolf
Fitness	Assistant Coach, EstQF Level 3 Fitness
Golf	Assistant Coach, EstQF Level 3 Golf
Hapkido	Assistant Coach, EstQF Level 3 Hapkido
Iaido	Assistant Coach, EstQF Level 3 Iaido
Indiaca	Assistant Coach, EstQF Level 3 Indiaca

Jalgpall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Jalgpall
Jalgrattamatkamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Jalgrattamatkamine
Jalgrattasport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Jalgrattasport
Jalgsimatkamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Jalgsimatkamine
Judo	Assistant Coach, EstQF Level 3 Judo
Ju-jitsu	Assistant Coach, EstQF Level 3 Ju-jitsu
Jõutõstmine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Jõutõstmine
Jäähokitreener I	Assistant Coach, EstQF Level 3 Jäähoki
Jääpall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Jääpall
Kabe	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kabe
Karate	Assistant Coach, EstQF Level 3 Karate
Kelgutamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kelgutamine
Kepikõnd	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kepikõnd
Kergejõustik	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kergejõustik
Kickboxing	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kickboxing
Kobudo	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kobudo
Koroona ja novus	Assistant Coach, EstQF Level 3 Koroona ja novus
Korvpall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Korvpall
Kriket	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kriket
Kudo	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kudo
Kujundujumine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kujundujumine
Kurnimäng	Assistant Coach, EstQF Level 3 Kurnimäng
Käsipall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Käsipall

Laevamudelism	Assistant Coach, EstQF Level 3 Laevamudelism
Laskesuusatamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Laskesuusatamine
Laskmine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Laskmine
Lauatennis	Assistant Coach, EstQF Level 3 Lauatennis
Lennusport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Lennusport
Liikumisharrastus	Assistant Coach, EstQF Level 3 Liikumisharrastus
Maadlus	Assistant Coach, EstQF Level 3 Maadlus
Maahoki	Assistant Coach, EstQF Level 3 Maahoki
Male	Assistant Coach, EstQF Level 3 Male
Moodne viievõistlus	Assistant Coach, EstQF Level 3 Moodne viievõistlus
Mootorrattasport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Mootorrattasport
Mägironimine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Mägironimine
Orienteerumine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Orienteerumine
Petank	Assistant Coach, EstQF Level 3 Petank
Padel	Assistant Coach, EstQF Level 3 Padel
Pesapall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Pesapall
Piljard	Assistant Coach, EstQF Level 3 Piljard
Poks	Assistant Coach, EstQF Level 3 Poks
Purjetamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Purjetamine
Raadiosport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Raadiosport
Ragbi	Assistant Coach, EstQF Level 3 Ragbi
Ratsutamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Ratsutamine
Ronimissport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Ronimissport

Rulasport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Rulasport
Rullisutamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Rullisutamine
Rühmatreeningud	Assistant Coach, EstQF Level 3 Rühmatreeningud
Saalihoki	Assistant Coach, EstQF Level 3 Saalihoki
Sambo	Assistant Coach, EstQF Level 3 Sambo
Skeleton	Assistant Coach, EstQF Level 3 Skeleton
Softball	Assistant Coach, EstQF Level 3 Softball
Sport Chanbara	Assistant Coach, EstQF Level 3 Sport Chanbara
Squash	Assistant Coach, EstQF Level 3 Squash
Sulgpall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Sulgpall
Sumo	Assistant Coach, EstQF Level 3 Sumo
Suusatamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Suusatamine
Sõudmine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Sõudmine
Taekwon-do	Assistant Coach, EstQF Level 3 Taekwon-do
Taipoks	Assistant Coach, EstQF Level 3 Taipoks
Tantsusport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Tantsusport
Tennis	Assistant Coach, EstQF Level 3 Tennis
Triatlon	Assistant Coach, EstQF Level 3 Triatlon
Turniiribridž	Assistant Coach, EstQF Level 3 Turniiribridž
Tõstesport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Tõstesport
Uisutamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Uisutamine
Ujumine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Ujumine
Vabavõitlus	Assistant Coach, EstQF Level 3 Vabavõitlus

Veematkamine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Veematkamine
Veemoto	Assistant Coach, EstQF Level 3 Veemoto
Veepall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Veepall
Veeremängud	Assistant Coach, EstQF Level 3 Veeremängud
Vehklemine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Vehklemine
Vesiaeroobika	Assistant Coach, EstQF Level 3 Vesiaeroobika
Vettehüpped	Assistant Coach, EstQF Level 3 Vettehüpped
Vibusport	Assistant Coach, EstQF Level 3 Vibusport
Võimlemine	Assistant Coach, EstQF Level 3 Võimlemine
Võrkpall	Assistant Coach, EstQF Level 3 Võrkpall
Wu-shu	Assistant Coach, EstQF Level 3 Wu-shu

Part A DESCRIPTION OF WORK

A.1 Description of work

Treener on liikumisharrastuse ja spordi spetsialist, 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, loominguilisust, 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 eetikakoodeksi (vt lisa 1 Treenerite eetikakoodeks).

ABITREENER, tase 3 täidab tööülesandeid ühetaolistes olukordades. On omandanud kutsealased oskused ja teadmised enamasti kutsealase väljaõppega. Võib töös vajada juhendamist. Vastutab oma tööülesannete täitmise eest.

A.2 Tasks

A.2.1 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.

Specialised areas of work

Spetsialiseerumine toimub sõltuvalt spordiala spetsiifikast, spordialal kasutatavatest vahenditest ja harrastamiskeskonnast. 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 (treeninglaagrid, 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, kohanemisevõime, headus, empaatiavõime, emotsionaalne stabiilsus, motiveerimisvõime.
A.6 Professional preparation
Abitreener on vähemalt 18 aastat vana, soovitatavalt keskharidusega ja spordiala harrastamise kogemusega ja läbinud nõutava koolituse.
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
Abitreener, tase 3 kutse taotlemisel on nõutav kõikide kompetentside tõendamine. Kutsesiseselt spetsialiseerutakse käesolevas kutsestandardis nimetatud spordialale, kompetentside hindamine toimub vastavalt spetsialiseerumisele. Spetsialiseerumised nagu jalgrattasport, ratsutamine, suusatamine, tantsusport, uisutamine ja veeremängud, võrkpall jagunevad omakorda: Jalgrattasport - BMX Ratsutamine - kestvusratsutamine - rakendisport - voltižeerimine Suusatamine - murdmaasuusatamine - mäesuusatamine - lumelauasport - kahevõistlus ja suusahüpped - freestyle suusatamine Tantsusport - võistlustants - tänavatants Uisutamine - iluuisutamine - kiiruisutamine Veeremängud - bowling - sportkeegel Võrkpall - rannavõrkpall

B.2 Competences

MANDATORY COMPETENCES

B.2.1 Õppe-treeningprotsessi läbiviimine	EstQF Level 3
Tegevusnäitajad: 1. kasutab treeningtunnis vajalikke baasharjutusi vastavalt spordialale; 2. kasutab treenitavate võimete arendamisel ja juhendamisel õiget terminoloogiat; 3. näitab mitmesugusel viisil ette spordiala olulisemaid tehnika põhielemente; 4. kasutab tehnika õpetamisel juhendmaterjale ja abivahendeid; 5. õpetab treenitavatele käitumis- ja sportimisreegleid; 6. tutvustab treenitavale spordiala; 7. toetab sotsiaalset ja materiaalsel valmidust võistlustel; 8. teostab juhendamisel mõõtmisi; 9. rakendab oma töös üldiseid taastumispõhimõtteid; 10. tagab spordivahendite üldkorrashoiu ning juhendab treenitavaid nende hooldamisel. Teadmised: 1) spordiala põhiharjutusvara; 2) spordiala põhiterminoloogia; 3) spordiala tehnika põhielemendid; 4) spordiala kultuur.	

RECURRING COMPETENCES

B.2.2 Abitreener, tase 3 kutset läbiv kompetents	EstQF Level 3
Tegevusnäitajad: 1. tagab treeningprotsessis (sh võistlused, laagrid) treenitavate ning ümbritsevate inimeste ja keskkonna ohutuse; 2. hindab abivajaja olukorda, annab esmaabi ja/või kutsab 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; 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 info- ja kommunikatsioonivahendeid; 9. täiendab pidevalt oma erialaseid teadmisi ja praktilisi oskusi; 10. kasutab töös riigikeelt tasemel B1 (vt lisa 2 Keelte oskustasemetes kirjeldused). Teadmised: 1) valdkonnaga seotud õigusaktid ja regulatsioonid; 2) meeskonnatöö põhimõtted; 3) sportliku treeningu põhimõtted; 4) ohutus ja esmaabi. Hindamismeetod(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	19-26032024-2.16/22k
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	32
5. Date of decision of Sectoral Council	26.03.2024
6. Occupational qualification standard valid until	10.11.2025
7. Occupational qualification standard version no.	22
8. Reference to International Standard Classification of Occupations (ISCO 08)	3422 Sports Coaches, Instructors and Officials
9. Reference to European Qualifications Framework (EQF)	3
C.2 Occupational title in foreign language	
English:	Assistant Coach, EstQF Level 3
Russian:	помощник тренера
C.3 Annexes	
Lisa 1 Treenerite eetikakoodeks	
Lisa 2 Keelte oskustasemete kirjeldused	