KUTSESTANDARD

Vanemtreener, tase 6

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.

Kutsenimetus	Eesti kvalifikatsiooniraamistiku (EKR) tase
Vanemtreener, tase 6	6

Võimalikud spetsialiseerumised ja nimetused kutsetunnistusel	
Spetsialiseerumine	**Nimetus kutsetunnistusel**
Aerutamine	Vanemtreener, tase 6 Aerutamine
Aikido	Vanemtreener, tase 6 Aikido
Allveesport	Vanemtreener, tase 6 Allveesport
Ameerika jalgpall	Vanemtreener, tase 6 Ameerika jalgpall
Ammulaskmine	Vanemtreener, tase 6 Ammulaskmine
Automudelism	Vanemtreener, tase 6 Automudelism
Autosport	Vanemtreener, tase 6 Autosport
Bobisõit	Vanemtreener, tase 6 Bobisõit
Capoeira	Vanemtreener, tase 6 Capoeira
Cheerleading	Vanemtreener, tase 6 Cheerleading
Curling	Vanemtreener, tase 6 Curling
Discgolf	Vanemtreener, tase 6 Discgolf
Fitness ja kulturism	Vanemtreener, tase 6 Fitness ja kulturism
Golf	Vanemtreener, tase 6 Golf
Hapkido	Vanemtreener, tase 6 Hapkido
Indiaca	Vanemtreener, tase 6 Indiaca
Iaido	Vanemtreener, tase 6 Iaido

Jalgpall	Vanemtreener, tase 6 Jalgpall
Jalgrattasport	Vanemtreener, tase 6 Jalgrattasport
Judo	Vanemtreener, tase 6 Judo
Ju-jutsu	Vanemtreener, tase 6 Ju-jutsu
Jõutõstmine	Vanemtreener, tase 6 Jõutõstmine
Jäähoki	Vanemtreener, tase 6 Jäähoki
Jääpall	Vanemtreener, tase 6 Jääpall
Kabe	Vanemtreener, tase 6 Kabe
Karate	Vanemtreener, tase 6 Karate
Kelgutamine	Vanemtreener, tase 6 Kelgutamine
Kepikõnd	Vanemtreener, tase 6 Kepikõnd
Kergejõustik	Vanemtreener, tase 6 Kergejõustik
Kickboxing	Vanemtreener, tase 6 Kickboxing
Kobudo	Vanemtreener, tase 6 Kobudo
Koroona ja novus	Vanemtreener, tase 6 Koroona ja novus
Korvpall	Vanemtreener, tase 6 Korvpall
Kriket	Vanemtreener, tase 6 Kriket
Kudo	Vanemtreener, tase 6 Kudo
Kujundujumine	Vanemtreener, tase 6 Kujundujumine
Kurnimäng	Vanemtreener, tase 6 Kurnimäng
Käsipall	Vanemtreener, tase 6 Käsipall
Laevamudelism	Vanemtreener, tase 6 Laevamudelism
Laskesuusatamine	Vanemtreener, tase 6 Laskesuusatamine

Laskmine	Vanemtreener, tase 6 Laskmine
Lauatennis	Vanemtreener, tase 6 Lauatennis
Lennusport	Vanemtreener, tase 6 Lennusport
Maadlus	Vanemtreener, tase 6 Maadlus
Maahoki	Vanemtreener, tase 6 Maahoki
Male	Vanemtreener, tase 6 Male
Matkasport	Vanemtreener, tase 6 Matkasport
Moodne viievõistlus	Vanemtreener, tase 6 Moodne viievõistlus
Mootorrattasport	Vanemtreener, tase 6 Mootorrattasport
Orienteerumine	Vanemtreener, tase 6 Orienteerumine
Padel	Vanemtreener, tase 6 Padel
Petank	Vanemtreener, tase 6 Petank
Pesapall	Vanemtreener, tase 6 Pesapall
Piljard	Vanemtreener, tase 6 Piljard
Poks	Vanemtreener, tase 6 Poks
Purjetamine	Vanemtreener, tase 6 Purjetamine
Raadiosport	Vanemtreener, tase 6 Raadiosport
Ragbi	Vanemtreener, tase 6 Ragbi
Ratsutamine	Vanemtreener, tase 6 Ratsutamine
Ronimissport	Vanemtreener, tase 6 Ronimissport
Rulasport	Vanemtreener, tase 6 Rulasport
Rulluisutamine	Vanemtreener, tase 6 Rulluisutamine
Rühmatreeningud	Vanemtreener, tase 6 Rühmatreeningud

Saalihoki	Vanemtreener, tase 6 Saalihoki
Sambo	Vanemtreener, tase 6 Sambo
Skeleton	Vanemtreener, tase 6 Skeleton
Spordi- ja liikumisharrastusalane isikuteenindus	Vanemtreener, tase 6 personaaltreener
Sport Chanbara	Vanemtreener, tase 6 Sport Chanbara
Squash	Vanemtreener, tase 6 Squash
Sulgpall	Vanemtreener, tase 6 Sulgpall
Sumo	Vanemtreener, tase 6 Sumo
Suusatamine	Vanemtreener, tase 6 Suusatamine
Sõudmine	Vanemtreener, tase 6 Sõudmine
Taekwon-do	Vanemtreener, tase 6 Taekwon-do
Taipoks	Vanemtreener, tase 6 Taipoks
Tennis	Vanemtreener, tase 6 Tennis
Triatlon	Vanemtreener, tase 6 Triatlon
Turniiribridž	Vanemtreener, tase 6 Turniiribridž
Tõstesport	Vanemtreener, tase 6 Tõstesport
Uisutamine	Vanemtreener, tase 6 Uisutamine
Ujumine	Vanemtreener, tase 6 Ujumine
Veemoto	Vanemtreener, tase 6 Veemoto
Veepall	Vanemtreener, tase 6 Veepall
Veeremängud	Vanemtreener, tase 6 Veeremängud
Vehklemine	Vanemtreener, tase 6 Vehklemine
Vesiaeroobika	Vanemtreener, tase 6 Vesiaeroobika

Vettehüpped	Vanemtreener, tase 6 Vettehüpped
Vibusport	Vanemtreener, tase 6 Vibusport
Võimlemine	Vanemtreener, tase 6 Võimlemine
Võistlustants	Vanemtreener, tase 6 Võistlustants
Võrkpall	Vanemtreener, tase 6 Võrkpall
Wu-shu	Vanemtreener, tase 6 Wu-shu

A-osa
KUTSEKIRJELDUS

A.1 Töö kirjeldus
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). VANEMTREENER, tase 6 täidab analüüsimist ja otsustamist eeldavaid tööülesandeid ettearvamatutes olukordades ja sportliku konkurentsi või tervise erinõuete tingimustes. Enamasti on omandanud kutsealased oskused ja teadmised kombineeritult kõrgema erialase formaalõppe ja kutsealase koolitusega ning pikaajalise ja tulemusliku treeneritööga. Vastutab erialaste teadmiste edasiandmise eest huvitatud osapooltele. Juhib terviklikuks treeningprotsessiks vajalike ressursside kasutamist ja treenerite omavahelist töökorraldust.
A.2 Tööosad
A.2.1 Sportimise organiseerimine ja arendamine 1. Treenitava valimine või treeningurühma 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.

Spetsialiseerumisega seotud tööosad
Spetsialiseerumine toimub sõltuvalt spordiala spetsiifikast, spordialal kasutatavatest vahenditest ja harrastamiskeskkonnast. Spordiala spetsiifikast tulenevalt on kutse andjal õigus kehtestada erinõudeid. Spetsialiseerumine on otseselt seotud kutsestandardis kirjeldatud tööosadega.
A.3 Töö keskkond ja eripära
Treeneritöö eeldab valmisolekut töötada sõltumata aastaajast nii sise- kui ka välistingimustes, õhtusel ajal ja puhkepäevadel, kodust eemal (treeningulaagrid, võistlused, koolitused jms).
A.4 Töövahendid
Kasutab treeningprotsessis vajalikke vahendeid vastavalt spordialale.
A.5 Tööks vajalikud isikuomadused
Töös treenerina on olulised pinge- ja stressitaluvus, saavutusvajadus, vastutustunne, ausus, järjekindlus, täpsus, paindlikkus, kohanemisvõime, headus, empaatiavõime, emotsionaalne stabiilsus, motiveerimisvõime.
A.6 Kutsealane ettevalmistus
Vanemtreener on nõutava koolituse läbinud ja tasemele vastava erialase töökogemusega isik.
A.7 Enamlevinud ametinimetused
Treener.
A.8 Regulatsioonid kutsealal tegutsemiseks
Töö treenerina on reguleeritud spordiseadusega.

B-osa
KOMPETENTSUSNÕUDED

B.1 Kutse struktuur
Vanemtreener, tase 6 kutse taotlemisel on nõutav kõikide kompetentside tõendamine. Kutsesiseselt spetsialiseerutakse käesolevas kutsestandardis nimetatud spordialale, kompetentside hindamine toimub vastavalt spetsialiseerumisele. Spetsialiseerumised nagu jalgrattasport, matkasport, ratsutamine, suusatamine, uisutamine, veeremängud ja võrkpall jagunevad omakorda: Jalgrattasport - BMX Matkasport - alpinism - jalgsimatkamine - jalgrattamatkamine - mägimatkamine - veematkamine Ratsutamine - kestvusratsutamine - rakendisport - voltižeerimine Suusatamine - murdmaasuusatamine - mäesuusatamine - lumelauasport - kahevõistlus ja suusahüpped - freestyle suusatamine Uisutamine - iluuisutamine - kiiruisutamine Veeremängud

- Bowling
- Sportkeegel
Võrkpall
- Rannavõrkpall

B.2 Kompetentsid

KOHUSTUSLIKUD KOMPETENTSID

B.2.1 Sportimise organiseerimine ja arendamine	EKR tase 6
Tegevusnäitajad: 1. loob hindamiskriteeriumid sportlase koondisesse valimiseks, lähtudes spordialast, sportlaste vanusest, soost ja võimekusest; 2. valib treenitavad, komplekteerib treeningurühma ja/või koondise, lähtudes püstitatud eesmärkidest; 3. koostab kõikehõlmavaid ettevalmistusplaane (sh finantsplaneerimine, võistluskalender, funktsionaalne ja meditsiiniline testimine ning -abi, lisaks muude tugiteenuste vajadus) ja püstitab pikaajalisi eesmärke; 4. kaasab vajadusel spetsialiste (nt massöör, psühholoog, toitumisspetsialist, teadlased jne); 5. juhendab madalama taseme treenereid kasutades sobivaid suhtlemistehnikaid, juhendamismetoodikat ning lähtudes oma parimast praktikast; 6. 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	**EKR tase 6**
Tegevusnäitajad: 1. hindab treenitavate võimete pikaajalise arendamise vajadusi; 2. koostab kõrgemate eesmärkidega treenitavatele ja koondvõistkonna tasemel sportlaste treeningplaane; 3. valib sobivad treeninguviisid ja –meetodid; 4. arendab treenitava võimeid vastavalt valitud strateegiale; 5. eelisarendab treenitava jaoks olulisi võimeid võistlusteks; 6. ajastab treenitavate tervikvõimeid võistluseks; 7. näitab mitmesugusel viisil ette ja õpetab spordiala uuemaid ja spetsiifilisemaid tehnikaelemente; 8. kasutab tehnika õpetamisel tulemuslikult liigutusanalüüsi tunnustatud meetodeid; 9. õpetab ja rakendab treenitavatele spordiala keerulisemaid ja arenenumaid taktikaid; 10. kujundab spordiala strateegiaid; 11. kujundab eeskuju ja käitumise kaudu spordiala kultuuri; 12. juhib füüsiliste ja erialaste võimete täpset ajastamist võistlussoorituseks; 13. rakendab testimist sportlase tehnilise, taktikalise, kehalise ning psühholoogilise arengu tervikjuhtimiseks; 14. suunab treenitavat toidukava koostamisel ja toidulisandite kasutamisel, lähtudes treenitava isikupärast ja treeningprotsessist; 15. nõustab treenitavat eriolukordades (kõrgmäestik, klimaatilised tingimused, ajavahed, kaalu reguleerimine, võistluste ettevalmistus jms); 16. rakendab oma töös otstarbekaid taastumisviise (näit venitused, massaaž, saunad jm) ja -vahendeid; 17. arendab sportimisvahendeid treenitava vajadustele vastavalt, maksimeerides sportlikku resultatiivsust.	
Teadmised: 1) anatoomia ja füsioloogia; 2) pedagoogika, didaktika ja psühholoogia alused; 3) treeningprotsessi põhimõtted ja treeningute strateegilise planeerimise alused; 4) spordiala, ea, soo, kvalifikatsiooni ja tervisliku seisundi seosed; 5) kehaliste võimete arendamise kaasaegsed teooriad ja metoodikad;	

6) sportliku valiku alused; 7) treeninguandmete analüüsi ja hindamise põhimõtted; 8) spordiala tehnikad ja harjutusvara; 9) spordiala rahvusvaheline terminoloogia; 10) spordiala kultuur; 11) taastumisvahendid, füsioteraapia, massaaž.

KUTSET LÄBIVAD KOMPETENTSID

B.2.3 Vanemtreener, tase 6 kutset läbiv kompetents	**EKR tase 6**
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; 6. kasutab tööülesannetele vastavaid sidekanaleid ning info- ja kommunikatsioonivahendeid; 7. suunab treenitava hügieeniharjumusi; 8. propageerib ning järgib ausa mängu ja treeneritöös tunnustatud hea tava põhimõtteid ning treeneri kutse-eetikat (vt lisa 1 Treenerite eetikakoodeks); 9. täiendab pidevalt oma erialaseid teadmisi ja praktilisi oskusi; 10. kasutab töös riigikeelt tasemel B2 ning ühte 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.	
Hindamismeetod(id): Läbivaid kompetentse hinnatakse teiste kutsestandardis toodud kompetentside hindamise käigus.	

C-osa
ÜLDTEAVE JA LISAD

C.1 Teave kutsestandardi koostamise ja kinnitamise kohta ning viide ametite klassifikaatorile	
1. Kutsestandardi tähis kutseregistris	19-03112021-4.5/19k
2. Kutsestandardi koostajad	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. Kutsestandardi kinnitaja	Kultuuri Kutsenõukogu
4. Kutsenõukogu otsuse number	23
5. Kutsenõukogu otsuse kuupäev	03.11.2021
6. Kutsestandard kehtib kuni	30.01.2023
7. Kutsestandardi versiooni number	19
8. Viide Ametite Klassifikaatorile (ISCO 08)	3422 Treenerid, spordiinstruktorid ja -ametnikud
9. Viide Euroopa kvalifikatsiooniraamistikule (EQF)	6
C.2 Kutsenimetus võõrkeeles	
Inglise keeles	Senior Coach, EstQF Level 6
Vene keeles	старший тренер
C.3 Lisad	
Lisa 1 Treenerite eetikakoodeks	
Lisa 2 Keelte oskustasemete kirjeldused	