

TrainerIn (Sport)

BERUFSBESCHREIBUNG

Sport-TrainerInnen unterrichten und schulen Hobby- und FreizeitsportlerInnen genauso wie Leistungs- und SpitzensportlerInnen in einer oder mehreren Sportarten. Zu ihren Aufgaben gehören neben der technischen Schulung in der jeweiligen Disziplin auch die medizinische Analyse, die Motivationsarbeit und die mentale Begleitung ihrer Schützlinge. Häufig kümmern sie sich auch um organisatorische Angelegenheiten, die im Umfeld des Trainings anfallen. Sport-TrainerInnen arbeiten im Team mit SportärztInnen, PhysiotherapeutInnen und SportmasseurInnen und haben engen Kontakt zu den von ihnen trainierten SportlerInnen.

Wichtige Aufgaben und Tätigkeiten

- Kraft- und Belastungstests im Rahmen der Leistungsdiagnostik planen und durchführen
- sportmedizinische und sportmotorische Untersuchungen durchführen lassen
- Trainingspläne und Konzepte erstellen
- Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit trainieren
- Technik und Taktik trainieren
- SportlerInnen motivieren, Mentalcoaching durchführen
- die SportlerInnen zu Sportwettkämpfen und -wettbewerben begleiten und vor Ort betreuen
- Aufzeichnungen über Trainingsfortschritt führen
- organisatorische Tätigkeiten übernehmen (Wettkämpfe und Trainingslager planen etc.)

Anforderungen

- Beweglichkeit
- gute körperliche Verfassung
- Sportlichkeit
- Datensicherheit und Datenschutz
- didaktische Fähigkeiten
- Ernährungskompetenz
- gute Beobachtungsgabe
- Durchsetzungsvermögen
- Führungsfähigkeit (Leadership)
- Hilfsbereitschaft
- Kommunikationsfähigkeit
- Kontaktfreude
- Kritikfähigkeit
- Motivationsfähigkeit
- Verständnis für Jugendliche und Kinder
- Ausdauer / Durchhaltevermögen
- Begeisterungsfähigkeit
- Belastbarkeit / Resilienz
- Beurteilungsvermögen / Entscheidungsfähigkeit
- Flexibilität / Veränderungsbereitschaft
- Geduld
- Gesundheitsbewusstsein
- Sicherheitsbewusstsein
- Zielstrebigkeit
- gepflegtes Erscheinungsbild

Ausbildung

Als Ausbildung kommt z. B. die 2-jährige SportlehrerInnenausbildung in Frage. Auch ein Studium der Sportwissenschaften ist eine Möglichkeit. Häufig ist jedoch eine spezielle Ausbildung und/oder Zertifizierung in der jeweiligen Sportart erforderlich (z. B. UEFA-Lizenz für Fußball-TrainerInnen).