

## Teil 11: Ausbildung von Trainer und Betreuer



### Inhalt

<b>1</b>	<b>VEREINSTRAINER UND TRAINER VON LOKALEN TALENT STÜTZPUNKTEN</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>REGIONAL- UND NATIONALKADERTRAINER.....</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>PERSÖNLICHE BETREUER (PB) .....</b>	<b>3</b>

## Teil 11: Ausbildung von Trainer und Betreuer

Die verbandsinterne Ausbildung aller beteiligten Trainer und Betreuer stützt sich auf das vorliegende Förderkonzept ab. Dieses dient in der J+S-Ausbildung ebenfalls als Grundlage. So kann die Philosophie von Swiss Orienteering in allen Ausbildungsgefässen vermittelt werden.

### 1 Vereinstrainer und Trainer von lokalen Talent Stützpunkten

Die J+S-Ausbildung steht am Anfang jeder Trainerkarriere. Dies gilt auch für Erwachsene oder «Umsteiger», welche später in den Trainerberuf einsteigen möchten. Swiss Orienteering strebt an, dass alle Mitglieder des Elitekaders am Ende ihrer Spitzensportkarriere diese Ausbildung abgeschlossen haben.

Ein wichtiges Gefäss u.a. für Rekrutierung und Ausbildung der Vereinstrainer ist das regionale Nachwuchskader. Die Jugendlichen sollen ab 18-jährig ermutigt werden die Grundausbildung von J+S zu absolvieren (J+S Leiterkurs). Anschliessend stehen den J+S Leitern diverse Weiterbildungsangebote von J+S zur Verfügung welche durch das BASPO, Swiss Orienteering oder einem Regionalverband organisiert werden.

Auf Stufe J+S sind zwei Spezialisierungen möglich:

- J+S Experte
- J+S Leiter mit Zusatz Leistungssport (= Verbandstrainer)

J+S Experten bilden die J+S Leiter aus. Zur Wissens- und Erfahrungssicherung innerhalb Swiss Orienteering werden viele ehemalige Trainer in den Ausbildungsprozess von künftigen Trainern eingebunden.

J+S Leiter mit Zusatz Leistungssport können auf Stufe LTS und Regionalkader arbeiten und haben die Möglichkeit die Berufstrainerausbildung von Swiss Olympic zu absolvieren.

Swiss Orienteering führt an den J+S Kursen ein Screening durch. Dabei geben die Kursteilnehmerinnen ihre Interessen und Ziele in der J+S-Ausbildung an. Gleichzeitig geben die Ausbilder Ihre Einschätzung über die Fähigkeiten ab. Die Ausbildungsverantwortlichen von Swiss Orientierung können so zusammen mit den J+S-Coaches die künftigen Leiter und Trainer gezielt fördern.

Genauere Informationen zur J+S-Ausbildung siehe:

[www.jugendundsport.ch/de/sportarten/orientierungslauf-uebersicht/aus-und-weiterbildung/ausbildungsstruktur/grundausbildung.html](http://www.jugendundsport.ch/de/sportarten/orientierungslauf-uebersicht/aus-und-weiterbildung/ausbildungsstruktur/grundausbildung.html)

Bereits für 14-Jährige steht neu die Leiterausbildung für Jugendliche zur Verfügung: (z.B. [www.1418coach.zh.ch](http://www.1418coach.zh.ch)). Hier können junge Leitertalente bereits vor dem 18. Geburtstag eine Leiterausbildung besuchen und im Verein aktiv als Leiter mitwirken. Das Projekt ist kantonal organisiert und ist nicht in allen Kantonen verfügbar (Stand Januar 2020).

### 2 Regional- und Nationalkadertrainer

Swiss Olympic bietet den Berufstrainerlehrgang (BTL) zum Trainer Leistungssport an. Bevor der BTL in Angriff genommen werden kann, muss die Ausbildung zum J+S Leiter mit Zusatz Leistungssport abgeschlossen sein.

Die Trainer auf Stufe Regionalkader haben die J+S-Leiter mit Zusatz Leistungssport (ehemals J+S-Verbandstrainer) abgeschlossen und streben den BTL an. Mindestens ein Trainer im Trainerteam soll den BTL abgeschlossen haben.

Die Trainer auf nationaler Ebene (Junioren- und Elitekader) haben den BTL von Swiss Olympic absolviert oder besitzen eine von Swiss Olympic anerkannte Trainer-Äquivalenz.

Swiss Orienteering unterstützt die Anmeldung für eine Trainerbildung Swiss Olympic.

Der BTL umfasst 4 Pflichtmodule à 3 bis 4 Tagen und individuell gewählten Modulen (je nach Interessen und Kompetenzen). Der Lehrgang schliesst mit der Prüfung zum Trainer Leistungssport Swiss Olympic wie auch Trainer Leistungssport mit eidgenössischem Fachausweis des Bundesamtes für Berufsbildung und Technologie (BBT) ab.

Anschliessend an den BTL sind die Weiterbildungsmodule auf Stufe Spitzensport und auch der Diplomtrainerlehrgang (DTL) möglich. Dieser besteht aus mehreren Modulen à 3 bis 4 Tagen und weiteren individuell gewählten Modulen (je nach Interessen und Kompetenzen). Der Lehrgang schliesst mit der höheren Fachprüfung zum Diplomierten Trainer Spitzensport ab.

Weitere Informationen zur Trainerbildung:

[www.ehsm.admin.ch/de/ausbildung-weiterbildung/trainerbildung-schweiz.html](http://www.ehsm.admin.ch/de/ausbildung-weiterbildung/trainerbildung-schweiz.html)

oder im Ausbildungsplaner [www.ausbildungsplaner.ch/](http://www.ausbildungsplaner.ch/)

### **3 Persönliche Betreuer (PB)**

Wenn ein Athlet ins Regionalkader selektioniert wird, wird dieser aufgefordert und unterstützt in der Suche nach einem PB. Deshalb werden fast alle Athleten im regionalen Nachwuchskader, im nationalen Juniorenkader oder Elitekader von einem PB begleitet.

Der PB ist meist ein erfahrener OL-Läufer, ein Kenner der Sportart OL.

Die Aufgaben des PBs sind sehr vielseitig: Erstellen der Trainingsplanung, Jahresauswertung und Schlüsse ziehen für die Umsetzung im Folgejahr, helfen in der Vorbereitung von OL-Trainings und -Wettkämpfen, helfen beim Auswerten der OL-Trainings und -Wettkämpfe, planen des physischen Trainings, behilflich sein beim Gestalten des Umfeldes.

Der Betreuer bezieht den Athleten nach und nach in die umfassende Planung mit ein. Er lernt diesen «selbständig» zu werden.

Die Ausbildung der persönlichen Betreuer geschieht über die J+S-Leiterausbildung. Zusätzlich wird jährlich ein Betreuertag angeboten.

Die Themen werden auf das

- O: Technische Grundlagen und deren Umsetzung im Training, Trainingsmöglichkeiten
- L: Planung und Umsetzung des physischen Trainings
- M: Kennen(lernen) der mentalen Grundlagen
- U: Karriereplanung
- sowie auf Vorgaben von Swiss Orienteering Leistungssport wie auch auf die Bedürfnisse der Betreuer abgestützt.

Als Grundlage dienen das Förderkonzept und der Leitfaden<sup>1</sup> für die persönlichen Betreuer. Der Erfahrungsaustausch unter den Betreuern wird als wichtig erachtet und gepflegt

---

<sup>1</sup> Broschüre von Swiss Orienteering: «Athletenbetreuung – eine Handreichung» (2013)