Leistungssportler*in

BERUFSBESCHREIBUNG

Leistungssportler*innen üben ihren Sport (z. B. Fußball, Tennis, Schifahren, Schwimmen, Segeln) hauptberuflich aus. Sie trainieren unter hoher körperlicher Belastung und verfolgen das Ziel ihre körperliche Leistung mit anderen Leistungssportler*innen im Wettkampf zu messen. Leistungsdiagnostik, regelmäßiges und oftmaliges Training, kontrollierte Ernährung und sportmedizinische Untersuchungen gehören zum Alltag von Leistungssportler*innen. Außerdem erfordert der Beruf viel Selbstmotivation und Selbstkontrolle, um das nötige Maß an Disziplin und Ausdauer aufbringen zu können.

Leistungssportler*innen sind umgeben von Trainer*innen, Sportlehrer*innen, Sportmanager*innen und Sportwissenschafter*innen. Sie arbeiten meist für Sportvereine oder -verbände und stehen je nach Bekanntheitsgrad und Erfolg in Kontakt mit Medien und Fans.

Ausbildung

Die Ausbildung zum/zur Leistungssportler*in erfolgt großteils in Sportvereinen und in den entsprechenden Fachverbänden. Außerdem gibt es ein vielfältiges schulisches Angebot in Form von Sportgymnasien und Sporthandelsakademien bzw. Sporthandelsschule. Leistungssportler*in ist ein Beruf, der in der Regel nicht ein ganzes Leben lang ausgeübt werden kann. Es ist deshalb dringend anzuraten, frühzeitig mit der Planung der beruflichen Laufbahn nach Ende der aktiven Sportler*in-Karriere zu beginnen und eine Ausbildung in einem Zweitberuf anzustreben.

Wichtige Aufgaben und Tätigkeiten

- Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Techniken trainieren
- Kraft- und Belastungstests im Rahmen der Leistungsdiagnostik absolvieren
- Vorbereitung auf Ablauf, Strategie und Taktik im Wettkampf
- an Sportwettkämpfen und -wettbewerben teilnehmen
- sportmedizinische und sportmotorische Untersuchungen durchführen lassen
- Ernährungspläne verfolgen
- regelmäßig regenerieren (z. B. Massage, Bad, Sauna, Meditation, etc.)

Anforderungen

- Beweglichkeit
- gute körperliche Verfassung
- Kraft
- Sportlichkeit
- Wetterfest

- Ernährungskompetenz
- Fremdsprachenkenntnisse

- Durchsetzungsvermögen
- Integrationsvermögen
- Kommunikationsfähigkeit
- Kontaktfreude
- Kritikfähigkeit
- Motivationsfähigkeit

- Ausdauer / Durchhaltevermögen
- Belastbarkeit / Resilienz
- Beurteilungsvermögen / Entscheidungsfähigkeit
- Bewegungsfreude
- Flexibilität / Veränderungsbereitschaft
- Gesundheitsbewusstsein
- Selbstbeherrschung
- Selbstmotivation
- Selbstvertrauen / Selbstbewusstsein
- Zielstrebigkeit

- gepflegtes Erscheinungsbild
- Mobilität (wechselnde Arbeitsorte)
- Reisebereitschaft

- Koordinationsfähigkeit
- Organisationsfähigkeit
- systematische Arbeitsweise

© ibw-Institut für Bildungsforschung der Wirtschaft