

Schweizerischer Fussballverband

Association Suisse de Football

Associazione Svizzera di Football

Swiss Football Association



Zwischen Schulbank und Trainingsplatz

Spitzensport – kein Hindernis
für eine Ausbildung





»»»
«Ein Teamsport wie Fussball ist ein wichtiger Begleiter junger Menschen in der schulischen Ausbildung. Man lernt Prioritäten zu setzen, sich entsprechend zu fokussieren, um Belastungen nicht als Druck zu erleben. Man lernt auch, individuelle Begabungen laufend zu optimieren und sie als persönliche Qualitäten richtig dosiert einzusetzen für den Erfolg einer Gruppe, einer Schule, einer Firma, einer Unternehmung. Zudem wird im Schweizer Fussball besonders viel Gewicht gelegt auf die Vermittlung von Werten wie Respekt und Fairplay, die auch im zivilen Leben eine grosse Bedeutung haben. Eine weitere wichtige Parallele von Schule und Fussball ist: Wer viel investiert, kriegt auch etwas zurück. Wer viel lernt und gibt in der Schule, hat gute Noten und Perspektiven. Wer im Fussball seriös trainiert und arbeitet, schafft die Grundlagen für gute Resultate und Erfolge.»

Vladimir Petkovic

Vladimir Petkovic trainiert seit 2014 die Schweizer Nationalmannschaft.

Impressum

Zwischen Schulbank und Trainingsplatz

Herausgeber/Redaktion:

Schweizerischer Fussballverband (SFV)

Layout/Gestaltung: Schober Bonina AG

Fotos: Keystone, Photopress, Pixabay,

Swiss-Ski, R. Varadi, Luzerner Zeitung

Druck: Ast & Fischer AG, Wabern

Die Autorin: Marlies Zuber

Marlies Zuber ist dipl. Berufs- und Laufbahnberaterin und Psychologin FH. Seit 2003 hat sie ein Mandat beim Schweizerischen Fussballverband und ist für die Information und die Beratung von Fussballerinnen und Fussballern der Nationalauswahlen zuständig. Bei der Berufsberatung Kanton Zürich ist sie zuständig für die Beratung von Nachwuchs- und Spitzensportlerinnen und -sportlern.

Mitarbeit: Stevie Brunner

Stevie Brunner ist SFV Footecho Chef und Assistent des Technischen Direktors.

Inhalt

Vorwort	4
Einleitung	5
Spitzensport im Spannungsfeld von Sport, Ausbildung und Familie	6
Ausbildung: Tor zur beruflichen Karriere	8
Berufswahl und Karriereplanung	9
Bildungswege für Spitzensportlerinnen und -sportler	9
Sportschulen	10
Kunst- und Sportschule	11
Kunst- und Sportgymnasium, Sporthandelsmittelschule, Sportinternat	12
SFV-Ausbildungszentrum Biel	13
Berufslehren für Spitzensportlerinnen und -sportler	14
Massgeschneiderte Lösungen	14
Zusatzvereinbarung zum Lehrvertrag	14
Sporthandelsschulen, Berufsfachschulen für Sporttalente: Kaufmann/Kauffrau	16
Jungprofi ohne Ausbildungsabschluss	17
Wann ist ein solcher Weg sinnvoll?	17
Weiterbildungen und Studium	19
Talentmanagement	21
Ein Team von Spezialisten	21
Berufswahlfahrplan: Wegweiser für die Lehrstellensuche	22
Was Eltern wissen sollten	24
Was Trainerinnen und Trainer wissen sollten	25
Swiss Olympic Talent Card und Finanzierung der Aus- und Weiterbildung	26
Weitere Informationen	27

Weibliche/männliche Schreibweise

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird hier in der Regel die männliche Schreibweise verwendet. Wir weisen an dieser Stelle darauf hin, dass sowohl die männliche als auch die weibliche Schreibweise für die entsprechenden Beiträge gemeint sind.



Laurent Prince

Technischer Direktor
Schweizerischer Fussballverband (SFV)

Wenn mein Kind ein Talent ist

Die Lebenswelt der Talente bringt viele Herausforderungen und noch mehr Fragen bei den Talenten selber, den Erziehungsberechtigten und Klub- und Verbandsverantwortlichen mit sich. «Unser Kind, unser Spieler, unser Schüler ist ein Talent, was müssen wir jetzt tun?» So oder ähnlich lautet bei vielen im Talentförderprozess involvierten Personen die Fragestellung, wenn es darum geht, die Talente zu fördern, die morgen die Geschichte des Schweizer Spitzensports schreiben sollen. Welcher Weg ist der richtige, damit Talente zu Leistungssportpersönlichkeiten heranreifen, die Herausforderungen auf hohem Niveau annehmen sowie Probleme und Widerstände erfolgreich überwinden können?

Die «Challenges» sind in den letzten Jahren stetig und markant gestiegen, und es ist für viele nicht immer einfach, im Dschungel der vermeintlich guten Angebote zwischen dem richtigen Klub, dem Berater, dem sinnvollen Weiter- und Ausbildungsangebot den Überblick zu bewahren, sprich den richtigen Entscheid zu fällen.

Der Schweizerische Fussballverband hat diese Problematik erkannt und ist sich seiner Verantwortung in diesem so wichtigen Prozess bewusst. Deshalb hat er sich, zusammen mit den in der Ausbildung der Besten engagierten SFL-Klubs, der Herausforderung des Talentmanagements gestellt. Die Schaffung des Jobs des Talentmanagers auf Klub- und Verbandsstufe hat sich diesbezüglich bewährt. Die Karriereplanungen in den Bereichen Persönlichkeitsentwicklung, Vertrags- und Sportrecht sowie Berufs- und Schulbildung konnte vorangetrieben werden – wertvolle Informationen und Erfahrungen konnten in den letzten Jahren gesammelt werden.

Auch Swiss Olympic unterstützt die Athleten mit hilfreichen Print- und Onlinemedien und bietet ab Stufe Talent Card Elite speziell auf den Leistungssport abgestimmte Laufbahnberatungen an. Ebenfalls wertvolle Beratungs- und Dienstleistungen für angehende Spitzensportler halten die BIZ der Kantone bereit.

Im Talentförderprozess gilt es zu beachten, dass es immer um das Talent selber geht. Es ist zwingend, die exakte Analyse des Einzelfalles in den Mittelpunkt zu stellen. Damit die richtigen Antworten gefunden werden können, müssen zuerst die passenden Fragen gestellt werden. Die Balance zwischen sportlicher, familiärer und beruflicher Situation spielt bei jedem Spieler eine wichtige Rolle und ist in jedem Fall unterschiedlich. Die Wirkung der Massnahmen soll spürbar sein und im Dienste der Entwicklung des Talentes gefällt werden. Die Spieler stehen im Mittelpunkt.

Dem Problem der Vereinbarkeit von Spitzensport und Berufsausbildung müssen sich im Hochbildungsland Schweiz viele Eltern von Sporttalenten stellen. Dank der wertvollen Mitarbeit von Marlies Zuber und anderen Experten verfügt der SFV schon seit vielen Jahren über Fachleute, die inzwischen nicht nur den Arbeits-, sondern auch den Talentmarkt Fussball bestens kennen und Spieler jeden Jahrgangs bei wichtigen Entscheidungen begleitet und beraten haben.

Die vorliegende Broschüre soll eine Orientierungshilfe für Talente, deren Umfeld, Vertreter von im Talentförderprozess involvierten Institutionen sowie für die Vereine des Schweizerischen Fussballverbandes sein, damit die Herausforderung «Mein Kind ist ein Talent» gemeistert werden kann. Vor allem zum Wohle des einzelnen Talents, aber auch zur Etablierung und Anerkennung des Fussballers als Spitzensportler in unserer Gesellschaft.



Christophe Moulin
Ressortchef
Nachwuchsförderung



Marlies Zuber
Berufs- und Laufbahnberaterin SFV

Das Training unseres Gehirns ist in jedem Alter wichtig!

Soll ein Fussballtalent nur auf die Karte Sport setzen oder noch in eine zusätzliche Ausbildung investieren? Diese Frage wird immer wieder kontrovers diskutiert. Dabei geht es nicht nur darum, sich abzusichern, falls es mit der Fussballkarriere nicht mehr rund läuft. Es geht um mehr.

Die geistige Entwicklung ist im Leben auf jeder Altersstufe wichtig. Sowohl ein Profi- wie ein Nachwuchsspieler darf sich nicht darauf beschränken, nur seine körperlichen Fähigkeiten zu entwickeln. Er sollte sich genauso um seinen Verstand kümmern, indem er sich intellektuellen Herausforderungen stellt und bereit ist, Neues zu lernen.

Wie unsere Muskeln regelmässig trainiert werden müssen, um Leistung zu erbringen, so ist auch unser Gehirn ein Organ, das sich durch ständiges Training und Aktivierung weiterentwickelt. Ein guter Verstand trägt zur Gesundheit jedes Fussballers im Alltag bei und hilft ihm, die richtigen Entscheidungen zu treffen, sowohl auf als auch neben dem Fussballplatz!

Ausbildung und Spitzensport

Fussball-Europameisterschaft, Ski-Weltmeisterschaft oder Olympische Spiele. Millionen Zuschauer verfolgen die Wettkämpfe begeistert am Fernsehen oder pilgern in die Stadien. Sport ist Teil unserer Gesellschaft, Spitzensport Teil der heutigen Unterhaltungsindustrie, in der die Medien Sieger und Helden kreieren.

Doch bevor jemand den Sprung auf einen Podestplatz schafft oder den Pokal in die Höhe stemmen kann, braucht es jahrelanges hartes Training und Entbehrung.

Viele Sporttalente und deren Eltern machen sich Sorgen, wie sie Ausbildung und Spitzensport unter einen Hut bringen können. Dabei sind die Herausforderungen in den letzten Jahren stetig gestiegen. Es wird immer schwieriger, sich im Dschungel der vielen Angebote zurechtzufinden. Die vorliegende Broschüre «Zwischen Schulbank und Trainingsplatz» ist eine Orientierungshilfe für Sporttalente, deren Eltern, Trainer und Berufsberater. Sie informiert über sportspezifische Ausbildungen und zeigt auf, wie Schule oder Lehre mit dem Trainingsalltag vereinbart werden können.

Die Broschüre erschien zum ersten Mal 2005. Ich durfte sie damals mit der finanziellen Unterstützung des Eidgenössischen Büros für die Gleichstellung von Frau und Mann für den Schweizerischen Fussballverband erstellen. Mit der Unterstützung von Stevie Brunner, Assistent des Technischen Direktors, habe ich die Broschüre nun ein weiteres Mal überarbeitet, sodass sie Ihnen hier in dritter Auflage aktualisiert zur Verfügung steht. Für diese Möglichkeit und das Vertrauen möchte ich mich beim SFV, insbesondere bei Laurent Prince, dem Technischen Direktor, ganz herzlich bedanken und bei allen, die dazu einen Beitrag geleistet haben.

Die Broschüre soll dazu beitragen, dass Leistungssportlerinnen und -sportler geeignete auf sie zugeschnittene Ausbildungslösungen finden, die ihnen ermöglichen, ohne permanente Überforderung ihre sportliche wie auch berufliche Karriere zu verfolgen. Sportliche Höchstleistung entsteht nicht über Nacht aus dem Nichts, sondern in einem Umfeld, in dem alle Partner am gleichen Strick ziehen.

Spitzensport im Spannungsfeld von Sport, Ausbildung und Familie



«Viele Hunde sind des Hasen Tod» – dieses Sprichwort gilt für viele abgebrochene Sportkarrieren. Gemäss einer Studie der Universität Bern steigen die meisten Jugendlichen nicht aufgrund einer Verletzung aus dem Hochleistungssport aus, sondern weil die Gesamtbelastung zu hoch ist. 82 Prozent der befragten Verbände gaben an, der häufigste Grund für einen Ausstieg sei die Doppelbelastung von Spitzensport und Ausbildung.

Das ist kaum erstaunlich: Denn im Alter zwischen 14 und 18 Jahren werden die Weichen gestellt, sei es bei der Berufswahl, in der Schulkarriere oder im Spitzensport. Die Athletinnen und Athleten sind dann einem besonders grossen Druck ausgesetzt, da sie Spitzensport und Ausbildung unter einen Hut bringen müssen. Zu einem übervollen Stundenplan in der Schule oder einem harten Alltag in der Lehre kommt noch ein Trainingsaufwand, der je nach Sportart 10 bis 25 Stunden in der Woche beträgt. Nach dem 16. Altersjahr steigt dieser sogar auf 20 bis 30 Stunden. Für viele Jugendliche ist dies ein harter Kampf, verbunden mit Verzicht: Frühmorgens, während die Klassenkameraden noch in den Federn liegen, schwimmen sie einsam ihre Kilometer, kurven spätabends noch durch die kalte Eishalle oder rennen über das Trainingsfeld.

In dieser Phase absolvieren die Spitzensportlerinnen und -sportler zwei Ausbildungen: Einerseits eine Schule oder Berufslehre, andererseits ihre sportliche Disziplin. Die dauernde Doppelbelastung kann zur Überlastung führen, wenn sich die Beteiligten der Herausforderungen und Gefahren nicht bewusst sind. Es gilt, die Balance zwischen Spitzensport, Ausbildung und sozialem Leben zu finden.

Das Leben der jungen Spitzensportler spielt sich im Spannungsfeld von Sport, Ausbildung, Freunden und Familie ab. Auch wenn es die wenigsten wahrhaben wollen: Trainer, Lehrerschaft, Eltern und Freunde stehen sich als Konkurrenten gegenüber, die ihre Forderungen an den Athleten stellen. Jeder will nur das Beste, doch das Beste wird zur Unmöglichkeit. Nach dem langen Training warten noch spätnachts die Hausaufgaben. Kein Wunder, dass diese dann manchmal «schludrig» gemacht werden. Vor der wichtigen Französischprüfung geht es noch in das Intensivtrainingswochenende; am nächsten Tag bleibt das Blatt weitgehend leer. Und der Lehrmeister will nicht länger Rücksicht auf die Wettkämpfe nehmen: Es droht der Lehrabbruch. Hier stellen viele Eltern die durchaus berechtigte Frage, ob ein Nebeneinander von Ausbildung und Spitzensport überhaupt möglich ist.



«Ich habe mich im Vorfeld bei der Berufsberatung informiert. Die Speziallösung hat mir geholfen, den Sport und die Ausbildung mit einem guten Zeitmanagement unter einen Hut zu bringen.»

Lia Wälti

Profifussballerin, zurzeit beim englischen Verein Arsenal unter Vertrag, A-Nationalspielerin, absolvierte eine vierjährige Sport-KV-Lehre an der BWD in Bern.



TIPPS

Um mit der Mehrfachbelastung besser umgehen zu können, solltest du folgende Punkte beachten:

Informiere dich

Beschäftige dich nicht nur mit der üblichen Berufswahl oder den Schulumöglichkeiten, sondern informiere dich zusammen mit deinen Eltern auch über die speziellen Berufs- und Schulausbildungen für Spitzensportlerinnen und -sportler. So findest du eine passende, massgeschneiderte Lösung, die ein Nebeneinander von Ausbildung und Spitzensport zulässt, ohne dass dies zum permanenten Stress oder gar zum Abbruch von Lehre, Schule oder Sport führt. Gute Lösungen müssen oftmals ausgehandelt werden. Doch der Aufwand, eine professionelle Informationsstelle aufzusuchen und sich beraten zu lassen, lohnt sich alleweil. Du vermeidest Stolpersteine und gewinnst einen Überblick über die verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten und ihre Finanzierung. Eine gute Beratung ist der erste Schritt in der Karriereplanung.

Erstelle einen Zeitplan

Mithilfe eines Zeitplanes wirst du dir bewusst, wie stark der Spitzensport dich zeitlich beansprucht. Der Überblick hilft dir, Lehre und Schule besser zu koordinieren und realistisch einzuschätzen, wo es eng wird und wo du anders planen musst. Vergiss in deinem Zeitmanagement nicht, die Reise-, Erholungs- und Freizeit einzuplanen. Du brauchst diese Zeit, um aufzutanken. Wer ständig brennt, verbrennt!

Setze Fern- und Teilziele

Setze dir im Sport und in der Ausbildung Fernziele, vor allem aber auch Teilziele. Überprüfe diese Ziele und achte darauf, ob Ausbildungslücken bestehen. Wurde etwas nicht erreicht? Und warum? Was sollte man in der nächsten Saison besser machen? Bereitest du der Sport noch Spass? Bist du noch motiviert? Was braucht es, um dich weiterzubringen? Ziehe Bilanz und achte darauf, ob die Ausbildung, der Spitzensport und das Umfeld noch im Einklang stehen! Wer so zurückschaut, wird die allfälligen Schwierigkeiten auffangen und rechtzeitig angehen. Und er wird seine Begeisterung behalten, die zu Höchstleistungen befähigt.

Suche das Gespräch

Das regelmässige Gespräch zwischen Spitzensportlern, Eltern, Trainern, Lehrmeistern und Lehrpersonen trägt wesentlich dazu bei, dass die Doppelausbildung gelingt. Es braucht Verständigung, Verständnis und Entgegenkommen von allen Partnern. Suche den Kontakt. Sprich die Schwierigkeiten gegenüber der Schule, dem Lehrbetrieb oder dem Trainer an. Schildere die Umstände. Die guten Ansätze werden meist im Gespräch entwickelt. Gemeinsam getragene Lösungen sparen Kräfte und Energie. Diese brauchst du im Wettkampf.

Ausbildung: Tor zur beruflichen Karriere

Christian, heute 25, Skifahrer, besuchte das Regionalkader und absolvierte eine Lehre als Elektroinstallateur. Er hatte Glück: Der Lehrmeister kam ihm entgegen, sodass er für die Trainingslager und die Rennen freibekam. Christian fehlte oft im Betrieb. Die Berufsschule bereitete ihm keine Mühe. Vier Jahre lang investierte er seine Ferien und seine ganze Freizeit in den Spitzensport. Oft erreichte er die Grenzen seiner Kräfte. Bei der Lehrabschlussprüfung versagte er im praktischen Teil. Zu oft hatte er gefehlt. Das Fähigkeitszeugnis blieb ihm verwehrt. Er nahm einen Gelegenheitsjob auf dem Bau an, wo er schwer verunfallte. Langsam wurde ihm klar, dass er nicht sein Leben lang als Hilfskraft arbeiten möchte. Doch in der Berufsberatung stellte er fest, dass ohne abgeschlossene Lehre seine Wunschberufe wie Polizist oder Sportlehrer nicht möglich sind.

Während der Lehre und der Mittelschule (z. B. Gymnasium) erfahren viele Athletinnen und Athleten die grösste Belastung, da sich die Ausbildung nur beschränkt an die Trainings- und Wettkampfpäne anpassen lässt. Der frühzeitige Ausstieg aus der Sportkarriere erfolgt entsprechend häufig im Alter zwischen 16 und 18 Jahren. Als Grund wird oft die zu hohe Gesamtbelastung angegeben. Kommt es zum Schul- oder Lehrabbruch, wird der berufliche Wiedereinstieg ohne Abschluss schwierig.

Ohne Abschluss kein Anschluss

Viele Wege führen zum Ziel. Ob via berufliche Grundbildung (Lehre) zu Berufs- und höheren Fachprüfungen und weiteren anspruchsvollen Weiterbildungen, ob via Berufsmaturität zu den Fachhochschulen oder ob via Gymnasium an eine universitäre Hochschule und zu Nachdiplomstudien, auf jeden Fall gilt: Ohne Abschluss gibt es keinen Anschluss.

Eine abgeschlossene schulische oder berufliche Ausbildung hat in der Schweiz eine enorme Bedeutung. Ohne diese Abschlüsse ist der Weg für den Aufbau der beruflichen Laufbahn erschwert, wenn nicht gar unmöglich, auch für Spitzensportler.

Nico Elvedi

Profifussballer, zurzeit bei Borussia Mönchengladbach unter Vertrag, A-Nationalspieler, absolvierte eine kaufmännische Lehre an der UNITED school of sports.

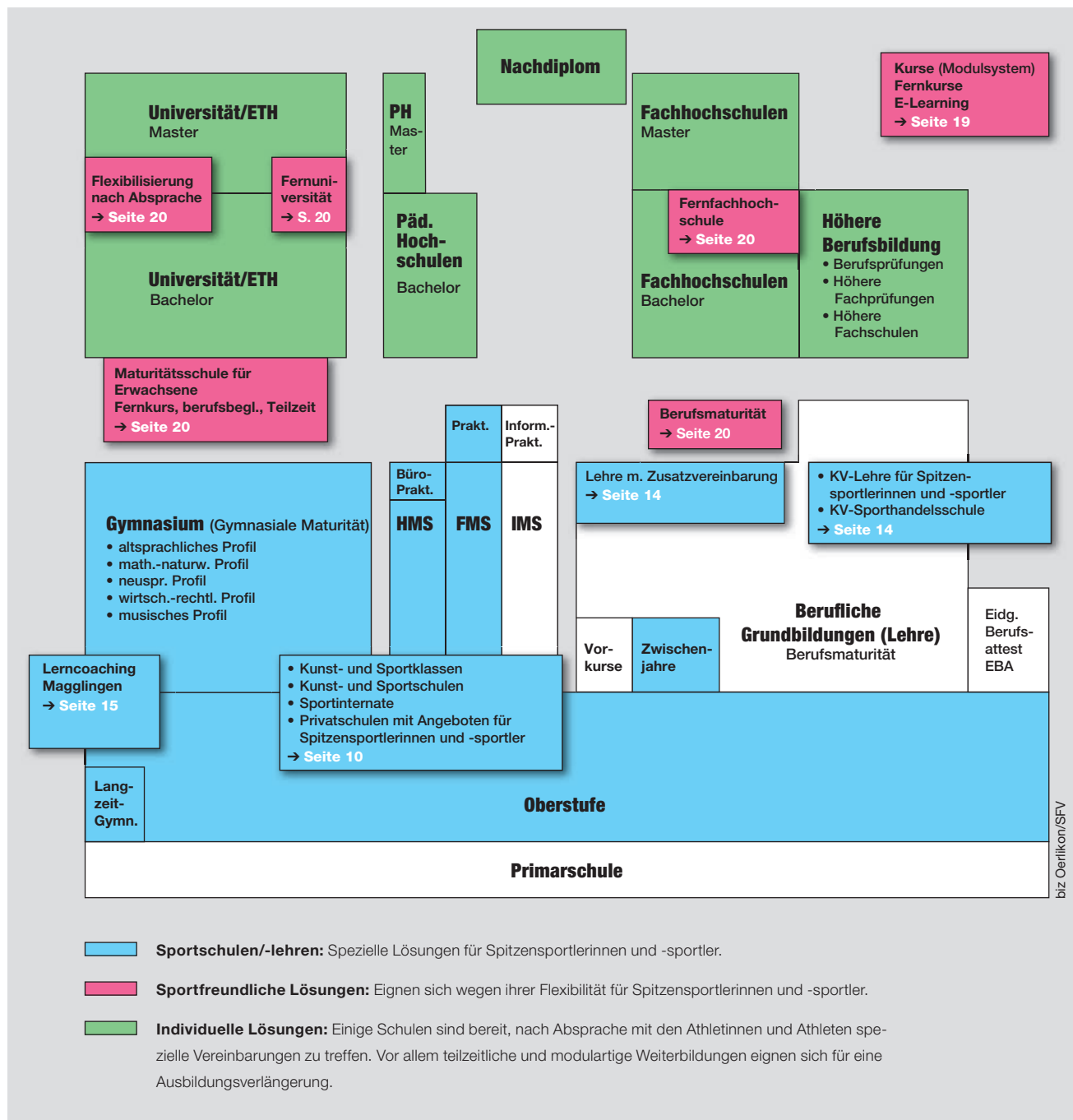


«Ich habe die KV-Lehre bei der UNITED school of sports gemacht, weil es mit der Sportkarriere jederzeit vorbei sein kann und ich dadurch eine berufliche Basis habe!»

Berufswahl und Karriereplanung

Bildungswege für Spitzensportlerinnen und -sportler

Sportlerinnen und Sportler, die einer hohen Trainingsbelastung ausgesetzt sind, müssen ihre Ausbildung und Sportkarriere sorgfältig planen, sodass beides nebeneinander Platz hat. Die folgende Grafik zeigt dir auf einen Blick, welche Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten sich im schweizerischen Bildungssystem bieten.



Die in der Grafik eingefügten Seitenzahlen verweisen auf detaillierte Informationen zu den entsprechenden Ausbildungen.

Berufswahl und Karriereplanung

Sportschulen

In den letzten Jahren hat durch den Einfluss der Verbände, der Eltern und durch das Vorbild ausländischer Modelle in der schweizerischen Bildungslandschaft ein erfreulicher Wandel stattgefunden. Verschiedenste Sportschulen und Sportklassen sind gegründet worden. Viele öffentliche Schulen können nicht auf die Bedürfnisse der jungen Spitzenathletinnen und -athleten eingehen. Sie sind deshalb oft gezwungen, spezielle Sportschulen zu besuchen.

Nur wenige Schulen bieten bereits auf der Primarschulstufe Sport-schullösungen an. In der Oberstufe und im Gymnasium sind viele Spitzenathleten auf Sonderlösungen angewiesen, wie sie folgende Sportschulen anbieten:

- (Kunst- und) Sportklassen
- (Kunst- und) Sportschulen
- Sportinternate
- Diverse Privatschulen mit Angeboten für Spitzensportler

Diese Schulen bieten mit einer reduzierten Unterrichtszeit, Stützunterricht, individueller Betreuung und Urlaub für Wettkämpfe und Trainingslager ideale Voraussetzungen für begabte Spitzenathleten, die bereits einer hohen Trainingsbelastung ausgesetzt sind. In der Regel sollte man für den Besuch einer solchen Schule einem regionalen oder nationalen Kader angehören oder einen sportlichen Begabungsnachweis erbringen, überdurchschnittlich motiviert sein und mindestens zehn Stunden pro Woche trainieren.

Die Schulen werden jeweils von den Kantonen, Gemeinden, Verbänden oder von privaten Institutionen getragen. Die Kosten sind deshalb sehr unterschiedlich.

TIPPS

Wann ist eine Sportschule angezeigt?

- Wenn ich in der öffentlichen Oberstufe für Wettkämpfe nicht freigestellt werde.
- Wenn ich meine Hausaufgaben und Prüfungen nicht mehr zufriedenstellend erledigen kann.
- Wenn ich den versäumten Stoff nicht aufarbeiten kann.
- Wenn die Trainings während der Schulzeit stattfinden und ich sie nicht besuchen kann.
- Wenn auch ein Gespräch meiner Eltern oder meines Trainers mit der Schulleitung nicht den erwünschten Erfolg bringt.

Es muss nicht immer eine Sportschule sein

Manchmal sind Sportschulen zu weit entfernt, und die Schule in der Nähe ist sportfreundlich eingestellt. Dann kann dies die bessere Lösung sein. Es lohnt sich also, mit der Schulleitung das Gespräch zu suchen und abzuklären, wie sportfreundlich deine Schule ist.

- Ist eine Verlängerung der Schulausbildung möglich?
- Wirst du für Wettkämpfe freigestellt?
- Wird bei den Prüfungen Rücksicht auf Training und Wettkampf genommen?
- Können die Hausaufgaben flexibel angeordnet werden?
- Kannst du den versäumten Stoff durch Stütz- und Nachhilfeunterricht aufarbeiten?
- Bist du bereit, durch Mehrarbeit den versäumten Stoff aufzuarbeiten, sodass du das Ausbildungsziel erreichst?



Berufswahl und Karriereplanung

Sportschulen

Kunst- und Sportschule

Die Kunst- und Sportschulen richten sich an künstlerisch oder sportlich besonders begabte Jugendliche mit einem hohen Leistungsanspruch, die bereits im Oberstufenalter einen grossen Aufwand von mindestens zehn Stunden pro Woche für Sport, Musik oder Tanz betreiben und sich sportlich oder künstlerisch ausgewiesen haben, etwa durch die Zugehörigkeit zu einem regionalen oder nationalen Kader. Die flexiblen Stundenpläne und individualisierenden Unterrichtsmethoden reduzieren die Doppelbelastung von Sport und Schule und ermöglichen es, neben dem Schulabschluss

gleichzeitig hohe Ziele im Kunst- oder Sportbereich anzustreben. Der Anschluss an weiterführende Schulen und Ausbildungen wird trotz eines reduzierten Stundenplans gewährleistet. Absenzen aufgrund von Trainingslagern und Wettkämpfen werden flexibel gehandhabt, und verpasster Schulstoff wird mit Unterstützung der Lehrer nachgeholt. Eine selbstständige Arbeitshaltung ist eine wichtige Voraussetzung für den Besuch einer solchen Schule.

**Kunst- und Sportschule
Zürcher Oberland KuSs ZO**
Vanessa Possberg, Triathletin



Vanessa Possberg ist Triathletin und trainiert beim Verein «3star cats» in Wallisellen. Zufällig kam Vanessa zum Triathlon. Sie war eigentlich Leichtathletin. Sie hatte sich verletzt und musste für ein Jahr mit dem Training pausieren. Eine Freundin nahm sie dann mit zu einem Triathlon Wettkampf.

Die abwechslungsreiche Sportart gefällt der 15-Jährigen. Seit 2014 trainiert sie mit den Triathleten in Wallisellen 13 bis 15 Stunden pro Woche. Daneben besucht Vanessa die 3. Sekundarschulklasse an der KuSs ZO in Uster. «Die KuSs ist wie eine Familie, eine kleine übersichtliche Schule. Man kennt sich. Da wir alle Sport oder Musik machen, verstehen wir uns gut und können uns gegenseitig unterstützen, beispielsweise wenn es mal in einem Wettkampf nicht so gut gelaufen ist!»

Vanessa bezeichnet sich als ausdauernd und zielstrebig. Täglich trainiert sie ein- bis zweimal auf dem Velo, im Schwimmbad oder im Krafraum in Wallisellen und auf der Tartanbahn oder im Wald. Am liebsten schwimmt sie, ihre stärkste Disziplin ist das Fahrradfahren. «Die Zusammenarbeit mit meinen Trainern ist sehr gut. Das ist wichtig», meint sie. Zurzeit gehört sie dem Regionalkader an. Ihr Ziel ist es, bald ins Nationalkader zu kommen und einmal zu den Top 7 der U-18 zu gehören. Sie möchte an internationalen Wettkämpfen starten, um sich da mit den Besten der Welt zu messen. «Daniela Ryf ist mein Vorbild. Sie weiss, was sie will, und arbeitet hart!», sagt Vanessa. Sie träumt davon, einmal wie die zweifache Olympiateilnehmerin und U-23-Weltmeisterin an einem Ironman in Hawaii teilzunehmen. Auch Vanessa darf stolz auf ihre Höhepunkte zurückblicken: Eine überraschende Goldmedaille als



jüngster Jahrgang an der Team-Mixed-Sprint-Schweizer Meisterschaft mit dem U-18 Team, und dies noch mit sieben Sekunden Vorsprung. Bei der Youth League U-16 belegte sie an der Schweizer Meisterschaft den zweiten Platz und gewann die Gesamtwertung.

Die KuSs ZO ermöglicht Vanessa das intensive, häufig zweiphasige Training. Der Stundenplan ist reduziert und konzentriert sich vor allem auf die Hauptfächer. In den Atelierstunden können die Schülerinnen und Schüler ihre Hausaufgaben erledigen oder auf Prüfungen lernen. Die Lehrer haben Verständnis, wenn Schüler für die Wettkämpfe fehlen oder Prüfungen verschieben müssen. In den Atelierstunden arbeitet Vanessa selbstständig mit einem Wochenplan. Die KuSs ist eine Tagesschule. Die Jugendlichen und Lehrer essen gemeinsam zu Mittag. Vanessas Schulkolleginnen und Schulkollegen sind Nachwuchsathleten aus den verschiedensten Sportarten wie Eishockey, Judo, Skisport, Schwimmen. Auch Musiker und Balletttänzerinnen besuchen mit ihr die Sportsekundarschule in Uster.

Vanessas Eltern sind stolz auf ihre Tochter. Sie unterstützen Vanessa in allen Bereichen und haben immer ein offenes Ohr für sie. Vanessa wird nach der Sekundarschule eine kaufmännische Lehre an der UNITED school of sports absolvieren. Sie freut sich, dass sie dort aufgenommen wurde und so weiterhin Ausbildung und Sport optimal verbinden kann.

Berufswahl und Karriereplanung

Sportschulen

Kunst- und Sportgymnasium, Sporthandelsmittelschule, Sportinternat

Viele Sportmittelschulen in der Deutschschweiz dauern ein Jahr länger als herkömmliche Schulen. Der Stoff wird in einem Kurzgymnasium auf fünf statt vier Jahre verteilt, sodass die Schüler, wie etwa in Zürich, neben den 25 Schulstunden pro Woche vier Halbtage Zeit für ihr Training und ihre Regeneration haben. Gezielte Betreuung durch die K+S Koordinatoren hilft den Schülern, nach längeren Absenzen den Schulstoff aufzuarbeiten. Einige Schulen bieten neben dem üblichen Unterricht auch Ernährungslehre, Sporttheorie, Kraft- und Konditionstraining an.

In Sportinternaten fallen lange Reisewege zur Schule und zum Training weitgehend weg. Meist wird hier für die medizinische Betreuung gesorgt. Die Kriterien für die Aufnahme an eine Sportmittelschule sind: Die Schüler müssen die Zulassungsbedingungen für eine Mittelschule (Aufnahmeprüfungen etc.) sowie sportliche Minimalbedingungen erfüllen (Kaderzugehörigkeit, Empfehlung durch einen Sportverband, sportliche Aufnahmeprüfung).

Kunst- und Sportgymnasium Rämibühl
Marco Miranda,
Eishockeyspieler



Marco Miranda ist Eishockeyspieler und spielt seit einem Jahr in der NLA bei den ZSC Lions. Er hat gerade das Kunst- und Sportgymnasium Rämibühl erfolgreich abgeschlossen. Miranda darf bereits auf einen Schweizer Meistertitel mit der ersten Mannschaft sowie mit den Novizen und Elite Junioren zurückblicken. Auch die U-20-Weltmeisterschaft in Montreal gehört zu den Höhepunkten des Zwanzigjährigen.

Mit 7 Jahren kam Marco zum Eishockey. Seine Eltern merkten bald, dass man diesen Jungen beschäftigen musste. Fussball oder Eishockey kamen infrage. Nach einem Ausflug ins Einkaufszentrum Glatt, wo ein kleines Eisfeld den Kindern zur Verfügung stand, begeisterte sich Marco fürs Eishockey. So begann seine hoffnungsvolle Karriere.

Nach zwei Jahren an der Sportsekundarschule Zürich wechselte Marco ans Kunst- und Sportgymnasium Zürich. Er war ein intelligenter Schüler mit guten Noten und bestand die Aufnahmeprüfung. Die Jahre am Gymnasium durchlief Marco problemlos. «Ich stand zum Glück nie unter Druck wegen zu schlechter Noten. Ich lerne schnell und mit geringem Aufwand.»

Das Kunst- und Sportgymnasium Rämibühl führt pro Jahrgang zwei Klassenzüge. Die Mitschüler von Marco waren Athleten aus den verschiedensten Sportarten wie Volleyball, Golf, Fussball, Schwimmen, Eiskunstlauf und Klettern. Da Marco die letzten drei Gymi-Jahre bereits in der NLB und NLA spielte, fehlte er häufig und musste den verpassten Schulstoff nachholen. «Das Lernen auf die Prüfungen war durch die hohe Doppelbelastung schon stressig.»

Marco meint: «Jeder muss seinen eigenen Weg finden, um die Übersicht zu behalten, damit es nicht plötzlich zu viel wird.» Disziplin und Organisationsgeschick haben ihm dabei geholfen. «Wir haben an der Schule ein Tandemsystem». Marco durfte jeweils bei Abwesenheiten die Notizen einer Mitschülerin kopieren. Dass die Maturafächer auf zwei Jahre verteilt sind, kam ihm entgegen. Der K+S Koordinator an der Schule ist ein ehemaliger Eishockeyspieler. Er unterstützte Miranda, so dass er problemlos für die Playoffs und für die Nati-Zusammenzüge frei bekam. Marco ging die letzten drei Jahre am Montag den ganzen Tag und von Dienstag bis Freitag vormittags zur Schule. Am Donnerstag trainierte er vormittags mit den NLA- und NLB-Teams, so dass er die Schule nicht besuchen konnte. «Neben dem Eishockey ist mir ein Schulabschluss sehr wichtig. Es ist sozusagen meine Rückversicherung! Mit der Matura stehen mir nun alle Wege offen. Ich möchte studieren, meint er.

Marcos Eltern unterstützen ihren Sohn. «Mein Vater hat mich meistens vom Training abgeholt, meine Mutter blieb spätabends noch auf und sorgte fürs Essen, wenn ich nach dem Training hungrig nach Hause kam», erzählt er. Für Marco Miranda ist ein Sportgymnasium ein «Muss». Würde es kein Sportgymnasium geben, hätte ich auf das Gymi verzichten und mich für etwas anderes entscheiden müssen.»

Berufswahl und Karriereplanung

Sportschulen

SFV-Ausbildungszentrum Biel

In der Schweiz gibt es eine Fussballschule für Mädchen in Biel, die vom Schweizerischen Fussballverband organisiert und geführt wird. Die rund zwanzig Fussballerinnen werden zwei Jahre lang von professionellen Trainern, zumeist Nationaltrainerinnen ausgebildet und individuell gefördert, wobei das Schwergewicht auf der Technik, der Taktik und der körperlichen Grundausbildung liegt. Schulisch werden die Mädchen ihrem Niveau entsprechend in die öffentliche Oberstufe integriert. Der Unterricht und die Fussballe Ausbildung sind aufeinander abgestimmt, sodass ein tägliches Training möglich

ist. Die jungen Fussballtalente wohnen bei Gastfamilien. Die Trainer arbeiten eng mit der Schule und mit den Fussballclubs der Spielerinnen zusammen. Die Selektion erfolgt über Sichtungstrainings und -turniere. Den besten Fussballspielerinnen wird ein Platz in der Fussballschule angeboten. Viele Spielerinnen schaffen anschliessend den Sprung in ein Nationalteam, einzelne sogar ins A-Nationalteam.

SFV-Ausbildungszentrum Biel
Lara Friederich, Fussballerin



Lara Friederich gehört zu den talentiertesten Fussballerinnen ihres Jahrgangs in der Schweiz. Sie trainiert mit 18 weiteren Mädchen im nationalen Ausbildungszentrum des Schweizerischen Fussballverbandes in Biel. Am Wochenende spielt Lara in ihrem Verein, dem Team TOBE, einer Knabenmannschaft. Lara ist bereits in der U-16 Nationalmannschaft. «Zweimal war ich mit dem Nationalteam unterwegs und durfte Spiele gegen ausländische Mannschaften bestreiten. Dies war etwas ganz Besonderes für mich», erzählt Lara.

Schon im Kindergartenalter begann Lara, Fussball zu spielen, und war mit ihrem Kollegen aus der Nachbarschaft immer mit einem Ball anzutreffen. Ihre Fussballkarriere begann beim FC Lozwil/Madiswil. Heute ist Lara im 9. Schuljahr. Sie besucht die Sekundarschule in Biel und ist eine gute Schülerin. In der Schule ist sie mit weiteren Sportlerinnen und Sportlern aus der ganzen Schweiz zusammen, die in Magglingen oder Biel trainieren.

Lara wohnt bei einer Gastfamilie und teilt ihr Zimmer mit einer Fussballkollegin. Die beiden trainieren jeden Tag, je nachdem am Vor- oder Nachmittag. Der Wochenplan ist vollgepackt mit Schule, Training und Hausaufgaben. «Es war schon eine Umstellung, als ich ins Ausbildungszentrum nach Biel kam. Ich brauchte ein paar Monate, bis ich mich an den strengen Alltag hier in Biel gewöhnt hatte.» Es sind vorwiegend Nationaltrainerinnen, die das Training in Biel leiten. Technik und Taktik stehen im Vordergrund. Die Mädchen kommen aus allen Regionen der Schweiz und sprechen deutsch, französisch und italienisch. Sie besuchen je nachdem die deutschsprachige oder französischsprachige Sekundarschule. «Im Ausbildungszentrum sprechen wir am Montag und



Dienstag deutsch, am Donnerstag und Freitag französisch, und am Mittwoch können wir die Sprache jeweils wählen. Das Mittag- und Nachessen nehmen wir gemeinsam im Ausbildungszentrum ein. Dort haben wir vor oder nach dem Training auch eine betreute Hausaufgabenstunde.» Die Trainer legen Wert auf eine ausgewogene Ernährung und fördern den Teamgeist unter den Mädchen.

Im Lernatelier arbeitet Lara den durch Absenzen verpassten Schulstoff nach. Die Mädchen werden auch medizinisch und mental betreut. «Ein Physiotherapeut besucht uns zweimal die Woche, etwa viermal im Jahr arbeitet eine Mentaltrainerin mit uns.»

Lara wird von ihren Eltern stark unterstützt. «Meine Eltern kommen zu den Spielen und bauen mich auf, wenn es mal nicht so gut läuft.»

Die Zeit im nationalen Ausbildungszentrum in Biel geht für Lara im nächsten Sommer zu Ende. Sie wird dann in eine Sportklasse des Gymnasiums Neufeld in Bern wechseln und bei YB spielen. «Mein Ziel ist es, später einmal im Ausland zu spielen und dem A-Nationalteam anzugehören.»

Berufswahl und Karriereplanung

Berufslehren für Spitzensportlerinnen und -sportler

Massgeschneiderte Lösungen

Zwei Fussballerinnen aus dem Nationalkader unterhalten sich:
«Ich bin nun in der KV-Lehre. Die Lehre, Berufsschule, BMS und das Fussballtraining sind mega anstrengend. Hätte ich nie gedacht! Meine ganze Freizeit und meine Ferien brauche ich für Trainingslager und die Spiele in der Meisterschaft. Mir bleibt nicht einmal mehr Zeit, mich zu erholen!» Meint die andere: «Da bin ich froh, dass ich das KV an der Sport-handelsschule machen kann. Für Wettkämpfe bekomme ich frei, und Ferien habe ich genügend. Ich habe keinen Stress, jedoch geht meine Ausbildung ein Jahr länger!»

Wie das Beispiel zeigt, lohnt es sich, auch bei der Berufslehre eine sportfreundliche Lösung zu suchen, sodass die Doppelbelastung von Training und Ausbildung nicht zu gross wird. Nur wenige Berufsausbildungen bieten massgeschneiderte Sportlösungen:

Kaufmann/Kauffrau:

Angeboten durch

- Sport-Handelsmittelschulen
- Sport-Handels- und Berufsfachschulen, 4 anstatt 3 Jahre
- KV-Lehre für Spitzensportler, 4 anstatt 3 Jahre

Übersicht über Sportschulen und -lehren in der ganzen Schweiz:

www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule

Zusatzvereinbarung zum Lehrvertrag

Luca, Radfahrer und Mitglied des Nationalkaders, absolviert eine Lehre als Automobilfachmann. Er hat seine Ausbildung um ein Jahr verlängert und mit seinem sportbegeisterten Lehrmeister eine schriftliche Zusatzvereinbarung zum Lehrvertrag abgeschlossen, die es ihm erlaubt, im Lehrbetrieb fürs Training und für Trainingslager freizunehmen. Den Berufsschultag hat er so gelegt, dass er möglichst nie fehlen muss. Es entlastet er sich während seiner Lehrzeit.

Bei den meisten Berufslehren gilt es, einen sportfreundlichen Lehrbetrieb zu finden und mit diesem eine Individuallösung auszuhandeln, zum Beispiel eine Teilzeillösung oder Lehrverlängerung. Arbeitgeber und Lernende müssen ein hohes Mass an Flexibilität und Engagement zeigen, damit Leistungssport und Ausbildung im Lehrbetrieb zu vereinbaren sind. Leistungssport, Berufsfachschule, Lehrbetrieb und überbetriebliche Kurse müssen aufeinander abgestimmt werden. Zwischen dem Lernenden und dem Lehrbetrieb müssen klare Absprachen getroffen werden, damit die Lehrzeit zufriedenstellend verläuft.

Leistungssportfreundliche Lehrbetriebe werden von Swiss Olympic mit einer Vignette ausgezeichnet. Damit ein Lehrbetrieb diese Auszeichnung erhält, muss der Lernende im Besitz einer Swiss Olympic Talent Card National oder Regional sein. Des Weiteren braucht es im Kanton eine Koordinationsstelle für Leistungssport und Berufsbildung.
www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/lehre

Muster	Verband/Signet
Zusätzliche Vereinbarung für Nachwuchssportlerinnen und -sportler zum Lehrvertrag	
Die Vertragsparteien treffen folgende zusätzlichen Vereinbarungen als integrierender Bestandteil zum Lehrvertrag:	
Lernende Person..... geb. Beruf.....	
Lehrbetrieb.....	
Berufsbildungsverantwortliche/r.....	
Der/die Lernende kann sich neben der Berufsausbildung im Nachwuchskader des..... zur Spitzensportlerin/zum Spitzensportler ausbilden und fördern lassen.	
Der Lehrbetrieb gewährt ihr/ihm im Lehrjahr bis zu Stunden pro Woche Abwesenheit für das Sporttraining. Als Grundlage dient der beiliegende Trainingsplan.	
Für die Freistellung für Spiele gilt der Spielplan. Die Gesuche müssen nach Bekanntgabe der Spieldaten dem Arbeitgeber eingereicht werden.	
Der Sportverein bezeichnet eine Betreuerin/einen Betreuer als Ansprechpartner für den/die Lernende/n: Die Betreuerin/der Betreuer ist für die Erfüllung der Vereinbarung in den Bereichen Training und Spiele verantwortlich. Sie/Er ist für den Lehrbetrieb, die Berufsfachschule, die/den Lernende/n und den gesetzlichen Vertreter Anlaufstelle.	
Halbjährlich, erstmals am werden die Absenzen aufgrund des Ausbildungsstandes und in Absprache mit dem/der Berufsbildungsverantwortlichen, dem/der Lernenden und dem Sportbetreuer neu festgelegt.	
Die Berufsfachschule ist lückenlos zu besuchen. Falls wegen der sportlichen Betätigung Absenzen unumgänglich sind, ist bei der betroffenen Berufsfachschule rechtzeitig ein schriftliches Gesuch einzureichen.	
Sollte zu Beginn des letzten Lehrjahres der Ausbildungsstand mangelhaft und somit das Bestehen der Lehrabschlussprüfung gefährdet sein, so kann gestützt auf BBG Art. 18 die Lehrzeit im allseitigen Einverständnis und in Absprache mit der zuständigen kantonalen Behörde um ein Jahr verlängert werden.	

Zusatzvereinbarung zum Lehrvertrag.



«Um sein Potenzial konsequent weiterzuentwickeln, um den grossen Schritt zum Fussballprofi meistern zu können, braucht es im Bereich Fussball und Ausbildung pro Stufe individuell angepasste Lösungen.»

Heinz Moser
Chef Ressort Auswählen



TIPPS

Fragen, die weiterhelfen, wenn du vor der Berufswahl stehst.

- Eignet sich die geplante Berufslehre für den Spitzensport? (Unregelmässige Arbeitszeiten und Wochenendengagement wie z. B. im Gastgewerbe, Verkauf oder Spital sind meist ungeeignet. Auch körperlich zu anstrengende Berufe eignen sich in der Regel nicht.)
- Kannst du später in diesem Beruf auch Teilzeit arbeiten?
- Hast du die Alternative einer Sportschullösung geprüft (z. B. Sporthandelsschule)?
- Bist du den Anforderungen des Lehrberufes gewachsen (weniger Zeit für Hausaufgaben)?
- Berufsmittelschule: Findest du neben Lehre, Training und Wettkämpfen genügend Zeit für den Besuch einer Berufsmittelschule? Für Spitzensportlerinnen und -sportler eignet sich in der Regel die BMS II (nach der Lehre).
- Weitere Karriereplanung: Wie sieht die berufliche Laufbahn nach der Lehre aus? Lassen sich Sport und Beruf sinnvoll verbinden?

Suchst du einen sportfreundlichen Lehrbetrieb? Beachte Folgendes:

- Ist der Lehrbetrieb sportfreundlich eingestellt?
- Der Lehr- und Berufsschulort sollte sich nicht zu weit weg vom Trainings- und Wohnort befinden.
- Lassen sich sportliches Engagement und Ausbildung zeitlich vereinbaren? Hast du einen Zeitplan mit den Wettkämpfen, Trainings und Trainingslagern – Reisezeiten nicht vergessen – erstellt, den du mit dem zukünftigen Lehrmeister oder der Lehrmeisterin besprechen und umsetzen kannst?
- Sind eine Teilzeitleistung, Lehrzeitverlängerung oder andere Zusatzvereinbarungen zum Lehrvertrag möglich? Ist der Lehrmeister, die Lehrmeisterin damit einverstanden? Wichtig: die getroffenen Abmachungen möglichst genau schriftlich festhalten, etwa in einer Zusatzvereinbarung, die über die Absenzen für das Training und die Wettkämpfe sowie die Verlängerung der Lehre Auskunft gibt.
- Erhältst du die Möglichkeit, den verpassten Schul- und Ausbildungsstoff nachzuholen?

Stütz- und Nachhilfeunterricht

Für Spitzensportlerinnen und -sportler, die wegen Wettkämpfen und Trainingslagern in der Schule häufig fehlen müssen, ist es nicht einfach, den verpassten Schulstoff wieder aufzuarbeiten. ProLern in Magglingen bietet Spitzensportlern der Primarstufe, der Sekundarstufen I und II sowie der Berufsschulstufe Stütz- und Nachhilfeunterricht, Prüfungsvorbereitung und schulische Betreuung während der Trainingslager in Magglingen an.

www.baspo.ch

Berufswahl und Karriereplanung

Berufslehren für Spitzensportlerinnen und -sportler

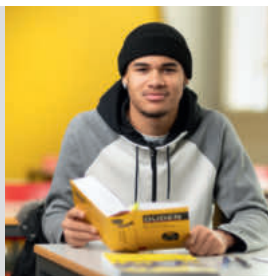
Sporthandelsschulen, Berufsfachschulen für Sporttalente: Kaufmann/Kauffrau

An einer Berufsfachschule für Sporttalente bzw. einer Sporthandelsschule absolvieren die Lernenden ihre Ausbildung an der Schule sowie in einem Betrieb. Die Schule nimmt Rücksicht auf die Trainingspläne und bietet Spitzensportlern mit angepassten Schul- und Arbeitspensen optimale Bedingungen. Die Lernenden schliessen in 4 anstatt 3 Jahren mit dem eidgenössischen Fähigkeitszeugnis Kaufmann/Kauffrau ab. Sie verfügen über mehr unterrichtsfreie Zeit und können mit einer grosszügigen Handhabung von Urlaubsgesuchen

an ihren Sportanlässen teilnehmen. Die Zugehörigkeit zu einem Auswahlkader bildet eine Aufnahmebedingung, ebenso das Trainingspensum von mindestens 10 bis 15 Stunden pro Woche sowie die Empfehlung des Trainers, Vereins oder Verbandes. Teilweise besteht die Möglichkeit, zusätzlich noch Sportfächer wie Mentaltraining, Ernährungslehre oder Krafttraining zu belegen. In einigen Schulen kann man die Berufsmatura absolvieren.

UNITED school of sports

Simon Sohm,
mit 17 Jahren bereits
einen Profivertrag



Simon Sohm ist 18 Jahre alt. Er ist ein äusserst talentierter Fussballer beim FC Zürich und konnte mit 17 Jahren bereits seinen ersten Profivertrag unterzeichnen. Simon gehört dem U-19 Nationalteam an und absolviert gerade sein 3. Lehrjahr an der UNITED school of sports. Mit Stolz schaut Simon auf die letzten Höhepunkte zurück: Er durfte an der U-17 EM-Endrunde teilnehmen und hatte sein Debüt in der ersten Mannschaft des FCZ. Mit 17 Jahren einen Profivertrag in der Tasche zu haben, erfüllt Simon mit Stolz.

Seine Fussballkarriere begann er mit 5 Jahren beim FC Affoltern. Mit 7 Jahren wechselte Simon zum FC Zürich. Heute trainiert Simon mit der ersten Mannschaft und spielt in der U-21 des FC Zürich. Er meint: «Spass am Fussball ist das Wichtigste, um erfolgreich zu sein. Dass ich früher oft mit dem Ball trainierte, kommt mir heute zugute.»

Simon besucht die UNITED school of sports in Zürich. Hier absolviert er die Ausbildung zum Kaufmann. Die Ausbildung dauert 4 Jahre. Zurzeit ist er in der berufspraktischen Ausbildung bei der Firma Gollmann und Zwick. Der Betrieb ist sportfreundlich. Simon erhält problemlos frei, wenn er vom Nationalteam aufgeboten wird oder mit seiner Mannschaft unterwegs ist. Während den U-17 EM-Qualifikations- und Endrunden fehlte Simon etwa 9 Wochen in der Schule. Eine normale Lehre in einem Lehrbetrieb wäre da kaum mehr möglich. «Die UNITED erleichtert mir meine Sportkarriere», sagt Simon. «Die Ausbildung ist nicht einfach, aber einfacher als eine Lehre in einem Betrieb. Wenn ich jede Absenz mit meinem Chef aushandeln müsste, wäre dies kaum machbar.» Simon schätzt, dass er an der UNITED school of sports Ausbildung und Sport



gut verbinden kann, obwohl er die Doppelbelastung streng findet und kaum Freizeit hat. Dem jungen Spieler ist der Lehrabschluss wichtig: «Mit dem Abschluss kann ich später nach meiner Fussballkarriere Weiterbildungen absolvieren und finde leichter eine Arbeitsstelle.»

Vor der berufspraktischen Ausbildung besuchte Simon während zweier Jahre den Unterricht an der UNITED school of sports und wurde in den kaufmännischen Fächern unterrichtet. Er absolvierte wöchentlich 22 Lektionen, davon 14 bis 16 Lektionen Unterricht und 6 bis 8 Stunden betreute Lernzeiten, in denen er seine Hausaufgaben erledigen konnte oder verpassten Stoff nachholte. Am Montag-, Dienstag- und Mittwochvormittag besucht Simon jeweils die Morgentrainings von 10 bis 12 Uhr beim FC Zürich. Einige seiner Schulkollegen und -kolleginnen (Handballer, Eiskunstläuferinnen, Leichtathleten, Synchronschwimmerinnen usw.) besuchen teilweise auch die schuleigenen Trainingsangebote der UNITED wie Kraft-, Ausdauer- und Schnelligkeitstraining.

Simons Eltern unterstützen ihren Sohn und kommen jeweils zu den Spielen. «Meine Eltern unterstützen mich extrem gut. Ihnen verdanke ich alles!», sagt er. Simon freut sich, wenn er einmal seinen Berufsabschluss in der Tasche hat. «Dann will ich mich zu 100 Prozent auf den Fussball konzentrieren!»

Berufswahl und Karriereplanung

Jungprofi ohne Ausbildungsabschluss

Wann ist ein solcher Weg sinnvoll?

Sebastian Osigwe, 16 Jahre alt, Spieler beim FC Luzern, setzte vor acht Jahren ganz auf die Karte Fussball. Er hatte es knapp nicht an die Sporthandelschule (KV) geschafft. Eine Lehre in einem Betrieb kam für ihn damals nicht infrage, weil er als talentierter Spieler der Nationalmannschaft U-17 und beim FC Luzern in der U-18, teilweise schon in der U-21 bereits einer sehr hohen sportlichen Belastung ausgesetzt war. Er traf deshalb mit dem FCL eine Speziallösung. Bei der Berufsberatung des SFV erkundigte Sebastian sich über Vor- und Nachteile eines momentanen Ausbildungsverzichtes und erfuhr dort auch, wie er später eine Ausbildung nachholen kann. Sebastian besuchte neben den Fussballtrainings diverse kaufmännische Fächer an einer privaten Handelsschule. Er absolvierte Diplomkurse in Englisch, Französisch und Informatik, die ihm beim Nachholen eines Ausbildungsabschlusses voraussichtlich angerechnet werden.



Heute spielt Sebastian Osigwe, 24 Jahre alt, Torhüter in der Challenge League des SC Kriens. Er hat eine vielversprechende Zukunft vor sich und wird von der nigerianischen A-Nationalmannschaft sowie von ausländischen Teams genau beobachtet. Sebastian hat in der Zwischenzeit bereits eine Lehre als Lebensmittelpraktiker erfolgreich abgeschlossen und absolviert nun sein zweites Lehrjahr als Detailhandelsfachmann.

Erfolgreiche Fussball-, Eishockey- oder Tennisspieler können plötzlich in die Situation kommen, dass sie Ausbildung und Sport nicht mehr vereinbaren können. Beispielsweise, wenn sie schon früh in der ersten Mannschaft spielen und trainieren.

Eine Lehre abzubrechen oder auf eine Berufsausbildung zu verzichten und nach der Oberstufe als Jungprofi einzusteigen, kann in einzelnen Fällen Sinn machen. Auf jeden Fall sollte man dies aber sorgfältig überprüfen und abklären.

Zudem sollte dem jungen Sportler und seinen Eltern klar sein, was ein Ausbildungsverzicht oder -abbruch bedeutet und wie später eine Ausbildung nachgeholt werden kann. Insbesondere sollte auf einen strukturierten Tages- und Wochenablauf geachtet werden.

TIPPS

Sind deine sportlichen Voraussetzungen für einen solchen Schritt gewährleistet? Wie sehen deine zukünftigen Vereins- und Trainingsstrukturen aus? Hast du in deinem zukünftigen Verein gute Entwicklungs- und Ausbildungsmöglichkeiten? In welcher Mannschaft kannst du spielen? Was wird dir garantiert? Besprich dies mit deinem Vereins- und deinem Nationaltrainer.

Welche Konsequenzen hat ein Ausbildungsabbruch oder -verzicht in deinem Fall, und wie kannst du später eine Ausbildung nachholen? Worauf musst du während deiner Profijahre achten, damit dir diese Zeit für eine spätere berufliche Ausbildung angerechnet wird und du eine verkürzte Ausbildung absolvieren kannst?

Eine Beratung bei einem spezialisierten Berufs- und Laufbahnberater für Spitzensportlerinnen und Spitzensportler lohnt sich auf jeden Fall.

Wie sieht dein Arbeitsvertrag mit deinem Verein aus (AHV, Versicherung, Lohn)? Lass deinen Vertrag vor der Unterzeichnung von einer neutralen Fachperson (Jurist) überprüfen.

Wie sieht dein Alltag neben dem Training aus? Hast du die Möglichkeit, Sprach- oder Weiterbildungskurse zu besuchen? Junge Sportler sind mit den Trainings als Profi zu wenig ausgefüllt. Sie brauchen einen strukturierten Alltag und geistige Herausforderungen für eine positive Persönlichkeitsentwicklung.

Macht es eventuell Sinn, ein Ausbildungskonto für eine spätere Ausbildung zu eröffnen, damit du einen Teil deines Lohnes für eine spätere Grundbildung auf die Seite legen kannst?

Berufswahl und Karriereplanung

Jungprofi ohne Ausbildungsabschluss



Mögliche Wege zu einem anerkannten Berufsabschluss nach der Profilaufbahn:

- a) Du absolvierst eine **reguläre Berufslehre** in einem Lehrbetrieb oder auf schulischem Wege in einer Handelsschule und erlangst das eidgenössische Fähigkeitszeugnis (EFZ).
- b) Du bereitest dich selbstständig oder in Kursen auf die **Lehrabschlussprüfung** vor und erlangst das EFZ, **ohne eine Berufslehre zu absolvieren** (Direkte Zulassung zur Abschlussprüfung gemäss Art. 32). Vorausgesetzt werden 5 Jahre allgemeine Berufserfahrung. Die Zeit als Profisportler wird dir in der Regel angerechnet (Arbeitsvertrag und -zeugnis). Dazu müssen 2 bis 3 Jahre Berufserfahrung im angestrebten Beruf nachgewiesen werden (siehe entsprechende Bildungsverordnung).
- c) «Validierung von Bildungsleistungen» will heissen: **Du belegst in einem Dossier deine bereits erworbenen Kompetenzen** im angestrebten Beruf. Experten prüfen das Dossier und legen fest, welche Kompetenzen im Hinblick auf das EFZ angerechnet werden können. Fehlende Ausbildungsteile holst du nach und erhältst dann das EFZ. 5 Jahre allgemeine Berufserfahrung sowie einige Jahre Erfahrung im angestrebten Beruf musst du nachweisen (dieses Verfahren ist nur in wenigen Berufen möglich).
- d) Für die einzelnen Weiterbildungen wie z.B. Logistikfachmann BP, Marketingfachmann BP, ... kannst du dich **direkt auf die eidgenössische Berufsprüfung (BP) vorbereiten**, ohne zuerst eine Grundbildung (Lehre) durchlaufen zu müssen, es wird jedoch einige Jahre Arbeitserfahrung im entsprechenden Arbeitsfeld vorausgesetzt.

Wichtig zu wissen!

Als Profisportler solltest du deine Arbeitszeugnisse und -bestätigungen sowie deine Arbeitsverträge gut aufbewahren, damit dir später beim Nachholen eines Berufsabschlusses deine Berufserfahrung z. B. als Fussball- oder Eishockeyprofi angerechnet wird!

Der Arbeitsvertrag ist schriftlich abzuschliessen. Falls du minderjährig bist, darf der Vertrag nicht länger als drei Jahre dauern. Zudem ist er auch von deinen Eltern zu unterzeichnen. Einen Standardvertrag für die Schweiz findest du unter:

http://org.football.ch/portaldata/28/Resources/dokumente/de/04_nichtamateure_und_vermittler/4.2.1_Standard_Arbeitsvertrag_fuer_Nichtamateure.pdf

Du kannst während deiner Profijahre Weiterbildungskurse besuchen, die dir ev. bei einer späteren Berufsausbildung angerechnet werden. Beispiel: Inhaber von Sprachdiplomen (wie z. B. BEC, First Certificate, Delf etc.) und Informatikdiplomen (z. B. ECDL) werden bei einer späteren Ausbildung zum Kaufmann in diesen Fächern vom Unterricht dispensiert und können ganz oder teilweise an der Lehrabschlussprüfung befreit werden. Bewahre alle Kursbestätigungen und -zertifikate sorgfältig auf!

Berufswahl und Karriereplanung

Weiterbildungen und Studium

Patrick ist ein talentierter Eishockeyspieler. Vor Kurzem hat er seine KV-Lehre erfolgreich abgeschlossen und dazu noch ein attraktives Angebot vom Eishockeyclub Rapperswil erhalten. Für ihn ist klar: So zielstrebig, wie er seine Sportkarriere verfolgt, so zielstrebig soll es in seiner beruflichen Laufbahn weitergehen. Nur Stress und Überforderung, das will der junge Senkrechtstarter nicht mehr. Nach einer sorgfältigen Karriereplanung soll es für ihn in Modulen weitergehen. In Zürich will er die berufsbegleitende Berufsmittelschule II absolvieren. Diese Ausbildung wird ihn rund 30 Prozent belasten. Die restliche Zeit bleibt ihm fürs Eishockey. Nach Abschluss der Berufsmittelschule stehen Patrick die Türen für ein späteres Betriebswirtschaftsstudium offen.

Nach dem Abschluss der Ausbildung wie Lehre oder Mittelschule beginnt in den meisten Fällen die eigentliche berufliche Karriere. Der Schlüssel zur erfolgreichen Laufbahn heisst dabei ständige Weiterbildung.

Wer einmal die Grundausbildung geschafft hat, der kann die Weiterbildung seiner Spitzensportkarriere anpassen. Es gibt eine Fülle von Weiterbildungsmöglichkeiten, die mehr oder weniger Zeit beanspruchen und teilweise flexibel sind. Angefangen beim Sprachkurs über **E-Learning, Informatikweiterbildung in Modulen, Fernkurse** oder Vorbereitungskurse, die mit einem eidgenössischen Diplom abschliessen, bis hin zu intensiveren Ausbildungen an Hoch- und Fachhochschulen.

Wer sich informiert, sollte dabei bedenken, dass für Spitzensportlerinnen und -sportler nicht immer das gilt, was auf dem Papier steht. Einige Schulen sind bereit, Athleten **Sonderlösungen** anzubieten. **Vor allem Ausbildungen, die in Modulen absolviert werden**, kommen ihrem angespannten Zeitmanagement entgegen. Nicht jede Schule ist gleich offen, und nicht jedes Schulsystem eignet sich für eine Studiumsverlängerung. Bei der beruflichen Weiterbildung gilt: Vieles ist möglich, es braucht jedoch Information, Beratung, Planung und Kommunikation.

TIPPS

Überlege folgende Punkte:

- Bist du schon bereit für eine weitere Ausbildung, oder brauchst du noch eine Verschnaufpause?
- Willst du dich eine Zeit lang nur auf deine Sportkarriere konzentrieren?
- Hast du einen Zeitplan erstellt, und weisst du, wie viel Zeit deine Ausbildung in Anspruch nehmen darf?
- Ist dir klar, wo du dich in den nächsten paar Jahren aufhalten wirst? Bist du vielleicht im Ausland?
- Hast du dich im Berufsinformationszentrum schon über die möglichen Ausbildungswege orientiert?
- Kennst du die Beratungsstellen, an die du dich wenden kannst, wenn es darum geht, Studium und Spitzensport miteinander zu koordinieren?
- Finanzierung: Hast du die Kosten für die weitere Ausbildung zusammengestellt?



Berufswahl und Karriereplanung

Weiterbildungen und Studium

Geeignete Weiterbildungen

Berufsmaturitätsschule (BMS) nach der Berufslehre

Für Athleten, die eine anspruchsvolle berufliche Grundbildung absolvieren, empfiehlt es sich zumeist, die Berufsmaturität nach der Lehre anzugehen, damit Schule, Ausbildung und Sport nicht zu viel werden. Die BMS kann teilzeitlich oder im Fernstudium absolviert werden. Sie ermöglicht in der Regel den prüfungsfreien Eintritt an eine Fachhochschule.

Eidgenössische Matur für Erwachsene

Um die eidgenössische Matura nachzuholen, eignet sich für Sportler ein Teilzeit- oder Fernlehrgang, der sowohl von öffentlichen als auch von privaten Institutionen angeboten wird.

Eidgenössische Berufsprüfung und höhere Fachprüfung

Wer über die nötige Berufserfahrung verfügt, kann sich berufsbegeleitend mit Vorbereitungskursen auf eidgenössische Berufsprüfungen und anschliessend auf eidgenössische höhere Fachprüfungen vorbereiten, zum Beispiel im Bereich Marketing, Public Relation oder Fitness, und sich so zum Spezialisten ausbilden lassen.

Höhere Fachschule

Nach einer abgeschlossenen Berufslehre können Athleten eine höhere Fachschule (HF) besuchen, zum Beispiel zum Betriebswirtschaftler HF oder an einer Technikerschule HF und damit eine Weiterbildung mit Praxisbezug absolvieren. Verschiedene private Schulen unterstützen Spitzensportlerinnen und -sportler und bieten ihnen flexible Stundenpläne an.

Hochschule (Universität, ETH, Fachhochschule)

Verschiedene Hochschulen kommen Leistungssportler entgegen und ermöglichen ihnen eine Verlängerung des Studiums oder Prüfungsverschiebungen. Verschiedene Studiengänge können auch im Teilzeitstudium belegt werden. Nicht jede Studienrichtung eignet sich in Kombination mit dem Spitzensport. Nicht jede Universität kommt den Sportlern gleichermassen entgegen. Es lohnt sich, die Angebote der Hochschulen zu vergleichen und sich beraten zu lassen. An den Hochschulen stehen den Athleten Koordinationspersonen zur Verfügung.

Fernstudium

Die Fernuniversität Schweiz, die Fernuni Hagen (Deutschland) und die Fernfachhochschule Schweiz sind gute Alternativen zu Präsenzhochschulen insbesondere für Profisportler, wenn ein hohes Mass an Flexibilität und Unabhängigkeit nötig ist. Zum Beispiel wenn ein Athlet oft im Ausland ist oder nicht weiss, welchem Verein er im folgenden Jahr angehören wird. Ein Fernstudium setzt grosse Selbstdisziplin voraus. Die Vielfalt an Studiengängen ist beschränkt. Weitere Fernstudiengänge, unter anderem im Bereich Sportmanagement, gibt es auch im Ausland. Hier ist vorgängig abzuklären, ob der Abschluss in der Schweiz anerkannt wird. www.fernuni.ch, www.fernuni-hagen.de/schweiz, www.fernfachhochschule.ch

Der ehemalige deutsche Fussball-Nationalspieler Oliver Bierhoff, während vieler Jahre Fussballprofi in der italienischen Serie A bei Udinese und der AC Milan, hat sein Studium in Wirtschaftswissenschaft an der Fernuniversität Hagen abgeschlossen. Seine Klausuren hat er überall auf der Welt geschrieben. Einmal stand er im Goethe-Institut in Rom unter Stress, ein anderes Mal im Konsulat in Monaco. Pech, wenn gerade ein Auswärtsspiel irgendwo anders auf der Welt auf dem Terminplan stand. Dann musste er die Klausur auf das nächste Semester verschieben.

Modell F

Verschiedene Bildungsinstitutionen bieten Studiengänge nach Modell F (flexibel) an. Leistungssportlerinnen und -sportler können an diesen Institutionen das Lerntempo selber bestimmen und so Training und Wettkämpfe mit dem Studium koordinieren.

www.modellf.ch

Überblick über die Weiterbildungen

www.berufsberatung.ch > Ausbildung, Weiterbildung suchen
www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/studium

Talentmanagement

Ein Team von Spezialisten

Der Schweizerische Fussballverband SFV strebt in enger Zusammenarbeit mit seinen Partnern im Junioren-Spitzenfussball in der Regel nach dem 9. Schuljahr eine gezielte, individuelle und ganzheitliche Förderung der talentiertesten Spieler an. Der SFV vergibt Clubs der Schweizerischen Football League, die in Partnerschaften organisiert sind und die gesamte Ausbildungsstruktur von der U-15 bis zur U-21 anbieten, das Qualitätslabel «Leistungszentrum SFV/SFL». Der SFV verspricht sich durch die verbesserte Ausbildung der talentiertesten Spieler mehr Wettbewerb in der Liga und ein höheres Niveau in den Auswahlteams bis zum A-Nationalteam.

Das Talentmanagement ist ein wichtiger Bereich im neuen Ausbildungskonzept. Darunter verstehen Verband und Ausbildungsvereine eine umfassende Betreuung und Förderung der talentiertesten Spieler. Der Club bildet den Jugendlichen nicht nur auf dem Fussballfeld im Bereich Technik und Taktik aus. Er unterstützt den Spieler auch in der schulischen und beruflichen Ausbildung, in der Persönlichkeitsentwicklung, bei der Karriereplanung, bei der Unterbringung sowie bei der Reha und den sportmedizinischen Massnahmen.

Massimo Ceccaroni

Direktor Nachwuchs, Mitglied des Verwaltungsrates, FC Basel

Stefano Ceccaroni

Pädagogischer Leiter, FC Basel

Massimo und Stefano Ceccaroni erklären, wie der FC Basel das Talentmanagement umsetzt: «Wir streben eine ganzheitliche fussballerische, schulische und persönliche Förderung junger Fussballtalente an. Nachwuchsfussballer und -fussballerinnen absolvieren parallel zur sportlichen Ausbildung eine bestmögliche Schul- oder Berufsausbildung.» Stefano Ceccaroni ist der pädagogische Leiter beim FCB. Er hilft den Talenten, eine sportfreundliche Lehrstelle zu finden, pflegt den Kontakt zu den Lehrbetrieben und Sportschulen und unterstützt die Spieler, die in den Wohnhäusern des Campus untergebracht sind, den Alltag zu bewältigen. «Ein Fussballer muss nicht nur auf dem Platz alles geben, auch in der Schule und in der Freizeit sollte sich der Spieler richtig verhalten, beispielsweise sich richtig ernähren, genügend schlafen und seinen Körper richtig pflegen. Längst nicht allen Spielern gelingt dies. Dass die Spieler Verantwortung übernehmen, ist uns wichtig. Wir versuchen, dies zu fördern.»

Beim FCB werden alle Spieler vom Talentmanagement erfasst. Massimo Ceccaroni, Leiter der Nachwuchsförderung: «Wir machen keinen Unterschied zwischen guten und hochtalentierten Spielern.» Der FCB überwacht die sportliche, schulische oder berufliche Ausbildung gleichermassen und erstellt mit dem Jugendlichen einen Karriereplan. In einem Personaldossier werden regelmässig Zielvereinbarungen, Beurteilungen, Videoanalysen und Schulleistungen festgehalten. Halbjährlich werden sportliche und schulische Leistungen mit dem Spieler besprochen und weitere Schritte vereinbart. «Fussball und schulische oder berufliche Ausbildung sind bei uns auf Augenhöhe. Das sagen wir nicht nur, das leben wir auch», erklärt Massimo Ceccaroni. «Wenn es bei einem Spieler in der Schule nicht gut läuft, dann informiere ich den Technischen Leiter, und in weniger als einer Stunde weiss dies auch der Trainer, der dann ebenfalls auf den Spieler einwirkt. Wir suchen gemeinsam nach einer Lösung. So kann es sein, dass ein Spieler eine Zeit lang die Morgentrainings nicht mehr besucht, bis es in der Schule wieder rund läuft. Das Vertrauen und die Zusammenarbeit zwischen der sportlichen und pädagogischen Leitung ist wichtig», meint Stefano Ceccaroni.

Massimo Ceccaroni: «Anhand von Anforderungsprofilen, Wettkampfanalysen und Beispielen zeigen wir dem Spieler auf, wo er sich verbessern kann, und gehen auf seine persönlichen Bedürfnisse ein. Spieler und Eltern können die Fortschritte überprüfen und verstehen so besser, auf was es ankommt. Vor ein paar Jahren war es die subjektive Wahrnehmung eines Trainers, die beim Fortkommen eines Spielers eine Rolle spielte. Heute fördern verschiedene Spezialisten (Trainer, Athletiktrainer, Videoanalyst u. a.) ein Talent und zeigen ihm auf, wo noch Verbesserungspotenzial besteht. So erfährt beispielsweise ein Verteidiger, ob sein Laufvolumen genügt, wie viele Zweikämpfe er gewonnen und wie viele Pässe er abgegeben hat. Wir können den Spielern und Eltern heute etwas präsentieren, das Hand und Fuss hat. Wir möchten, dass die Spieler merken, dass wir sie unterstützen, etwas Grosses zu erreichen. Etwas Grosses beinhaltet auch grossen Aufwand!»



«Wir streben eine ganzheitliche fussballerische, schulische und persönliche Förderung junger Fussballtalente an!»

Berufswahlfahrplan

Wegweiser für die Lehrstellensuche



Die Berufswahl beginnt im 8. Schuljahr. Doch so einfach ist die Sache nicht. Meist stehen die 13- bis 14-Jährigen vor etlichen Fragen: Was kann ich? Was will ich? Was habe ich für Möglichkeiten? Wann soll ich mit der Lehrstellensuche beginnen? Vor lauter offenen Fragen wissen viele nicht, wo sie beginnen sollen und wo sie entsprechende Informationen finden. Der Berufswahlfahrplan hilft dir, dich im Dschungel der offenen Fragen besser zurechtzufinden.

Wer bin ich?

In einem ersten Schritt versuchst du, deine Interessen und Fähigkeiten zu entdecken. Dies geschieht meist im Berufswahlunterricht in der Schule. Aber auch zu Hause können dir Gespräche mit deinen Eltern, Geschwistern und Freunden Aufschluss geben.

Was passt zu mir?

Im Berufsinformationszentrum (BIZ) findest du Informationsbroschüren zu Berufslehren, Schulen und Weiterbildungen. Mit dem Berufsbilderheft oder Berufswahlbuch kannst du dir einen ersten Überblick verschaffen. www.berufsbilder.ch Hast du eine engere Auswahl von Ausbildungen getroffen, kannst du diese mittels Berufsorientierungen und Schnupperlehren überprüfen. Die Schnupperlehre dient der Überprüfung des Berufswahlentscheides und soll erst nach gründlicher Vorbereitung stattfinden. Adressen bekommst du auf deiner Berufsberatungsstelle. Überlege auch, ob sich dein Wunschberuf mit dem Spitzensport vereinbaren lässt (siehe Seite 15).

Wie finde ich eine Lehrstelle?

Die Lehrstellensuche und die Vorbereitung auf eine weitere Schule beginnt in der Regel Anfang 9. Schuljahr. Wer sich bewirbt, hat sich vorher gut informiert und Informationsveranstaltungen, Berufsbesichtigungen und eine Schnupperlehre im ausgewählten Beruf absolviert. Die Lehrstellenadressen bekommst du bei deiner Berufs-



beratungsstelle oder findest sie unter **www.berufsberatung.ch**. Nütze alle persönlichen Beziehungen, um einen sportfreundlichen Lehrbetrieb zu finden. Vielleicht hilft dir die Sponsorenliste deines Vereins, oder der Koordinator Schule/Beruf in deinem Verein kennt einen Betrieb. Ein Tipp: Nimm dir die Zeit, und gehe im Lehrstellennachweis Firma für Firma durch. Du wirst staunen, auf welche Betriebe du da stösst, z. B. bieten Sportvereine und -verbände, Sportämter und Sportfirmen, Fitnesscenter und andere Institutionen Lehrstellen an. Frage auf jeden Fall telefonisch an, ob die Lehrstelle noch frei ist und wie du dich bewerben sollst, bevor du dich schriftlich bewirbst. So sparst du dir viel Arbeit!

Wenn du zu einem **Vorstellungsgespräch** eingeladen wirst, bereite dich vor. Überlege dir Antworten zu Fragen, die gestellt werden könnten, aber auch, was du wissen möchtest vom Lehrbetrieb. So zeigst du Interesse! Nimm deinen **Zeitplan** mit, der Auskunft über deine Trainingszeiten, Trainingslager und Wettkämpfe gibt. Beim SFV erhältst du eine **Musterzusatzvereinbarung** (siehe Seite 14) zum Lehrvertrag. Die Lehrmeister sind froh, wenn sie diese nicht selber kreieren müssen. Überlege dir einen Vorschlag für eine faire Lösung, z. B. Lehrzeitverlängerung, die du mit dem Lehrmeister besprechen kannst. Oft ist es von Vorteil, wenn sich auch dein Trainer am Gespräch beteiligt.

Hast du schon etwas vom Basic-Check **www.basic-check.ch** oder Multi-Check **www.gateway.one/multicheck** gehört? Viele Firmen verlangen heute solche Tests. Erkundige dich rechtzeitig danach.

Kannst du dich nicht entscheiden? Brauchst du noch etwas Zeit? Willst du deine Schulnoten verbessern? Erkundige dich bei der Berufsberatung über die verschiedenen Zwischenlösungen. Es gibt 10. Schuljahre für Spitzensportler.

Die genauen Anmeldetermine für Mittelschulen, Berufsmittelschulen und das 10. Schuljahr erfährst du bei deiner Berufsberatung.

Berufsberatung

Nütze die Angebote der öffentlichen Berufsberatung, die dir zur Verfügung stehen: das BIZ mit Informationen und Adressen, die persönliche Beratung, in welcher du auf Wunsch auch Interessen- und Fähigkeitstests machen kannst.

Die Adresse deiner Berufsberatungsstelle findest du unter: **www.berufsberatung.ch**

Was Eltern wissen sollten

Sie stehen am Spielfeldrand und fiebern mit. Sie schleppen die riesigen Taschen, sind Chauffeur und Materialwartin. Tröstend schliessen Sie Ihre Kleinen in die Arme, wenn sie danebentreffen, und freuen sich, wenn sie als Erste durch das Ziel kommen: Sie, die Eltern der jungen Spitzensportler. Als Bezugspersonen stehen Sie Ihren Kindern nahe und durchleben mit ihnen Niederlage und Sieg. Bei der Begleitung durch die Berufswahl ist es ähnlich.

- Begleiten Sie Ihr Kind bei der Berufswahl. Sie als Eltern sind die wichtigsten Gesprächspartner. Helfen Sie Ihrem Kind, sich Schritt für Schritt mit der Berufswahl auseinanderzusetzen und eine Perspektive zu entwickeln.
- Der erste Berufsentscheid ist heute nicht mehr lebenslang gültig. Aber ein guter Start ins Berufsleben ist wichtig, motiviert, gibt Selbstvertrauen und wirkt sich auch positiv auf die sportliche Karriere aus.
- Beziehen Sie Stellung. Welche Ausbildungen würden Sie vorziehen? Nehmen Sie auch unmögliche Berufswünsche Ihres Kindes ernst.
- Lernen Sie mit Ihrem Kind verschiedene Informationsquellen kennen wie die Berufsberatung, das Berufsberatungportal **www.berufsberatung.ch** und die «Schulangebote für Sporttalente» unter **www.swissolympic.ch**.
- Besprechen Sie mit Ihrem Kind verschiedene Ausbildungswege. Was sind die Vor- und Nachteile? Wie lassen sich Ausbildung und Sport optimal koordinieren? Kennt Ihr Kind die Ausbildungsmöglichkeiten für Spitzensportler?

- Nehmen Sie das Gespräch mit dem Lehrer, der Trainerin und dem Berufsberater auf. Wie sehen die sportlichen Perspektiven aus? Welche Belastungen kommen auf Ihr Kind zu? Was für Möglichkeiten sehen Lehrpersonen und Berufsberatende?
- Bemühen Sie sich um eine neutrale Potenzialeinschätzung. Dafür bieten sich die Chefs Footeco und die SFV-Trainer respektive Nationaltrainer an.
- Unterstützen Sie Ihr Kind bei der Lehrstellensuche. Motivieren Sie Ihr Kind, Bewerbungen zu schreiben, und trösten Sie es bei Absagen. Helfen Sie mit, einen sportfreundlichen Lehrbetrieb zu finden.
- Möchte Ihr Kind das Sportgymnasium besuchen? Besuchen Sie mit ihm den Orientierungsabend, und schauen Sie, dass es neben dem Sport noch genügend Zeit findet, sich auf die Gymiprüfung vorzubereiten.
- Manchmal ist auch ein zusätzliches Schul- oder Reifejahr angebracht.
- Nehmen Sie die Beratungsangebote der öffentlichen Berufsberatung, von Swiss Olympic und einzelner Sportverbände, z. B. des SFV, in Anspruch.
- Die Ausbildungskosten übersteigen manchmal die eigenen Mittel. Private Sportschullösungen sind teuer. Erkundigen Sie sich bezüglich der Finanzierung und der Stipendien bei den kantonalen Beauftragten für die Nachwuchsförderung und bei der Stipendienberatung Ihrer Berufsberatungsstelle.



Irene Zangger

Die Mutter von drei talentierten Hockeyspielern hat Erfahrungen mit zwei Lehrabbrüchen gemacht, als die sportliche Belastung ihrer Söhne stark zunahm.

«Für meine Söhne bot die Sporthandelsschule eine ausgezeichnete Plattform, den Spagat zwischen Ausbildung und Spitzensport zu meistern. Lösungen wie diese wären in allen Berufsrichtungen wünschenswert!»

Was Trainerinnen und Trainer wissen sollten

Trainer sind für viele Jugendliche wichtige Bezugspersonen und tragen deshalb eine grosse Verantwortung für richtungsweisende Entscheidungen im Leben. Ihre Einstellung zur Schule und zur Berufsausbildung ist von enormer Bedeutung. Damit Unterricht, Lehre, Beruf und Spitzensport die Athleten nicht überfordern, brauchen sie Ihre Unterstützung und Ihr Verständnis als Trainer.

Wie Sie Ihre Schützlinge unterstützen können:

- Informieren Sie Ihre Athleten offen und ehrlich über ihre realistischen Karrierechancen im Spitzensport, damit sie ihre Berufswahl in Angriff nehmen können.
- Seien Sie an der Berufswahl und der Karriereplanung Ihrer Athleten interessiert, und haben Sie ein offenes Ohr. Die Zufriedenheit in der Ausbildung trägt zu besseren Leistungen im Sport bei.
- Formulieren Sie mit Ihren Athleten konkrete Ziele, und überprüfen Sie diese regelmässig und konsequent.
- Bejahen Sie lebenslanges Lernen. Dies erleichtert den Athleten den Übergang in die Lebensphase nach dem Karrierenende im Spitzensport.
- Eine abgeschlossene Schul- oder Berufsausbildung ist ausschlaggebend und erweitert den Entscheidungsspielraum der Spitzensportlerin und des Spitzensportlers. Weisen Sie jedoch die Athleten auf Ausbildungslösungen hin, die sie entlasten, wie Sportschulen, Lehrverlängerung und Sonderabkommen mit Schulen und Universitäten. Lieber etwas langsamer, dafür sicher ans Ziel kommen.
- Informieren Sie Spitzensportler und deren Eltern über die Ausbildungsmöglichkeiten und Beratungsstellen für Spitzenathleten. Geben Sie diese Broschüre ab, und weisen Sie auf die Informationen von Swiss Olympic «Schulangebote für Sporttalente» unter www.swissolympic.ch hin. Gut informiert ist halb gewonnen!
- Suchen Sie das persönliche Gespräch und die Zusammenarbeit mit Lehrpersonen, Berufsbildnern und Eltern. Viele Probleme erledigen sich durch die Kontaktaufnahme sowie eine gute und direkte Kommunikation.
- Geben Sie Trainings- und Wettkampfpläne möglichst frühzeitig und vollständig an Lehrpersonen und Lehrmeister weiter, sodass diese ebenfalls planen können.
- Sensibilisieren Sie die Eltern für die Problematik des Spitzensportes, damit sie Verständnis für die sportlichen Ambitionen ihrer Kinder aufbringen und sie optimal unterstützen.
- Suchen Sie immer wieder das Gespräch mit Athleten, insbesondere mit denjenigen, welche Probleme mit ihrer Ausbildung haben, und verweisen Sie diese an die entsprechenden Beratungsstellen.
- Achten Sie darauf, dass die Athleten ihre Planung seriös machen und – ganz wichtig – auch Reise-, Erholungs- und Freizeit miteinander beziehen.
- Beziehen Sie unbedingt die Erfahrung des Koordinators Schule/Beruf, den der SFV für jede Partnerschaft des Junioren-Spitzensfußballs verlangt, in Ihre Empfehlungen an Eltern und Spieler mit ein.



Reto Gertschen

SFV-Ausbildungschef, Ressortleiter Trainerausbildung

«Die Komplexität durch die Digitalisierung nimmt stetig zu, d.h. die Herausforderungen durch äussere Einflüsse auf den Athleten und sein Umfeld verändern sich rasch und somit auch die Anforderungen an die Trainer. Der qualifizierte Trainer ist aktuell informiert und bildet sich selber immer weiter. Er besitzt die notwendigen Kompetenzen, damit er seinen Athleten in seiner ganzen Entwicklung weiterbringen kann.»

Swiss Olympic Talent Card und Finanzierung der Aus- und Weiterbildung

Die Swiss Olympic Talent Card kann Türen öffnen!

Mit der Swiss Olympic Talent Card wird das Potenzial eines Nachwuchsathleten anerkannt und dessen Zugehörigkeit in einem Verbandsförderprogramm bestätigt. Kantone, Gemeinden, Schulen und weitere Partner orientieren sich an dieser aktuellen Talenteinstufung. Wir unterscheiden folgende Karten:

- Swiss Olympic Talent Card **Lokal** > lokales Talent (auf Liste geführt)
- Swiss Olympic Talent Card **Regional** > regionales Talent, z. B. in einem Regionalkader
- Swiss Olympic Talent Card **National** > nationales Talent, Nationalkader

Die Karten sind jeweils ein Jahr gültig. Swiss Olympic stellt den Talenten aufgrund der Einschätzung der Sportverbände die regionale und nationale Karte per Post zu. Die lokalen Talente sind auf der Website von Swiss Olympic aufgeführt.

Was nützt mir eine solche Talent Card?

- erleichtert die Aufnahme an eine Sportschule
- ermöglicht Speziallösungen an Hochschulen
- ermöglicht sportbegründete Dispensationen vom Schulunterricht
- teilweise Vergünstigungen bei Partnern von Swiss Olympic (z. B. bei Sportartikel)
- Zugang zu Spezialisten aus dem sportmedizinischen Bereich
- Zugang zu spezialisierten Berufsberatungsstellen
- ermöglicht die Finanzierung einer Sportschule durch den Kanton, den Zugang einer Patenschaft der Sporthilfe oder die Unterstützung über Sportfonds und -stiftungen
- ermöglicht Spitzensportförderung in der Armee

Finanzierung der Aus- und Weiterbildung

Die Frage der Finanzierung solltest du frühzeitig klären, bevor du dich definitiv für eine Aus- oder Weiterbildung entscheidest. Zu den Schulkosten können auch noch Ausgaben für auswärtiges Essen, Fahrspesen, Verdienstausschlag und Schulmaterial kommen. Teilweise unterstützen Vereine und Verbände ihre Athleten. Auch die Schweizer Sporthilfe unterstützt Athleten bei nachgewiesenem Potenzial.

www.sporthilfe.ch

Für die Finanzierungsunterstützung ist bis zum 9. Schuljahr die Wohngemeinde zuständig, fürs Gymnasium oder für die Lehre dein Wohnkanton. In vielen Kantonen gibt es Stipendienberatungsstellen. Erkundige dich dort über Finanzierungshilfen. Neben kantonalen Stipendien gibt es zahlreiche private Fonds und Stiftungen, die bestimmte Personengruppen finanziell unterstützen. Informationen und Adressen zu Stipendienfragen findest du unter:

www.berufsberatung.ch > Ausbildung und Weiterbildung finanzieren.



Schweizerischer Fussballverband

Marlies Zuber
dipl. Berufs- und Laufbahnberaterin
dipl. Psychologin FH
Frohheimstrasse 4
8304 Wallisellen
Tel. +41 79 279 78 46
zuber.marlies@football.ch

Zwischen Schulbank und Trainingsplatz

Diese Broschüre kannst du beim Schweizerischen Fussballverband unter obiger Adresse bestellen.

Karriere- und Laufbahnberatung

durch SFV und Vereine

Alle Auswahlspieler und ihre Eltern können sich über die wichtigsten Karriereschritte an regelmässig durchgeführten Elternabenden informieren. Spielerinnen und Spieler erhalten weitere Details anlässlich von Zusammenzügen der Auswahlteams.

Bei persönlichen Fragen können sich Eltern an folgende SFV-Vertreter wenden:

- SFV-Stützpunktspieler (FE-14)
 - SFV-Stützpunkttrainer
- SFV-Auswahlspieler (U-15 bis U-21)
 - SFV-Nachwuchstrainer
- SFV-Footuro Spieler (U-17 bis U-21)
 - SFV-Verantwortlicher Footuro

Bei einem wichtigen Karriereschritt (z. B. bei einem Vereinswechsel) ist eine neutrale Einschätzung des fussballerischen Potenzials des Talentes sowie eine zusätzliche Meinung zu Vor- und Nachteilen von verschiedenen Varianten hilfreich für eine gute Entscheidung.

Swiss Olympic

Abteilung Sport
Jost Hammer
Leiter Athleten- und Karrieresupport
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen b. Bern
Tel. +41 31 359 71 63
jost.hammer@swissolympic.ch

«Schulangebote für Sporttalente»

Die Broschüre mit allen Sportschulen und weiteren Kontaktadressen findest du unter:

www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule

Schule, Lehre, Studium und Leistungssport

Informationen dazu findest du unter:

www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere

FTEM Schweiz

Ist eine Abkürzung, und steht für die vier Schlüsselbereiche:

F-undament/Basis, **T**-alent, **E**-lite, **M**-astery/Weltklasse und bildet den Idealverlauf einer Sportkarriere bis hin zur Weltspitze ab. Es ist das Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz, an dem sich Verantwortliche orientieren können.

www.swissolympic.ch > FTEM

PISTE

Ist eine von Swiss Olympic empfohlene Selektionsphilosophie, die auf fünf Grundsätzen basiert. Nicht die aktuell, sondern die zukünftig Besten sollen gefördert werden.

www.swissolympic.ch > Nachwuchsförderung

Berufsberatung

Angebote der Berufsberatung

- Informationen über Aus- und Weiterbildungen, Studium und Zwischenlösungen
- Adressen für Schnupperlehren und Lehrstellen
- Persönliche Beratung
- Eignungsabklärung
- Stipendienberatung

Die Adresse der Berufsberatungsstelle in deiner Nähe findest du unter www.adressen.sdbb.ch

Das Berufsberatungsportal

Mit dem Berufsberatungsportal kommt das BIZ zu dir nach Hause! Du findest sämtliche Informationen über Aus- und Weiterbildungen, Studium, Universitäten etc. sowie Lehrstellenadressen, nützliche Tipps zur Berufswahl und interessante Links unter www.berufsberatung.ch.



Schweizerischer Fussballverband
Association Suisse de Football
Associazione Svizzera di Football
Swiss Football Association



Postfach · 3000 Bern 15 · Schweiz
Case postale · 3000 Berne 15 · Suisse
Casella postale · 3000 Berna 15 · Svizzera
P.O. Box · 3000 Bern 15 · Switzerland

Haus des Schweizer Fussballs
Maison du football suisse
Casa del calcio svizzero
The House of Swiss Football
Worbstrasse 48 · 3074 Muri

T +41 31 950 81 11
F +41 31 950 81 81
info@football.ch · www.football.ch