

# INFOTUND

## 21.04.2026

Eesti Olümpiakomitee



Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



# Päevakord

1. EOK seisukohad RUS / BLR sportlaste küsimuses - Kersti Kaljulaid
2. Spordikohtu ja eetikareeglite hetkeseis - Kristo Tohver
3. Eesti koondis Noorte olümpiamängudel Dakaris Senegalis – Merle Kaljurand
4. EADSE: Toidulisanditega seotud varjatud riskide seminar - Teele Tiidt
5. Kultuuriministeriumi info – Liis Kiviloo
6. Eesti Akadeemiline Spordiliit: Universiaadid 2027 - Karl Tereping
7. TalTechi Spordilinnak - Allar Raja
8. Treenerikutse ja tunnustamine, alaliitude tagasiside - Marit Jukk
9. Treenerikutse arenguvision - Jarko Koort



Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



# EOK seisukohad / soovitused alaliitudele vene ja valgevene sportlaste küsimuses



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



JCDecaux



SPORTLAND

SYNLAB

SKODA



# 1. Põhimõtteline raamistik: millele EOK otsused tuginevad

- Eesti lähtub ELi ja Eesti 2022. aastal kokku lepitud Venemaa ja Valgevene isoleerimispoliitikast spordis.
- Sport ei ole “poliitikast eraldiseisev” – Venemaa kasutab sporti teadlikult oma normaalsuse taastamiseks ja pehme jõu instrumendina.
- EOK roll ei ole sportlasi karistada, vaid hoida Eesti sport rahvusvaheliselt väärivate ja väärtuspõhiste otsuste juures.

*EOK toetab sportlaste võistlemist, kuid ei aktsepteeri agressorriikide normaliseerimist lipu, hümnide ja sümbolite kaudu.*



## 2. Sportlaste võistlemine olukorras, kus RU/BLR lubatakse tagasi lipu ja hümniga

### Sportlase vaade

- Sportlasel on õigus võistelda rahvusvahelistel võistlustel ka siis, kui osalevad RU/BLR sportlased.
- Sportlastelt ei eeldata poliitilisi avaldusi ega boikotte
- Sportlane ei pea võistlusolukorras reageerima vastaste sümbolitele (lipp, hümn) – vastutus on korraldajal ja alaliidul.

### Oluline psühholoogiline aspekt

- EOK mõistab, et olukord võib sportlasele olla ebamugav või emotsionaalselt raske.
- Vajadusel toetab alaliit ja EOK sportlast kommunikatsiooni ja otsuste lahtiseletamisel.

*Toni Meijel “Seda kirkamad on need medalid”*

# 3. Alaliitude roll ja vastutus rahvusvahelistes alaliitudes

## Mida EOK ootab alaliitudelt

- Seisukoha järjepidev esitamine rahvusvahelises alaliidus:
  - vastu lipule, hümnile ja riiklikele sümbolitele
  - vastu RU/BLR võistluste korraldusõigustele
- Koostöö sarnase seisukohaga riikidega (Balti, Poola, Ukraina, NB8 – isegi kui “enamus” on teistsugune).

## Kui rahvusvaheline alaliit otsustab teisiti

- Alaliit **ei vastuta** rahvusvahelise alaliidu lõppotsuse eest.
- Oluline on, et Eesti seisukoht oleks:
  - selgelt protokollitud
  - edastatud kirjalikult
  - kommenteeritud sportlastele ausalt ja läbipaistvalt



## 4. Võistluste korraldamine Eestis

### Selge piir

- RU/BLR sportlasi **Eestisse ei lubata**, sõltumata rahvusvahelise alaliidu otsusest. See on Eesti riigi seisukoht
- Seda tuleb alaliitudel arvestada juba kandideerimisel ja võistluste planeerimisel.

### Riskide teadvustamine

- Võimalik, et:
  - Eestilt võetakse korraldusõigus
  - Eestit ei valitagi võõrustajaks

*See on teadlik väärtuspõhine valik, millega EOK ja alaliidud peavad arvestama.*



# 5. Kommunikatsioon: mida ja kuidas öelda avalikkuses

## Sportlased

- Lubatud on isiklikud väärtuspõhised seisukohad.
- Soovitus:
  - vältida vastandumist teiste sportlastega
  - rõhutada sportlase rolli ja spordi universaalseid väärtusi

## Alaliidud

- Soovitatav kasutada ühtset sõnumiraami:
  - “Me toetame sportlaste võistlemist”
  - “Me ei toeta agressorriikide sümbolite normaliseerimist”
- Keerulisemate juhtumite korral kooskõlastada sõnum EOKga.



## 6. Mida EOK ise teeb edasi

### Selge lubadus alaliitudele

- EOK jätkab rahvusvahelist “müra tegemist” seal, kus see on mõjukas:
  - ROK, EOK, rahvusvahelised alaliidud
- EOK ei jäta alaliite üksinda poliitiliselt keerulistesse olukordadesse.

### Realistlik hinnang

- Surve RU/BLR tagasilubamiseks kasvab (LA 2028, raha, suured alaliidud).
- Just seetõttu on oluline, et Eesti tegutseks:
  - järjepidevalt
  - ühtsete sõnumitega
  - mitte emotsiooni, vaid põhimõtete pealt



*Me ei saa kontrollida kõiki rahvusvahelisi otsuseid, aga me saame kontrollida oma hoiakut, käitumist ja sõnumeid. EOK roll on hoida Eesti sport selles keerulises olukorras väärikana - sportlasi kaitstes ja väärtusi hoides.*





# Spordikohtu ja eetikareeglite hetkeseis



ESTI OLÜMPIAKOMITEE

Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



JCDecaux



SPORTLAND

SYNLAB

SKODA



# Eesti koondis Noorte olümpiamängudel Dakaris Senegalis (31.10.-13.11.2026)



# Eesti koondis Noorte olümpiamängudel Dakaris Senegalis (31.10.-13.11.2026)

8 spordiala, kokku 10 sportlast:

	Tüdruk	Poiss
Kergejõustik	1	1
Ujumine	1	1
Sulgpall	1	
Vehklemine	1	
Rannamaadlus	1	
Triatlon	1	
Meresõudmine		1
Purjetamine		1



Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



# Toidulisanditega seotud varjatud riskide seminar

Teele Tiidt, koolitusjuht

Tallinn  
21.04.2026

*Hoides  
ausat  
sporti*



**Kaasrahastanud  
Euroopa Liit**

# TEAVITUSSEMINAR

- **6. mail kell 9:45-14:30 Tallinnas, Superministeeriumi hoones**
- Erasmus+ IRIS projekti raames, Eesti Antidopingu ja Spordieetika SA koostöös Regionaal- ja Põllumajandusministeeriumiga
  - Projekti põhieesmärk: parendada sportlaste riskiteadlikkust toidulisandite suhtes ning soodustada teadlikke otsuste langetamist nii harrastus- kui võistlusspordis
- Seminari eesmärk:
  - Soodustada sportlaste ja nende tugipersonali teadlikumat otsustamist toidulisandite valimisel ja kasutamisel
    - Praktiline ja tõenduspõhine ülevaade toidulisanditega kaasnevatest varjatud riskidest
    - Praktiliste töövahendite, sh IRIS projekti õppevahendite tutvustamine
- Sihtrühm: sportlased ja nende tugipersonal



**Kaasrahastanud  
Euroopa Liit**

# PÄEVAKAVA

**9:15-9:45** Kogunemine, hommikukohv

**09:45–10:00** Sissejuhatus ja tervitussõnad

**10:00–10:30** Toidulisandid: regulatsioon, järelevalve ja kasutamine Eestis

**10:30–11:05** Toidulisandite ja dopinguga seotud riskid

**11:10–11:30** Terviseriskid ja meditsiinilised ohud

**11:35–12:20** Kohvipaus

**12:20–12:55** Kuidas riske vähendada? Praktilised juhised

**13:00–13:40** Treeneri ja füsioterapeudi roll ja vastutus

**13:45–14:00** Praktiliste töövahendite tutvustus, IRIS tööriist

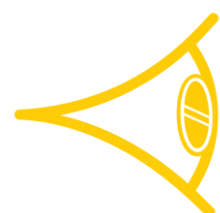
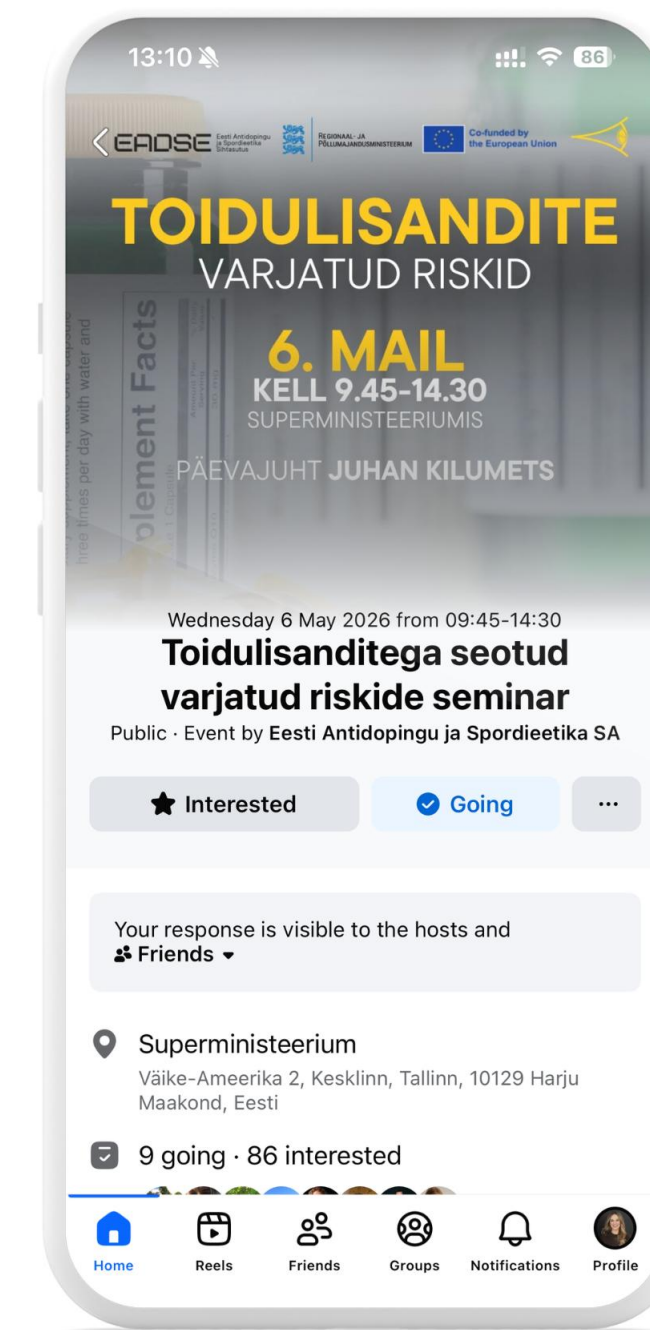
**14:05–14:30** Kokkuvõte



**Kaasrahastanud  
Euroopa Liit**

# OLULINE INFO

- Palume edastada infot spordiklubidele ning koondislaste tugipersonalile
  - **Osalustasu 10,50 €** (sisaldab hommikukohvi ja kerget toitu)
  - **Piletid** fienta.com
  - Osalejate arv on piiratud
  - Jooksev info Facebooki üritusel
- Võimalusel aktsepteerida treenerite ja tugipersonali osalemist täienduskoolitusena 4 ak tunni mahus
  - Osalemistõendi alusel



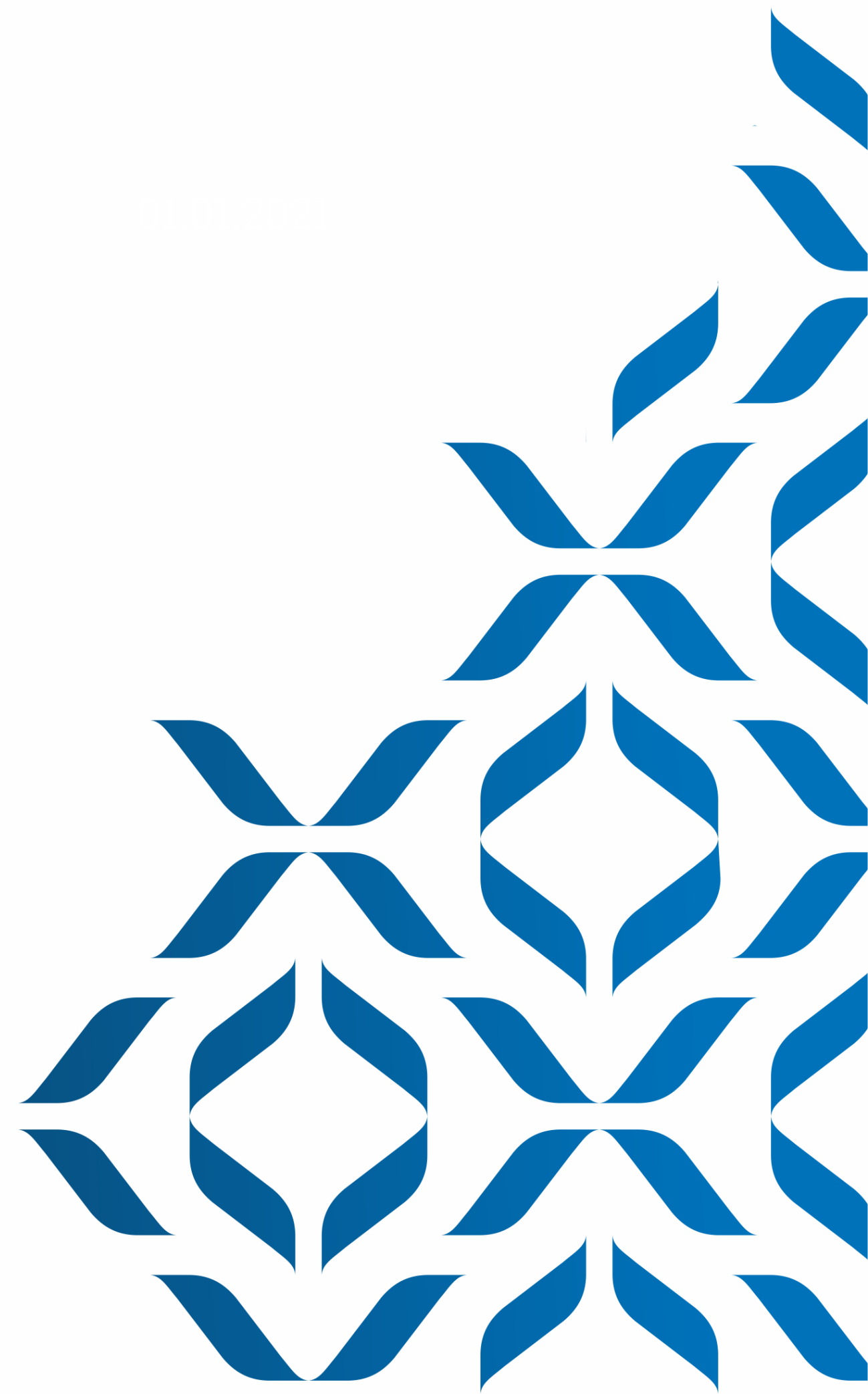
**Kaasrahastanud  
Euroopa Liit**



KULTUURIMINISTEERIUM

# Kultuuriministeeriumi informatsioon

Liis Kiviloo  
Nõunik  
21.04.2026



# Spordipoliitika põhialused aastani 2030 elluviimisest

23.04.2026 Vabariigi Valitsuse istungil  
13.05.2026 kultuuriministri kõne Riigikogus

[www.spordiregister.ee/aruanne](http://www.spordiregister.ee/aruanne)

**Suured tänud kõigile, kes aitasid aruannet kokku panna!**



# Taotlusvoor „Ida-Virumaa ettevõtlust edendavad spordi- ja kultuuriüritused“

Taotlusvoor eesmärk on toetada **Ida-Virumaal spordi- ja kultuuriürituste korraldamist**, elavdada sündmuste korraldamise kaudu piirkonna ettevõtlust ning suurendada kohalike elanike ja organisatsioonide kaasatust sündmuste korraldamisse.

Toetatavad kultuuri- või spordiüritused peavad olema vähemalt maakondliku tähtsusega, mistõttu on projektis osalevate inimeste **miinimumarv 1000**.

Taotlusvoor abikõlblikkuse periood on **31.03.2026 – 31.03.2027**.

Taotletava toetuse **minimaalne summa on 10 000 eurot ja maksimaalne summa 30 000 eurot** taotluse kohta. Iga taotleja saab esitada ainult ühe taotluse. Taotlusvoor eelarve on 400 000 eurot.

Taotluste esitamise tähtaeg on **28.04.2026 kell 23.59**.

Taotluste menetlemise infosüsteemi kaudu aadressil <https://toetused.kul.ee/et/login>.

Koordinaator: Iris Järv, tel 5982 3155, e-post: [iris.jarv@integratsioon.ee](mailto:iris.jarv@integratsioon.ee)

# Riigi kultuuripreemiate ja kulturistipendiumide seaduse ning spordiseaduse muutmise seadus eelnõu (824 SE)

16.04.2026 – Riigikogu kultuurikomisjoni nõuniku e-kiri EOK liikmetele

22.04.2026 – eelnõu esimene lugemine Riigikogus

**04.05.2026 – oodatakse spordiorganisatsioonide tagasisidet eelnõule**

## **Spordivaldkonnaga seotud teemad:**

1. Riigi spordistipendiumide kaotamine alates 2026. aastast. Stipendiumideks ette nähtud 132 000 eurot jagunes järgmiselt:

- **119 700 eurot spordialaliidu tegevustoetuseks**
- **12 600 eurot ehk 14 stipendiumit Eesti Paralümpiakomitee tegevustoetuseks**

2. Riigi spordipreemiate arv paindlikumaks. Senise konkreetse arvu asemel nähakse ette preemiate arvu piirarv ja preemiate arv seotakse riigieelarve võimalustega

# Maakonna visiidid

MAAKOND	AEG
Läänemaa	13.04.2026
Hiiumaa	13.04.2026
Saaremaa	14.04.2026
Pärnumaa	21.04.2026
Lääne-Virumaa	23.04.2026
Ida-Virumaa	23.04.2026
Valgamaa	27.04.2026
Võrumaa	27.04.2026
Tartumaa	28.04.2026
Põlvamaa	28.04.2026
Jõgevamaa	05.05.2026
Harjumaa	14.05.2026
Järvamaa	21.05.2026
Raplamaa	21.05.2026
Viljandimaa	29.05.2026

## Peamised teemad:

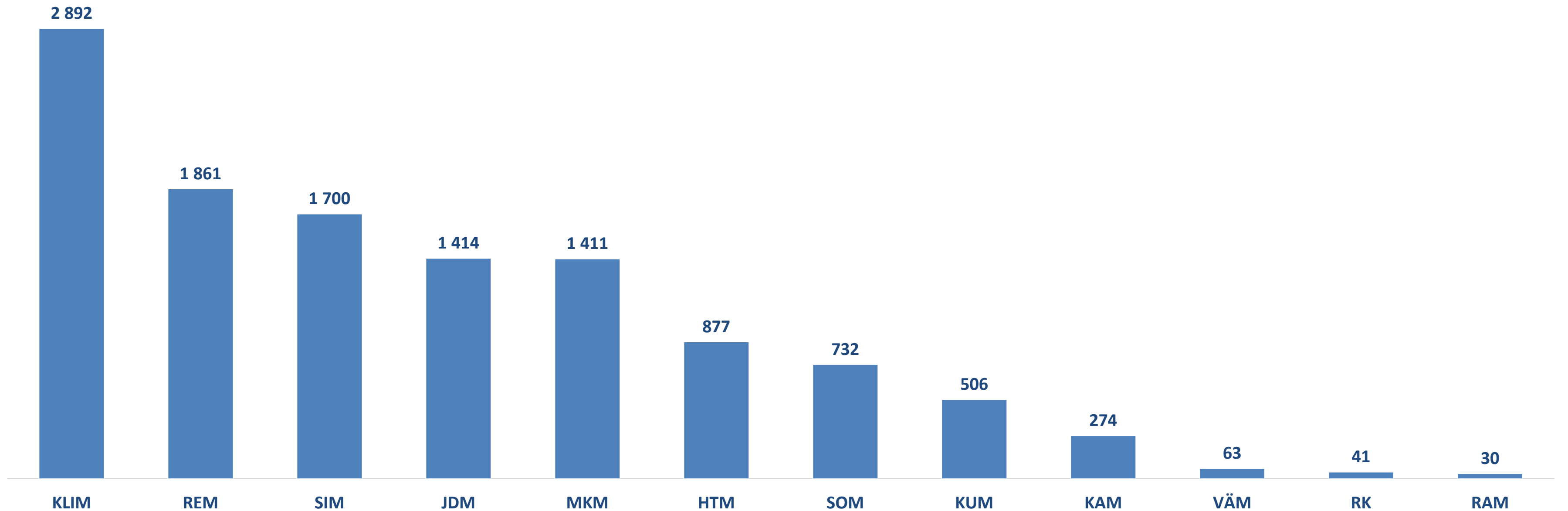
1. Regionaalsed tervisespordikeskused
2. Ujumise algõpetus
3. Sport Koolis
4. Koolisport
5. Koostöö ministeeriumi ja kohalike omavalitsustega



# Riigiplaan ja Euroopa Liidu vahendid 2028+

Esitatud ettepanekute maht 3,5 korda suurem kui läheb esmasele planeerimisele

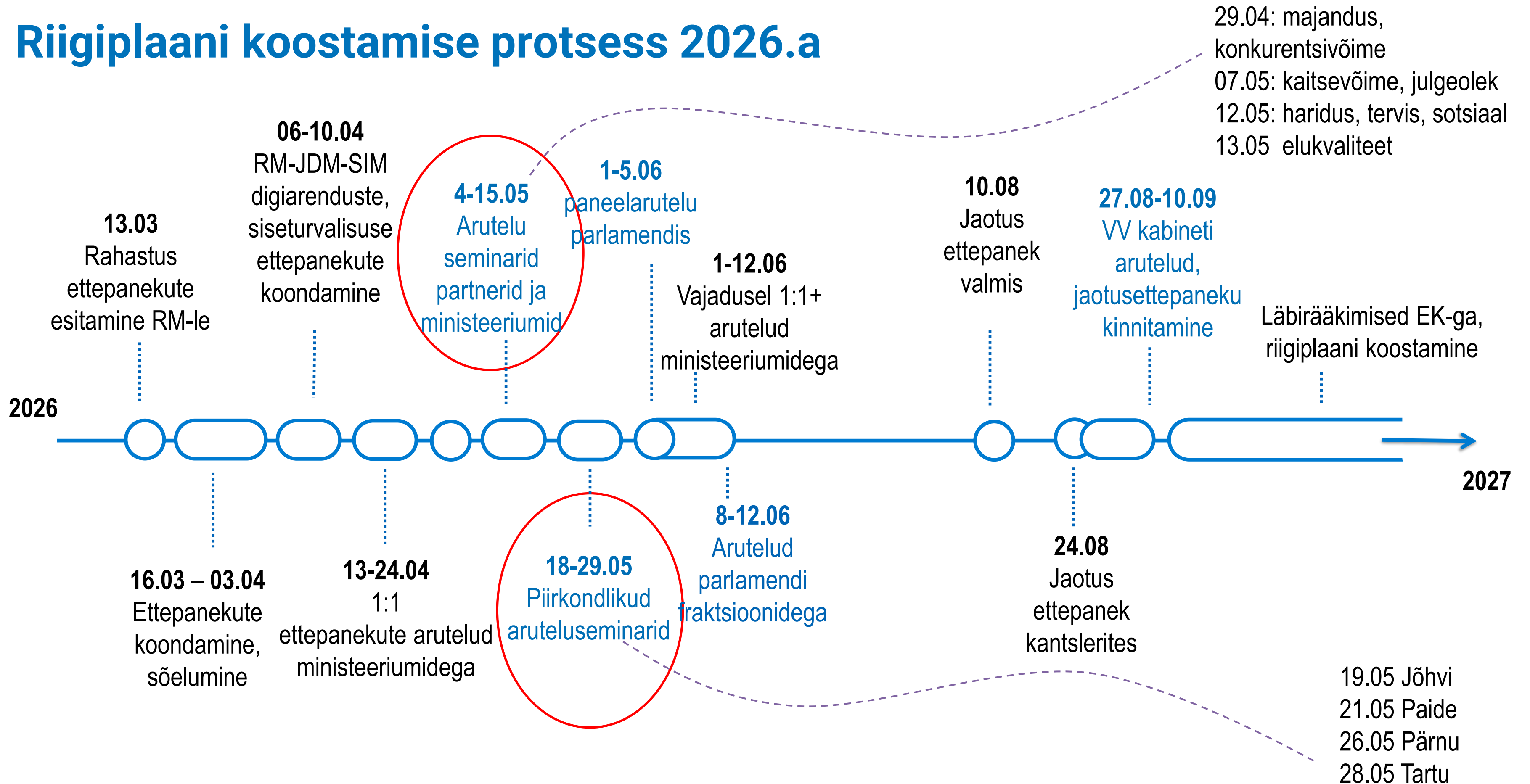
EL toetuse soovid (mln)



# Kultuuriministeeriumi soovid ja Euroopa Liidu vahendid 2028+

Taotlus	Missiooni all	EL toetuse eelarve
Sidus Eesti	Avatud, sidus ja turvaline Eesti, mis tuleb toime suureneva rändesurvega (KUM/SIM)	98 460 000
Kvaliteetse ruumiloome ja ajalooliste linnakeskuste arendamise reform	Mitmekeskuseline Eesti: majanduslik, sotsiaalne ja julgeoleku tagatis (REM)	352 800 000
Eesti ühiskonna vaimse ja füüsilise tervise ning kultuurilise ja kehalise aktiivsuse edendamise reform tervena elatud elu toetamiseks	Tervelt ja väarikalt elatud pikk elu (SOM)	195 000 000
Loomemajanduse konkurentsivõime ja ekspordivõimekuse reform	Konkurentsivõimelisem majandus 2035 (MKM)	31 800 000

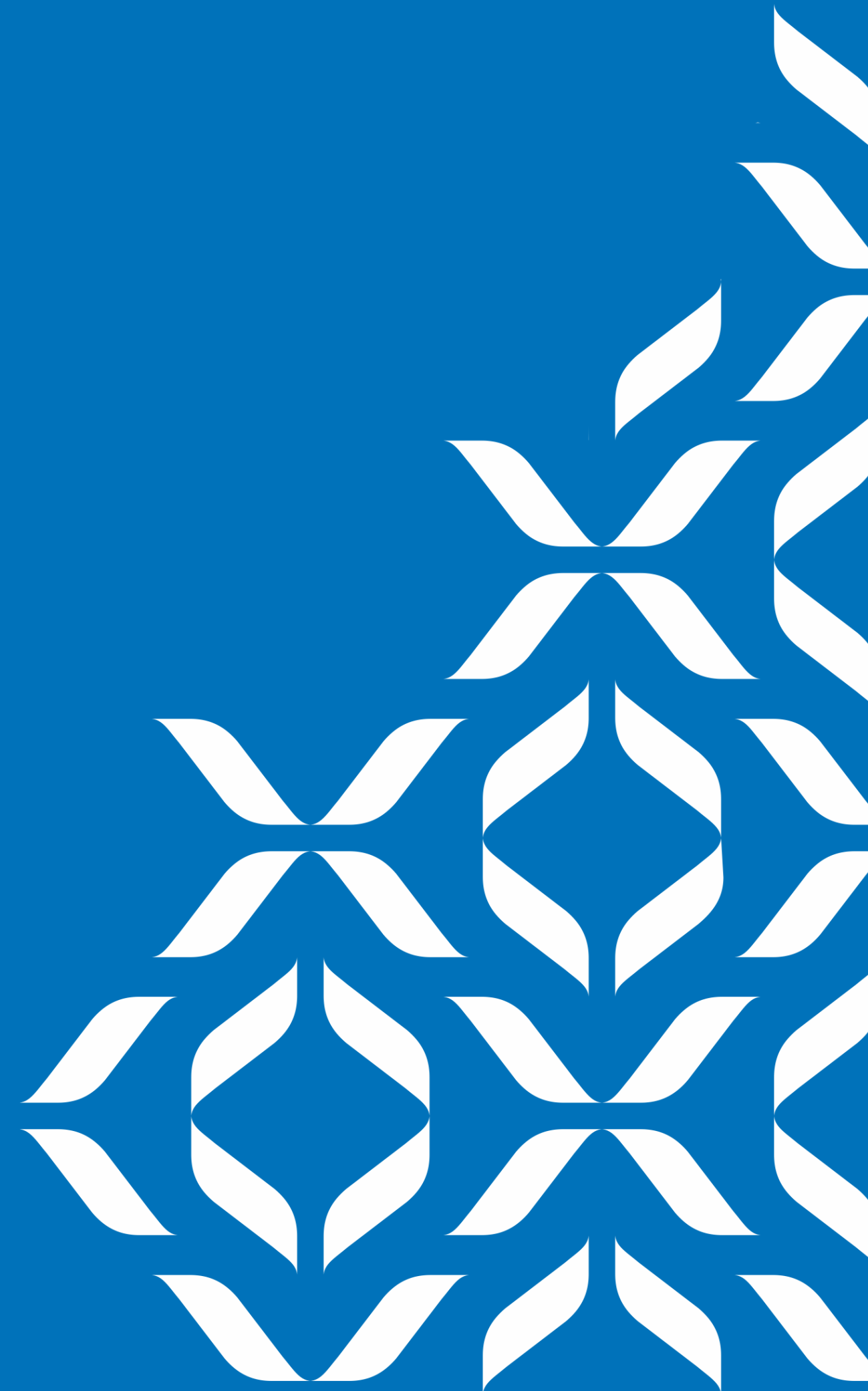
# Riigiplaani koostamise protsess 2026.a





KULTUURIMINISTERIUM

**Aitäh!**



# Eesti Akadeemiline Spordiliit: Universiaadid 2027 Karl Tereping



Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



# TALIUNIVERSIAAD 2027

15.-25. jaanuar Changchun, Hiina

- Osalustasu 85CHF/öö = ~92,5€/öö
- **Spordialad:** mäesuusatamine, laskesuusatamine, murdmaasuusatamine, maastikujooks, curling, iluuisutamine, vigursuusatamine, jäähoki, lühiraja kiiruisutamine, kiiruisutamine, ski mountaineering, suusaorienteerumine, lumelauasõit
- Üldine osalus (eeldatav osalejate arv): **10. juuni 2026**
- Arvuline registreerimine: **10. oktoober 2026**
- Dokumentide esitamine, nimeline kinnitamine: **10. detsember 2026**

# SUVEUNIVERSIAAD 2027

1.-12. august Chungcheong, Korea

- Lisainfo ja üldjuhend ~august 2026
- **Spordialad:** vibulaskmine, sportvõimlemine, kergejõustik, sulgpall, korvpall, rannavõrkpall, vettehüpped, vehklemine, golf, judo, iluvõimlemine, sõudmine, ujumine, lauatennis, taekwondo, tennis, rannavõrkpall, veepall
- Üldine osalus (eeldatav osalejate arv): **1. jaanuar 2027**
- Arvuline registreerimine: **1. mai 2027**
- Dokumentide esitamine, nimeline kinnitamine: **1. juuli 2027**

# OSALEMISTINGIMUSED

- Vanus 18 – 28 (NB! Ülemine vanusepiir tõstetud). Sünd vahemikus 1. jaanuar 1999 ja 31. detsember 2009
- Ülikooli nimekirjas tudeng või lõpetanud kõrgkooli aastal 2026
- Eestis erandina lubatud osaleda ka kutsekoolide ja gümnaasiumite õpilastel tingimusel, et on õppeasutuses õppinud vähemalt 2 aastat

# TalTech Spordilinnak

## Allar Raja



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



JCDecaux



SPORTLAND

SYNLAB

SKODA



- 1-Olemasolev spordihoone
- 2-Ujula
- 3-Spordimeditsiin
- 4-Pallimängude hall/Arena
- 5-Alaliidud, ja tugiteenused
- 6-Majutus
- 7-Staadion
- 8-Heite- ja viskealad
- 9-Öuespordi alad
- 10-Parkimine



# Alaliitude tagasiside: EKR ja preemiade, toetuste ja tunnustuste jagamisele

Marit Jukk



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



JCDecaux



SPORTLAND

SYNLAB

SKODA



# Spordialaliitude tagasiside kutsesüsteemi (EKR) vajalikkusele

EOK liikmesorganisatsioonidele (spordialaliitudele) edastati küsimustik seoses treenerite kutsesüsteemiga Eesti spordis. Vastamise tähtaeg oli **10. aprill 2026.**

Küsimustik edastati **69 spordialaliidule**

Vastajaid kokku: **37 (ca 54%)**

OM alaliidud: 24

MOM alaliidud: 13

Pikendame tähtaega nädal aega, kuni **28.04.**

Link: [Tagasiside treenerikutse \(EKR\) vajalikkusele](#)



jäähoki kelgusport jalgpall  
lennusport casting  
tennis sport  
käsipall rulluisutamine ratsasport  
kergejõustik orienteerumine korvpall  
jalgrattasport suusasport  
sambo laskesuusatamine sulgpall  
ujumine cheerleading wushu-kungfu sõudmine  
allveesport taekwondo vibusport  
judo võimlemine motospordilauatennis discgolf  
karate laskesport golf  
maadlus  
darts

# Spordialaliitude tagasiside kutsesüsteemi (EKR) vajalikkusele

Küsitluse eesmärk oli koguda seisukohti treenerikutse nõuete kohta erinevates spordisüsteemi puudutavates valdkondades, sealhulgas võistlustele akrediteerimisel, treeneritoetuste maksmisel, Team Estonia programmis ning tunnustuste ja preemiade määramisel.

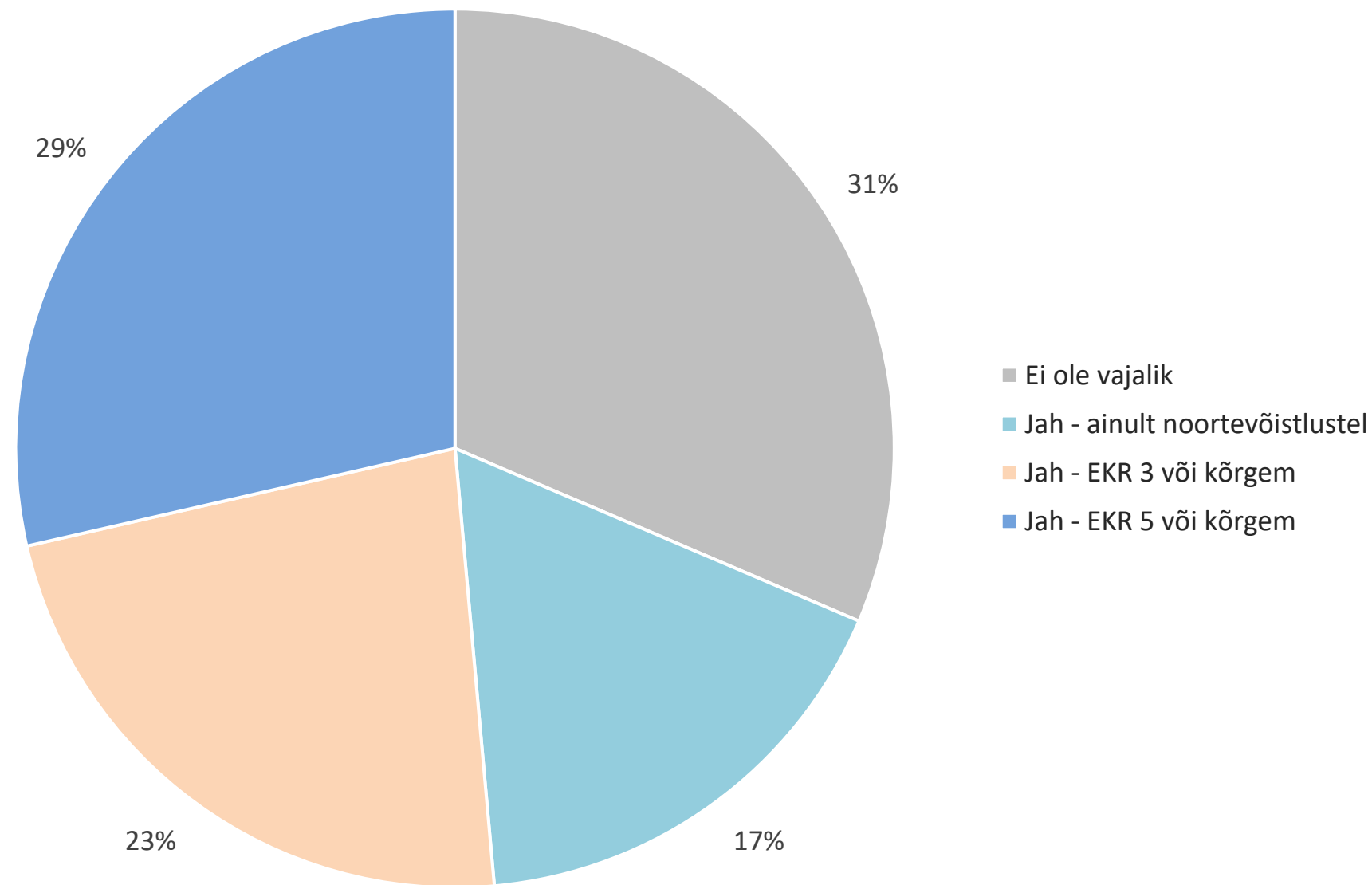
## Kokkuvõte:

- Vastajad ei näe treenerikutse küsimust ühetaolise „jah või ei“ vastusena. Pigem eristati väga selgelt noortesporti ja tippporti, ning need ei peaks alluma ühele ja samale loogikale.
- Vastustest käis korduvalt läbi, et esmalt peaksime mõtestama sõna „treener“ täiskasvanute tippspordis ja otsustama, mida see enda tähenduses kannab (kas kutsekvalifikatsiooniga isik või sportlase tugipersonali liige).
- Ehk küsimus ei ole ainult treenerikutse olemasolus, vaid ka selles, kuidas treeneri rolli eri tasanditel ja eri kontekstis mõtestada.

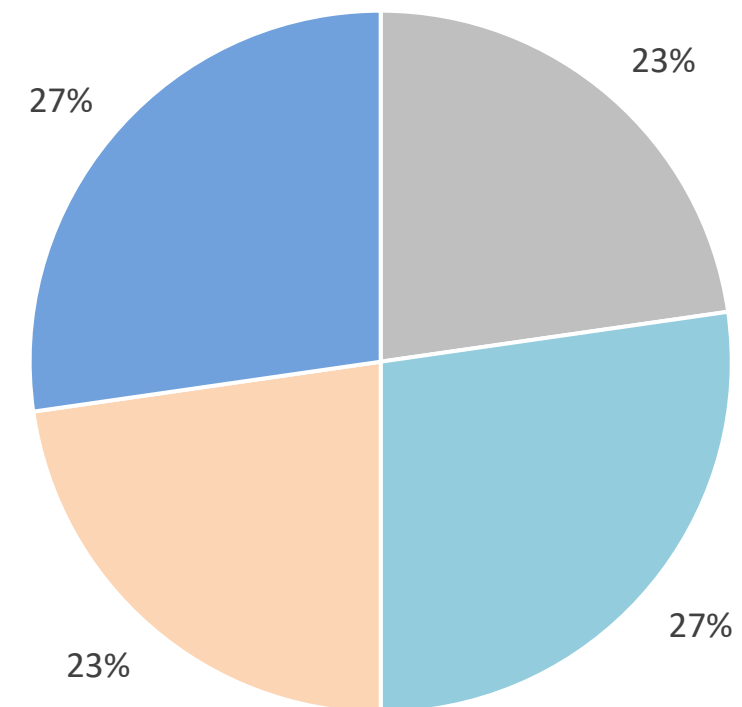


# 1. Kas treeneri akrediteerimise üheks eelduseks tiitlivõistlustele peab olema treenerikutse?

Kõik vastajad



Olümpia-alaliidud

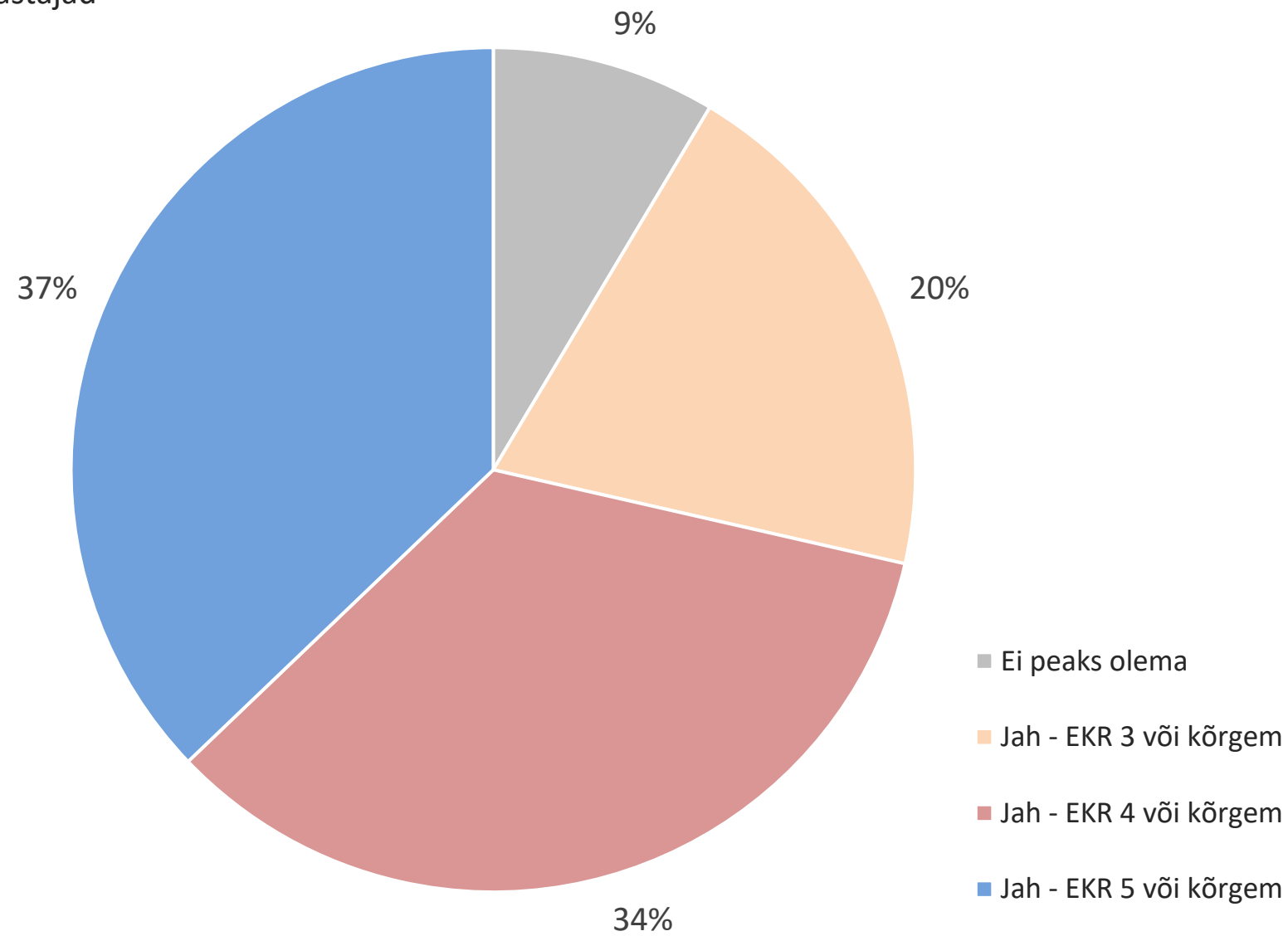


## Enim kordunud mõtted:

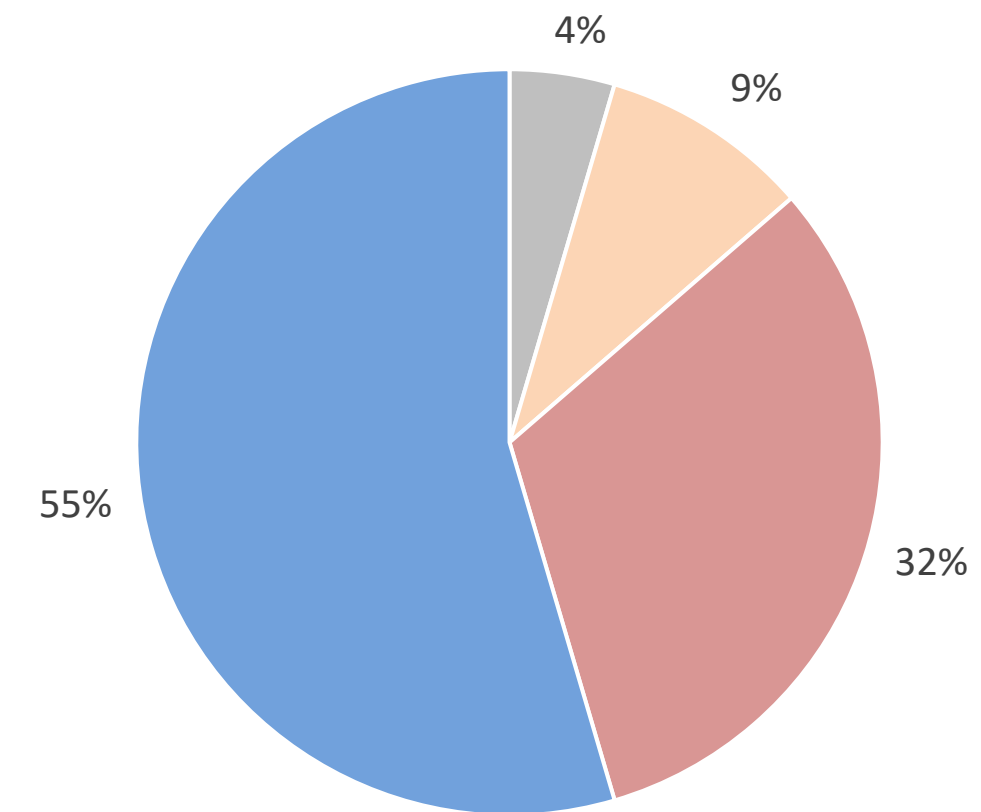
- Täiskasvanud tipp sportlane peaks ise valima, kes talle võistlusel kõige kasulik on;
- Noorte puhul võiks nõue olla rangem kui täiskasvanute puhul;
- Kui nõue kehtestada, siis peaks miinimum olema pigem EKR 4, mitte EKR 3;
- Mitmel alal pole Eestis piisavalt kutsega treenereid või süsteem pole veel välja kujunenud.

## 2. Kas treenerite tööjõukulude toetuse taotlemisel peaks olema nõutud treenerikutse?

Kõik vastajad



Olümpia-alaliidud

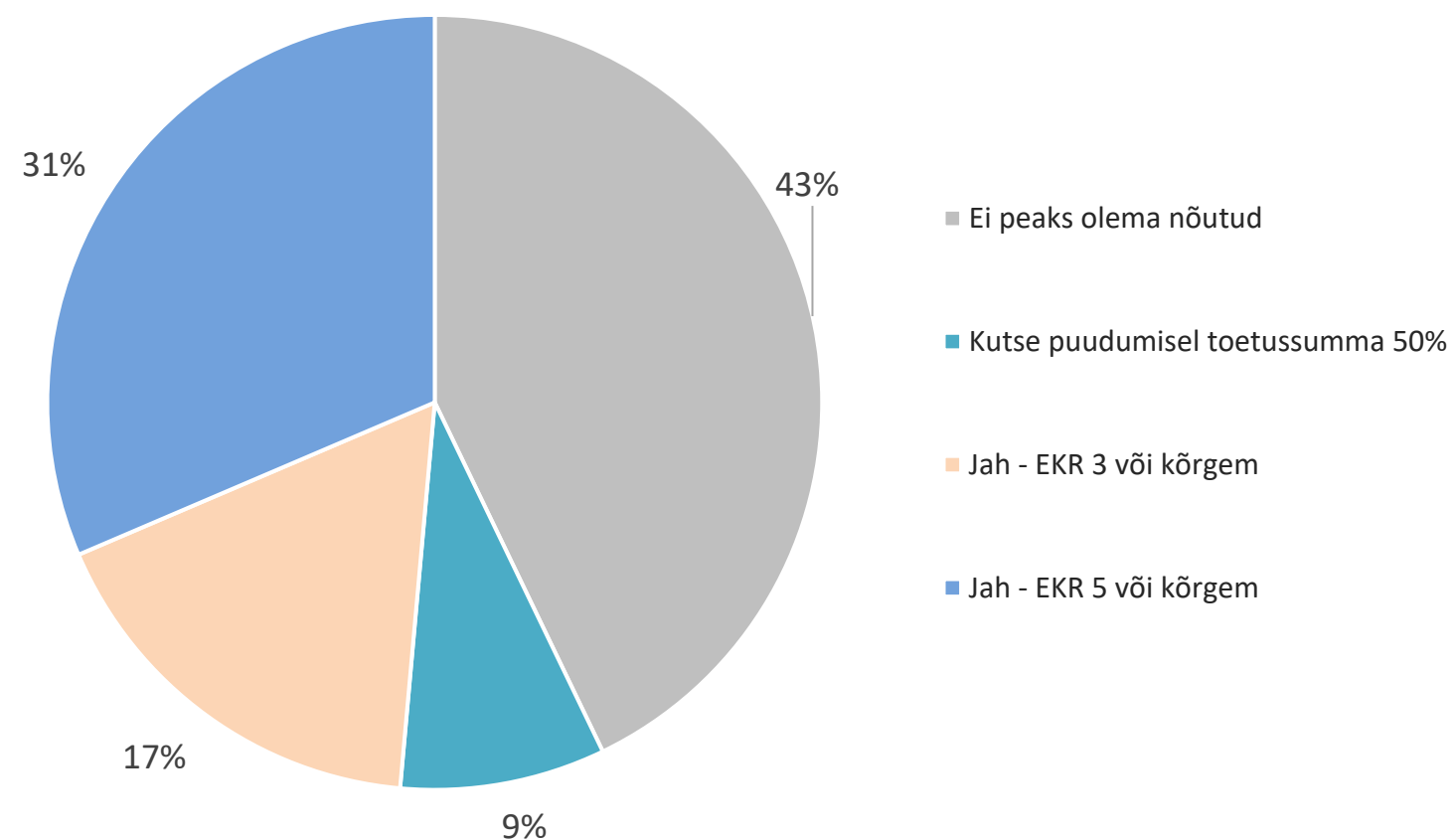


### Vastajate mõtted:

- Noortega töötamisel peab kutse olema, sest see on kvaliteedi- ja turvalisuse küsimus;
- Mitmed vastajad pakkusid astmelist toetust: EKR 4 väiksem, EKR 5 suurem;

3. Kas Team Estonia sportlase (A-, B-, C-kategooria) treeneri ettevalmistustoetuse saamiseks peaks olema nõutud treenerikutse?

Kõik vastajad

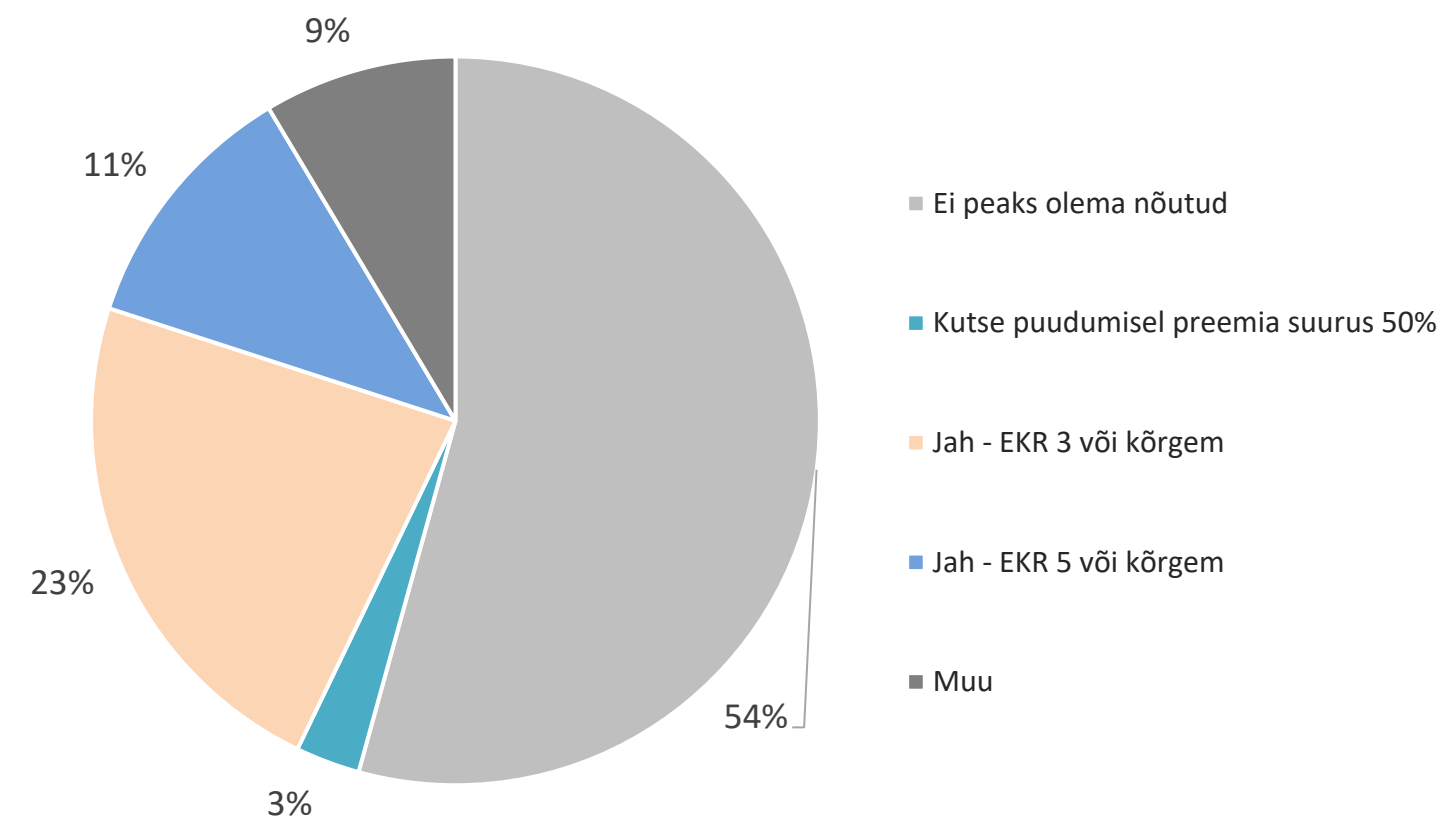


**Vastajate mõtted:**

- “Team Estonia tasemel võiks eeldada siiski kõrgemat professionaalsust.”
- “Täiskasvanud sportlase puhul ei tohiks formaalne kutse kuidagi piirata toimivat tiimi.”
- “Välismaa treenerid ja muud tugispetsialistid ei mahu hästi jäiga kutsenõude alla.”

4. Kas tiitlivõistlustel medali võitnud sportlase treenerile preemia määramise aluseks peaks olema treenerikutse?

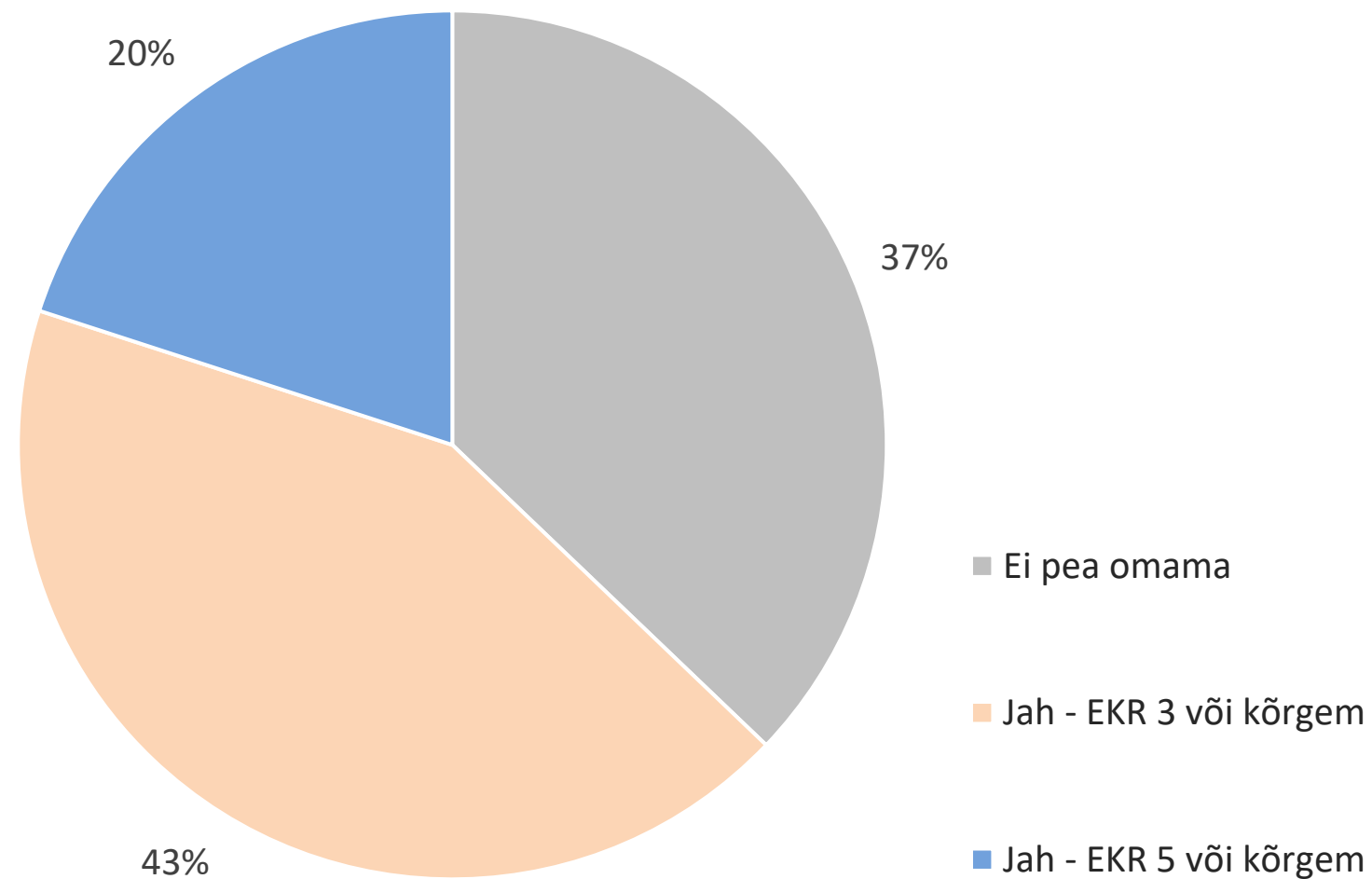
Kõik vastajad



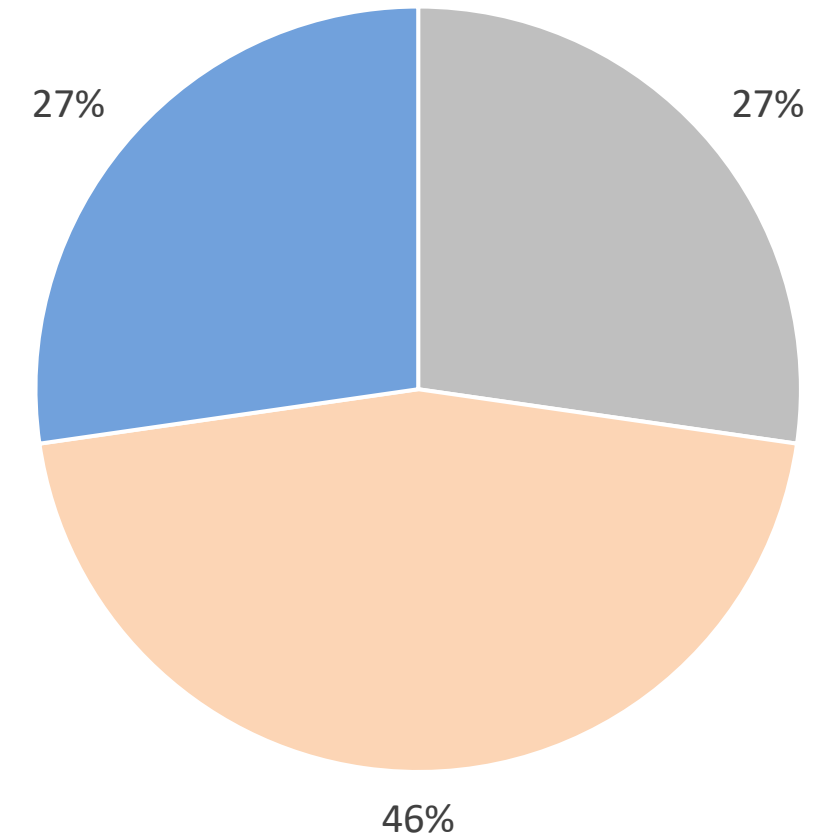
- “Siin räägib medal enda eest, et treener on preemia ära teeninud”
- “Medali võitnud täiskasvanud sportlasele võiks jääda õigus otsustada, kellele ta soovib treeneri medalipremiat jagada”
- “Sportlane peaks saama premeerida isikut või tugimeeskonda kes aitas teda viia tulemuseni.”

## 5. Kas Spordiaasta Tähtede Aasta treeneri nominent peaks omama treenerikutset?

Kõik vastajad



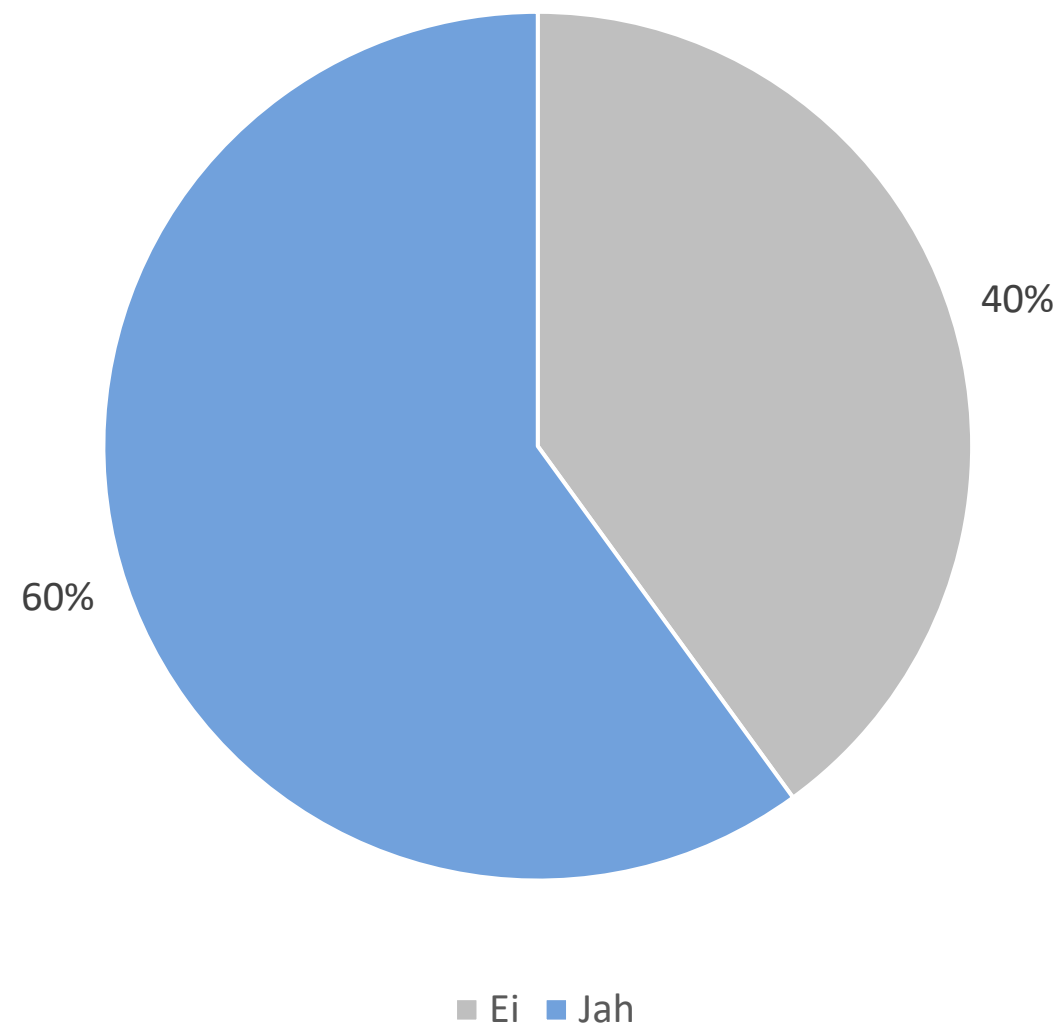
Olümpia-alaliidud



- "Kui me nimetame seda jätkuvalt Aasta treeneriks, siis jah!"
- „Treeneri tunnustamine Aasta treeneri tiitliga on ju tulemustepõhine hinnang. Kes on toonud tulemusi saab nominatsiooni. Kutse ei ole siin määrav.“
- „Aasta arstiks ega aasta õpetajaks ei saa inimene, kellel ei ole õigust töötada arsti või õpetajana.“
- „Mis on „Aasta Treeneri“ autasu eesmärk? Kas tunnustada ühte inimest ... või tõsta esile treeneritööd kui ametit?“

## 6. Kas välistreener peaks toetuse või tunnustuse saamise korral tõendama, et tal on treenerikutse?

Kõik vastajad



„Rahvusvahelise alaliidu poolt väljastatud litsents või välisriigi treenerikutse tunnistus.“

„Toetuse puhul ei peaks, tunnustuse puhul jah.“

„Kuna ülemaailmset ühtsetel alustel antavat treenerikutset ei eksisteeri, siis ei saa seda nõuda.“

„Piisaks välisriigis kehtivast treenerikutsest.“

# Treenerikutse arenguvision

Jarko Koort



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



JCDecaux



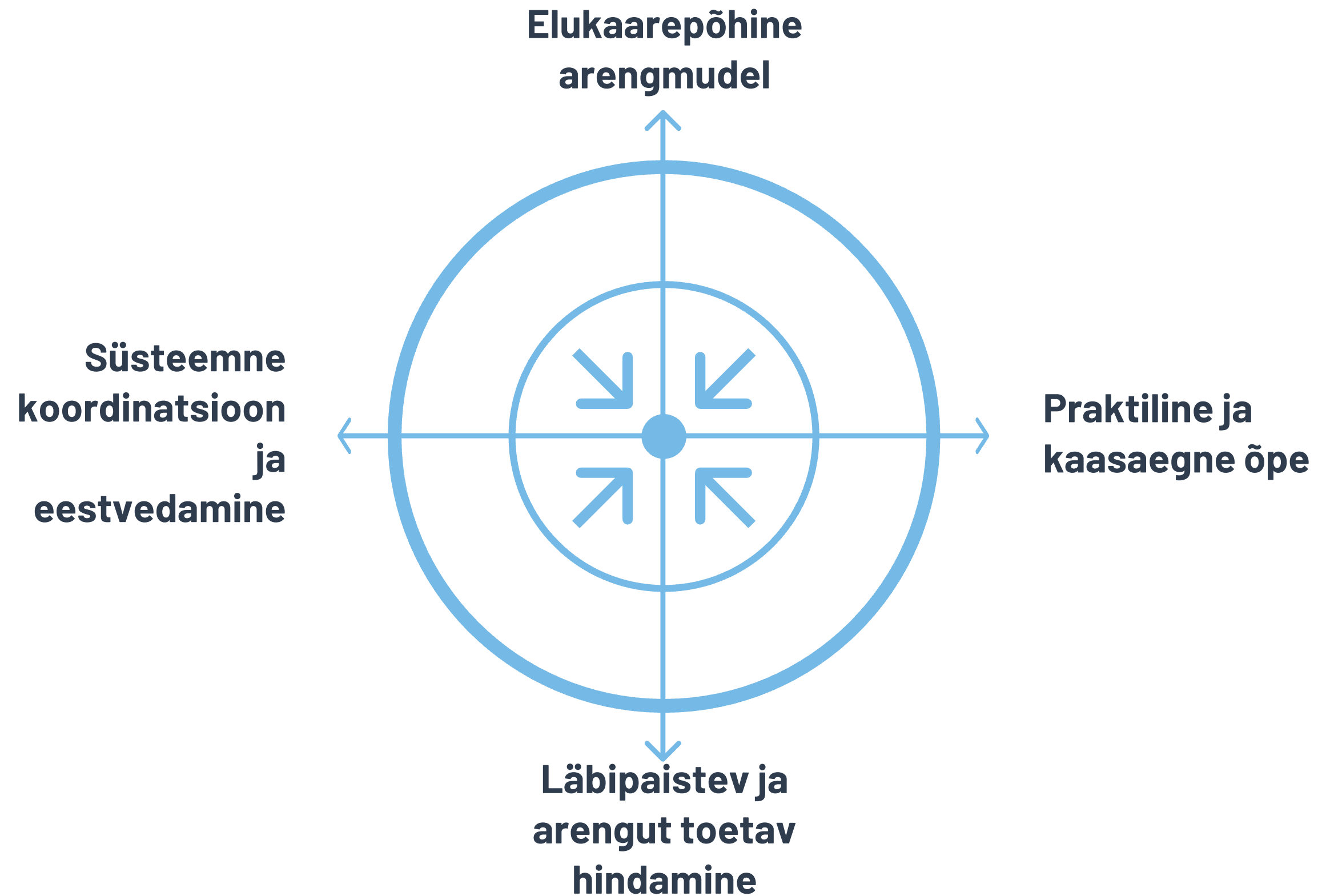
SPORTLAND

SYNLAB

SKODA



# Treenerikutse arenguvisioon



# Miks see muutus on vajalik?

## Treeneri laienenud roll

Treener ei mõjuta üksnes sportlikku tulemust – ta kujundab liikumisharjumusi, enesetõhusust, väärtushinnanguid ja vaimset heaolu.

## Strateegiline investeeering

Treenerikutse süsteemi ei saa käsitleda kitsalt spordivaldkonna mehhanismina. See on **investeeering Eesti inimeste tervisesse, sidususse ja järelkasvu** – ühiskondlik prioriteet.

# Miks investeerida treenerikutsesüsteemi?

**52%**

## Ülekaalulisus

Eesti 16–64-aastastest elanikest on ülekaalulised või rasvunud (TAI, 2025)

**11–24%**

## Laste liikumine

Lastest liigub piisavalt – kriitiline seis, mis süveneb koolieas

**73% → 54%**

## Väljalangemine

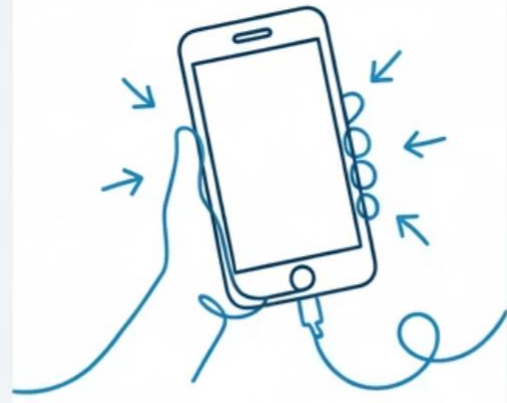
15-aastastest osaleb treeningutel 54% (11-aastastest osales 73%)

Treener on selles keskkonnas üks **võtmeisikuid** – just treeneri toel kogevad paljud inimesed esimesi kokkupuuteid spordi ja liikumisega.

# Millises maailmas treener tegutseb?



**Mitmekehisemad  
sihtrühmad**



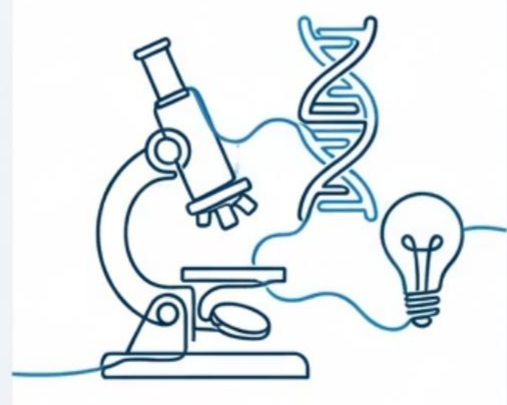
**Nutiseadmed  
piiravad laste  
loomulikku  
liikumist**



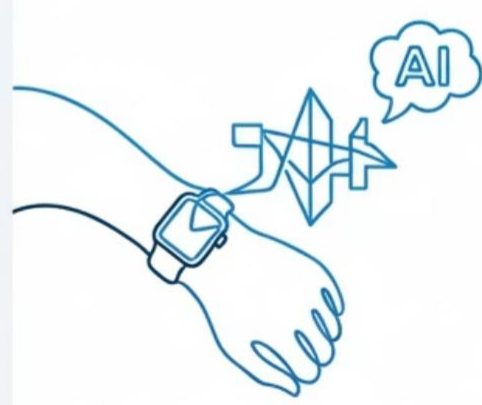
**Ootus  
psühholoogiliselt  
turvalisele  
keskkonnale**



**Vaimne tervis ja  
väärkohtlemise  
ennetamine,  
läbipõlemise  
vähendamine**



**Teaduse areng.  
Teaduspõhine  
lähenemine  
asendab  
vananenud tava**



**Tehnoloogia ja  
andmed.  
Kantavad  
seadmed ja  
tehisintellekt**

## Treeneri roll muutub

Autoritaarne ja kontrolliv treenerikäitumine vähendab sisemist motivatsiooni ning on seotud läbipõlemise ja spordist väljalangemisega.

## Uued väljakutsed

Treenerid peavad toime tulema laste halvenevate kehaliste võimete, muutunud sotsiaalsete oskuste ja keskendumisvõimega.

# Visioon aastaks 2035: milline on hea treener?

Hea treener on 2035. aastal professionaal, kes näeb sportlase arengut tervikuna. Ta ühendab erialased teadmised, pedagoogika, psühholoogia ja eetilise vastutuse.



## Eneseteadlikkus

Treener analüüsib regulaarselt oma otsuseid ja mõju sportlastele. Ta õpib vigadest ja kohaneb olukordadega. Oskab ennast hoida.



## Motivatsiooni toetamine

Treener loob keskkonna, mis toetab autonoomiat, kompetentsust ja seotust. Nii kasvab püsiv sisemine motivatsioon.



## Sportlasekesksus

Treening lähtub sportlase arenguetapist, tugevustest ja elukontekstist. Vajadusel kaasatakse ka teisi spetsialiste.



## Tehnoloogiaoskused

Treener kasutab tehnoloogiat teadlikult, unustamata seejuures inimliku kontakti olulisust.

# Kus me täna oleme?

SKT SA intervjueris treenereid üle Eesti. Lisaks koguti sisendit alaliitudelt ja klubijuhtidelt.

## Tugevused

- Toimiv, struktuurne ja legitiimne kutsesüsteem
- Ühtsed miinimumnõuded ja selge regulatiivne raamistik
- Tööjõukulude toetus – eelis võrreldes paljude teiste riikidega

## Kitsaskohad

- Kutse omandamist tajutakse kohati administratiivse kohustusena, mitte arenguna
- Õppimine on valdavalt loengupõhine ja formaalne
- Professionaalne areng sõltub treeneri isiklikust initsiatiivist ja juhusest
- Alaliitude võimekus treenerite arendamisel on ebaühtlane

# Neli peamist lõhet visiooni ja praktika vahel

Treenerite arendamise süsteemis on mitu kohta, kus hea kavatsus ei jõua päriselt igapäevasesse praktikasse. Need lõhed mõjutavad nii treeneri teekonda, õppimise kvaliteeti kui ka koostööd ja mentorlust.

## 4.1 Treeneri areng kogu karjääri vältel

Treeneriks kujunemine toimub suuresti **praktika, juhuse ja isikliku pealehakkamise** kaudu. Kutse omandamine võib olla seotud klubi ootuste ja rahastusega, mitte eelkõige treeneri arenguvajadusega. See tähendab, et arengut ei juhita sageli süsteemselt läbi kogu karjääri, vaid see sõltub suuresti indiviidi enda motiivist.

## 4.2 Õppimise kvaliteet ja rakendatavus

Koolitused (üldained) on peamiselt loengupõhised. Kontaktõppe nõue koormab väljaspool suurlinnu tegutsevaid treenereid. Selline ülesehitus ei toeta alati õpitu ülekandmist päris treeningolukorda, kus vaja on praktilisi oskusi ja kohanemisvõimet.

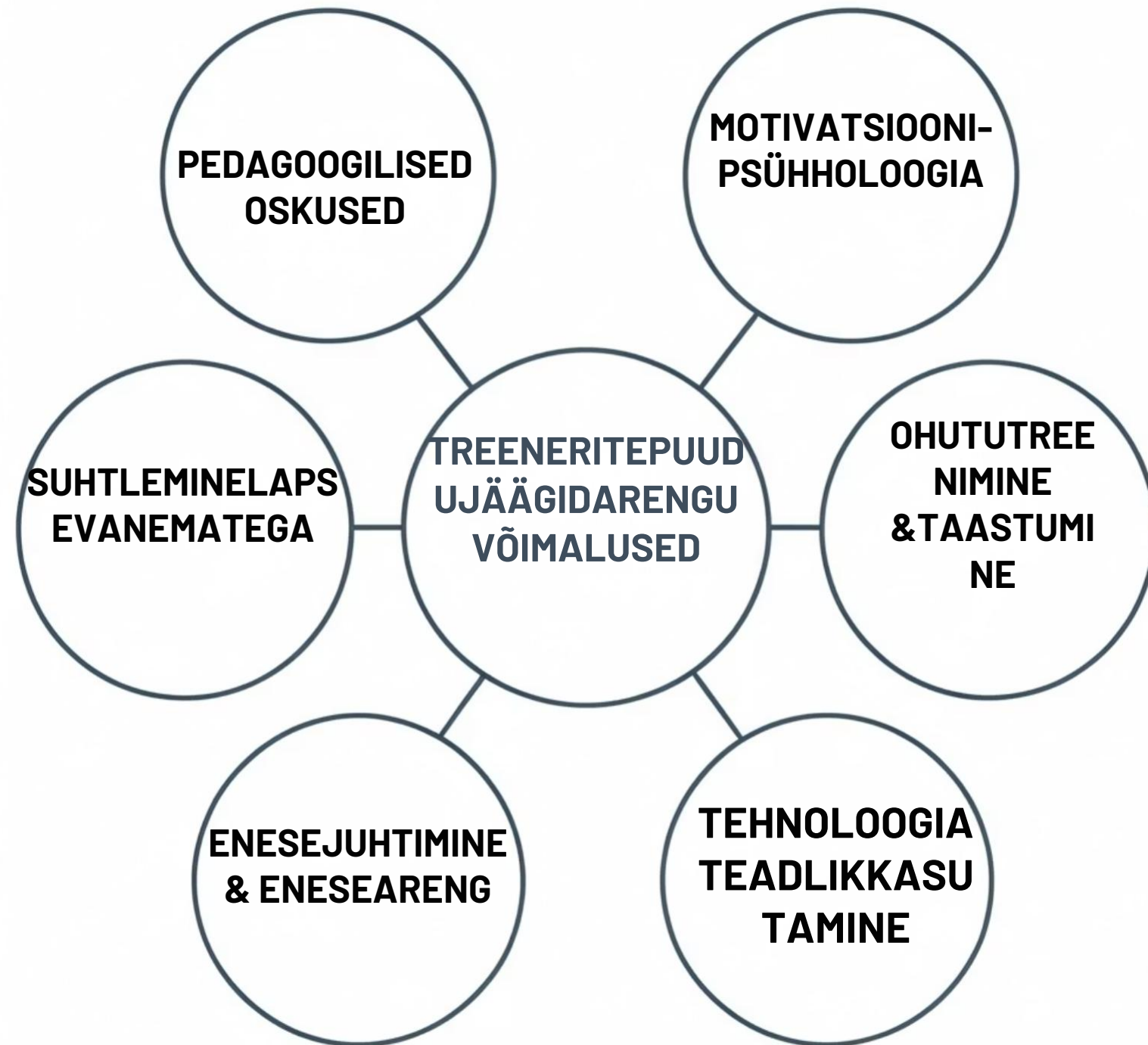
## 4.3 Kogemuste jagamine ja koostöö

Praktikute kogukondi ei eksisteeri süsteemselt. Tegelik õppimine toimub **katse-eksituse ja kolleegidega arutamise** kaudu – juhuslikult, mitte struktureeritult. Seetõttu jääb suur osa väärtuslikust kogemusest individuaalseks ega muutu kogu valdkonna ühiseks teadmuseks.

## 4.4 Mentorlus ja eeskujud

Mentorlus toimib mitteformaalselt ja juhuslikult. Paljud kardavad, et keegi jälgib nende trenne – **hirm kontrolli ja kriitika ees** takistab arengut. Selle tulemusel jäävad õppimisvõimalused sageli kasutamata isegi siis, kui kogenumaid eeskujusid tegelikult leidub.

# Oskused, mida treenerid vajavad lisaks tänasele väljaõppele



## Mitmekülgse arengu toetamine

Paljude treenerite **õpetamisstiil** on kujunenud isiklike kogemuste kaudu ilma teadliku refleksioonita. Liialt tulemuskesksed ja kontrollivad praktikad vähendavad motivatsiooni ja suurendavad väljalangemist.

## Alaliitude ebaühtlane võimekus

Treenerite arenguvõimalused sõltuvad sageli spordialast ja organisatsioonilisest kontekstist, mitte treeneri tegelikest vajadustest.

# Treenerite koolitus- ja kutseüsteemi uuendamine

Arenduste eesmärk on viia treenerite ettevalmistus paremini kooskõlla spordi arengute, tööelu muutuste ja kasvavate kvaliteediootustega. Uuendused seovad koolituse, kutse andmise ja tööalase arengu ühtseks tervikuks.

## Elukaarepõhine arengumudel

Kutseüsteemi, õppekavade ja eetika uuendamine.

## Praktiline ja kaasaegne õpe

VÕTA, sporditeadus ja paindlikumad õppevormid.

## Läbipaistev hindamine

Selged kriteeriumid ja ühtne hindamisloogika.

## Süsteemne koordineerimine

Protsessi juhtimine ja alaliitude koostöö.

# Elukaarepõhise mudeli oodatud tulemused



## Ühtne kutsesüsteem

Nõuded ja hindamispõhimõtted rakenduvad ühtselt kõigil spordialadel



## Ajakohane koolitussisu

Uuendatud õppekavad, mis on igapäevatoos võimalikult rakendatavad



## Paindlikum õpe

E- ja hübriidõpe laiendab ligipääsu ja toetab täiskasvanuõpet



## Tõhusam koostöö

Ülikoolide, alaliitude ja treenerite vaheline koostöö on süsteemne

# Kutsesüsteemi alusdokumentide, nõuete ja protsesside uuendamine

## Kutse kehtivusaeg

Ettepanek pikendada 4 → **5 aastani**, et vähendada koormust ja toetada paindlikkust (nt lapsehoolduspuhkus)

## Tähtajatu kutse erandid

Kaaluda erandeid kogunud treeneritele ja kõrgematel kutsetasemetel; täpsustada tingimused

## E- ja hübriidõpe

Teooria omandamine ajast ja asukohast rohkem sõltumatult; kontaktõpe suunata seminarivormi

## Raamõppekava

Hinnata kehtivaid õppekavasid ja materjale

## EKR 3–5 mahud

Üldained 30+50+70 ak.t.; eriala 30+50+70 ak.t. — vajadusel vaadata üle ainete loetelu

## Kutsestandardid

Regulaarne ülevaatus vastavalt valdkonna arengule ja kutseseaduse muudatustele

# Kutseksam ja hindamine (EKR 3–6)

## EKR 3–5 eksam

Teooriaksam (40 valikvastust) on toiminud hästi, kuid vajab **sisu ajakohastamist**. Praktiline eksam ei rakendu järjepidevalt.

- Uuendada üldainete teooriaeksami küsimused
- Viia erialaeksamid testikeskusesse
- Töötada välja ühtsed praktilise eksami hindamisjuhendid

## EKR 6 eksam

Suuline/kirjalik eksam (kuni 60 min) viiakse läbi erinevate põhimõtete alusel — hindamispraktika ei ole ühtlane.

- Ühtlustada hindamiskomisjonide tööpõhimõtted
- Töötada välja selgem hindamisraamistik
- Kaaluda EKR 6 juhendmaterjali loomist

# Treenerite eetikakoodeksi uuendamine

Eetikakoodeks peab vastama tänapäevastele väärtustele: **turvalisus, kaasavus ja austav suhtlus**. Selge koodeks aitab ennetada ebaeetilist käitumist ja suurendab usaldust treenerikutse vastu. Kaitseb ka treenereid.

## Praegused kitsaskohad

- Koodeks on aegunud ja ei kata kõiki tänapäevaseid olukordi
- Eetiliste rikkumiste käsitlemine on ebaselge
- Digisuhtlus ja sotsiaalmeedia on käsitlemata

## Uuendatud koodeksi põhimõtted

### Turvalisus ja heaolu

Sportlase turvalisus on esmatähtis.

### Kaasavus ja võrdne kohtlemine

Diskrimineerimine ei ole lubatud.

### Aus ja läbipaistev suhtlus

Selge suhtlus sportlaste, vanemate ja klubiga.

# Treenerite eetikakoodeksi uuendamine

## Miks see on oluline ja vajalik

Treenerite eetikakoodeks vajab ajakohastamist, et toetada tänapäevast treeneritööd, turvalisust ja professionaalsust. **Eesmärk** on uuendada ja rakendada koodeks nii, et see oleks ajakohane, praktiline ning süsteemselt kasutusel kogu treenerite kogukonnas.

### Ennetamine

ennetada ebaeetilist käitumist

### Otsuste tugi

toetada treenerite igapäevaseid otsuseid

### Usaldus

suurendada usaldust treenerikutse vastu

### Ühtne väärtusruum

luua ühtne väärtusruum kogu spordivaldkonnas

## Eesmärk ja oodatav tulemus

### Oodatav tulemus

- eetikakoodeks on ajakohane ja selgelt sõnastatud
- koodeks on treeneritele arusaadav ja praktiliselt rakendatav
- eetikapõhimõtted on seotud koolituse ja kutseprotsessiga
- suureneb teadlikkus ja ühtne arusaam eetilistest standarditest

## Tegevuste ülevaade

01

### Ekspertülevaatus

Uuendatud koodeks vaadatakse üle treenerite ja kutsekomisjoni poolt.

03

### Koodeksi kinnitamine

Lõppversioon esitatakse kinnitamiseks ja määratakse kasutusala.

02

### Tagasiside koondamine

Kogutakse sisend, täpsustatakse sõnastust ja vajadusel sisu.

04

### Kommunikatsioon ja juurutamine

Koodeks tutvustatakse treeneritele ja alaliitudele.

# Treeneriarendajate võrgustik ja mentorlus

Treenerite areng toimub täna pigem juhuslikult. Süsteemne tugi refleksiooniks ja tagasisideks on ebaühtlane või puudub.

## Mentorluse eristamine hindamisest

Selged rollid tagavad, et treenerid julgevad oma praktikat avada ilma kontrollihirmuta

## Psühholoogiline turvalisus

Usalduslik keskkond on eelduseks õppimisele ja refleksioonile

## Praktilised tööriistad

Tagasiside raamistikud, refleksiooniküsimused, vaatlusjuhendid ja eneseanalüüsi tööriistad

## Treeneriarendajate väljaõpe

Koolitus coaching'u põhioskustes, usaldusliku suhte loomises ja keeruliste vestluste läbiviimises

## Praegune olukord

- Mentorlus toimub peamiselt mitteformaalselt ja sõltub isiklikest suhetest
- Treeneriarendajate roll on ebaselgelt defineeritud
- Puudub ühtne võrgustik kogemuste jagamiseks
- Tagasiside kvaliteet varieerub märkimisväärselt

## Eesmärk

- Treenerid saavad regulaarset, struktureeritud mentorlustuge
- Treeneriarendajad on koolitatud ja tunnustatud spetsialistid
- Toimib üleriigiline võrgustik parimate praktikate jagamiseks
- Mentorlus on lahutatud hindamisest ja kutse andmisest

## Võrgustiku ülesehitamise sammud

01

### Treeneriarendajate kaardistamine

Olemasolevate arendajate ja mentorite tuvastamine üle Eesti.

03

### Võrgustiku käivitamine

Regulaarsed kohtumised, digitaalne platvorm ja kogemuste jagamine.

02

### Rolli defineerimine ja koolitus

Kompetentsiprofiil, väljaõppeprogramm ja tunnustamissüsteem.

04

### Kvaliteedi tagamine

Tagasiside kogumine, arendajate toetamine ja süsteemi hindamine.

# VÕTA süsteemi arendamine

## Miks on see vajalik?

Treenerite arenguteed on mitmekesistunud, kuid kutsesüsteem ei arvesta varasemaid õpinguid ja töökogemust piisavalt paindlikult. Samas toob kontrollimatu VÕTA kaasa kvaliteedi- ja usaldusväärsusriskid.

## Põhipõhimõtted

- VÕTA ei ole „kiirtee“ kutse omandamiseks
- VÕTA kaudu tõendatakse pädevust, mitte ainult kogemust
- VÕTA kasutamine on piiratud (nt ühe korra põhimõte)
- Otsused peavad olema võrreldavad ja põhjendatud



**KARJÄÄRI  
VAHETAJAD**  
ERINEV PROFESSIONAALNE  
TAUST



**ENDISED  
SPORTLASED**  
SPORDIKOGEMUS



**KÕRGHARIDUSE  
SPETSIALISTID**  
ÕPETAJAD, FÜSIOTERAPEUDID



**TREENERID**  
EELNEV ERIALANE KOGEMUS

# Sporditeaduse rakendamine treeneritöös

## Probleem

Sporditeadus areneb pidevalt, kuid uued teadmised ei jõua treenerite ja sportlasteni. Akadeemia ja spordimaailm toimetavad paljuski eraldi.

## Lahendus

Toimiv ja jätkusuutlik **koostöömudel teadlaste ja treenerite vahel**

- ☐ Treeneritele ei piisa loengutest — tõhus täiskasvanute õpe põhineb aktiivsel osalemisel, refleksioonil ja tagasisidel.

1

### Kaardistamine

Uuring treenerite ja akadeemia seas huvipakkuvate teemade kohta

2

### Seminaride disain

Praktilised töötoad — nii füüsilised kui virtuaalsed, lühemad ja pikemad formaadid

3

### Piloteerimine

Vähemalt 2–3 erineva pilootseminari läbiviimine

4

### Järjepidevus

Regulaarne koostöö kõrgkoolidega, teadmiste levitamine ka mitteosalejateni

# Üldainete õppeformaatide arendamine

Treenerite õppimine on täna suuresti **loengupõhine** — õpitu ei jõua sageli igapäevasesse töösse. Üldainete kursused loovad kogu süsteemis kvaliteedistandardi.

1

## Ekspertgrupp

Täiskasvanuhariduse eksperdid, koolitajad ja treenerid seavad eesmärgid

2

## Analüüs

Olemasolevate kursuste kitsaskohtade tuvastamine

3

## Näidiskursused

Praktilised, refleksiooni ja arutelu toetavad pilootkursused

4

## Standard

Kvaliteedistandardi kujundamine ja laiendamine kogu süsteemi

## Praegused kitsaskohad

- Loengupõhine formaat ei toeta täiskasvanute aktiivset õppimist
- Kontaktõppe nõue koormab väljaspool suurlinnu tegutsevaid treenerid
- Õpitu ülekanne igapäevasesse treeningpraktikasse on nõrk
- Kursuste sisu ei ole alati ajakohane ega vastanud treenerite tegelikele vajadustele
- Puudub ühtne kvaliteedistandard eri koolitajate ja alaliitude vahel

## Uuendatud õppeformaatide põhimõtted

### Aktiivõpe

Loengute asemel arutelud, juhtumite analüüs ja praktiline harjutamine

### Paindlikkus

E-õpe ja hübriidvormid võimaldavad õppida omas tempos ja kohas

### Refleksioon

Iga moodul sisaldab struktureeritud eneserefleksiooni ülesandeid

### Rakendatavus

Õpitu seostatakse konkreetsete treeningolukordadega

### Tagasiside

Koolitajad saavad regulaarset tagasisidet kursuste kvaliteedi kohta

# Hindamis- jaksamiprotsessi arendamine

## Praegused kitsaskohad

- Eksamit nähakse formaalse kontrolli, mitte arenguvõimalusena
- Hindamiskriteeriumeid tõlgendatakse erinevalt

## Oodatav tulemus

- Eksamiprotsess on õppimist toetav ja arendav
- Hindamine on kompetentsipõhine ja võrreldav
- Hindamine annab sisulist ja konstruktiivset tagasisidet

Hindamismudel ühendab kompetentsipõhise hindamise, refleksiooni, eneseanalüüsi ja arendava tagasiside — tagades hindamisotsuste põhjendatuse ja võrreldavuse.

# Hindamiskomisjonide töökorralduse uuendamine

## Miks on see prioriteet?

Hindamiskomisjonide töö on kutse andmise kvaliteedi nurgakivi. Praegu varieerub hindamise nõudlikkus ja tagasiside kvaliteet spordialade lõikes märkimisväärselt.

01

## Töökorralduse analüüs

Erinevuste ja kitsaskohtade kaardistamine

02

## Hindamisstandardid

Kompetentsid, meetodid, kriteeriumid ja tõendusmaterjalid

03

## Hindamisjuhendid

Praktilised juhendid, hindamislehed, vestluse ja vaatluse juhised

04

## Hindajate koolitus

Pädevuspõhine hindamine, konstruktiivne tagasiside, objektiivsus

05

## Süsteemne rakendamine

Ühtne töökorraldus kõigis hindamiskomisjonides

# Treenerihariduse arendusjuhi rolli loomine

## Miks on see vajalik?

Treenerite arendamine sõltub täna suurel määral alaliitude võimekusest ja konkreetsetest inimestest — see toob kaasa ebaühtluse koolituste kvaliteedis ja arenguvõimalustes.

- Alaliidud vajavad strateegilist ja sisulist tuge
- Head praktikad ei levi süsteemselt
- Väiksema võimekusega alaliidud jäävad maha

## Arendusjuhi põhiülesanded

### Nõustamine

„Sparringupartneri“ roll alaliitudele strateegilistes otsustes

### Heade praktikate levitamine

Toimivate lahenduste kogumine ja jagamine alaliitude vahel

### Võimekuse kasv

Alaliitude töötajate professionaalse arengu toetamine

### Kvaliteediraamistik

Ühiste põhimõtete ja standardite kujundamine kogu valdkonnas

# Keda kaasame?

SKT SA koordineerib arendustegevust ja vastutab rakendamise eest. Spordialaliidud, hindamiskomisjonid, treenerid, Treenerite Liit ning ülikoolid ja eksperdid on võtmepartnerid igas tegevussuunas.



## SKT SA

Koordineerib arendustegevust ja vastutab rakendamise eest



## Hindamiskomisjonid

Osalevad hindamissüsteemi arendamises



## Treenerite Liit/treenerid

Treenerite huvide esindamine ja koostöö arendamine



## Spordialaliidud

Võtmepartnerid igas tegevussuunas



## Ülikoolid ja eksperdid

Teaduspõhine sisend ja koostöö

# Järgmised sammud

---

**EOK ja Kultuuriministeeriumi  
seisukoht**

**Tegevuskava täpsustamine  
(tegevuste prioriteetsus,  
eelarve, ajakava)**

**Tegevuskava elluviimine**



# Täna tähepanu eest!

Järgmised olulised kuupäevad:

E 27.04 EOK Erakorraline Täiskogu, A'Le Coq Arena

T 19.05 EOK Infotund, A'Le Coq Arena

N 18.06 EOK Täiskogu, Hilton



Eesti  
Olümpiakomitee  
toetajad:



JCDecaux



SPORTLAND

SYNLAB

SKODA

