

TARTU ÜLIKOOL
SOTSIAALTEADUSTE VALDKOND

NARVA KOLLEDŽ
ÕPPEKAVA „NOORSOOTÖÖ“

Anna Demina

**ÕPETAJATE PRAKTIKAD ÕPILASTEGA SUHTLEMISEL
LIKUMISKESKKONNA TOETAMISES
NARVA JA SINIMÄE KOOLIDE NÄITEL**

Juhendaja Aet Kiisla, MSc

NARVA 2022

Olen koostanud töö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd, põhimõttelised seisukohad, kirjandus allikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

Anna Demina

....., 15.05.2022

/töö autori allkiri/

SISUKORD

SISSEJUHATUS	5
1. TEOREETILINE ÜLEVAADE	7
1.1. Õpetaja professionaalsuse põhiomadused.....	7
1.2. Suhtlemiskeskonna loomine	9
1.3. Liikumiskeskonna loomine.....	11
2. PRAKTILISE OSA ÜLEVAADE	14
2.1. Õpetajate praktikad õpilastega suhtlemisel liikumiskeskonna loomisel.....	14
2.2. Uuringu meetodika ja korraldus	14
2.3. Uuringutulemuste analüüs ja järeldused	15
2.4. Ettepanekud õpetajale õpilastega suhtlemiseks füüsilise aktiivsuse toetamiseks	23
KOKKUVÕTE	25
SUMMARY	26
LISAD	31
LISA 1. Vaatlusprotokoll.....	31
LISA 2. Intervjuude küsimused	33

SISSEJUHATUS

Liikumine on laste ja noorte elu lahutamatu osa, nende füsioloogiline vajadus. Täiskasvanute roll on toetada ja suunata last, luua tingimused füüsiliseks tegevuseks. Aktiivne liikumine parandab mõtlemis- ja õpivõimet, hoiab vaimset tervist, on hea kehale ja südamele. Koolis on vaja vähendada istumisaega, sest pikk istumine on ebatervislik ja koormab keha (Liikuma Kutsuv Kool). Bakalaureusetöö uurimisprobleem on, et hoolimata jõupingutustest liikumistingimuste loomisel, piirab täiskasvanu tahtmatult laste liikumist, seades neile piirid. Näiteks Liikuma Kutsuva Kooli mängujuhtide koolitusel märkasid, et õpetaja keelab õpilastel joosta kooli koridoris või lapsevanem palub oma lapsel erinevates olukordades vaikselt ja rahulikult istuda. Minu uurimistöös keskmes on õpetajad, kes teevad tahtmatult laste füüsilist liikumist takistavaid kommentaare ja kelle kohustuslik kompetents on kujundada füüsiliselt, vaimselt ja emotsionaalselt turvaline, heaolu, tervist, arengut ja loovust toetav koostöine õpikeskkond, lähtudes õppijate vajadustest (Õpetaja Kutsestandard, tase 7). Õpetajad teavad, et õpilane vajab liikumist ja õpetajatel on pädevus sõnastada seda teisiti ehk positiivselt: mine jookse võimlas või õues. Mina noorsootöötajana pean toetama noorte positiivset arengut, luues selleks vajalikud tingimused, tegema koostööd haridusasutustega, sh õpetajatega.

Käesoleva bakalaureusetöö eesmärk on välja selgitada õpetajate praktikad õpilastega suhtlemisel liikumiskeskonna toetamises koolikeskkonnas Narva Pähklimäe Gümnaasiumi, Narva Keeltelütseumi ja Sinimäe Põhikooli näitel. Samuti analüüsida olemasolevaid füüsilise aktiivsuse juhendeid ning nende põhjal teha ettepanekuid õpetaja-õpilaste suhtlemiseks füüsilise aktiivsuse toetamisel.

Eesmärgi saavutamiseks püstitan järgmised uurimisülesanded:

- töötada läbi teoreetiline erialane kirjandus, et anda ülevaade õpetaja professionaalsuse põhiomadustest õpilastele korralduste-soovituste sõnastamisel (kas koolis tehakse koostööd õpetajate-õpilaste vahel liikumisaktiivsuse loomisel?);
- töötada läbi teoreetiline erialane kirjandus, et anda ülevaade õpetaja professionaalsusest õpilastele toetava liikumiskeskonna loomisel (kuidas õpetajad käituvad, kui märkavad koolis aktiivse liikumisega seotud ohtlikku käitumist, uurida õpetajate suhtumist ja mõtlemisharjumisi, mis on seotud õpilaste aktiivse liikumisega koolipäeva jooksul, kuivõrd õpetajad on teadlikud erinevatest liikumisvõimalustest oma koolis?);

- valida meetod õpetajate praktikate uurimiseks õpilastega suhtlemisel;
- viia läbi uuring koolides, analüüsida saadud tulemusi ja teha järeldused;
- uuringu tulemuste, teooria, juhendi „Tegevuspõhimõtted tervisliku toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamiseks“ ja õpetajaraamatu „Toitumine ja liikumine“ põhjal teha ettepanekuid õpetajale õpilastega suhtlemiseks füüsilise aktiivsuse toetamiseks.

Uurimistöö koosneb kahest osast – teoreetilisest ja empiirilisest. Teoreetilises osas töötasin läbi erinevaid allikaid, et anda ülevaade õpetaja professionaalsuse põhiomadusest, koolis suhtlemis- ja liikumiskeskonna loomisest. Empiirilises osas kirjeldan läbiviidud uurimistöö metoodikat, korraldust, analüüsin uuringu käigus saadud tulemusi ning koostan nende põhjal lapse füüsilist aktiivsust toetava juhendi.

Empiirilises osas uurimismeetodiks kasutasin intervjuud ja vaatlust ning andmeid analüüsisin kvalitatiivse sisuanalüüsiga. Intervjueerisin Sinimäe ja Narva koolis töötavaid õpetajaid, kokku viis intervjueeritavat. Lisaks intervjuudele korraldasin ka vaatluse, kus olin uurija rollis, kellel on lubatud tegevuste, protsesside juures olla vaatlejana.

Märksõnad: õpetaja professionaalsus, *teacher professionalism*, õpetaja pädevus, suhtlemine, *communication environment*, suhtlemiskeskond, liikumiskeskond, liikumiskeskonna loomine, füüsiline aktiivsus, aktiivne liikumine.

1. TEOREETILINE ÜLEVAADE

Teoreetilises ülevaates käsitlen kolme põhiteemat, mis toetavad lõputöö eesmärgi saavutamist. Need on õpetaja professionaalsuse põhiomadused, suhtlemis- ja liikumiskeskonna loomine koolis. Eesmärgi saavutamiseks kasutan usaldusväärseid teadusallikaid.

Lähtudes noorsootöötaja kutsestandarsist peab noorsootöötaja tegema koostööd valdkonna sidusrühmadega ja looma uusi koostöövorme vastavalt oma tegevuse eesmärkidele, lähtudes noorsootöö aluseks olevatest väärtustest ja suurendades noortevaldkonna lõimitust teiste valdkondadega (Noorsootöötaja, tase 6).

Käesoleva bakalaureusetöö eesmärk on välja selgitada õpetajate praktikad õpilastega suhtlemisel liikumiskeskonna toetamises koolikeskkonnas ja juhendi „Tegevuspõhimõtted tervisliku toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamiseks“ ja õpetajaraamatu „Toitumine ja liikumine“ põhjal teha ettepanekuid õpetajale õpilastega suhtlemiseks füüsilise aktiivsuse toetamiseks.

1.1. Õpetaja professionaalsuse põhiomadused

Alapeatüki eesmärk on anda ülevaade õpetaja professionaalsuse põhiomadustest, kasutades erinevaid teadusallikaid ja kirjandust, et teada saada, kuidas õpetajate professionaalsed põhiomadused mõjutavad õpilastega suhtlemist ja õpilaste käitumist.

Tänapäeval oodatakse professionaalidelt järjepidevat teadmiste ja oskuste uuendamist (Krull jt, 2020). Simons ja Ruijters (2014) märgivad, et professionaaliks olemisel on eriti oluline seos abstraktsete teadmistega. Professionaali lisaväärtuseks on oskus teha tõlget teooriast rakendusse, olles sillaks teaduse ja praktika vahel. Teadmised kipuvad aga kiires tempos vananema. Seega ei ole oluline mitte ainult haridus, vaid teadmiste kättesaadavus ja juurdepääs neile.

Millerson (1964) kirjeldas traditsioonilise professionaalsuse põhijooni, mis kajastuvad õpetaja ametis:

- teoreetilistele teadmistele tuginevad oskused;
- haridus ja koolitus nende oskuste vallas;
- professionaalse käitumise koodeks;
- orienteeritus avalikule hüvele.

Vickie (2004) arvab, et õpetaja edu hinnatakse lõpuks selle järgi, mida nad toodavad, ja suhtumise järgi, kuidas oma tööle lähenevad. Stronge (2018) toob välja, et professionaalsus hõlmab põhiomadusi, mis peegeldavad õpetaja positsioone, eesmärke ja ülesandeid, ning uskumused, mis mõjutavad otseselt õpetamise tõhusust.

Noblit *et al.*, (1995) toovad välja, et hoolimine on hariduses kesksel kohal. See seob õpetajaid ja õpilasi ning muudab elu klassiruumides sisukaks. Tänu õpetajate püüdlustele oma õpilasi ära tunda, mõista ja austada, luuakse usaldus ja hoolivad suhted. Need hoolivad suhted õpetajate ja õpilaste vahel loovad võimalusi nii akadeemiliseks kui ka inimestevaheliseks õppimiseks. Garza *et al.*, (2014) märgivad, et hoolitsemine õpilaste eest hõlmab otsest rääkimist õpilastega kui rühmaga, kuid mis veelgi olulisem, individuaalse kontakti loomist. Sellised avaldused nagu "Hei, kas kõik on korras?" "Kuidas su nädalavahetus möödus?" ja "Kas teiega läheb kõik hästi?" väljendavad õpetaja siirast huvi oma õpilaste vastu. Need positiivsed inimestevahelised käitumisviisid, kus õpetajad veedavad aega õpilastega nende isiklikest või sotsiaalsetest probleemidest rääkides, soodustavad kuuluvustunnet ja tugevdavad õpetaja ja õpilase vahelist sidet.

Õigluse ja austuse elemendid on esile tõstetud erinevates uuringutes, mis käsitlevad õpilaste vaatenurki tõhusale õpetamisele. Üks viis, kuidas õpetajad austust näitavad, on see, kuidas nad õpilasi distsiplineerivad ja kuidas nad klassiruumis käituvad. Õpilased märgivad, et parimad õpetajad teavad ja mõistavad fakte enne distsiplinaarolukorrale reageerimist ning seejärel ütlevad õpilastele konkreetset, mida nad valesti tegid. Lisaks räägivad nad õpilastele, mida nad peavad õigesti tegema (Williams *et al.*, 2012).

Õpilastega positiivseks suhtlemiseks kasutavad õpetajad mitmesuguseid strateegiaid. Õpilased arvavad, et tõhusad õpetajad näitavad huvi õpilaste elu vastu ka väljaspool klassiruumi. Õpetajad, kes osalevad spordiüritustel, kontsertidel ja muudes programmides, millest ka nende õpilased osa võtavad, on õpilaste poolt hinnatud. Lisaks väidavad teadlased, et konstruktiivne sotsiaalne suhtlus õpetajate ja õpilaste vahel aitab kaasa õpilaste õppimisele ja saavutustele ning tõstab õpilaste enesehinnangut, edendades klassi ja kooli kuuluvustunnet (Stronge, 2018, lk 221).

Õpetajate entusiasm on eriti oluline õpetamisel. Õpilased märgivad, et nende lemmikõpetajad on need, kes muutsid igava ja loiu tunni meeleolukaks ja põnevaks. Õpetajad, kes on õpetamises entusiastlikumad, näitavad üles kvaliteetsemat juhendamiskäitumist (Breault, 2013).

Õpetajate toimetulekuvõime (tõhus emotsioonide reguleerimine ja probleemikesksed toimetulekustrateegiad) on seotud nende positiivsete reaktsioonidega õpilaste negatiivsetele emotsioonidele ja nende ametialase pühendumusega. Õpetajate toimetulekuvõime on tunnustatud kvaliteedi näitajana (Buettner *et al.*, 2016,).

Tõhusad õpetajad õpivad, uurides pidevalt oma klassiruumi kogemusi, et parandada praktikat. Nad töötavad regulaarselt tundide täiustamise nimel, mõtlevad, kuidas konkreetsete lasteni jõuda, ning otsivad ja katsetavad klassiruumis uusi lähenemisviise, et oma õpilaste vajadusi paremini rahuldada. Uurides või uuesti läbi vaadates oma käitumise sisu ja konteksti klassiruumis, saavad õpetajad täpsustada või isegi muuta seda, mida ja kuidas nad teevad (Stronge, 2018, lk 229).

Morgan & Lock (2014) toovad välja, et tõhus koostöö annab õpetajatele võimaluse kujundada end ümber oma õpilaste muutuste agentide ja eestkõnelejatena. Tõhusad õpetajad propageerivad õpilaste õppimisvajaduste rahuldamist, olles aktiivsed õppijad, kes otsivad, rakendavad ja edastavad erialaseid teadmisi õppekava, juhendamise, hindamise ja õpilaste arengu kohta. Fullan (1993) on rõhutanud, et õpetajad on lapse ja kogu haridusorganisatsiooni heaolu eestkõnelejad, algatades, väärtustades ja hoides koostööd ja partnerlust erinevate sidusrühmadega.

1.2. Suhtlemiskeskonna loomine

Alapeatüki eesmärk on anda ülevaade suhtlemiskeskonna olemusest ja loomisest, kasutades erinevaid teadusallikaid ja kirjandust, ning välja selgitada, millised tegurid mõjutavad õpetajate ja õpilaste vahelisi suhteid.

Kidroni (1986, lk 8) sõnul suhtlemine on inimestevahelise vastastikuse mõjutamise ja koostöö protsess, mis põhineb informatsiooni vahetusel, eeldab vastastikuse mõistmise saavutamist ja toob kaasa hinnangu andmise ühistegevusse hõlmatud partnerite vahel.

Loogma & Talts (2009, lk 36) toovad välja, et igapäevane koostöö muudab õpetajate ja õpilaste vahelised suhted positiivsemaks. Samas ei ole õpetajate professionaalne koostöö seotud õpetajate ja õpilaste vaheliste suhetega. Seega õpetajate omavahelise igapäevane koostöö ja õpetajate-õpilaste vaheline suhtlemine on omavahel seotud ja kooliarenduses oleks vaja neid koos arvestada.

Tammi (2011) sõnul on inimese kasvamiseks vaja aega, dialoogilist suhtlemist, loovust ja vaba mängimist. Täiskasvanud peavad kriitiliselt reflekteerima oma kasvatuskäitumist ja püüdma vabaneda totalitaarsete müütide kehtestatud vägivallast kasvatuses argipäevas.

Selleks et laps saaks vabalt kasvada, peavad täiskasvanud ise saama vabaks, peavad saama kontakti iseenda ja oma tegelike vajadustega, peavad õppima jälle mängima ja looma.

Mikk & Luik (2013, lk 77) toovad välja õpetajate suhtlemiskompetentsuse neli komponenti: teadmised, hoiakud, suhtlemisoscused ja suhtlemistehnikad. Õpetajad peavad teadma, millised käitumisviisid soodustavad või takistavad õpilase õppimist ja arengut, seega väga olulised on teadmised juhtimiskäitumisest (juhtimiskäitumise üldmudel, motiveerimine, korralduste andmine, tagasiside andmine, grupi juhtimise võtted). Õpetaja peab olema emotsionaalselt tark enese ja õpilaste emotsioonide sõnastamisel ja peab arvestama nendega. Emotsioonide sõnastamine aitab inimestel üksteist paremini mõista. Mikk & Luik (2013) arvavad, et koolis on oluline luua positiivne koolikliima. Koolikusamist tuleb vältida ja õpilaste positiivset käitumist toetada. Antisotsiaalselt käituvaid õpilasi on oluline kaasata neile meeldivatesse ühistegevustesse. Probleemide korral peaks õpetaja olema kehtestav, mitte pahatahtlik ega kurjustav. Kui õpilane on reegleid rikkunud, võiks meeles pidada laitmise kuldreeglit: algul kiida mõne varasema positiivse käitumise eest, siis selgita, et tänane käitumine ei vastanud ootustele, ja lõpuks avalda veendumust, et õpilane suudaks edaspidi kokkulepitud reegleid järgida (Mikk & Luik, 2013).

Petersoni & Deali (2009, lk 38) sõnul on oluline luua õpetajate ja õpilaste kooliellu rituaalid ja tseremooniad. Need sümbolised seltskondlikud sündmused aitavad töötajatel toime tulla igapäevaste rutiinide ja õpetamise nõudmistega ning edendavad professionaalset kogukonda ning ühist hoolimise ja sõbralikkuse vaimu.

Õpetajatel on klassis valitsevate suhete ja hoiakute kujundamisel väga oluline roll, sest õpetaja suhtumisest sõltub ka klassis valitsev arusaam aktsepteeritud käitumis- ja suhtlusviisist. Õpetaja mudeldab õpilastevahelisi suhteid oma eeskujuga, klassis valitsevate reeglite ja kokkulepete ning viisi abil, kuidas neid läbi räägitakse ja järgitakse. Ebasobivalt käitunud õpilasega saab rääkida sõbralikult ja empaatiliselt, olemata seejuures sõbramehelik ja kõike lubav (Schihalejev, 2017). Niisiis peab õppijatele pidevalt selgeid ootuseid väljendama, olema järjekindlad ja etteaimatavad, pakkudes praktilist abi ja toetust ning kohandades oma tegevusi õpilaste tasemega (Timoštšuk, 2020, lk 15).

1.3. Liikumiskeskonna loomine

Selles alapeatükis annan ülevaate liikumiskeskonna loomist mõjutavatest teguritest.

Moosese (2016) sõnul peaks aktiivne liikumine olema laste ja noorte igapäevaelu lahutamatu osa, kuna see toetab mitmekülgset laste ja noorte arengut ja heaolu. Liikumine on inimestele loomulik ja vajalik ning aktiivne liikumine vähendab depressiooni ja ärevuse sümptomeid, suurendab mõtlemis-, õppimis- ja otsustusvõimet, tagab õpilaste tervisliku kasvu ja arengu ning parandab üldist heaolu (WHO, 2017).

Alates 2016. aastast on Tartu Ülikooli liikumislabori eestvedamisel arendatud pilootprogrammi „Liikuma kutsuv kool“. See on haridusuuendusprogramm, mille siht on, et liikumine kujuneks koolipäeva ja koolikultuuri loomulikuks osaks (Liikuma Kutsuv Kool).

Kull *et al.* (2019) toovad välja mitmekülgsed liikumisoskused, mille arengut peaks koolikeskkond toetama:

- edasiliikumise oskused – jooksmine, hüppamine, ronimine, roomamine, kõndimine;
- vahendil liikumise oskused – liikumine vahendil (tõukerattal, jalgrattal, rulal, suuskadel, uiskudel, lumelaual, rulluiskudel);
- vahendite käsitlemise oskused – põrgatamine, viskamine, püüdmine, veeretamine, jalaga ja reketiga palli löömine;
- kehakontrollioskused ja tasakaal – võimalused millestki üle astuda, millestki alla hüpata, millegi peal seista või kõndida ja tasakaalu säilitada.

Kull *et al.* (2019) rõhutavad, et see, millised lahendused konkreetsesse koolihoovi sobivad, on juba iga kooli enda otsustada. Kindlasti on aga abiks nii kehalise kasvatusõpetajate kui õpilaste arvamused. Õpetajate ja õpilaste arvamuse küsimine loob hariduslikult olulisi seoseid: osapooled tunnevad, et neid on kaasatud koolikeskkonna kujundamisse, tekivad positiivsed hoiakud liikumise suhtes ja mõistmine, et see on päeva loomulik osa.

2018. aastal läbi viidud uuringute põhjal pani Tartu Ülikooli kehakultuuriteaduskond eesti laste ja noorte üldise liikumisaktiivsusele hinde „D“ ehk umbes veerand lastest ja noortest täidab Maailma Terviseorganisatsiooni soovitus liikuda aktiivselt iga päev vähemalt tund aega (Laste ja noorte..., 2018).

Põhjused, mis on seotud õpilaste vähese liikumisega. Uibu & Korpi (2016) sõnul hoiab liikumisaktiivsuse koolides madalana hulk tegureid:

- koolipäeva pikkus ja suur õppekoormus (45-minutiste tundide vahel on vaid kümme minutit kestvad pausid);
- kooli koridorid on kitsad ja lapsi palju;
- koolimaja ümbritsevad autoteed;
- nutitelefonide liigne kasutamine.
- suhtumine ja mõtlemisharjumused (usk, et aktiivne liikumine tundub laste tervisele ohtlik, nt treppidel kukkumine, ning akadeemiline õhkkond, mis eeldab, et kool on õppimise, mitte jooksmise ja hullamise koht).

Kool on ka õpetaja töökeskkond. Mugav, inspireeriv ja tervislikku eluviisi toetav tööruum lubab oma töökoha üle rõõmu ja uhkust tunda. Liikumine on kõigile hea ja lõbusalt aega veeta tahavad kõik. Õpilased õpivad palju rohkem sellest, mida õpetajad teevad, kui kuulates, mida õpetajad ütlevad (Vickie, 2004). Seega võivad õpetajad koolis olla õpilastele eeskujuks, näiteks jalgsi või jalgrattaga kooli tulles (Klementi jt, 2015).

Dobbins *et al.* (2013, lk 7) toovad välja erinevaid kooliprogrammi sekkumise viise, et koolipäeva liikuvamaks muuta:

- pikendada õpilaste kehalise kasvatus tunde ajal jõulise kehalise tegevusega tegelemise aega;
- õpetajate koolitus kehalise aktiivsuse lisamiseks kooli õppekavasse ja tavadesse;
- vanemate kaasamine;
- vahendite pakkumine (mis toetavad aktiivset liikumist);
- õppematerjalide muutmine, et oleks võimalus õppides rohkem liikuda.

Tuginedes eeltoodule võib öelda, et õpetajal on oluline roll õpilaste aktiivsuse kujundamisel koolipäeva jooksul. Õpetajad peavad kogu aeg oma teadmisi ja oskusi uuendama. Õpilastega suhted on seotud õpetajate motivatsiooniga, hoolivusega, julgustamisega, toetamisega ja lugupidamisega. Parimad õpetajad teavad ja mõistavad fakte enne distsiplinaarolukorrale reageerimist ning seejärel ütlevad õpilastele konkreetselt, mida nad valesti teevad. Pärast õpetajad räägivad, mida õpilased peavad õigesti tegema. Õpetaja peab teadma, kuidas konkreetsete lasteni jõuda, et tema vajadusi paremini rahuldada. Õpetaja igapäevane koostöö õpilastega loob positiivse suhte ja tervisliku õhkkonna koolis. Õpetaja peab olema õpilastele oma suhtlemis- ja käitumishoiakutega

eeskujuks. Liikumiskeskonna loomisel peavad õpetajad arvestama kooliruumi võimalustega, õpilaste vanusega, huvide ja vajadustega. Et uurida õpetajate suhtumist ja mõtlemisharjumisi, mis on seotud õpilaste aktiivse liikumisega koolipäeva jooksul, on vaja teada, kuidas õpetajad käituvad, kui märkavad koolis aktiivse liikumisega seotud ohtlikku käitumist? Kas pakuvad alternatiive, et õpilane saaks oma liikumisvajadusi rahuldada?

Kas koolis tehakse koostööd õpetajate-õpilaste vahel liikumisaktiivsuse loomisel? Kuivõrd õpetajad on teadlikud erinevatest liikumisvõimalustest oma koolis? Nendele küsimustele vastused aitavad mul kaardistada õpetajate tüüpilised vead ja head praktikad liikumiskeskonna loomises ja pärast töötada välja lapse füüsilist aktiivsust toetav juhend õpetajale.

2. PRAKTIILISE OSA ÜLEVAADE

2.1. Õpetajate praktikad õpilastega suhtlemisel liikumiskeskonna loomisel

Käesoleva lõputöö eesmärk on välja selgitada õpetajate praktikad õpilastega suhtlemisel liikumiskeskonna loomisel. Õpetajad peavad toetama liikumisaktiivsust koolis (Kull, 2019). Samas võivad õpetajad tahtmatult piirata liikumist, seades õpilastele piirid. See võib olla seotud suhtumisega või mõtlemisharjumusega, sest õpetajad kardavad, et aktiivne liikumine koolimajas võib olla ohtlik, või arvavad, et kool on õppimise, mitte jooksmise ja hullamise koht. Koolis võivad töötada ka õpetajad, kes kasutavad kooliruumi ja erinevaid vahendeid, et rahuldada õpilaste aktiivsuse vajadust.

Et käesoleva uurimistöe eesmärged saavutada, on vaja välja selgitada, kuidas toimub õpetajate-õpilaste suhtlemine ja koostöö koolipäeva jooksul. Millised on kooliruumi võimalused, kuidas õpetajad neid kasutavad liikumisaktiivsuse toetamiseks?

2.2. Uuringu metoodika ja korraldus

Uuringu läbiviimiseks valisin kvalitatiivsed uurimismeetodid, andmekogumisviis on vaatlus ja intervjuu. Vaatlus kombineerituna intervjuudega võimaldab mõtestada ühiskonnaelu erinevaid külgi tegevuste, olukordade ja keskkondade vahetu ning meelelise kogemuse kaudu, võimaldades välja tuua ka raskesti verbaliseeritavaid aspekte (Vihalemm, 2014). Intervjuu abil saab teada, mida inimesed mõtlevad, tunnevad ja usuvad, vaatlus näitab, kas inimesed ka käituvad nii, nagu ütlevad (Laherand, 2008).

Andmekogumismeetodina kasutasin poolstruktureeritud intervjuud. Poolstruktureeritud intervjuu jääb oma olemuselt struktureeritud ja struktureerimata intervjuuliikide vahele, kuna ühest küljest kasutatakse seal varem koostatud intervjuukava, teisest küljest aga võib poolstruktureeritud intervjuu läbiviimisel muuta küsimuste järjekorda (nt kui intervjuueeritav suundub oma jutuga mõne sellise teema juurde, mida oli peagi nagnii plaanis käsitleda) ja küsida täpsustavaid küsimusi (Lepiket al., 2014).

Otsustasin lisaks intervjuudele korraldada ka avalikustatud vaatluse, kus olin uurija rollis, kellel on lubatud tegevuste, protsesside juures olla vaatlejana, teha mittesekkuvat vaatlust (vaatleja kui osaleja). Vihalemm (2014) kirjutab, et uurija ei võta sellel puhul protsessidest osa, tema roll ongi olla ainult vaatleja. Vaadeldavaid on teavitatud vaatluse toimumisest. Vaatleja roll võimaldab uurijal teha täiendavaid intervjuusid ilma osalejarollist väljumata (Vihalemm, 2014).

Eesmärgi saavutamiseks viisin läbi viis intervjuud ja viis kontrollvaatlust. Valisin Narva ja Sinimäe linna, kuna elan ise Narvas ning teha intervjuud ja vaatlused nendes linnades on minu jaoks mugavam, sest ei ole vaja kaugele sõita. Narvas on kokku 10 kooli, pakkusin osalemist kuuele koolile, aga nõustusid kolm. Üks kool ei vastanud minu kirjale, kahes koolis oli riigikontroll ja minu kohalolek oli neile lisakoormus. Üks kool ei andnud mulle luba, sest seoses koroonaviiruse levikuga on kõrvalistele isikutele sissepääs keelatud. Kokku võtsin ühendust kolme kooliga e-kirja teel ja kolmega telefoni teel. Lisaks intervjuudele vaatlesin ja analüüsisin viie õpetaja tegevust.

Intervjuud ja vaatlused korraldasin 11.-15. aprillil, kokku viis päeva. Kaks õpetajat vastasid intervjuu küsimustele suuliselt. Esimese intervjuu kestus on 28 minutit, teise üks tund. Õpetajad andsid nõusoleku intervjuu salvestamiseks ja andmete kasutamiseks. Kolm õpetajat vastasid intervjuu küsimustele kirjalikult ja andsid nõusoleku andmete kasutamiseks. Vaatluse punktid koostas, tuginedes oma Liikuma Kutsuva Kooli kogemusele, kus olin koolitaja rollis ja märkisin enda jaoks momendid, mis on vaja uurida. Intervjuu küsimused koostas, tuginedes minu bakalaureusetöö teooriale. Intervjuu küsimused ja vaatluse punktid on esitatud töö lõpus osas „Lisad“.

2.3. Uuringutulemuste analüüs ja järeldused

Bakalaureusetöö uuringu tulemuste analüüsimiseks kasutasin kvalitatiivset sisuanalüüsi. Kvalitatiivset sisuanalüüsi kasutatakse tekstide sisu ja/või kontekstiliste tähenduste uurimiseks, kusjuures keelt kui kommunikatsioonivahendit uuritakse intensiivselt, piirdumata sõnade pelga loendamise (Laherand, 2008). Tekstilised andmed võivad pärineda kas individuaal-, paari-, fookusgrupi- vm intervjuudest, vaatlusprotokollidest /-päevikutest, erinevatest dokumentidest, uuritavate omaloomingust ja kõikvõimalikest meediaväljaannetest (Kalmus *et al.*, 2015). Kvalitatiivne sisuanalüüs lubab kodeerida teksti autori vihjeid, kavatsusi ja eesmärke ning mitmeste konnotatsioonide erinevaid tõlgendamisvõimalusi (Kalmus *et al.*, 2015). Intervjuu küsimused jagasin neljaks teemaplokiks: õpetaja suhtumise või mõtlemise harjumused, õpetaja suhtlemine õpilastega, õpetaja koostöö õpilastega ja õpetaja teadmised kooliruumi võimalustest. Iga ploki juurde koostas intervjuu küsimused. Intervjuud ja vaatlused analüüsin bakalaureusetöö teooria põhjal, Tervisearengu Instituudi poolt haridusasutustele koostatud juhendi „Tegevuspõhimõtted tervisliku toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamiseks“ ja õpetajaraamatu „Toitumine ja liikumine“ põhjal.

Mooses *et al.* (2016) toob välja, et liikumisel on asendamatu roll tervisliku kehalise arengu ja vormisoleku kujunemisel, depressiooni ennetamisel. Lisaks toetab aktiivne liikumine lapse akadeemilist võimekust ning aitab kaasa sotsiaalsele arengule, luues võimalusi eneseväljenduseks, enesehinnangu parandamiseks ja sotsiaalseks suhtluseks.

Õpetaja 2 rääkis: “*Vahetundide ajal peaksid lapsed aktiivselt liikuma mitte ainult füüsilise tervise säilitamiseks. Liikumine parandab neurogeneesi (närvirakkude teket), aju plastilisust. Huvitavad mängud arendavad lapsi, õpetavad omavahel suhtlema*”.

Õpetajad 1 ja 5 tõid välja, et õpilased vajavad liikumist, aga see peab olema organiseeritud ja turvaline.

Õpetaja 3 ütles: “Ma ei piira laste aktiivseid mängu vahetunnil. Alternatiiviks on klassiruumides lauamängud ja pusled”.

Õpetaja 4 mainis, et vahetunnil on hetki, mil see on väga traumaatiline. Ta ütles: “*Praktika põhjal 80% nendest aktiivsetest vahetundidest on traumaatilised, kuna viimastel aastatel on palju käsi ja jalgu murtud.*”

Intervjuude vastustest ilmneb, et õpetajate suhtumine vahetundides aktiivsesse liikumisse on pigem positiivne. Aktiivne liikumine vahetunnis aitab õpilastel tunnist pausi teha, oma energiat välja elada. Vahetunnis liikumine peab olema turvaline ja organiseeritud, et õpilased ennast ei vigastaks. Hansen *et al.*, (2012, lk 17) toovad välja, et koordineerimata tegevus loob soodsama pinnase konfliktide, õnnetuste ja nendest tingitud vigastuste tekkeks. Mei *et al.* (2014, lk 132) toovad välja, et organisatsiooni *Centers for Disease Control and Prevention* koostatud juhendis on kirjas, et kooli füüsiline ja sotsiaalne keskkond peab võimaldama ja julgustama õpilasel osaleda valetundide tegevustes ohutus ja meeldivas keskkonnas. Vaatluse käigus märkas, et vahetunnis õpetajad harva reageerivad koridoris jooksvale õpilastele. Selleks on koolis korrapidaja, kes peatab õpilaste aktiivse liikumise ja palub rahuneda, aga ei paku alternatiive. Vahetunnis on õpetajad hõivatud tunniks ettevalmistumisega või viivad lapsed sööklasse. Hansen *et al.* (2012, lk 17) soovivad kasutada koostegutsemist toetavaid mängu (tants, videoaeroobika, filmi vaatamine, lauamängud, teatevõistlused, ühislaulmine ja joonistamine). Koostegutsemist toetavad mängud muudavad vahetunnid rahulikumaks, tõstavad õpilaste osalusaktiivsust ja kujundavad õpilastevahelised kootöösuhteid.

Füüsilise aktiivsuse suurendamise eesmärk on, et lastehoid, koolid ja kõrgkoolid tagavad kõigile õpilastele toetavad ja turvalised ruumid ja võimalused vaba aja aktiivseks veetmiseks (WHO, 2017). Seega liikumiskeskonna loomises on õpetajate teadlikkus kooli avaliku ja välisruumide võimalustest väga oluline.

Õpetaja 1 märkis, et õpilaste aktiivseks liikumiseks koolis on avarad koridorid. Õpilastel on harjumus käia vahetunnis ka jõusaalis. Talvel on võimalik suusatada ja uisutada kooli juures, kasutada kooli staadioni. Kui õues on soe ilm, korraldab õpetaja oma tundi õues. Koolis õpilased kasutavad palle, köisi ja rõngaid.

Õpetaja 3 ütles: *“Koridoris on mõnes kohas mängude jaoks põrandakleebised. Korrapidaja toob perioodiliselt kaasa mänguvahendid. Garderoobis on tenniselaud, mängida saab igäiks igal ajal. Koolis on ka vahendid, millega õpilastel on võimalus kooli staadionile minna, aga õpilased ise seda ei kasuta, ainult kehalise kasvatuses tunni ajal. Õpilastel on võimalus kasutada vahetunnis hüppenööre”*

Õpetaja 4 mainis, et õpilased toovad sageli oma mänguasju kodust, sh hüppenöörid, rollimänge. Ta rõhutas, et koolis on vähe ruumi ja palju klasse, seega pole palju võimalusi aktiivselt liikuda. Staadioni kasutavad vahetunnis õpilased alates 6. klassist. Vahendite hulgas koolis on tõukerattad, pallid, tunnelid, teatepulk, kuid seda kasutatakse kehalise kasvatuses tundides. Õpetaja ütles, et põrandale joonistatud mängu vastu õpilased ei tunne huvi, nad on huvitatud sellest, mida nad saavad puudutada.”

Füüsilise aktiivsuse edendamise kriteeriumide hulgas on koolikeskkonna varustamine vahenditega, et õpilastel oleks võimalus aktiivselt liikuda (Hansen *et al.*, 2012, lk 23). Vaatluse käigus märkasin, et lapsed suure rõõmuga kasutasid kooli poolt pakutud vahendeid, et vahetunnis aktiivselt liikuda. Vahenditega liikumine aitab õpilastel arendada erinevad liikumisoskusi, sh edasiliikumisoskused ja vahendite käsitlemise oskused. Kõik õpetajad mainisid, et õpilastel on oluline arendada kehakontrollioskusi - tasakaal ja koordinatsioon. Tasakaalu hoidmine on väga oluline nii igapäevastes tegevustes kui ka liikumisharrastusega seotud tegevustes. Näiteks kontaktspordis, et ennetada mahakukkumist, või igapäevases liikumises (astumine libedale jääle) ning liikumis- ja sportmängudes (Mei *et al.*, 2014, lk 153). Liikumisoskuste arengut peab koolikeskkond toetama, looma selleks vajalikud tingimused. Kull (2019) on märkinud, et see, millised lahendused konkreetsesse koolihoovi sobivad, on iga kooli enda otsustada. Abiks on nii kehalise kasvatuses õpetajate kui ka õpilaste arvamused.

Liikumistegevuste loomisel on vaja arvestada õpilaste arvamuse, huvide ja eripärasusega, siis õpilased tunnevad, et neid on kaasatud koolikeskkonna kujundamisse. Õpilastel tekivad positiivsed hoiakud liikumise suhtes ja mõistmine, et see on päeva loomulik osa (Kull *et al.*, 2019).

Õpetaja 2 ütles: “Arvestan laste ealisi ja psühholoogilisi iseärasusi. Planeerime tegevused koos õpilastega.”

Õpetaja 3 ütles: “Meie üritused on üles ehitatud, arvestades laste vanusega ja asukohaga. Alati on keegi, kellele meeldib midagi rohkem ja kellele vähem. Selgitan, et oleme kollektiiv, meeskond ja tegutseme kõik koos”.

Õpetaja 4 mainis, et õpilased saavad alati valida, mida nad eelistavad.

Mei *et al.* (2014, lk 157) toovad välja, et planeerides kehalist aktiivsust tõstvaid tegevusi õpilastele, on kõigepealt vaja arvestada õpilaste individuaalsete teguritega (bioloogilised ja psühholoogilised tegurid), samuti on noortel võimalus ise koolile ettepanekuid teha, kuidas kujundada igapäevast keskkonda nii, et see võimaldaks olla kehaliselt aktiivne.

Õpetajad väitsid, et tunnevad huvi erinevate täienduskoolituste vastu, mis on seotud tervise, toitumise, liikumise jmt teemaga. Õpetaja 5 tõi välja, et õpib neil teemadel palju, et anda õpilastele häid soovitusi ja toetada nende püüdlusi õigesti tegutseda. Õpetajad 2 ja 3 rääkisid, et tunnevad huvi tantsu- ja rütmikakoolituste vastu, sest arvavad, et keha arendavad liigutused muusika saatel on suurepärased. Mei *et al.* (2014, lk 132) toovad välja, et organisatsiooni *Centers for Disease Control and Prevention* koostatud juhendis on välja toodud, et on vaja korraldada regulaarseid tervisealaseid koolitusi õpetajatele ja ka teistele koolitöötajatele. Samas Hansen *et al.* (2012, lk 25) on ka maininud, et füüsilise aktiivsuse edendamise kriteeriumide hulgas on õpetajate ja tugipersonali vajaliku väljaõppe saamine toitumise ja füüsilise aktiivsuse alal ning nende seoste mõistmine tervise ja heaoluga.

Vahetunnis liikumisaktiivsust toetada ja selleks tingimusi luua on lihtsam kui ainetunnis. Selleks et õpilastel oleks õppides võimalus rohkem liikuda, on vaja õppematerjale muuta. Kehalise aktiivsuse lisamine kooli õppekavasse ja tavadesse aitab suurendada õpilaste liikumisaega koolipäeva jooksul. Dobbins *et al.* (2013, lk 23) rõhutavad, et koolipõhised kehalise aktiivsuse sekkumised peaksid olema suunatud positiivse suhtumise edendamisele kehalise aktiivsuse suhtes ja vastama õpilaste arengutasemele. Õpetajad ja koolitöötajad

peaksid julgustama õpilasi koolipäeva jooksul rohkem kehaliselt liikuma, aga see võib nõuda mõningaid dramaatilisi muudatusi õpetajate ja koolitöötajate töökeskkonnas.

Õpetaja 4 rääkis: *“Kahjuks kõik õpetajad ei harjuta seda – tundi aeg on täis ja neid “füüsilisi minuteid” (nagu me neid nimetame) kasutatakse väga harva. Aga siiski on aeg-ajalt vaja seda teha, sest lastele see meeldib, nad lülitavad end välja, avaneb teine hinge ja nad hakkavad tööle.”* Lisaks tõi õpetaja välja, et tunneb huvi selliste täienduskoolituste vastu, kus on võimalik saada materjali liikumise integreerimiseks õppetundi, näiteks matemaatikaga seotud liigutused, kõik, mida saab kasutada väikeses ruumis.

Õpetajad 2 ja 3 mainisid, et tuleb muuta kooli sisekorraeeskirju ja koolides peaksid olema kehaliseks aktiivsuseks sobivad kohad

Õpetaja 1 ütles: *“Kasutan tundides erinevaid mängu, tihti kasutan õppetöös palli, Aliase mängu, kus on vaja midagi näidata. Mõnikord laotan põrandale erinevaid pilte ja laps peab õigesti lugema inglise keeles pildil oleva sõna ja pärast hüppama sellele pildile, lapse eesmärk on pärast kõigi sõnade lugemist oma kohale jõuda.”*

Vaatluse käigus märkasin, et neli õpetajat viiest toetasid tunnis liikumisaktiivsust. Nad korraldasid rollimänge, kutsusid õpilasi ükshaaval tahvli juurde, tegelesid rühmatööga. Kaks õpetajat viiest korraldasid tunnis liikumismänge, näiteks “Toster”, kus õpilased pidid näitama sõna või tegevust, mida õpetaja nimetas. Õpetaja 2 andis õpilastele võimaluse teha kehalisi harjutusi, mis neile kõige rohkem meeldivad (küüklid, hüpped, kätekõverdused).

Mei *et al.* (2014, lk 165) toovad välja, et liikumistegevus toetab õpilaste teadmiste ja oskuste omandamist ning nende mõistmist ning õpilane õpib paremini liikumistegevuste kaudu. Õpetaja 3 rääkis intervjuus, et suhtub positiivselt kehalise aktiivsuse lisamisse kooli õppekavasse ja tavadesse, mainis, et harjutab tunde Liikuma Kutsuva Kooli programmi järgi, aga vaatluse käigus ma seda ei märganud. Pärast poolt tundi õpilased olid väsinud ja ei suutnud keskenduda ülesannetele.

Harro-Loit (2016) rõhutab, et Eesti hariduskontseptsioonis on kokku lepitud, et kooli ülesanne on toetada iga lapse individuaalseid vajadusi. Käitumishinne ja hoolsus lähtuvad eeskätt õpetaja kujutlusest, kes on hoolas ja hea käitumisega õpilane.

Intervjuude vastuste põhjal kirjeldan õpetajate arusaamu õpilaste eeskujulikust ja hoolsast käitumist.

Õpetaja 4 rääkis: *“Õpilaste hea käitumine oleneb vanusest. Kui tegu on algkooliga, siis õpetajana mõistan lapsi ja suudan rahulikult reageerida karjumisele, lärmile. Mõned õpetajad lõpetavad selle kohe - “ära karju, ära jookse, istu”, on vahetunde, kus lapsed lihtsalt istuvad ja loevad raamatuid. Mina aga seda ei tee, sest et oleks vaheldus, et lapsed saaksid end väljendada, välja elada ja jõudu juurde saada.”*

Õpetajad 3 ja 5 mainisid, et õpilaste hea käitumise hulgas on õpetaja kuulamine, oskus adekvaatselt ja kohe reageerida õpetaja märkusele või pilgule, kooli sisekorraeeskirja järgimine, ühiskonna poolt aktsepteeritud käitumis- ja kultuurinormide rakendamine. Õpetaja 2 arvamusel peab laps olema aktiivne, kuid mitte agressiivne.

Teoreetilisest osast selgus, et õpilaste distsiplineerimisel peab õpetaja olema sõbralik ja empaatiline, olemata seejuures sõbramehelik ja kõike lubav (Schihalejev, 2017).

Õpetaja 2 rääkis: *“Koos lastega koostame tunnireegleid, kujundame teadlikku distsipliini, enesehinnangut. Väga oluline on märgata head, tänada ja kiita lapsi. Meile meeldib komplimente kirjutada.”*

Õpetaja 1 palus õpilastel tunni alguses püsti tõusta ja tunniks keskenduda. Distsiplineerida õpilasi aitas ka vaikne rääkimine. Õpetaja rääkis, et oluline on õpilasi korralikult istuma panna. Mõnikord lubab ta õpilastel enda laua taha istuda ja see mõjutab palju nende laste käitumist, kellel on käitumisprobleemid (lapsed tajuvad seda kui privileegi), julgustab neid lapsi, kes käituvad hästi, see mõjutab kõikide laste käitumist.

Vaatluse käigus märkasin, et kõik õpetajad andsid õpilastele märku, kui õpilased käitusid halvasti, ning tegid seda, kasutades erinevaid meetodeid. Õpetaja 1 pöörab käitumisnormi rikkumise ennetamiseks tähelepanu selle õpilase tugevusele. Sõnu “sa oled nii tubli”, “sa tead seda väga hästi” jne tajuvad õpilased julgustusena ja käitumine muutub kohe paremaks. Sama õpetaja tunnis oli juhtum, kui õpetaja palus käitumisreeglit rikkuva õpilase teise laua taha istuda, aga õpilane keeldus. Õpetaja lahkus klassiruumist öeldes, et läheb direktori juurde. Õpetaja tuli kahe minuti pärast tagasi, see tegu mõjutas õpilase käitumist, ta istus vaikselt, aga samal ajal see tekitas õpilastes rahutuse ja ebamugavustunde.

Intervjuus õpetaja 1 kommenteeris seda juhtumit: *“See oli pigem minu nõrkus. Minu klass on minu territoorium ja minu riik, kus kehtivad seadused ja kus mina vastutan. Juhtum selle poisiga oli minu jaoks üllatusmoment ja ma tahtsin endale kindlaks jääda. Kõik minu*

seadused on õigustatud. Ja minu poolt polnud see hea käik, vaid pigem nõrkuse, meelega väljendus. Siis aga mõtlesin välja teise variandi, jätsin temast teise poisi, kellega ta rääkis ja seda tuli kohe teha.”

Õpetaja 2 kasutab “salaõpilaste” mängu. Ta valib salaõpilase ja kui see õpilane tunni lõpuni hästi käitub, siis saab auhinna. Õpetaja 3 tõmbab endale õpilaste tähelepanu kellukese kaudu, kui klassis on liiga lärmakas.

Õpetaja 4 mõjutab õpilaste käitumist päeviku kaudu. Tal on reegel: esimene märkus on päeviku panemine, teine märkus on päevik õpetaja lauale, kolmas märkus (aga tavaliselt ei tule selleni) - õpetaja võtab juba pastaka ja kirjutab märkuse päevikusse, ja lapsed teavad selle reegli kõiki etappe.

Nii intervjuudes kui ka vaatlusel saadud informatsiooni põhjal võin väita, et õpilaste distsiplineerimisel peavad õpetajad olema emotsionaalselt targad. Liigne õpetaja emotsionaalsus tekitab õpilastes ärevust, ebamugavust. Mikk ja Luik (2013, lk 77) toovad välja, et emotsioonide juhtimisel on oluline teada, et emotsioonid ei ole mitte teiste tekitatud, vaid inimese enda loodud sündmuste tõlgendamise kaudu. Buettner *et al.* (2016) tõid välja, et õpetajate toimetulekuvõime on seotud õpetajate positiivsete reaktsioonidega laste negatiivsetele emotsioonidele.

Halva käitumise ennetamiseks ja vähenemiseks võib õpilastega kokku leppida käitumisreeglid, kirjutada need tahvlile või koostada plakati. Mei *et al.* (2014, lk 265) ka rõhutavad, et parimaks ennetuseks on õpetada lapsi märkama ohtlikke olukordi ja tegureid, sest see annab võimaluse käituda turvaliselt. Õpetaja peab märkama head, tänama ja julgustama lapsi. Võib ka motiveerida õpilast distsipliinile alluma läbi mängu või auhinna.

Suhted õpilastega on seotud õpetajate motivatsiooni, hoolivuse, julgustamise, toetamise ja lugupidamisega. Õpetaja 4 mainis, et õpilastega heade suhete loomisel tuleb end lapse asemele seada, olukorda analüüsida, püüda olla lastega ühel lainepikkusel.

Õpetaja 1 rääkis: *“Oluline on olla aus. Kui ütled üht ja teed teist, märkavad lapsed seda kohe. Austus on oluline. Annan tundides ülesandeid, mis arendavad lastes näiteks headust.”*

Õpetaja 3 tõi välja, et õpilastega suhted on üles ehitatud usaldusele ja austusele. On vaja suurt kannatlikkust, et rahulikult reageerida erinevatele naljadele, käitumisprobleemidele,

emotsioonipursetele, poiste tülidele. Oluline on rahulikult ja enesekindlalt selgitada ja arutleda.

Õpetajad 2 ja 5 mainisid, et on vaja õpilast austada, armastada ja mõista.

Vaatluse käigus märkasin, et õpetajad pöörduvad õpilaste poole lugupidamisega ja nimepidi. Õpetajad suhtlevad õpilastega rahulikult. Õpetaja 1 kasutab õpilastega suhtlemisel noortepäraseid sõnu, nagu *lifehach*, *schtick*. See lähenemine aitab õpetajal luua kontakti õpilastega ja annab õpilastele tunde, et õpetaja neid mõistab.

Nii intervjuudes kui ka vaatlusel saadud informatsiooni põhjal võin väita, et õpilastega heade suhete loomiseks peab õpetaja oma õpilasi tundma ja austada. Nagu Noblit *et al.* (1995) tõid välja, et tänu õpetajate püüdlusele oma õpilasi tunda, mõista ja austada, luuakse usaldus ja hoolivad suhted klassiruumis.

Õpetajate kohustusliku kompetentside hulgas on kujundada füüsiliselt, vaimselt ja emotsionaalselt turvaline, heaolu toetav koostöine õpikeskkond, lähtudes õppijate vajadustest (Õpetaja Kutsestandard, tase 7).

Õpetaja 1 hinnangul peaksid turvalise emotsionaalse keskkonna looma õpetajad. Hea õpetaja on õnnelik õpetaja, lapsed tunnetavad seda. Psühholoogiline turvalisus on palju raskem kui füüsiline, väga oluline on see, kuidas kool ise sellesse suhtub, kuidas õpetajad ja õpilased reageerivad näiteks kiusamisele.

Õpetaja 2 ütles: *“Turvaline emotsionaalne ja füüsiline keskkond on see, kus laps tunneb end turvaliselt, kaitstuna. See on keskkond, mis tõstab tema enesehinnangut, julgustab last suhtlema. See on rikastatud keskkond, mis arendab lapsi. Õpilaste turvalisus ja heaolu on kõigi laste vajadustega arvestamine, laste positiivsete emotsioonide ja enesehinnangu kujundamine”*.

Õpetaja 4 jaoks on füüsiline turvalisus kõige tähtsam, et laps ei saaks vigastada, kuid risk on üsna suur. Õpetaja sõnul ei saa vanemad aru, kuidas laps koolis käitub. Laps saab viga ja vanemad sageli kurdavad, et õpetaja ei vaadanud laste järele. Õpetaja rõhutas, et vahetunnis ei suuda füüsiliselt kõiki lapsi jälgida. Paljud õpetajad töötavad vahetundide ajal ja korrapidajad püüavad vahetundide ajal üsna aktiivseid mängu lõpetada.

Õpetaja 5 ütles: “*Õpilane peaks sageli ja mitmel põhjusel end õnnelikuna tundma. Ja see tähendab, et keegi ei riku tema emotsionaalse ja füüsilise ruumi piire ning ta püüab neist reeglitest kinni pidada. Emotsionaalne, sotsiaalne ja füüsiline turvalisus on oluline kõigile, sealhulgas lastele. Selliste käitumisoskuste kujundamisel peaks osalema ka kool.*”

Õpetajal 5 on õpilastega suhtlemise reeglid selgelt välja toodud. Ta jälgib hoolega iga õpilase emotsionaalset seisundit ja pakub tuge. Õppeaasta alguses sõnastab koos õpilastega klassireeglid, edaspidi nad kooskõlastavad oma tegevuse nende reeglitega. Mei *et al.* (2014, lk 162) märgivad, et kui õpetaja annab õpilastele kehalise aktiivsusega seotud teavet ja valikut, siis õpilased järgivad seda, sest tahavad saada paremaks ning tunnevad ennast edukana. Intervjuude vastustest nähtub, et õpetajatel on oluline roll füüsilise, vaimse ja emotsionaalse turvalise õpikeskkonna loomisel. Õpilaste turvatunne aitab neil arendada sotsiaalseid oskusi, keskenduda õppimisele ja olla edukas nii koolis kui ka elus.

2.4. Ettepanekud õpetajale õpilastega suhtlemiseks füüsilise aktiivsuse toetamiseks

Ettepanekud õpetajale õpilastega suhtlemiseks füüsilise aktiivsuse toetamiseks on koostatud uuringu tulemuste, teooria, juhendi „Tegevuspõhimõtted tervisliku toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamiseks“ ja õpetajaraamatu „Toitumine ja liikumine“ põhjal.

- Usaldus ja hoolivad suhted luuakse tänu õpetajate oskustele oma õpilasi ära tunda, mõista ja austada. Väljendage huvi oma õpilaste vastu, see soodustab kuuluvustunnet ja tugevdab õpetaja ja õpilase vahelist sidet. Osalege koos õpilastega spordiüritustel või muudes programmides, kus teie õpilased osa võtavad.
- Õelge õpilastele konkreetselt, mida nad valesti tegid ja selgitage õpilastele, mida nad peavad õigesti tegema. Antisotsiaalselt käituvaid õpilasi kaasake neile meeldivatesse ühistegevustesse. Kui õpilane on reegleid rikkunud, võiks algul kiita mõne varasema positiivse käitumise eest, siis selgitada, et tänane käitumine ei vastanud ootustele, ning veenduge, et õpilane suudaks edaspidi kokkulepitud reegleid järgida.
- Olge entusiastlikumad. Muutke igav ja loid tund meeleolukaks ja põnevaks. Huvitavad mängud arendavad lapsi, õpetavad omavahel suhtlema. Leidke tunnis üks või kas minutit õpilaste liikumisele. Selleks võib olla teha kehalised harjutused, eri kõnniviisid, paigalharjutused kätele jne. Kasutage tunnis rohkem grupitöid, rollimänge. Kasutage alternatiivseid võimalusi klassiruumi ümberpaigutamiseks traditsioonilise paigutuse kõrval nii, et see soodustaks kehaliste tegevuste sooritamist õppetöö vahel.

- Reageerige positiivselt õpilaste negatiivsetele emotsioonidele. Sõnastage rahulikult õpilaste emotsioone ja arvestage nendega. Emotsioonide sõnastamine aitab üksteist paremini mõista.
- Liikumiskeskonna loomisel olge õpilastele partnerid. Alati pakkuge alternatiive, näiteks käia vahetunnis jõusaalis, kasutada kooli staadioni või pakkuge lauamänge. Lubage õpilastel tuua liikumisaktiivsust toetavaid vahendeid kodust (pallid, hüppenöörid, rollimängud jne). Kasutage koostegutsemist toetavaid mänge (tants, videoaeroobika, filmi vaatamine, lauamängud, teatevõistlused, ühislaulmine ja joonistamine).
- Olge õpilastele oma suhtlemis- ja käitumishoiakutega eeskujuks. Pakkuge õpilastele aktiivset vaba aja veetmist, näiteks nädalavahetustel või pärast tundi korraldage pikemad jalutukäigud, matkamine, ujumine, jalgrattaga sõitmine jne.
- Liikumiskeskonna loomisel küsige õpilaste arvamust, siis õpilased tunnevad, et neid on kaasatud koolikeskkonna kujundamisse, tekivad positiivsed hoiakud liikumise suhtes.
- Arvestage koolimaja võimalustega, pakkuge õpilastele liikumisaktiivsust toetavaid vahendid. Leppige kokku õpilastega käitumisreeglid, kirjutage need seinale või tahvlile. Jagage oma õpilased rühmadesse ning määrake päev ja aeg, millal iga rühm korraldab teistele aktiivsed vahetunnid. Seda võib teha ka võistlusena, näiteks see, kelle vahetund on paremini organiseeritud ja meeldis teistele rohkem, saab auhinna.
- Kasutage võimalust liikumisega seotud koolitustel osaleda. Näiteks koolitused, mis on seotud liikumistegevuste lõimimisega õppeainetele.

KOKKUVÕTE

Uurimistöö eesmärk oli välja selgitada praktikad koolikeskkonnas ning uuringu põhjal teha ettepanekuid õpetajale õpilastega suhtlemiseks füüsilist aktiivsust toetamiseks. Uuringu sihtrühmaks olid Narva ja Sinimäe koolide õpetajad.

Bakalaureusetöö teoreetilises osas andsin ülevaate õpetaja professionaalsuse põhiomadustest, koolis suhtlemis- ja liikumiskeskonna loomisest. Samuti tõin teoreetilises osas välja professionaalsuse põhiomadusi, mis peegeldavad õpetaja positsioone, eesmärke ja ülesandeid. Kirjeldasin, kuidas luuakse klassiruumides usaldus ja hoolivad suhted. Kirjeldasin õpilaste liikumisoskusi, mille arengut peab koolikeskkond toetama ja tõin välja tegurid, mis hoiavad liikumisaktiivsuse koolides madalana.

Töö teoreetilise osa põhjal saan väita, et õpetajal on oluline roll õpilaste aktiivsuse kujundamisel koolipäeva jooksul. Õpetajad peavad oma teadmisi ja oskusi uuendama, sh distsipliiniolukorrale reageerimine, teadmised, kuidas konkreetsete lasteni jõuda, õpilastega koostöö. Õpetaja peab olema õpilastele oma suhtlemis- ja käitumishoiakutega eeskujuks, tundma õpilasi ja hoolitsema nende eest. Liikumiskeskonna loomisel peavad õpetajad arvestama kooliruumi võimalustega, õpilaste vanuse, huvide ja vajadustega.

Uurimistöös kasutasin kvalitatiivseid meetodeid: intervjuud ja vaatlust. Uuringu käigus jõudsin järelduseni, et õpetajate heade praktikate hulk õpilastele korralduste-soovituste andmisel koolikeskkonnas on suurem kui vigade hulk. Tüüpilised vead on seotud õpetaja reaktsiooniga ohtlikule ja ebarahuldavale õpilaste käitumisele, aktiivsesse liikumisse suhtumisega koolipäeva jooksul, mõtlemisharjumusega ja õpetaja oskustega lõimida liikumist õppeprogrammi. Heade praktikate hulgas on positiivne suhtumine aktiivsesse liikumisse, liikumist toetavate vahendite pakkumine, õpetajapoolne huvi erinevate täienduskoolituste vastu, õpilaste mõistmine ja tundmine, motiveerimine ja julgustamine, noortepäraste sõnade kasutamine. Lisaks on heade praktikate hulgas õpilastega arutlemine võimalikest ohtudest, alternatiivide ja valikute pakkumine, õpilaste huvide toetamine.

Bakalaureusetöö uuringu tulemuste, teooria, „Tegevuspõhimõtted tervisliku toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamiseks“ juhendi ja „Toitumine ja liikumine“ õpetajaraamatu põhjal koostas ettepanekuid õpetajale õpilastega suhtlemiseks füüsilist aktiivsust toetamiseks.

SUMMARY

The aim of the research was to find out teachers' practices in the school environment and to make suggestions for the teacher to communicate with the students to support physical activity. The target group of the study was teachers from Narva and Sinimäe schools.

In the theoretical part of the bachelor's thesis I gave an overview of the basic characteristics of a teacher's professionalism, the creation of an environment for communication and movement at school. In the theoretical part, I also pointed out the main characteristics of professionalism, which reflect the positions, goals and tasks of the teacher. I described how caring relationships and trust are built in the classroom. I described students' mobility skills, the development of which must be supported by the school environment and pointed out the factors that keep physical activity in schools low.

Based on the theoretical part of the work, I can say that the teacher has an important role in shaping students' activity during the school day. Teachers need to update their knowledge and skills, including responding to a disciplinary situation, knowing how to reach specific children, and working with students. The teacher must set an example for the students with their communication and behavioural attitudes, get to know the students and take care of them. When creating the environment, teachers need to consider the capabilities of the school space and the students' age, interests and needs.

In my research I used qualitative methods: interviews and observation. In the course of the research, I came to the conclusion that the number of teachers' good practices in giving instructions and recommendations to students in the school environment is greater than the number of mistakes. Typical errors are related to the teacher's response to dangerous and unsatisfactory student behaviour attitudes towards active movement during the school day, thinking habits and the teacher's ability to integrate movement into the curriculum. Good practices include a positive attitude towards active mobility, providing tools to support mobility, teachers' interest in various in-service training, understanding and getting to know students, motivating and encouraging them, and using words popular among the youth. In addition, good practices include discussing potential risks with students, offering alternatives and choices, and supporting students' interests.

Based on the results of the bachelor's thesis study, the theory, the "Policy for the Promotion of Healthy Eating and Physical Activity" and the "Nutrition and Exercise" teacher's book, I

prepared suggestions for the teacher on to how to interact with students to support physical activity.

KASUTATUD KIRJANDUS

Breault, R. A. (2013). "She was great, but...": Examining preservice recollections of favorite and most effective teachers. *The Professional Educator*, 37(1), 11–24.

Buettner, C. K., Jeon, L., Hur, E., & Garcia, R. E. (2016). Teachers' social–emotional capacity: Factors associated with teachers' responsiveness and professional commitment. *Early Education and Development*, 27(7), 1018–1039, <https://doi.org/10.1080/10409289.2016.1168227>

Dobbins, M., Husson, H., DeCorby, K., LaRocca, R. 2013. School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Issue 2. DOI: 10.1002 / 14651858. Art. No.: CD007651. <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD007651.pub2/epdf/full>, (27.03.2022).

Eesti Õpetajate Liidu kodulehekül. (i.a). *Õpetaja kutse-eesitamine*. Kasutatud 10.02.2022, http://www.opetajateliit.ee/uudis_160304_1.php

Fullan, M. G. (1993). Why teachers must become change agents. *Educational Leadership*, 50(6), 12–17.

Garza, R., Alejandro, E. A., Blythe, T., & Fite, K. (2014) Caring for students: What teachers have to say. *ISRN Education*, 2014, 1–7.

Gill, Vickie. *The Ten Commandments of Professionalism for Teachers: Wisdom From a Veteran Teacher*, SAGE Publications, 2004. *ProQuest Ebook Central*, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/tartu-ebooks/detail.action?docID=1994282>

Harro-Loit, H. (2017). Kes loovad hea kooli? M. Sutrop, H. Toming, T. Kõnnussaar, T. Kõnnussaar, L. Veski, H. Toming, M-L. Parder (toim.). *Hea kooli käsiraamat* (lk 7-28). Tartu: Taru Ülikooli eetikakeskus.

Hansen, S., Liiv, K., Pertel, T. & Varava, L. (Toim.). (2012). *Tegevuspõhimõtted ja tervisliku toitumise ja füüsilise aktiivsuse edendamiseks*. Tallinn: Atlex AS

Liikuma Kutsuva Kooli koduleht, (i.a). <https://www.liikumakutsuvkool.ee/yldinfo/> (06.04.2022).

Kalmus, V., Masso, A. Linno, M. (2015). Kvalitatiivne sisuanalüüs. Sotsiaalse analüüsi meetodite ja metodoloogia õpibaas. <https://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalyyis> (kasutatud 11.05.2022).

Kidron, A. (1986). *Suhtlemispsühholoogia*. Tallinn: Valgus kirjastus.

Klementi, K., Koov, K., Ong, T. (2019). Samm-sammult hea kooliruumini. K. Linnat (toim.), *Muutuv Kooliruum* (lk 36-47). Eesti Arhitektuuride Liit: Printon.

Kull, M., Mooses, K., Pihu M., Korp, L. (2019). Liikuma kutsuv kooliruum. K. Linnat (toim.), *Muutuv Kooliruum* (lk 20-35). Eesti Arhitektuuride Liit: Printon.

Laherand, M.-L. (2008). *Kvalitatiivne uurimisviis*. Tallinn: OÜ Infotrükk.

Laste ja noorte liikumisaktiivsuse tunnistus, 2018. Tartu Ülikooli liikumislabor. <https://www.liikumakutsuvkool.ee/wp-content/uploads/2018/10/LAT2018.pdf>, (27.03.2022).

- Leijen, Äli, Mikser, R., & Krull, E. (2020). Eessõna. *Eesti Haridusteaduste Ajakiri. Estonian Journal of Education*, 8(1), 1-4. <https://doi.org/10.12697/eha.2020.8.1.01>
- Lepik, K., Harro-Loit, H., Kello, K., Linno, M., Selg, M., Strömpl, J. (2014) Intervjuu. Sotsiaalse analüüsi meetodite ja metodoloogia õpibaas. Kasutatud 17.04.2022. <http://samm.ut.ee/intervjuu>
- Loogma, K., Ruus, V-R., Talts, L., Poom-Valickis, K. (2009). *Õpetaja professionaalsus ning tõhusama õpetamis- ja õppimiskeskonna loomine*. Tallinn: Tallinna Ülikooli haridusuuringute keskus.
- Mei, K., Pihu, M., & Tullus, I. (2014). *Toitumine ja liikumine I-III kooliaste. Õpetajaraamat*. Tallinn: Puffet Invest OÜ.
- Mikk, J., Luik, P. (2013). Õpetajate ja õpetajakoolituse üliõpелaste suhtlemiskompetentsus ja selle arendamisvõimalused. E. Krull, Ä. Leijen, M. Lepik, J. Mikk, L. Talts, T. Öun (toim), *Õpetajate professionaalne areng ja selle toetamine* (lk 75-78). Tartu: Eesti Ülikoolide Kirjastus.
- Millerson, G. (1964) *The qualifying associations: a study in professionalization*. London, Routledge.
- Morgan, R. D., & Lock, P. (2014). Erin Gruwell: A biological account of a teacher leader for change. *Educational Leadership and Administration*, 25, 65–76.
- Mooses, K., Kalma, M., Pihu, M., Riso, E M., Hannus, A., Kull, M. 2016. Eesti õpilaste liikumisaktiivsus koolipäeva jooksul. *Eesti Arst* 2016; 95(11):716–722. <http://ojs.utlib.ee/index.php/EA/article/download/13251/8297/>, (16.03.2022).
- Noblit, G. W., Rogers, D. L., & McCadden, B. M. (1995). In the meantime: The possibilities of caring. *Phi Delta Kappan*, 76(9), 680–685.
- Noorsootötaja Kutsestandard, tase 6. (15.11.2017). *Kutseregister*. Kasutatud 15.05.2022, <https://www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/vaata/10667806>
- Peterson, K.; Deal, T. 2009. *Shaping School Culture: Pitfalls, Paradoxes and Promises*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Simons, R.- R. J., Ruijters, M. C. P. (2014). The real professional is a learning professional. *International Handbooks of Education*. DOI 10.1007/978-94-017-8902-8_35
- Schihalejev, O. (2017). Koostöö ja head suhted. M. Sutrop, H. Toming, T. Kõnnussaar, T. Kõnnussaar, L. Veski, H. Toming, M-L. Parder (toim.). *Hea kooli käsiraamat* (lk 55–81). Tartu: Taru Ülikooli eetikakeskus.
- Stronge, James H.. *Qualities of Effective Teachers*, Association for Supervision & Curriculum Development, 2018. ProQuest Ebook Central, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/tartu-ebooks/detail.action?docID=5343202>
- Taimalu, M., Uibu, K., Luik, P., Leijen, Ä., Pedaste, M. (2018). *Õpetajad ja koolijuhid väärtustatud professionaalidena*. Tallinn: SA Innove Euroopa Sotsiaalfond
- Tamm, E. (2011). Inimese vabadus kasvada. T. Kuurme (toim), *Kõneldud ja elatud väärtused erinevates pedagoogilistes kultuurides*. Tallinn: Tallinna Ülikooli Kirjastus.
- Timoštšuk, I., Uppin, H., Näkk, A.-M. (2020). Kogemusõpe avatud õppekeskkonnas. Tartu: SA Eesti Teadusagentuur. DOI: [10.23680/diss/016](https://doi.org/10.23680/diss/016).

- Uibu, M., Korp, L. 2016. Kuidas luua lastele koolides liikumisvõimalusi? Õpetajate Leht. <http://opleht.ee/2016/04/kuidas-luua-lastele-koolides-liikumisvoimalusi/> , (27.03.2022).
- Vihalemm, T. (2014) Vaatlus. Sotsiaalse analüüsi meetodite ja metodoloogia õpibaas. <https://samm.ut.ee/vaatlus> (kasutatud 29.03.22).
- Williams, P., Sullivan, S., & Kohn, L. (2012). Out of the mouths of babes: What do secondary students believe about outstanding teachers? *American Secondary Education*, 40(2), 104–119.
- WHO (World Health Organization) (2017) Physical activity. Fact sheet. Available at <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/> 17.04.2022
- Õpetaja Kutsestandard, tase 7 (28.04.2020). *Kutseregister*. Kasutatud 10.02.2022, <https://www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/vaata/10824233>
- Õunapuu, L. (2012). *Valimid kvantitatiivsetes ja kvalitatiivsetes uurimustes*. Kasutatud (21.04.2022), <https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/27764/index.html>

LISAD

LISA 1. Vaatlusprotokoll

VAATLUSPROTOKOLL

Õpetajate tüüpilised vead ja head praktikad õpilastega suhtlemisel liikumiskeskonna loomisel.

Kool:

Õpetaja:

Õpetaja tööstaaž:

Tegevuse teema(d):

Koht, kus tegevus toimub (õues, klassis, koolikoridoris jt täpsustamised):

Vaatluse kuupäev:

Vaatluse algus (kellaeg):

Vaatluse lõpp (kellaeg):

Kommentaariid:

Tunnused	Esines vaatluse käigus (+)	Ei esinenud vaatluse käigus (-)	Kommentaari/ Kirjeldus
Õpetaja julgustab õpilast			
Õpetaja reageerib, kui näeb koridoris jooksvat õpilast			
Õpetaja reageerib, kui märkab käitumisreeglite rikkumist			
Õpetaja ise osaleb liikumisaktiivsuse tegevustes või korraldab seda koos õpilastega			

Õpetaja pakub õpilastele vahendeid, mis toetavad aktiivset liikumist			
Kooliruum on liikumisaktiivsust toetav			
Õpetaja pöördub õpilaste poole lugupidavalt			
Õpetaja pöördub õpilaste poole kriitikaga			
Õpetaja annab õpilastele valida, kus ja kuidas on võimalik aktiivselt aega veeta			
Õpetaja korraldab tunnis väikeseid liikumispause			

LISA 2. Intervjuude küsimused

INTERVJUUDE KÜSIMUSED

Kool:

Õpetaja:

Õpetaja tööstaaž:

Intervjuu kuupäev:

Nõusolek interjuu salvestamiseks:

Kommentaariid:

Teemaplokk	Küsimus
I teemaplokk: Õpetaja suhtumise või mõtlemis harjumused.	<ol style="list-style-type: none">1. Kuidas suhtute õpilaste aktiivsesse liikumisesse vahetunnis?2. Kuidas suhtute kehalise aktiivsuse lisamise kooli õppekavasse ja tavadesse?3. Milles seisneb Teie hinnangul õpilaste turvalisus ja heaolu?4. Mida tähendab õpilaste puhul hea käitumine?5. Millised on teie õpetamise tugevused?
II teemaplokk: Õpetaja suhtlemine õpilastega	<p>Kuidas loote õpilastega head suhted?</p> <ol style="list-style-type: none">1. Milliseid meetodeid tunnis kasutate, et õpilastel oleks võimalus õppides rohkem liikuda?2. Mida te teete, et olla õpilastele eeskujuks?3. Kuidas reageerite, kui märkate koolis aktiivse liikumisega seotud ohtlikku käitumist?4. Kuidas te distsiplineerite õpilast?5. Mis on teie hinnangul turvaline, emotsionaalne ja füüsiline keskkond?
III teemaplokk: Õpetaja koostöö õpilastega	<ol style="list-style-type: none">1. Kuidas arvestate õpilaste huvidega liikumistegevuste loomisel?2. Millise tervise, toitumise, liikumise jmt teemaga täienduskoolituse vastu te tunnete huvi, ja miks?3. Kuidas toimub teie suhtlemine ja koostöö õpilastega koolipäeva jooksul?4. Mil määral olete huvitatud õpilaste elust väljaspool klassiruumi?

<p>IV teemaplokk:</p> <p>Õpetaja teadmised kooliruumi võimalustest</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kuidas klassiruumid ja avalikud ruumid võimaldavad lastel liikuda? 2. Millised on teie kooli välisruumi võimalused liikumiseks? Kuidas õpilased neid kasutavad? 3. Milliseid vahendeid on võimalik kasutada, et toetada aktiivset liikumist? 4. Millised on teie hinnangul liikumisoskused, mille arengut peaks koolikeskkond toetama? (edasiliikumisoskused (jooksmine, hüppamine), liikumine vahendiga, vahendite käsitlemise oskused, kehakontrollioskused)
---	--

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Anna Demina,

(sünnikuupäev: 01.08.1988)

annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose „Õpetajate tüüpilised vead ja head praktikad õpilastega suhtlemisel liikumiskeskonna toetamises Narva ja Sinimäe koolide näitel“, mille juhendaja on Aet Kiisla.

- 1.1. reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
- 1.2. üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace´i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Narvas 15.05.2022