

Tartu Ülikool  
Sotsiaalteaduste valdkond  
Haridusteaduste instituut  
Koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekava

Mirjam Nikolai

**LASTEAEDADE KOGEMUSED LASTEAIA LIKUMISVALDKONNA  
HINDAMISVAHENDI KASUTAMISEST**

Bakalaureusetöö

Juhendaja: kehalise kasvatuse didaktika lektor Maret Pihu, PhD

Tartu 2026

## KOKKUVÕTE

### Lasteaedade kogemused lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisest

Bakalaureusetöö eesmärk oli selgitada välja lasteaedade kogemused lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisest. Uuringus osales kokku 13 lasteaia töötajat, kelle hulgas olid õpetajad, abiõpetajad ja tugispetsialist. Töö eesmärgist ja uurimisküsimustest lähtuvalt kasutati uurimistöö koostamisel kvalitatiivset meetodit, et mõista süvitsi lasteaedade kogemusi seoses hindamisvahendi kasutamisega. Lasteaiad moodustasid 2-4-liikmelised tööühikud, et kasutada hindamisvahendit ning analüüsida oma lasteaia liikumisvaldkonda. Uurimisküsimustele vastuste saamiseks viidi läbi intervjuud lasteaedades moodustatud tööühikutega. Intervjuude eesmärk oli saada tagasisidet nii hindamisvahendi kasutamise kui ka selle kohta, mida said lasteaiad teada oma liikumisvaldkonna kohta. Saadud tulemustest võib järeldada, et hindamisvahend täitis üldjoontes oma eesmärgi, pakkudes lasteaedadele süsteemset võimalust liikumiskeskonna analüüsimiseks ning arendamiseks, kuid esile kerkisid ka tehnilised kitsaskohad hindamisvahendi kasutamisel.

**Võtmesõnad:** lasteaed, liikumisvaldkond, hindamisvahend, õpetajate kogemused

## Abstract

### Kindergartens' Experiences of Using an Assessment Tool for the Physical Activity Domain

The aim of the bachelor's thesis is to identify kindergartens' experiences with using an assessment tool for the physical activity domain, based on the example of four kindergartens. A total of 13 staff members participated in the study. Based on the aim and research questions, a qualitative method was used to gain in-depth understanding of kindergartens' experiences. Kindergartens formed working groups of 2–4 members to first use the assessment tool and then participate in interviews. From the results, it can be concluded that the assessment tool generally fulfilled its purpose by providing kindergartens with a systematic opportunity to analyze and develop their physical activity domain; however, technical challenges in using the tool also emerged.

**Keywords:** *kindergarten, physical activity domain, assessment tool, teacher's experiences*

## Sisukord

KOKKUVÕTE .....	2
SISSEJUHATUS .....	4
1. TEOREETILINE ÜLEVAADE.....	5
1.1 Liikumisaktiivsus koolieelses eas .....	5
1.2 Liikumisvaldkonna hindamine .....	5
1.3 Liikumisvaldkonna hindamisvahend.....	6
1.3.1 Töötajaskond ja koostöö .....	6
1.3.2 Aktiivne vaba mäng.....	7
1.3.3 Keskkonna kujundamine .....	8
1.3.4 Õppimine liikumise kaudu ja istumisaja vähendamine .....	8
1.3.5 Aktiivne lasteaiaaeg.....	9
1.3.6 Organiseeritud liikumistegevus .....	10
2. UURIMISPROBLEEM, EESMÄRK JA UURIMISKÜSIMUSED.....	10
3. METOODIKA .....	11
3.1 Valim.....	12
3.2 Andmekogumine .....	12
3.3 Andmeanalüüs .....	13
4. TULEMUSED .....	14
5. ARUTELU.....	18
6. TÖÖ PIIRANGUD, PRAKTILINE VÄÄRTUS JA SOOVITUSED .....	21
TÄNUSÕNAD.....	21
AUTORSUSE KINNITUS .....	21
KASUTATUD KIRJANDUS.....	22
LISA 1. Kutse uuringus osalemiseks	
LISA 2. Näide hindamisvahendist	
LISA 3. Intervjuukava	

## SISSEJUHATUS

Laste vähene liikumine on tänapäeval suur probleem juba väikelaste eas, seega on väga oluline toetada laste liikumisharjumuste kujundamist koolieelses lasteasutuses (World Health Organization [WHO], 2019). Liikumine mõjutab lastel nii kehalist, psüühilist, emotsionaalset kui ka sotsiaalset arengut (Wang, 2022). Koolieelses vanuses laps on kõige vastuvõtlikum erinevate liikumisoskuste omandamisele ja tervislike liikumisharjumuste kujundamisele kogu eluks (Pihu, 2023). Kuna Eestis käivad lasteaias umbes 90% kahe- kuni kuueaastastest lastest (Statistikaamet, 2024), kes veedavad seal suurema osa oma nädalast, siis on lasteaiaid just need haridusasutused, mis peaksid panustama oma keskkonna ja tegevustega laste liikumisharjumuste ja motoorse arengu kujundamisse (Goldfield *et al.*, 2012).

Alushariduse riiklik õppekava (2025) näeb ette, et lasteaedades toetatakse laste liikumist igapäevaste tegevuste kaudu. Organiseeritud liikumistegevused lasteaias peaksid toimuma vähemalt kaks-kolm korda nädalas (Kikas, 2008), kuid lisaks sellele peaksid lapsed igapäevaselt saama mängida aktiivset vaba mängu, mida soodustab selleks toetav keskkond (Pihu, 2023). Lasteaia keskkond ja tegevused lasteaias peaksid aitama saavutada lastel soovitudele vastava liikumisaktiivsuse iga päev (Haav *et al.*, 2019).

Laste mitmekülgseks kehaliseks arenguks on vaja soodsaid tingimusi lasteaia siseruumides ja õuealal (Henderson *et al.*, 2015). Tervise Arengu Instituudi (TAI) läbi viidud uuringust, kus kasutati küsimustikku lasteaia keskkonna hindamiseks ning laste kehalise võimekuse hindamise teste, selgus, et lasteaialaste kehalist arengut mõjutavad positiivselt liikumiseks sobivad ruumid, vajalike vahendite olemasolu, kvalifitseeritud liikumisõpetaja olemasolu ning lasteaeda ümbritsev toa- ja õuekeskkond (Haav *et al.*, 2019).

Haridusasutustes toetava keskkonna loomiseks on vaja ülevaadet, millised on hetketingimused (Haav *et al.*, 2019). Lasteaedade eneseanalüüsiks on Eestis loodud lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahend (TAI, 2022), mille kasutamisest võiks lasteaedadel kasu olla, et kaardistada enda lasteaia liikumist toetav sotsiaalne ja füüsiline keskkond. Samas puudub ülevaade, kuidas lasteaiaid eelpool toodud hindamisvahendit kasutavad.

## 1. TEOREETILINE ÜLEVAADE

### 1.1 Liikumisaktiivsus koolieelses eas

Rahvusvahelised uuringud näitavad, et varases lapsepõlves on regulaarne kehaline aktiivsus oluline laste tervise ja arengu toetamiseks (Carson *et al.*, 2017). Alla viieaastaste laste liikumisaktiivsuse juhiste kohaselt peaksid lapsed olema päevas kehaliselt aktiivsed vähemalt 180 minutit erineva intensiivsusega, millest vähemalt 60 minutit peaks olema mõõduka kuni tugeva intensiivsusega tegevus (WHO, 2019). WHO (2019) selgituse järgi tähendab mõõduka intensiivsusega liikumine tegevusi, mille käigus kiireneb hingamine, südametegevus ja tekib soojustunne; tugeva intensiivsusega tegevused võivad põhjustada higistamist ning suuremat kehalist koormust. Kuna riigiti erineb vanus, millal lapsed kooli lähevad, siis Eesti kontekstis kohandatakse neid norme vastavalt kultuuriruumile, st need on aluseks kogu lasteaiaa perioodiks. Mitmed Eestis ja ka mujal maailmas läbi viidud uuringud (Boyle *et al.*, 2022; Kaupmees, 2023; Ränkel, 2023; Välba, 2023;) näitavad, et Eesti laste aktiivsus jääb lasteaiaaalistel lastel alla WHO soovitatud normi.

Lasteaial on oluline roll panustada laste tervislike eluviiside kujunemisesse ja panna alus lapse kehalisele arengule (Goldfield *et al.*, 2012). Põhiliigutused kujunevad lapsel välja lasteaia lõpuks ehk seitsmendaks eluaastaks (Karvonen, 2003), nende alla kuuluvad edasiliikumisoskused (kõndimine, jooksmine, hüppamine, ronimine, roomamine, ujumine), kehakontrollioskused (tasakaalu hoidmine seistes ja liikudes, maandumine, erinevad kehaasendid), vahendikäsitsemisoskused (palli viskamine, püüdmine, veeretamine, põrgatamine, palli löömine jala, käe ja vahendiga), edasiliikumisoskused vahendil (uisutamine, suusatamine, rattasõit jne) (Dudley, 2015). Eestis läbiviidud uuringust selgub, et lasteaialapsed, kelle põhiliigutused olid heal tasemel, olid kehaliselt aktiivsemad. Seetõttu on vaja lasteaias õpetada lastele põhiliikumisoskusi, et laps tunneks end liigutuslikult kompetentsena ning naudiks aktiivseid tegevusi (Välba, 2023).

### 1.2 Liikumisvaldkonna hindamine

Lasteaia liikumisvaldkonna olukorra kaardistamine on oluline, et teha kindlaks, millised aspektid juba toetavad lasteaia igapäevast kehalist aktiivsust ja arengut ning millised valdkonnad vajavad tähelepanu ja parandamist (Christian *et al.*, 2016). Erinevates riikides kasutatakse laste liikumisvaldkonna hindamiseks erinevaid küsimustikke, näiteks Ameerikas kasutatav EPAO-SR (*Environment and Policy Evaluation and Observation as a Self-Report*

*Instrument*) hindab haridusasutuste praktikaid, keskkonnaomadusi ja poliitikaid, mis mõjutavad laste toitumist, kehalist aktiivsust ja istuvat eluviisi (Ward, *et al.*, 2015).

Aastal 2022 koostas Tartu Ülikooli sporditeaduste ja füsioteraapia instituudi liikumislabor koostöös Tervise Arengu Instituudiga töövahendi lasteaedadele liikumisvaldkonna hindamiseks, mille abil saadud tulemused võiksid anda lasteaedadele tagasisidet liikumisvaldkonna hetkeolukorra kohta ning tuua välja arendamist vajavad aspektid (TAI, 2022). Hindamisel on abiks küsimused, hindamiskriteeriumid ja -skaalad, mis aitavad lasteaial hinnata ja analüüsida oma keskkonda. Töövahendit on võimalik välja printida ja kasutada paberkujul või Wordi failina. Aastal 2023 lisati ka Exceli tabeli vorm, mis annab kohe ülevaate tugevatest ja arendamist vajavatest valdkondadest. Hindamisvahend koosneb kuuest valdkonnast, milleks on töötajaskond ja koostöö; aktiivne vaba mäng; keskkonna kujundamine; õppimine liikumise kaudu ja istumisaja vähendamine; aktiivne lasteaiaaeg; organiseeritud liikumistegevus.

### **1.3 Liikumisvaldkonna hindamisvahend**

#### **1.3.1 Töötajaskond ja koostöö**

Lasteaia töötajaskonna ülesanne on luua lastele tingimused, mis soodustaksid lapse igakülgset arengut, sealhulgas kehalist arengut (Kikas, 2008). Rühmaõpetajad saavad toetada laste liikumisharjumuste kujunemist suunates lapsi aktiivselt tegutsema ning korraldades spordiüritusi ja matkasid (Haav *et al.*, 2019). Kuna koolieelses lasteasutuses juhendab liikumistegevusi õpetaja, siis on oluline, et õpetaja ise osaleks aktiivselt tegevustes, sest see innustab lapsi liikuma (Nugin & Õun, 2017). Eestis läbi viidud uuringu küsimustikust (Haav *et al.*, 2019) selgus, et nendel lastel, kelle organiseeritud liikumistegevuste läbiviijad (nii rühma- kui ka liikumisõpetajad) tegelesid tervisespordiga 4-7 korda nädalas, olid kehalise arengu hindamisel paremad tulemused kui neil, kelle õpetajad tegelesid tervisespordiga harvem.

Liikumisõpetaja olemasolu lasteaias mängib olulist rolli, et tagada lastele arendav füüsiline keskkond (Haav *et al.*, 2019). Hetkel puudub täpne statistika selle kohta, kui paljudes lasteaedades on loodud liikumisõpetaja ametikoht, kuid näiteks 2024. aastal läbi viidud uuringust (Haav *et al.*, 2024), kus osales 44 lasteaeda, oli antud ametikoht olemas vaid pooltes lasteaedades. Samas uuringus väidetakse ka, et ülikoolis koolieelse lasteasutuse

õppekava ei taga piisavat ettevalmistust, et rühmaõpetajad oleksid valmis läbi viima tõhusaid liikumistegevusi ning pooled õpetajatest ei ole viimase viie aasta jooksul läbinud erialaseid koolitusi. Liikumisalased koolitused suurendavad õpetajate enesekindlust liikumistegevuste läbiviimiseks ning annavad teadmisi, kuidas laste kehalist arengut toetada ning pakkuda tõhusaid liikumisvõimalusi (Bruijns *et al.*, 2021).

Alushariduse riiklikus õppekavas (2025) on toodud välja, et lasteaia õppe- ja kasvatustegevuse üks eesmärk on lapse mitmekülgne ja järjepidev areng, mis toimub kodu ja lasteasutuse koostöös. Selleks, et lasteaias toetataks liikumist süstemaatiliselt, peavad omavahel koostööd tegema nii lasteaia töötajad kui ka töötajad lapsevanematega (TAI, 2022). Lapsevanemaid tuleks kaasata õppekava ja rühma tegevuskava planeerimisse, neile võib pakkuda võimalust lisada rühma tegevuskavasse tegevusi, kaasata neid ühisürituste ja õppekäikude organiseerimisse (Nugin & Õun, 2017).

### 1.3.2 Aktiivne vaba mäng

Lisaks organiseeritud liikumistegevustele toetab laste liikumisoskuste arengut aktiivne vaba mäng (Pihu, 2023). See tähendab laste enda algatusel tekkinud struktureerimata tegevust (Liikuma kutsuv kool, *s.a.*), kus mängu sisu ja reeglid loovad lapsed ise (Liikuma kutsuv kool, *s.a.*; Nurgin & Õun, 2017; TAI, 2022). Sellise mängu tekkimist soodustab last ümbritsev keskkond: lasteaiapäevas peab olema piisavalt aega, et mäng jõuaks kujuneda ning peab olema tagatud füüsiline keskkond, mis annab võimalusi erinevate mängude loomiseks (TAI, 2022). Mäng on lapseas oluline kehalise aktiivsuse osa, mis tõstab nii kognitiivset, kehalist, sotsiaalset kui ka emotsionaalset heaolu (Stork & Sanders, 2008).

Hoolimata sellest, et vabamängu osatähtsus on laste arengus väga suur, on vabamängu aeg vähenenud lasteaiapäeva kiire elutempo tõttu ja akadeemiliste nõudmiste arvelt (Stork & Sanders, 2008; Ränkel, 2023). Uuringud (Haav *et al.*, 2019; Cardon *et al.*, 2008) on näidanud, et laste liikumisaktiivsus on suurem, kui õpetajad suunavad ja julgustavad lapsi vabamängu ajal aktiivselt liikuma. Lasteaiaõpetajate vastustest (Haav, *et al.*, 2019) selgub, et õpetajad suunavad lapsi aktiivsele mängule pigem õueajal, vähem rühmaruumis veedetud ajal. On leitud, et aktiivse vabamängu tekkimiseks on tähtsal kohal mitmekülgne õueala, mis pakub erinevaid võimalusi liikumiseks (TAI, 2022).

### 1.3.3 Keskkonna kujundamine

Lasteaia üks ülesanne on pakkuda lastele keskkonnatingimusi, mis soodustaksid lapse kehalist arengut ning pakuksid ea- ja jõukohaseid võimalusi liikumiseks nii rühmaruumis kui ka õues (Kivi & Sarapuu, 2005). Uuringute (Huang *et al.*, 2022; Brown *et al.*, 2009) tulemused näitavad, et lasteaia keskkonnategurid mõjutavad oluliselt laste igapäevast kehalist aktiivsust ja kehalist vormi. Organiseeritud liikumistegevuste läbiviimiseks on oluline võimla kasutamise võimalus (Kaupmees, 2023), kuid ka rühmaruumides saab toetada laste liikumist. Rühmaruumis on liikumisvõimalused küll piiratumad kui spordisaalis või õues, kuid seal saab kasutada näiteks rõngaid rippumiseks, varbseina (Kikas, 2008), teha mattidega võimlemisala (Moreira *et al.*, 2023), panna üles tasakaaluvahendid ja mängida koordinatsiooni arendavad mängud (TAI, 2022).

Lastehoiu ja lasteaia õpi- ja kasvukeskkonna nõuete järgi peab lasteasutuses olema lastele mängimiseks mõeldud õueala, kus lastel on ohutu tegutseda ning vahendid on mitmekesised ja eakohased (Lastehoiu..., 2025). TAI (2022) soovitude järgi tuleks lasteaia õueala planeerimisel lähtuda sellest, et õuekeskkond toetaks erinevate liikumisostuste arendamist, liikumismängude mängimist ning pakuks võimalust rahulikult üksi mängimiseks ja eraldumiseks. Nii looduslik kui ka hästi planeeritud tehiskeskkond võivad pakkuda lapsele mitmekülgset arengut toetavat keskkonda (TAI, 2022; Løndal *et al.*, 2015). Torkar & Rejc'i (2017) uuringust selgub, et looduslike elementidega mänguväljakul on lapsed kehaliselt aktiivsemad ja nende kehalise võimekuse, koordinatsiooni ja tasakaalu näitajad olid paremad kui traditsioonilisel kiikede ja ronimisatraktsioonidega mänguväljakul. Kuid Norras läbiviidud uuringust (Løndal *et al.*, 2015) selgus, et ka piiratud õueala, kus on peamiselt tehiskeskkond, toetab lapse igakülgset kehalist arengut ja pakub lastele piisavalt koormust. Seega toetab laste liikumisharjumuste kujunemist võimla ja vahendite olemasolu, liikumisvõimalused rühmaruumides ja hästi planeeritud õueala koos mitmekülgsete vahenditega (Haav *et al.*, 2019).

### 1.3.4 Õppimine liikumise kaudu ja istumisaja vähendamine

Istumisaja all peetakse silmas sellist tegevust, kus energiakulu on väga väike, selliste tegevuste alla kuuluvad istumine, lamamine ning inaktiivsed tegevused nagu televiisori vaatamine, ekraaniaeg, lugemine, lauamängude mängimine jne (TAI, 2017; Owen *et al.*, 2010). Pikad istumisperiodid suurendavad riski haigestuda kroonilistesse haigustesse nagu

diabeet ja rasvumine (Owen *et al.*, 2010). WHO (2019) andmetel on väga oluline vähendada laste igapäevast istumisaega, kuni viieaastased lapsed ei tohiks olla piiratud asendis (näiteks istumine) üle ühe tunni korraga ning nende ekraaniaeg ei tohiks olla rohkem kui üks tund päevas.

Vajadus liikuda on laste põhivajadus ning valdavalt see meeldib neile (Karvonen, 2003), seevastu paigal istumine ja üksluine tegevus väsitavad last (Kikas, 2008). Alushariduse riiklik õppekava (2025) näeb ette, et erinevate valdkondade sisusid tuleb lõimida, sinna hulka kuulub ka õppimine liikumise kaudu (TAI, 2022). Kui õppimine toimub ainult kuulamise ja nägemise kaudu, jääb see nõrgemaks, kui kogu kehaga kogemise korral (Karvonen, 2003), seega on oluline õppetegevusi siduda liikumistegevustega (Nugin & Õun, 2017). Teiste valdkondade õppetegevuste läbiviimisel aitab istumisaega vähendada asendite varieerimine ja lühikesed liikumispausid tegevuse käigus, samuti on võimalik õppetegevust viia läbi peale rühmaruumi teistes ruumides ning ka õues (TAI, 2022).

### 1.3.5 Aktiivne lasteaiaaeg

Aktiivse lasteaiaaega all mõeldakse seda, kui laps tuleb lasteaeda ja läheb koju kehaliselt aktiivsel viisil, näiteks jala, rattaga, tõukerattaga jne (Liikuma Kutsuv Kool, *s.a.*). Eestis läbiviidud uuringust (Haav *et al.* 2019) selgub, et enamik lapsi tuuakse lasteaeda autoga. Lasteaiaaeglaste laste aktiivset lasteaiaaega on vähe uuritud, kuid Liikuma Kutsuv Kool (Liikuma Kutsuv Kool, *s.a.*) on jaganud soovitusi aktiivseks kooliteeks, millest osasid nõuandeid saab kasutada ka lasteaia kontekstis. Kui laps tuuakse lasteaeda autoga, siis on võimalik liikumisaktiivsust suurendada sellega, et auto pargitakse lasteaia kaugemale ning vahemaa lasteaiani läbitakse jalgsi (Liikuma Kutsuv Kool, *s.a.*).

Kui liikumine on lapse igapäeva loomulik osa, siis soodustab see lapse positiivset suhtumist kehalisse aktiivsusesse ja kujundab elukestvad harjumused, seetõttu tuleb lapsevanematel soodustada lapse liikumist igapäevaste tegevuste kaudu (TAI, 2017). Hispaanias läbi viidud uuringu tulemused näitasid, et lasteaiaaeglaste lapsed, kes liikusid lasteaeda ja sealt koju jalgsi, olid päeva jooksul aktiivsemad ja veetsid päeva jooksul vähem aega istuvas tegevuses võrreldes lastega, kes kasutasid kombineeritud või mootoriga transpordivahendeid (Ramos-Munell *et al.*, 2024). Sellisel viisil liiklemiseks peab keskkond olema turvaline ning soodne (Liikuma Kutsuv Kool, *s.a.*). Siinkohal on oluline, et lasteaed

pakuks võimalust rattavarustust turvaliselt hoiustada, väärtustaks igapäevast jalgsi ja rattaga liikumist käsitledes neid teemasid lastega õppetegevustes (TAI, 2022).

### 1.3.6 Organiseeritud liikumistegevus

Alushariduse riikliku õppekava (2025) järgi on liikumisvaldkonna eesmärk on luua lapsele mitmekesised võimalused aktiivseks tegutsemiseks nii üksi kui ka rühmas, rikastada tema liikumiskogemust arendavate tegevuste kaudu, toetada üld- ja peenmotoorika ning põhiliikumiste arengut ning tagada liikumisoskuste ja kehaliste võimete areng igapäevaste liikumistegevuste ja juhendatud eakohaste harjutuste kaudu. Nende eesmärkide saavutamiseks on vaja lisaks vaba aja mängule regulaarset ja õpetaja juhitud tegevust (TAI, 2022). Organiseeritud liikumistegevused toimuvad lasteaedades üldiselt kaks korda nädalas kestvusega umbes 30 minutit (Haav *et al.*, 2024) ning nende eesmärk on toetada lapse mitmekülgsel liikumisoskuste arengut (TAI, 2022). Positiivset mõju laste kehalisele võimekusele avaldavad ajaliselt pikemad liikumistegevused ja nende mitmekesine sisu (Haav *et al.*, 2019). Hispaanias 3-5aastaste lasteaialastega viidi läbi liikumisaktiivsuse uuring kasutades aktseleeromeetrit, millest selgus, et organiseeritud liikumistegevustega päevadel liiguvad lapsed rohkem kui teistel päevadel (Lahuerta-Contell *et al.*, 2021).

Organiseeritud liikumistegevuste läbiviimisel on oluline roll erialase haridusega õpetajal, kes on teadlik lapse kehalise arengu eripäradest ning viib liikumistegevusi läbi teadlikumalt lapse kehalise võimekuse arendamiseks (Haav *et al.*, 2019). Lisaks organiseeritud liikumistegevustele pakuvad paljud lasteaia treeninguid, mis on lastele vabatahtlikud, kuid toetavad samuti laste liikumisaktiivsust ja liikumisoskuste arengut (Lõhmus & Varava, 2006). Organiseeritud liikumistegevused toetavad laste põhiliikumisoskuste ja -asendite arengut, tõstavad laste liikumisalaseid teadmisi ja enesekontrolli, pakuvad võimalust võimelda, tantsida ja liikuda looduses (Nugin & Õun, 2017).

## 2. UURIMISPROBLEEM, EESMÄRK JA UURIMISKÜSIMUSED

Eestis loodud lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendi praktilisest kasutamisest lasteaedades puudub ülevaade. Praegu ei ole teada, kuidas lasteaedade töötajad hindamisvahendit kasutavad, milliseid teadmisi nad selle abil liikumisvaldkonna kohta saavad ning kas saadud tulemused toetavad lasteaedades valdkonna arendamist. Samuti ei ole

selge, kuivõrd kasutajasõbralik on hindamisvahend ning milliseid muutusi võiks selle kasutamise põhjal kavandada. Seetõttu on oluline uurida lasteaedade kogemusi hindamisvahendi kasutamisest, et paremini mõista selle väärtust ning võimalikke arenguvajadusi. Bakalaureusetöö eesmärk oli selgitada lasteaedade kogemused lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisest. Töö eesmärgist lähtuvalt püstitati järgnevad uurimisküsimused:

1. Millised on lasteaedade praktikad seoses liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisega?
2. Milliseid teadmisi saavad lasteaiad enda liikumist toetava keskkonna kohta hindamisvahendi kasutamisega?
3. Millised on edasised sammud, mida plaanitakse lasteaias teha tulenevalt liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisel saadud tulemustest?

### **3. METOODIKA**

Töö eesmärgist ja uurimisküsimustest lähtuvalt kasutati uurimistöö koostamisel kvalitatiivset meetodit, et mõista süvitsi lasteaedade kogemusi seoses hindamisvahendi kasutamisega. Uuringu sihtrühm olid Põlvamaa lasteaiad, kellele saadeti meili teel ametlik kutse (lisa 1) uuringus osalemiseks. Kutses oli esitatud uuringu eesmärk ning kirjeldus, millistest osadest uuring koosneb. Osalejate jaoks koosnes uuring kahest osast: liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamine ja selle põhjal intervjuus osalemine. Täitmiseks vajalik hindamisvahend (TAI, 2022; lisa 2) saadeti uuringus osalemise nõusoleku andnud lasteaedadele meili teel ning nad täitsid seda arvutis.

Igale lasteaiale anti hindamisvahendi täitmiseks nädal aega, hindamised toimusid novembris, detsembris ja jaanuaris. Uuringu läbiviimise ajavahemik oli pikk, et lasteaedade kollektiividel oleks võimalik leida aeg hindamisvahendisse süvenemiseks ja ühiseks aruteluks. Uuringus osalejad hindasid lasteaia liikumisvaldkonda ette antud hindamiskriteeriumite ja -skaalade abil, tegid peatükkide alla kokkuvõtteid ja seadsid eesmäärke tulevikuks.

Peale hindamisvahendi täitmist toimus uuringus osalejatega poolstruktureeritud intervjuu, mille kaudu selgitati lasteaedade praktikaid seoses liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisega, uuriti, milliseid teadmisi saavad lasteaiad enda liikumist toetava keskkonna kohta hindamisvahendi kasutamisega ning millised on edasised sammud,

mida plaanitakse lasteaias teha tulenevalt liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisel saadud tulemustest.

Töö autor panustas kõikidesse uuringu etappidesse alustades eetikakomitee taotluse kirjutamisest kuni uuringu andmete kogumise, analüüsi ja tulemuste esitamiseni. Tööle on antud eetikakomitee kooskõlastus (protokoll number: 404/T-30) 15.09.2025.

### **3.1 Valim**

Kutse uuringus osalemiseks saadeti Põlvamaa 7 lasteaiale, kellest 4 andsid nõusoleku uuringus osaleda. Osalejad viisid läbi lasteaia analüüsi liikumisvaldkonna toetamise kohta kasutades hindamisvahendit, seejärel toimusid kõigis neljas lasteaias intervjuud. Uuringus osalejate leidmiseks kasutati mugavusvalimit, et oleks võimalik saada kokku soovitud hulk lasteaedu. Kuna uuring oli osalejatele ajakulukas, sest koosnes kahest osast (hindamisvahendi põhjal liikumisvaldkonna analüüs ning intervjuu), siis osalesid uuringus peamiselt lasteaiad, kellel oli varasem kontakt uurijaga. Uuringu sihtrühmaks olid Põlvamaa lasteaiad praktilistel kaalutlustel, kohapealse koostöö võimalus suurendas lasteaedade osalemisvalmidust ning toetas uurimisprotsessi sujuvust.

Osalevad lasteaiad moodustasid majasiseselt meeskonnad sõltuvalt lasteaia suuruselt ja võimalustest, kõige vähem osales ühest majast 2 inimest ja kõige rohkem 4 inimest. Uurija ei seadnud osalejatele piiranguid nende ametikoha osas, võimaldades uuringus osaleda kõigil haridustöötajatel sõltumata nende rollist lasteaias. Lasteaias 1 osales kaks õpetajat, üks abiõpetaja ja üks tugispetsialist; lasteaias 2 osales üks õpetaja ja üks abiõpetaja; lasteaias 3 osales kaks õpetajat ja üks abiõpetaja; lasteaias 4 osales kaks õpetajat ja kaks abiõpetajat. Kokku võttis lasteaedades hindamisprotsessist osa 13 inimest ja intervjuudes osales 12 inimest, sest lasteaias 1 ei saanud üks osaleja intervjuule tulla. Töörühmades ei osalenud ükski töötaja juhtkonnast. Töös kasutatakse edaspidi nii õpetajate, abiõpetajate ja tugispetsialisti kohta ühist terminit *õpetaja*.

### **3.2 Andmekogumine**

Uurimisküsimustele vastuste saamiseks viidi läbi intervjuud lasteaedades moodustatud töörühmadega. Uuringusse ei kaasatud lapsi, uuringus osalesid vaid lasteaia töötajad. Osalemine oli vabatahtlik ning kõik osalejad allkirjastasid kirjaliku nõusoleku uuringus osalemiseks. Uuringu esimeses osas kasutasid uuringus osalejad lasteaedadele saadetud

liikumisvaldkonna hindamisvahendit liikumiskeskonna hindamiseks ja analüüsimiseks. Protsessi eesmärk oli lasteaedade eneseanalüüs antud valdkonnas, kuid mitte andmete kogumine eneseanalüüsi tulemuste kohta. Peale hindamist kasutati uuringu andmete kogumiseks poolstruktureeritud grüpiintervjuud, mis viidi läbi igas lasteaias kohapeal, et saada tagasisidet nii hindamisvahendi kasutamise kui ka selle kohta, mida lasteaia liikumiskeskonna kohta teada saadi.

Poolstruktureeritud intervjuu puhul on eelnevalt koostatud intervjuukava ja küsimused (lisa 3), kuid intervjuu käigus võib muuta küsimuste järjekorda ja küsida täpsustavaid lisaküsimusi (Lepik *et al.*, 2014). Iga meeskond osales grüpiintervjuus ühel korral, intervjuu kestvus oli kuni 30 minutit. Intervjuude heli salvestati osalejate nõusolekul, et tagada andmete täpne talletamine, ning hiljem transkribeeriti helisalvestised keskkonnas tekstiks.ee (Olev & Alumäe, 2025) analüüsi läbiviimiseks. Transkribeerimisel määrati igale osalenud lasteaiale kood (LA 1, LA 2, LA 3, LA 4) selleks, et vajadusel saaks tagasiulatuvalt intervjuuandmeid kontrollida, kuid töös ei sisaldu ühtegi viidet, mis võimaldaks viia vastuseid ja lasteaedasid kokku. Intervjuudes osalenud õpetajatele määrati samuti koodid (A, B, C, D, E, F, H, J, K, L, M, X).

Andmete kogumine toimus 2025. aasta novembrist kuni 2026. aasta jaanuarini, intervjuud transkribeeriti kohe peale intervjuu salvestamist. Helisalvestiste pikkus varieerus 23 minutist 28 minutini.

### 3.3 Andmeanalüüs

Peale intervjuude transkribeerimist toimus edasine andmeanalüüs induktiivsel meetodil, kuna töö eesmärk on mõista lasteaedade kogemusi hindamisvahendi kasutamisel ilma eelduste või valmis teooriata. Induktiivne analüüs aitab välja tuua konkreetseid kogemustest lähtuvad soovitusel hindamisvahendi edasiarendamiseks või rakendamise parandamiseks. Kuna uurimuse andmed olid tekstina, siis viidi läbi kvalitatiivne andmeanalüüs, milleks kasutati QCAmapi keskkonda. Tekstifailid laeti QCAmapi keskkonda üles ning seejärel otsiti tähenduslikke üksuseid uurimusküsimuste kaupa ning märgiti need koodidega. Sarnase tähendusega koodid jaotati kategooriateks iga uurimisküsimuse kohta. Kategooriad jagunesid omakorda pea- ja alamkategooriateks (Tabel 1).

**Tabel 1.** Näide kategooriate moodustamisest ühe uurimisküsimuse kohta

<b>Uurimisküsimus</b>	<b>Peakategooria</b>	<b>Alamkategooriad</b>
Milliseid teadmisi saavad lasteaiiad enda liikumist toetava keskkonna kohta hindamisvahendi kasutamise kohta?	Liikumisvaldkonna puudused	Keskkonna puudused Vahendite puudus Puudused õppetegevustes Huviringide vähesus
	Liikumisvaldkonna tugevused	Õueaeg Vabamäng Keskkonna tugevused Organiseeritud liikumistegevused
	Personali tugevused ja nõrkused	Liikumisõpetaja puudumine Puudused õpetajate teadmistes ja oskustes Töötajate ettevõtlikkus
	Teadmiste ja arusaamade muutumine liikumisvaldkonna kohta	-

#### 4. TULEMUSED

Intervjuu käigus kirjeldasid õpetajad oma lasteaedade liikumisvaldkonda üleüldiselt, et saada parem ülevaade, kuidas toetatakse laste liikumisaktiivsust. Uuritavad töid välja, et nende hinnangul toetab laste igapäevast kehalist aktiivsust õues käimine ning aktiivsed tegevused, mida nad seal teevad (LA 1, LA 2, LA 3, LA 4). Toodi välja puu otsas ronimine, ratastega sõitmine ning laste enda algatatud liikumismängud (LA 1, LA 3). Lisaks sellele hindasid õpetajad kõrgelt piisavat vabamängu aega (LA 1) ning igapäevaseid liikumistegevusi rühmaruumides (LA 2, LA 3, LA 4), mille juures nad töid välja liikumispausid (LA 4) ja liikumismängud (LA 2). Takistavate teguritena liikumisaktiivsuse toetamisel toodi välja ruumpuudus sealhulgas probleemid spordisaaliga (LA 1, LA 2, LA 4), organiseeritud liikumistegevuste vähesus liikumisõpetaja puudumise tõttu (LA 1, LA 2, LA 3) ning vahendite vähesus (LA 1, LA 2, LA 4). Edasised tulemused on esitatud uurimisküsimuste kaupa.

Esimese uurimisküsimusega sooviti teada saada lasteaedade praktikaid seoses hindamisvahendi kasutamisega. Analüüsi tulemusena kujunesid kolm peamist kategooriat: hindamisvahendi kasutamise praktilisus, hindamisvahendi kasulikkus ning parentusettepanekud tulenevalt hindamise protsessi käigus ilmnenuid puudustest ja raskustest.

Hindamisvahendit kasutati arvutis, igas lasteaias osalesid hindamis- ja analüüsiprotsessis kõik uuringus osalejad töörühmana. Ajakuluks hinnati 45 minutist kuni kahe tunnini. Hindamiskriteeriumid ja -skaalad olid lasteaedadele arusaadavad ja lihtsasti mõistetavad. Õpetajad tõid välja, et hindamisvahendi ülesehitus on loogiline, hea struktuuriga ja kasutajasõbralik (LA 4). „*Aga see oli hea, et struktuur oli hea, et tood välja tugevused, nõrkused ja sealt hakkasid, et siis mida... mida teha, et neid parandada, eesmäärke sättida, see nagu oli loogiline*“ (LA 4, L).

Raskusi valmistas hindamisvormi täitmine Exceli tabelina. Mõnes lasteaias ei salvestunud vastused, õpetajad tõid välja, et iga vastuse järel tuli uuesti salvestamise klahvi vajutada ning seetõttu pidi hindamist mitu korda läbi viima (LA 3, LA 4). Samuti ei tekkinud kokkuvõtvasse peatükki automaatselt valdkondade keskmiste tulemuste võrdlust (LA 3). „*See alguses ei avanenud ja me ei teadnud, alguses ma ei teadnud, et on vaja igat vastust, oli vaja salvestada ka*“ (LA 3, X).

Õpetajate vastustest selgus, et kuigi hindamisprotsess oli töötajatele lisakoormus, saadi enamasti tulemustest lasteaiale vajalikke teadmisi liikumisvaldkonna puuduste kohta ja laiema pildi lasteaia üleüldisest liikumisvaldkonnast (LA 1, LA 2). Üks lasteaed ei näinud hindamisvahendi tulemuste kasulikkust kogu lasteaiale tervikuna praeguse uuringu raames, kuna hindamisprotsessis osales vaid väike osa lasteaia töötajatest (LA 3). Intervjuudest selgus, et õpetajate hinnangul võiks hindamisvahendist saada regulaarne tööriist nende lasteaias liikumiskeskonna hindamisel ja analüüsimisel (LA 1, LA 2, LA 4). Leiti, et hindamist võiks korrata kas igal aastal, üle paari aasta või vähemalt enne uue arengukava koostamist. „*Paari aasta tagant. Näiteks kui on enne arengukava tegemist, siis on hea. Jah. Arengukavasse mingisuguseid asju sisse*“ (LA 4, J). „*Kõige tihedam, sagedam on kord aastas*“ (LA 1, A).

Hindamisvahendi kasutamisel ei leitud, et mõni liikumisvaldkond oleks tööriistast puudu või või vajaks täiendamist. Probleeme valmistas peatükk „*Õppimine liikumise kaudu ja istumisaja vähendamine*“, kus vastajatele jäi selgusetuks, kas küsimused on mõeldud kogu lasteaia kohta või rühmade kohta eraldi (LA3). „*Seal ma ei saanud ka aru, kas küsitakse nagu rühma kohta või oli maja kohta*“ (LA3, X).

Õpetajad soovitasid hindamisvahendi levikuks erinevate organisatsioonide kaasamist. Leiti, et tuleks teha koolitusi või infopäevi hindamisvahendi tutvustamiseks (LA 1, LA 3), toodi välja, et info selle olemasolust võiks lasteaedadesse jõuda kohaliku arenduskeskuse või

TAI kaudu (LA 2). „*Teha koolitusi. Tegevusi läbi viia. Selgitada tähtsust, et milleks seda kasutada, kuidas kasutada, julgustada*“ (LA 1, B).

Teise uurimisküsimusega sooviti selgitada välja, milliseid teadmisi saavad lasteaiaid enda liikumist toetava keskkonna kohta hindamisvahendi kasutamisega. Õpetajate hinnangul tõi hindamisvahendi tulemuste analüüs välja nende lasteaia liikumisvaldkonna puudused, tugevused, personali tugevused ja nõrkused ning see muutis nende varasemaid teadmisi ja arusaamu lasteaia liikumisvaldkonnast.

Hindamistulemustest selgus, et olemasolevad ruumid ei toeta piisavalt liikumist, sest siseruumides on vähe ruumi või puuduvad mitmekesised liikumisvõimalused õuealal (LA 1, LA 4). Füüsilise keskkonna puudusena töid õpetajad välja aktiivse lasteaia puudumise (LA 1, LA 2, LA 4) ning selgus, et lasteaedades ei ole piisavalt huviringe. Õpetajad leidsid, et liikumist toetavateks tegevusteks pole piisavalt vahendeid ning ühe puudusena märgiti õuealal eakohaste vahendite puudus (LA 4). „*Ja see hooviala samamoodi oli. Ega ise ei olegi, niimoodi ei oska analüüsida, kui sa vaatad ja näed hoovi, aga sealt küsimustikust tuli väga palju välja, et mis on tegelikult ikka puudu seal*“ (LA 1, A).

Hindamisvahendi tulemuste analüüs näitas, et lasteaedade tugevused liikumisaktiivsuse toetamisel on igapäevane õueaeg (LA 1, LA 2, LA 3) ja piisavalt pikk vabamängu aeg (LA 1, LA 4). Keskkonna tugevustena toodi välja hästi planeeritud õueala, saali kasutamise võimalus ja organiseeritud liikumistegevused.

Lisaks füüsilise keskkonna nõrkustele ja tugevustele andis hindamisvahendi kasutamine lasteaedade teadmisi ka personali kohta. Kõik neli uuringus osalenud lasteaeda töid nõrkusena välja liikumisõpetaja puudumise. Selgus ka, et rühmaõpetajad ei ole läbinud liikumisalaseid koolitusi ning neil ei ole nende endi sõnul piisavalt teadmisi ja oskusi, et viia läbi mitmekülgeid, eakohaseid ja arendavaid liikumistegevusi (LA 1, LA 2). „*No pigem on ikkagi halvasti, sest et rühmaõpetajana ei oska sa teha seda, mida liikumisõpetaja oskab nende lastega teha ja millele tähelepanu pöörata ja kuidas neid juhendada, kuidas neid liikuma panna*“ (LA 1, B). Kuid oli ka lasteaedu, kus tugevusena toodi välja rühmaõpetajate loov ja innukas tegutsemine laste liikumisaktiivsuse toetamisel (LA 4).

Intervjuus küsiti, kuidas hindamisvahendi kasutamine mõjutas õpetajate varasemat arusaama lasteaia liikumisvaldkonna olukorrast. Vastustest ilmnis, et mitmel juhul kinnitasid hindamistulemused õpetajate eelnevaid seisukohti (LA 4), samas esines ka olukordi, kus õpetajate varasem arusaam ei kattunud hindamistulemustega. Osa vastanutest olid eelnevalt

hinnanud liikumisvaldkonna olukorda tegelikust paremaks, kuid hindamisvahendi rakendamine tõi esile arendamist vajavaid aspekte (LA 1, LA 2). Teisalt leidsid ka neid, kes olid pidanud olukorda pigem nõrgaks, kuid hindamistulemused osutasid valdkonna tegelikule tugevusele (LA 3). „*Me nägime nüüd suuremat pilti oma lasteaiaast. Et muidu võibolla niimoodi igapäevases mõttes, et kõik on olemas, kõik on hästi. Aga tegelikult nüüd tulid väga mitmed kitsaskohad välja*“ (LA 2, D).

Kolmandale uurimisküsimusele vastuste saamiseks paluti lasteaedadel tuua välja, milliseid muutusi nad lasteaia planeerivad peale hindamisvahendi kasutamist ja tulemuste analüüsimist. Intervjuust saadud vastustest selgus, et lasteaia seadsid nii pikaajalisi eesmärke kui ka lähiaja eesmärke, kuid oldi ka seisukohal, et hindamistulemuste põhjal ei plaanita praegu muudatusi lasteaeda.

Lähiajal ellu viidavatest eesmärkidest tõi õpetajad välja vahendite ostmise nii õuealale kui ka siseruumidesse. Õueala plaanitakse täiendada tasakaalurajaga (LA 1) ja tuua juurde looduslikke elemente nagu näiteks puupakud turnimiseks ja ehitamiseks (LA 3). Lasteaedade plaanitakse osta juurde jalg- ja tõukerattaid (LA 2) ning luua siseruumidesse ronimisala, kus oleks varbsein ja matid (LA 4). Samuti toodi välja soovi lisada õppetegevustesse senisest enam liikumise kaudu õppimist (LA 1). Aktiivse lasteaia teetamiseks plaaniti luua maja juurde turvaline rattaparkla, kuhu lapsed saaksid päevaks rattad hoiule panna (LA 2).

Intervjuudest selgus, et pikaajaliste eesmärkide seadmiseks on vaja kaasata juhtkonda (LA 1, LA 3, LA 4). Õpetajad leidsid, et hindamistulemused ja õpetajate seatud eesmärgid tuleb edastada lasteaia juhtkonnale edasiste tegevuste elluviimiseks (LA 1, LA 4). Peamsie pikaajalise eesmärgina toodi välja liikumisõpetaja leidmine lasteaeda (LA 2, LA 4). Uut õppeaastat planeerides, sooviti liikumisüritustesse kaasata vanemaid (LA 2, LA 3). Plaani kaasata hoolekogu, et muuta lasteaia hoone ümbrus autovabaks ning lastele igapäevasel kasutamiseks (LA 4).

*Kuna meil ei ole ei rattateed, et siis see hoov... kuna siin on praegu autoparkla, et tegelikult saaks ju parkla sinna tahapoole, et sellega, et kui kaasata hoolekogu, siis võib-olla saaks selle läbi suruda, et siis oleks ju rattatee ja kõik olemas.* (LA 4, K).

## 5. ARUTELU

Bakalaureusetöö eesmärgiks oli välja selgitada, millised on lasteaedade kogemused liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisel. Eesmärgi saavutamiseks püstitati kolm uurimisküsimust, millele otsiti vastuseid intervjuudest õpetajatega.

Lasteaedade praktikad seoses liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisega näitasid, et ükski uuringus osalenud lasteaed ei olnud varem hindamisvahendist kuulnud, kuid nad leidsid, et see on praktiline abivahend liikumisvaldkonnast ülevaate saamiseks, seda võiks regulaarselt kasutada, sest kasutamine on valdavalt lihtne, kuid esines ka tehnilisi probleeme. Õpetajate hinnangul oli hindamisvahend valdavalt arusaadav ja loogilise ülesehitusega, mis viitab selle heale sisulisele kvaliteedile. Kasutajasõbralikkus on üks peamisi SUS-i (ingl k *System Usability Scale*, süsteemi kasutatavuse skaala) mõõdetavaid komponente, mida on rakendatud ka hindamisvahendite kasutusmugavuse hindamiseks (Brooke, 1996). Küsimustiku täitmisel tulid selgelt välja lasteaia liikumisvaldkonna tugevused ja nõrkused, mis omakorda aitas leida parendamist vajavad valdkonnad ning seada pika- ja lühiajalisi eesmärke. Samas töid õpetajad esile tehnilisi raskusi, eelkõige seoses Exceli-põhise vormi kasutamisega. Hindamisvahendit on võimalik täitmiseks alla laadida nii Wordi failini kui ka Exceli failina ning on võimalus see ka välja printida ja täita paberil. Exceli eelis teiste lahenduste ees on tulemustest automaatsete kokkuvõtete saamine. Kui aga andmed ei salvestu või neid peab pidevalt käsitsi üle salvestama vähendab see kasutajamugavust ning motivatsiooni tööriista rakendada. Seetõttu võib järeldada, et hindamisvahendi tehniline lahendus võib vajada edasiarendamist, näiteks veebipõhise keskkonna loomise näol.

Kuigi aastal 2023 toimus Tervise Arengu Instituudi ja Tartu Ülikooli liikumislabori koostöös Veebivunk: „Kuidas toetada lasteaia laste liikumist süsteemselt ja läbimõeldult“ (Liikuma kutsuv kool, 2023), kus tutvustati lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendit, ei olnud õpetajad selle vahendi olemasolust varem kuulnud. Intervjuudes leidsid õpetajad, et hindamisvahendist võiks saada regulaarne tööriist lasteaia liikumisvaldkonna arendamiseks ning pakkusid välja võimalusi, kuidas hindamisvahendit levitada. Uuringus osalenud õpetajad soovitasid korraldada koolitusi ja infopäevi ning kaasata erinevaid organisatsioone, et tõsta teadlikkust hindamisvahendi võimalustest.

Lasteaiad said teadmisi liikumisvaldkonna puuduste ja tugevuste kohta keskkonna, vahendite ja õppetegevuste osas, samuti töi hindamine välja personali tugevused ja nõrkused.

Mõnel juhul muutis hindamine nende varasemat arusaama liikumisvaldkonnast ja mõnel juhul kinnitasid tulemused varasemat arvamust. Intervjuudest saadud tulemused näitasid, et hindamisvahendi kasutamine andis lasteaedadele väärtuslikku teavet nende liikumisvaldkonna hetkeseisu kohta. Ühest küljest tõid õpetajad esile, et hindamine aitas tuvastada nii füüsilise keskkonna tasandil esinevaid puudujääke, teisest küljest tõi see ka välja aspektid, mis juba toetavad laste liikumisaktiivsust. Kui ühes lasteaias ilmnes, et siseruumid ei toeta piisavalt liikumist ning õuealadel napib mitmekesiseid ja eakohaseid vahendeid, siis teistes lasteaedades oli mitmekülgne õueala ja vahendite olemasolu tugevuseks. See on oluline info laste eakohase arengu toetamiseks, sest uuringud kinnitavad, et lasteaia siseruumide ja õueala olukord on olulise tähtsusega laste mitmekülgseks kehaliseks arenguks (Henderson *et al.*, 2015). Kitsaskohtadest kerkis esile, et aktiivse lasteaiatega pole õpetajad tegelenud või puuduvad võimalused selle toetamiseks. Hispaanias läbiviidud uuring toob samuti välja, et lasteaiaid peaksid rohkem keskenduma aktiivse lasteaiate toetamisele (Terrón-Pérez *et al.*, 2018). Lisaks sellele toodi välja vähene huviringide valik. Seega võimaldas hindamisvahend tuua välja füüsilise keskkonna arenguvajadused ja tugevused, et teha teadlikumaid otsuseid liikumiskeskkonna parendamisel.

Lisaks füüsilisele keskkonnale tõi hindamisvahend esile olulisi aspekte personali pädevuste kohta. Uuringus osalenud lasteaiaid nimetasid nõrkusena liikumisõpetaja puudumist ning osades lasteaedades nähti puudusena rühmaõpetajate väheseid teadmisi ja oskusi liikumistegevuste läbiviimisel. Varem läbiviidud uuringud rõhutavad samuti, et laste liikumisaktiivsuse toetamisel mängib olulist rolli erialase haridusega liikumisõpetaja (Haav *et al.*, 2019; Haav *et al.*, 2024). Samas nähti mõnes lasteaias tugevusena rühmaõpetajate loovust ja initsiatiivi, mis viitab sellele, et õpetajate isiklik motivatsioon aitab samuti liikumist toetavaid tegevusi mitmekesistada.

Oluliseks tulemuseks võib pidada ka seda, et hindamisvahendi kasutamine mõjutas õpetajate varasemaid arusaamu liikumiskeskkonna kohta. Eelnevad uuringud näitavad, et enesehindamine, antud juhul siis oma lasteaia keskkonna hindamine, annab olulist teavet enda tegevuste tegelikust tasemest võrreldes varasemate hinnangutega (Ross & Bruce, 2007). Siinses uurimuses mõnel juhul kinnitasid tulemused õpetajate olemasolevaid hinnanguid, kuid esines ka olukordi, kus hindamisvahendist saadud tulemuses lükkasid varasemad arusaamad ümber. Oli õpetajaid, kes hindasid oma lasteaia liikumisvaldkonda tegelikust

paremaks, kuid oli ka neid, kes olid olnud liiga kriitilised. Need tulemused viitavad, et hindamisvahend annab objektiivsema ja terviklikuma pildi lasteaedade liikumisvaldkonnast ning võimalustest, kuidas olukorda parandada. Samuti peeti oluliseks hindamise regulaarset kordamist, näiteks enne arengukava koostamist, et saada ajakohane ülevaade hetkeolukorrast ja leida arenduskohad.

Edasiste sammudena planeeritakse peamiselt vahendite ostmist, õueala täiustamist, liikumistegevuste integreerimist õppetegevustesse ja liikumisõpetaja leidmist lasteaeda, ühe lasteaiapuhul konkreetseid eesmärke ei seatud. Vestlustest õpetajatega selgus, et hindamisvahendi kasutamine suunas lasteaedu planeerima konkreetseid arendustegevusi. Lähiaja eesmärkidenä toodi esile eelkõige füüsilise keskkonna parendamine uute liikumisvahendite ostmisega, õueala täiustamisega ning siseruumidesse mitmekesiste liikumisvõimaluste loomisega. See seisukoht on kooskõlas Eesti lasteaedades varem läbi viidud uuringuga, kus õpetajad tõid oma liikumisvaldkonna kitsaskohtadena välja peamiselt vahendite puuduse nii siseruumides kui ka õuealal (Haav *et al.*, 2019). Samuti tõid õpetajad välja, et hindamise tulemusena peavad nad senisest enam oluliseks liikumist õppimise kaudu ning plaanivad seda praktikas rakendada uuel õppeaastal.

Pikaajaliste eesmärkidenä tõsteti esile liikumisõpetaja leidmine ning lapsevanemate ja hoolekogu suurem kaasamine liikumist toetavate tegevuste ja ürituste läbiviimiseks. Lasteaedades muutuste planeerimine ning uute eesmärkide seadmine näitab, et hindamisvahend ei ole ainult eneseanalüüsi vahend, vaid toetab ka lasteaia arengut liikumist toetava keskkonna loomisel. Samas on oluline märkida, et mitte kõik lasteaiad ei näinud vajadust kohe muutuste tegemiseks, vaid leiti, et uute eesmärkide seadmiseks peaks hindamisprotsess olema laiaulatuslikum ja hõlmama kogu lasteaeda, mitte vaid üksikuid inimesi, kes olid kaasatud uuringusse.

Kokkuvõtvalt võib öelda, et uuringus osalenute hinnangul on liikumisvaldkonna hindamisvahend lasteaedade jaoks väärtuslik tööriist, mis on praktiline vahend enesehindamisel ja arendustegevuste kavandamisel. Hindamisvahendi tugevusteks võib pidada selget ülesehitust ja sisulist asjakohasust, kuid tuleks panustada hindamisvahendi levitamisse ning täiustada tehnilist kasutajamugavust.

## **6. TÖÖ PIIRANGUD, PRAKTILINE VÄÄRTUS JA SOOVITUSED**

Uuringu läbiviimisel valmistas raskusi valimi kokku saamine. Töö kitsaskohtadena saab välja tuua juhtkonna puudumise lasteaedades moodustatud tööruhmades. Samuti selgus intervjuude käigus, et mõnes lasteaias moodustati hindamisgrupp ühe rühma õpetajatest, mis tähendab, et nende vastused olid ajendatud peamiselt oma rühma vaatenurgast ning mitte kogu lasteaeda silmas pidades. Lasteaedadele kutse saatmisel oleks pidanud täpsustama, et hindamisprotsess peaks toimuma lasteaiaüleselt kaasates sinna erinevate rühmade õpetajaid. Nelja Põlvamaa lasteaia põhjal ei saa teha küll üle-eestilisi järeldusi hindamisvahendi tõhususe kohta, kuid samas andis olemasolev valim piisavalt olulist infot.

Uurimistöö tulemused on praktilise väärtusega mitmele sihtrühmale. Uuringus osalenud lasteaiad polnud varem hindamisvahendit kasutanud ning uuringus osalemine andis neile võimaluse saada teada hindamisvahendist, hinnata oma liikumisvaldkonda ning leida arenduskohad. Töö tulemused on kasulikud lasteaedade juhtidele ja õpetajatele, sest pakub neile ülevaadet hindamisvahendi rakendamise võimalustest ning selle kaudu saadavast infost liikumisvaldkonna arendamisel. Uurimus on heaks tagasisideks hindamisvahendi loojatele, sest annab ülevaate lasteaedade kogemustest ja parendusettepanekutest töövahendi täiustamiseks ja laialdasemaks levitamiseks. Hindamisvahendi kasutamise kohta põhjalikuma tagasiside saamiseks võiks läbi viia laiaulatuslikuma uuringu ning kaasata ka lasteaiad, kes on hindamisvahendit juba korduvalt kasutanud.

## **TÄNUSÕNAD**

Soovin tänada oma juhendajat Maret Pihu, kes andis soovitusi ja nõuandeid töö valmimise osas ning andis kiiret tagasisidet. Täna uurimuses osalenud lasteaedasid ja õpetajaid, kes panustasid oma väärtuslikku aega uurimuses osalemiseks. Uurimistöö läbiviimisel ja kirjutamisel toetasid mind pere ja kolleegid.

## **AUTORSUSE KINNITUS**

Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

**KASUTATUD KIRJANDUS**

- Alushariduse riiklik õppekava. (2025). *Riigi Teataja I*, 13.08.2025, 1.  
<https://www.riigiteataja.ee/akt/113082025001>
- Boyle, M. H., Olsho, L. E. W., Mendelson, M. R., Stidsen, C. M., Logan, C. W., Witt, M. B., Gola, A. A. H., & Copeland, K. A. (2022). Physical activity opportunities in US early child care programs. *Pediatrics*, 149(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2020-048850>
- Brooke, J. (1996). *SUS: A quick and dirty usability scale*. In P. W. Jordan, B. Thomas, B. A. Weerdmeester, & I. L. McClelland (Eds.), *Usability evaluation in industry* (pp. 189–194). London: Taylor & Francis
- Brown, W. H., Pfeiffer, K. A., McIver, K. L., Dowda, M., Addy, C. L., & Pate, R. R. (2009). Social and environmental factors associated with preschoolers' nonsedentary physical activity. *Child Development*, 80(1), 45–58. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01245.x>
- Bruijns, B. A., Johnson, A. M., Irwin, J. D., Burke, S. M., Driediger, M., Vanderloo, L. M., & Tucker, P. (2021). Training may enhance early childhood educators' self-efficacy to lead physical activity in childcare. *BMC Public Health*, 21, 386.  
<https://doi.org/10.1186/s12889-021-10400-z>
- Cardon, G., Van Cauwenberghe, E., Labarque, V., Haerens, L. & De Bourdeaudhuij, I. (2008). The contribution of preschool playground factors in explaining children's physical activity during recess. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 5, Article number: 11  
<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-5-11>
- Carson, V., Lee, E. Y., Hewitt, L., Jennings, C., Hunter, S., Kuzik, N., ... & Spence, J. C. (2017). *Systematic review of the relationships between physical activity and health indicators in the early years (0–4 years)*. *BMC Public Health*, 17, 854.  
<https://doi.org/10.1186/s12889-017-4860-0>
- Christian, H., Maitland, C., Enkel, S., et al. (2016). Influence of the day care, home and neighbourhood environment on young children's physical activity and health: Protocol for the PLAYCE observational study. *BMJ Open*, 6.  
<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-014058>
- Dudley, D. A. (2015). A Conceptual Model of Observed Physical Literacy. *The Physical Educator*, 72(2), 236–260.

- Goldfield, S.G., Harvey, A., Grattan, K. & Adamo, B.K. (2012). Physical Activity Promotion in the Preschool Years: A Critical Period to Intervene. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2012, 9(4).  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22690196/>
- Haav, A., Lõhmus, L. & Oja, L. (2019). *Lasteaia keskkonnatingimuste ja õppekasvatustegevuse mõju laste kehalisele arengule kooliks ettevalmistavas rühmas*. Uuringu aruanne. Tallinn: Tervise Arengu Instituut
- Haav, A., Oja, L. & Piksööt, J. (2024). The Influence of Kindergarten Environment on the Development of Preschool Children's Physical Fitness. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 21(6), 761. <https://doi.org/10.3390/ijerph21060761>
- Huang, W., Luo, J., & Chen, Y. (2022). Effects of Kindergarten, Family Environment, and Physical Activity on Preschoolers' Physical Fitness. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.904903>
- Henderson, K. E., Grode, G. M., O'Connell, M. L., & Schwartz, M. B. (2015). Environmental factors associated with physical activity in childcare centers. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12, 43. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0198-0>
- Karvonen, P. (2003). *Liikumisrõõm*. 7-32. Tallinn. Ilo Kirjastus.
- Kaupmees, K. (2023). *Laste liikumisaktiivsus lasteaia ja juhtkonna ja õpetajate toetus lapse liikumisaktiivsusele*. Magistritöö. Tartu Ülikool.
- Kikas, E. (toim.) (2008). Kehaline areng. Liikumine. *Õppimine ja õpetamine koolieelses eas*. 223-236. TÜ Kirjastus.
- Kivi, L. & Sarapuu, H., (toim.) (2005). Liikumiskasvatus lasteaiaõpetaja igapäevatoos. *Laps ja lasteaed: lasteaiaõpetaja käsiraamat*. Tartu: Atlex.
- Lahuerta-Contell, S., Molina-García, J., Queralt, A., & Martínez-Bello, V. E. (2021). The role of preschool hours in achieving physical activity recommendations for preschoolers. *Children*, 8(2), 82. <https://doi.org/10.3390/children8020082>
- Lastehoiu ja lasteaia õpi- ja kasvukeskkonna nõuded. (2025). *Riigi Teataja I*, 28.06.2025 6. <https://www.riigiteataja.ee/akt/126022026012>
- Lepik, K., Harro-Loit, H., Kello, K., Linno, M., Selg, M., & Strömpl, J. (2014). *Intervjuu-Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas*. <https://samm.ut.ee/intervjuu/>

- Liikuma kutsuv kool. (2023). *Veebivunk: Kuidas toetada lasteaia laste liikumist süsteemselt ja läbimõeldult*. [video]. [https://www.youtube.com/watch?v=zbvpZDG\\_vrs](https://www.youtube.com/watch?v=zbvpZDG_vrs)
- Liikuma kutsuv kool. (s.a.) <https://www.liikumakutsuvkool.ee/aktiivne-koolitee>
- Løndal, K., Nordbeck, B. K. & Thorén, H. A-K. (2015). How Does a Manmade Outdoor Area in a Large, Urban Kindergarten Afford Physical Activity to 5-Year-Old Children? *Children, Youth and Environments. Vol. 25, No. 2.* 128-152  
<https://doi.org/10.7721/chilyoutenvi.25.2.0128>
- Lõhmus, L. & Varava, L. (2006). *Tervisega seotud eeldused ja tingimused koolieelsetes lasteasutustes*. Tervise Arengu Instituut.
- Moreira, M., Veiga, G., Lopes, F., Hales, D., Luz, C., & Cordovil, R. (2023). Kindergarten affordances for physical activity and preschoolers' motor and social-emotional competence. *Children, 10*(2), 214. <https://doi.org/10.3390/children10020214>
- Nugin, K. & Õun, T. (koostanud). (2017). *Liikumisõpetus. Õppe- ja kasvatustegevus lasteaia*. Tartu: Atlex.
- Olev, A., & Alumäe, T. (2025). Open source platform for Estonian speech transcription. *Language Resources and Evaluation, 59*(4), 4421–4438.  
<https://doi.org/10.1007/s10579-024-09777-1>
- Owen, N., Healy, G.N., Matthews, C.H. & Dunstan, D.W. (2010). Too Much Sitting: The Population-Health Science of Sedentary Behavior. *Exerc Sport Sci Rev.*  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20577058/>
- Pihu, M. (2023). *Liikumine lasteaia ja koolieelses eas: liikumisoskuste arengu toetamine*. [https://liigume.ee/wp-content/uploads/2023/06/Liikumisoskuste\\_arendamine\\_-ja\\_hindamineLiisu2023M.Pihu\\_.pdf](https://liigume.ee/wp-content/uploads/2023/06/Liikumisoskuste_arendamine_-ja_hindamineLiisu2023M.Pihu_.pdf)
- Ramos-Munell, J., Campos-Garzón, P., Chillón, P., & del Pozo-Cruz, J. (2024). Promoting physical activity through active school commuting in preschoolers: Insights and implications. *Journal of Public Health.* <https://doi.org/10.1007/s10389-024-02391-z>
- Ross, J. A., & Bruce, C. D. (2007). *Teacher self-assessment: A mechanism for facilitating professional growth*. *Teaching and Teacher Education, 23*(2), 146–159.  
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2006.04.035>
- Ränkel, K. (2023). *5-7-aastaste laste liikumisaktiivsus lasteaiapäeval ja seda toetavad võimalused õueajal Võrumaa lasteaedade näitel*. Bakalaureusetöö. Tartu Ülikool. Statistikaamet (2024).

- <https://www.stat.ee/et/avasta-statistikat/valdkonnad/haridus/alusharidus>
- Stork, S. & Sanders, S.W. (2008). Physical Education in Early Childhood. *The Elementary School Journal*, Vol. 108, No. 3. <https://doi.org/10.1086/529102>
- Terrón-Pérez, M., Molina-García, J., Martínez-Bello, V. E., & Queralt, A. (2018). *Active commuting to school among preschool-aged children and its barriers: An exploratory study in collaboration with parents*. *Journal of Transport & Health*, 8, 244–250. <https://doi.org/10.1016/j.jth.2017.12.007>
- Tervise Arengu Instituut (2017). *Eesti toitumis- ja liikumissoovitused*. Tallinn. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/[https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-03/149019033869\\_eeesti%20toitumis-%20ja%20liikumissoovitused.pdf](https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-03/149019033869_eeesti%20toitumis-%20ja%20liikumissoovitused.pdf)
- Tervise Arengu Instituut. (2022). *Lasteaia liikumisvaldkonna hindamine*. <https://www.tai.ee/et/valjaanded/lasteaia-liikumisvaldkonna-hindamine-toovahend-lasteaiale>
- Torkar, G., & Rejc, A. (2017). Children's play and physical activity in traditional and forest (natural) playgrounds. *International Journal of Educational Methodology*, 3(1), 25–30. <https://doi.org/10.12973/ijem.3.1.25>
- Välba, K. (2023). *Eelkooliealiste laste liigutusliku kompetentsuse arenguliste muutuste seosed objektiivselt mõõdetud kehalise aktiivsusega*. Magistritöö. Tartu. <https://hdl.handle.net/10062/93397>
- Wang, C. (2022). The role of physical activity promoting thinking skills and emotional behavior of preschool children. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 35, 24. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00223-1>
- Ward, S.D., Mazzucca, S., McWilliams, C. & Hales, D. (2015). Use of the Environment and Policy Evaluation and Observation as a Self-Report Instrument (EPAO-SR) to measure nutrition and physical activity environments in child care settings: validity and reliability evidence. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 12. <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-015-0287-0#Sec9>
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>

## **LISA 1. Kutse uuringus osalemiseks**

### **Lugupeetud lasteaiameeskond**

Minu nimi on Mirjam Nikolai ning õpin Tartu Ülikoolis bakalaureuseõppes koolieelse lasteasutuse õpetaja erialal. Oma bakalaureusetöös uurin lasteaegade kogemusi lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisest. Uuring toimub 2025. aasta sügisel.

Uuringu pealkiri on „Lasteaedade kogemused lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisest“ ning selle eesmärk on selgitada välja, kuidas hindamisvahendi kasutamine aitab parandada lasteaia liikumiskeskonda. Osalemiseks tuleb moodustada lasteaias 2-4-liikmeline meeskond, kes kasutavad liikumisvaldkonna hindamisvahendit oma lasteaia liikumiskeskonna hindamiseks. Hindamisvahendit kasutatakse lasteaias nädala jooksul, mille käigus hinnatakse liikumisvaldkonda kuues valdkonnas:

- töötajaskond ja koostöö;
- aktiivne vaba mäng;
- keskkonna kujundamine;
- õppimine liikumise kaudu ja istumisaja vähendamine;
- aktiivne lasteaiaaeg;
- organiseeritud liikumistegevus.

Hindamiskriteeriumid ja -skaalad aitavad analüüsida, kuidas toetatakse laste liikumist, millised on olemasolevad võimalused ning mida saaks edaspidi parandada. Hindamistulemusi jagatakse uuringu läbiviijaga meili teel ning need on aluseks edasise intervjuu arutelule.

Pärast hindamisvahendi kasutamist toimub üks grüpiintervjuu, mille kestus on 60 minutit. Intervjuu salvestatakse ja transkribeeritakse, kuid kõiki tulemusi käsitletakse anonüümselt – vastuseid ei seostata konkreetsete lasteaegade ega osalejatega. Keskendutakse ainult uurimustöö eesmärgist lähtuvatele järeldustele ja kogutakse vaid uuringu jaoks vajalikke andmeid. Osalejate nimed, töökohad ja kontaktandmed hoitakse uuringuandmetest eraldi. Nendele andmetele juurdepääsu omab vaid Mirjam Nikolai ja juhendaja Maret Pihu.

Uuring aitab hinnata hindamisvahendi kasulikkust ning leida võimalusi, millistes valdkondades saab liikumiskeskonda lasteaias paremaks muuta. Osalemine on vabatahtlik ning uuringust on õigus väljuda ilma igasuguste tagajärgedeta ka selle kestel.

Ootan väga teie osalust ja panust Eesti alushariduse liikumisvaldkonna arendusse. Kui teil on küsimusi või soovite osalemise kohta täiendavat teavet, olen hea meelega valmis vastama.

### **Lugupidamisega**

Mirjam Nikolai

## LISA 2. Näide hindamisvahendist

### 1. TÖÖTAJASKOND JA KOOSTÖÖ

Liikumist toetatakse lasteaia järjepidevalt ja piisavalt siis, kui kõik töötajad teadustavad liikumisvaldkonna tähtsust ja eesmärke, tegutsevad nende täitmiseks ühiselt ja kaasavad lapsevanemaid.

#### Kuivõrd iseloomustavad järgmised väited teie lasteaeda?

1.	Lasteaia arengukavas on püstitatud laste liikumist toetavad eesmärgid ja planeeritud tegevus.	Ei ole üldse nõus	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input checked="" type="radio"/> 6	Täiesti nõus
2.	Eesmärgid ja tegevus hõlmavad erinevaid valdkondi: organiseeritud liikumistegevus, liikumist toetava keskkonna kujundamine, aktiivne lasteaiaaade, vanemate kaasamine, õppimine liikumise kaudu jm.	Ei ole üldse nõus	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input checked="" type="radio"/> 6	Täiesti nõus
3.	Tegevuskava koostamisel osaleb kogu lasteaiaapere, sh lapsevanemad ja lapsed.	Ei ole üldse nõus	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input checked="" type="radio"/> 6	Täiesti nõus
4.	Lasteaiaas on olemas liikumist toetav initsiatiivgrupp (töörühm, (tervise)meeskond vm), kes pakub rühmaõpetajatele tegevuse kavandamisel ja korraldamisel tuge.	Ei ole üldse nõus	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input checked="" type="radio"/> 6	Täiesti nõus
5.	Liikumist toetava töörühma ülesanded ja tegevus rühmaõpetajate ja lastevanemate toetamisel on läbi mõeldud, samuti see, mis moel seda tehakse, nt vestlused, arutelud, ühised seminarid jne.	Ei ole üldse nõus	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input checked="" type="radio"/> 6	Täiesti nõus

## **LISA 3. Intervjuukava**

### **Intervjuukava**

Osalejaid 3-4

Orienteeruv aeg: kuni 60 minutit

#### **Tervitus, tutvustus**

Meie tänase vestluse teema on lasteaia liikumisvaldkond ja selle hindamine. Teid on palutud intervjuus osalema, kuna olete hinnanud oma lasteaia liikumisvaldkonda kasutades selleks loodud hindamisvahendit. Meie intervjuu salvestatakse uurimuse tarbeks, kuid tänase vestluse tulemusi kasutatakse ainult üldistatud kujul, neid ei seostata töös ühegi lasteaia ega isikuga. Võimaldame kõigil oma mõtteid ja seisukohti avaldada - õigeid ja valesid vastuseid ei ole. Kõigepealt räägime, kuidas teil hindamisvahendi kasutamine läks ning seejärel analüüsime, millised võiksid olla edasised sammud.

#### **Kasutuskogemus**

1. Palun kirjeldage lühidalt, kuidas teie lasteaed hindamisvahendiga tutvus ja kuidas hindamist läbi viisite?
2. Kui palju aega kulus hindamisvahendi täitmisele?
3. Kas hindamisprotsess oli pigem lisakoormus või abivahend?
4. Kas hindamiskriteeriumid olid teie arvates arusaadavad?
5. Kas leidsite, et mõni oluline aspekt liikumisvaldkonnast jäi hindamisvahendis puudu?
6. Milliseid teie lasteaia tugevaid külgi töi hindamisvahend esile?
7. Milliseid arengukohti aitas see välja tuua?

#### **Edasised tegevused**

1. Kuidas toimus hindamistulemuste analüüs? Kes selles osalesid?
2. Kuidas te hindasite oma lasteaia liikumisvaldkonda enne hindamisvahendi kasutamist ning kas saadud tulemused kinnitasid teie varasemaid mõtteid või pakkusid uusi teadmisi?
3. Millised valdkonnad ei vaja parandamist hindamistulemuste järgi?
4. Millised valdkonnad vajavad enim parandamist?
5. Mida plaanite lähiajal ette võtta olukorra parandamiseks?
6. Milliseid pikaajaseid eesmärke seate tulenevalt hindamistulemustest?

#### **Lisainfo hindamisvahendi kohta**

1. Kas näete, et hindamisvahend võiks saada regulaarseks tööriistaks teie lasteaias?
2. Kui jah, siis millise sagedusega oleks mõistlik seda kasutada?
3. Milliseid muudatusi või täiustusi te hindamisvahendisse ise soovitaksite?

4. Kuidas võiks hindamisvahendit paremini kasutajatele tutvustada või selle kasutamist toetada?

### **Lasteaia igapäevane liikumise toetamine lastel**

1. Tooge palun välja, kuidas teie lasteaed igapäevaselt laste liikumist toetab.
2. Mis on selle juures takistused?
3. Mis töötab eriti hästi?

Palun lisage veel midagi seoses hindamisvahendi või laste liikumise toetamisega lasteaias.

### **Kokkuvõte, tänamine**

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Mirjam Nikolai,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose „Põlvamaa lasteaedade kogemused lasteaia liikumisvaldkonna hindamisvahendi kasutamisest“, mille juhendaja on Maret Pihu reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi ADA kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi ADA kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Mirjam Nikolai

*/digitaalselt allkirjastatud/*

10.05.2026