

Tartu Ülikool
Sotsiaalteaduste valdkond
Haridusteaduste instituut
Haridusinnovatsiooni õppekava

Alo Lõoke

REGIONAALSETE TERVISESPORDIKESKUSTE JA ÜLDHARIDUSKOOIIDE
KOOSTÖÖVÕIMALUSED, SEDA TOETAVAD JA TAKISTAVAD TEGURID, NENDE
ARENGUVAJADUSED JA -VÕIMALUSED

Magistritöö

Vastutav juhendaja: doktorant Laura Kirss

Juhendaja: Kaarel Zilmer

Tartu 2023

Kokkuvõte

„Regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide koostöövõimalused, seda toetavad ja takistavad tegurid, nende arenguvajadused ja -võimalused“

Laste ja noorte vähene liikumisaktiivsus ning kehalise kasvatuse vähene mõju elukestvate liikumisharjumuste kujundamisel näitavad, et on vaja leida sekkumisi olukorra parandamiseks. Antud magistritöö eesmärk oli selgitada välja koostöövõimalused regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide vahel. Selleks viidi läbi 4 intervjuud koolide ja 4 tervisespordikeskuste juhtidega ning fookusgrupi intervjuu 5 tervisespordikeskuse juhiga. Uuringu tulemused kinnitasid, et koolidel on vajadus katta enda spordi- ja liikumistaristu puudust ning tervisespordikeskustega koostöö on selleks võimalus. Regionaalsed tervisespordikeskused on riigi ja KOV-ide toel arendamisel on valmis seda lünka täitma. Antud koostöö arendamine parandaks avaliku ruumi paremat kasutamist ja tõstaks tõenäosust, et liigutakse rohkem ka vabal ajal.

Võtmesõnad: liikumine, koostöö, tervisespordikeskused, koolid

Abstract

„Opportunities for cooperation between Regional Recreational Sports Centres and general education schools, the factors supporting and hindering it, their development needs and opportunities“

The lack of physical activity among children and young people and the limited influence of physical education in shaping lifelong exercise habits show that interventions need to be found to improve the situation. The aim of this master's thesis was to identify opportunities for cooperation between regional recreational sports centres and general education schools. For this purpose, 4 interviews with the heads of schools and 4 recreational sports centers were conducted, as well as a focus group interview with 5 heads of recreational sports centers. The results of the survey confirmed that schools need to cover the lack of their own sports and exercise infrastructure, and cooperation with recreational sports centres is an opportunity to do so. Regional Recreational Sports Centres are being developed with the support of the government and local governments are ready to fill this gap. The development of this cooperation would improve the better use of public spaces and increase the likelihood of moving more in leisure time.

Keywords: movement, cooperation, recreational sports centres, schools

Sisukord

| | |
|---|----|
| Sissejuhatus | 4 |
| 1. Teoreetiline ülevaade | 6 |
| 1.1. Üldhariduskoolid ja liikumispädevuse kujunemine | 6 |
| 1.2. Avalik ruum kui tervik Põhjamaade näitel | 8 |
| 1.3. Regionaalsed tervisespordikeskused Eestis | 11 |
| 1.5. Probleemipüstitus | 12 |
| 2. Metoodika | 14 |
| 2.1. Valim | 14 |
| 2.2. Andmekogumine | 15 |
| 2.3. Andmeanalüüs | 16 |
| 2.4. Uurija reflektiivsus | 16 |
| 3. Tulemused | 17 |
| 3.1. Praegu toimuvad koostööd tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide vahel | 17 |
| 3.2. Koostööd toetavad ja takistavad tegurid | 19 |
| 3.3. Võimalused koostöö edendamiseks eri osapoolte vaates | 22 |
| 4. Arutelu | 27 |
| Tänuõnad | 29 |
| Autorsuse kinnitus | 29 |
| Kasutatud kirjandus | 30 |
| Lisa 1. Intervjuukava regionaalse tervisespordikeskuse juhile | |
| Lisa 2. Intervjuukava partnerkooli esindajaga | |
| Lisa 3. Fookusgrupi intervjuukava regionaalsete tervisespordikeskuste juhtidele | |

Sissejuhatus

Eesti naiste tervena elatud aastad on keskmiselt 57,7 ja meeste puhul 53,9 aastat, Euroopa keskmine on vastavalt 65,1 ja 64,2 aastat (Eurostat, 2021). Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise 2017/2018 uuringu raportist tuleb välja, et ainult 16% 11–15-aastastest kooliõpilastest liigub päevas piisavalt ning vanuse kasvades see langeb veelgi. (Tervise Arengu..., 2020). Lapsed liiguvad vähe ja nende liikumisaktiivsust on vaja tõsta. Laste vähene liikumine mõjub halvasti nende tervisele ning vähendab tõenäosust, et nad oleksid täiskasvanutena aktiivsed liikujad (Eesti Spordipoliitika..., 2022).

Liikumisõpetus on alus liikumisharjumustele ja need saavad alguse varases eas. Liikumisõpetuse kontseptsiooni (2017) peamine eesmärk on, et meie inimesed oleksid terved, liiguvad ja teadlikud. Selleks on oluline, et koolis õpitu avaks õpilastes soovi olla kehaliselt aktiivne ka koolivälisel ajal (Liikumisõpetuse kontseptsioon..., 2017). Pihu (2009) on samuti välja toonud, et kvaliteetne liikumisõpetus on tugev motivaator kehaliseks aktiivsuseks ka kooliväliselt. Liikumisharrastuse edendamise kontseptsioon hindab praeguseid koolide ja lasteaedade tegevusi mittepiisavaks pikaajaliste liikumisharjumuste kujundamisel (Liikumisharrastuse edendamine..., 2021). Õpilaste liikumisaktiivsuse uuringu (2021) tulemustest tuli samuti välja, et ligi 70% õpilastest ei motiveeri kehalises kasvatuses saadud kogemus vabal ajal liikuma. Tuleb leida muutusi, mis seda olukorda aitaks parandada.

Liikumist soodustab kodulähedase taristu olemasolu ja arendamine. Ühe võimalusena võiks kasutada ka terviseradade ja regionaalsete tervisespordikeskuste võrgustikku, et proovida seda lünka aidata täita. Eestis oli 2022. aastal 122 hooldatud terviserajaga võrgustik 1100 kilomeetrit, mille hulka kuuluvad igas maakonnas kuni neli suuremat regionaalset tervisespordikeskust, mis pakuvad aastaringsel häid tingimusi looduses liikumiseks koos seda toetavate teenustega (Eesti Terviserajad..., 2022). Eesti Terviseradade visioon on inspireerida Eesti elanikkond regulaarselt liikuma ja seeläbi mõjutada tervena elatud aastates tõusu Euroopa keskmisele tasemele (Eesti Terviserajad..., 2021). Aastatel 2019–2022 on Kultuuriministeeriumi toel läbi toetusmeetme loodud igasse maakonda üks kuni kaks regionaalset tervisespordikeskust, kus on olemas kunstlume tootmise võimekus ja valgustusega liikumisrajad (Regionaalsete tervisespordikeskuste..., 2018). 2023.-2026. aastal tehakse koostöös regionaalsete tervisespordikeskuste ja kohalike omavalitsustega järgmised sammud, et keskuste teenuseid ja liikumisvõimalusi veelgi enam mitmekesistada ning paremini rakendada (Eesti Spordipoliitika ..., 2022). Kuna kohalikud omavalitsused on nii koolipidajad kui ka vastutavad enamasti regionaalsete tervisespordikeskuste ja terviseradade

arendamise eest, siis võib nende omavahelise koostöövõimaluste uurimine ning rakendamine olla kasulik. Autori poolt on 2022. aastal teostatud haridusinnovatsiooni põhipraktika raames antud regionaalsete tervisespordikeskuste mini-analüüs talviste teenuste pakkumisel (suusatunnid ja –inventar), kus tuli välja koostöö- ja arendusvajadused antud teemadel. Lisaks on koostööhuvi ja -võimalusi arutatud Eesti Terviserajad SA võrgustiku seminaridel, kuid seda pole seni terviklikult arendatud ega rakendatud.

Magistritöö eesmärk on selgitada välja koostöövõimalused regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide vahel. Selgitatakse koostöövõimalused ja arenguvajadused, et regionaalsete tervisespordikeskuste abil toetada laste liikumisharjumuste kujundamist koolis ja koolivälisel ajal. Magistritööga soovitatakse näidata, et on vajalik ja võimalik ressurside parem kasutamine.

1. Teoreetiline ülevaade

Käesolevas peatükis antakse teoreetiline ülevaade laste ja noorte liikumispädevustest ja millist rolli seejuured mängib kool ja millist teised osapooled? Kuidas täidavad selles oma rolli regionaalsed tervisespordikeskused ning kuidas nähakse Põhjamaades avalikku ruumi kui tervikut liikumisharjumuste kujundamisel.

1.1. Üldhariduskoolid ja liikumispädevuse kujunemine

Laste ja noorte liikumisharjumuste kujunemine saab alguse varases eas. Elukaareüleselt kestvate liikumisharjumuse kujundamiseks on vajalik omandada koolis kõik pädevused, mis on liikumisõpetusega eesmärgiks seatud (Liikumisõpetuse kontseptsioon..., 2017).

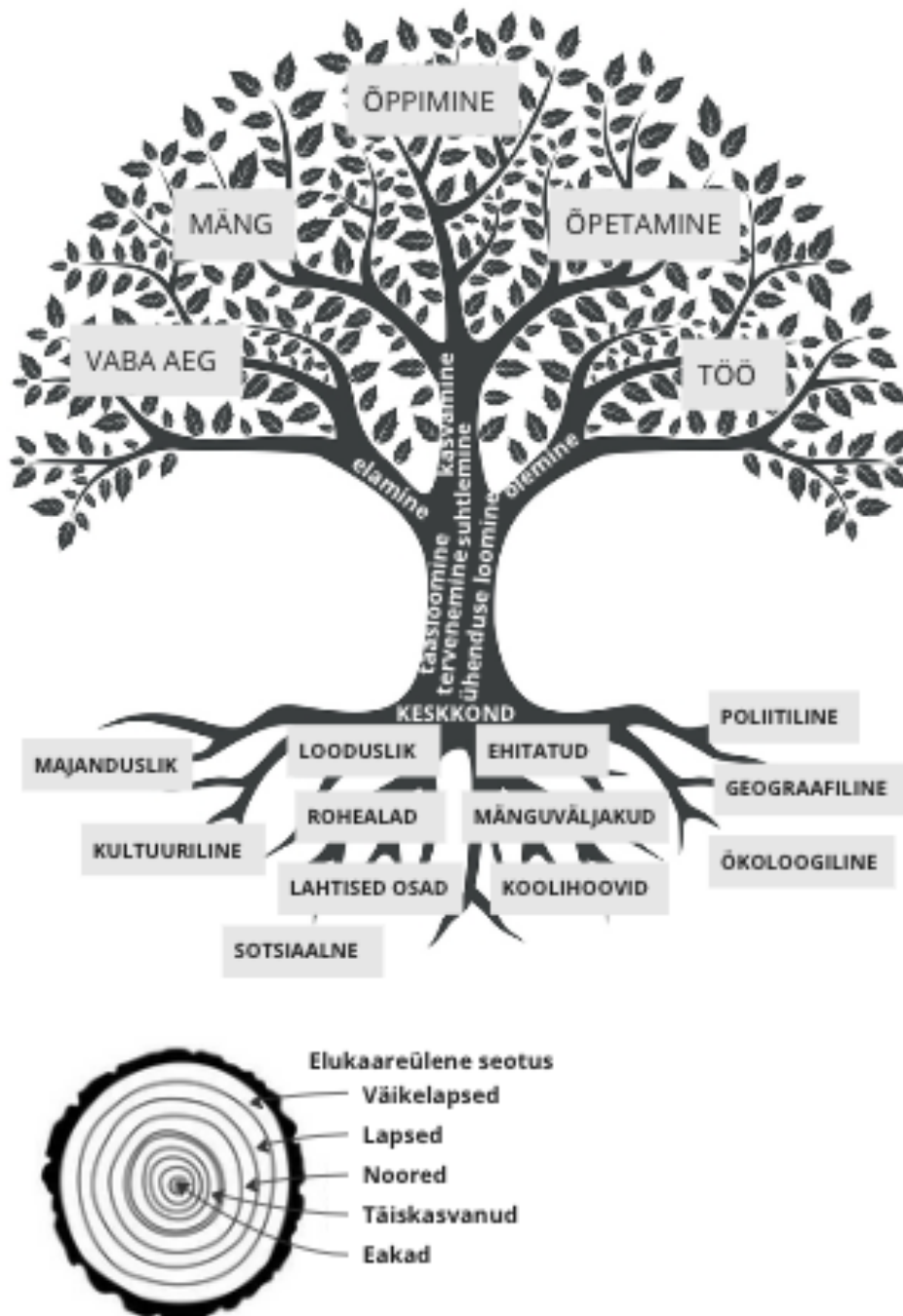
Üldhariduskoolide (edaspidi: kool) õpilaste peamine kehalise aktiivsuse ja tervislike eluviiside kujundaja on kehaline kasvatus. Ühtlasi on riiklikult ette nähtud, et selle kaudu leiab noor endale meelepärase spordiala või liikumisviisi ning oskaks seejuures väärtustada liikumis- ja sportimistegevustes koostööd (Vabariigi Valitsus..., 2011).

Eesti õpilaste liikumisaktiivsuse uuringu (2021) tulemustest tuli aga välja, et ligi 70% õpilastest ei motiveeri kehalises kasvatuses saadud kogemus vabal ajal liikuma. Oht on, et ka koolide sportimistingimused ja -vahendid ei ole selleks piisavalt heal tasemel. Spordikoolituse ja -Teabe Sihtasutuse (2013) poolt läbi viidud Koolide sportimistingimuste kaardistamine uuring toob välja, et sportimistingimused on kesised ja peamised sportimispaigad, mida kasutatakse on pallimängujoontega võimla (77%), staadion (48%), jõusaal (37%), vaid 9,2% koolidest (53 koolil) on olemas suusaradade kasutamise võimalus. Spordivahendite vajaduste osas vastas 500 kooli ning suusavarustuse vajadus oli tervelt 185 koolil, mis juhtis ülekaalukalt, järgnesid kõrgushüppe vahendid (96 kooli) ja jõusaali inventar (72 kooli) (Spordikoolituse ja..., 2013).

Eestis on 2016. aastast laste liikuma ärgitamiseks arendamisel ja rakendamisel Liikuma Kutsuva Kooli programm, mille eesmärk on aidata kujundada turvaline õppekeskkond, mis soodustab liikuma ja sportima ning aktiivne koolitee (Tartu Ülikooli liikumislabor, 2022). Rahvusvaheliselt on õppetöö kõrval viimastel aastatel hakatud märkimisväärselt keskenduma koolide õuealade, õuevahetundide ja laste kehalise aktiivsuse positiivsete seoste tekitamisele. Kuna lapsed ja noored veedavad peamise oma ärkvelolekuaja koolides, siis on oluline just seal pakkuda koolipäeva jooksul võimalusi tervist parandavaks kehaliseks aktiivsuseks (McKay&Naylor, 2009). Koolide õuevahetundide rakendamine on õpilaste kehalise aktiivsuse kasvatamiseks oluline ja mõõduka kehalise aktiivsuse kasvu

soodustavad koolihoovid, kus on rohkem looduslikku ruumi ja seadmeid ning piisab ka üksikutest jalgpallivärvatest või korvpallirõngast, et juba mõju avaldada (Lemberg *et al*, 2023). Tartu Ülikooli liikumislabor (2022) toob välja olulise sekkumisena ka õuesõppe rakendamise ja õppimise liikudes. Empiirilised tõendid näitavad, et väljaspool klassiruumi õppimine suurendab poiste mõõdukat kuni tugevat füüsilist aktiivsust ja tüdrukute kerget füüsilist aktiivsust (Bentsen *et al*, 2021). Liikuma kutsuv kool näeb samuti õueruumi olulise lülina laste päevas ning seda nii kooli koolipäeval kui ka koolivälisel ajal, sest see peaks töötama ka avatult kogukonnakeskusena (Tartu Ülikooli liikumislabor, 2022).

Lee jt (2022) on välja töötanud õues mängimist, õppimist ja õpetamist käsitleva rahvusvahelise kirjanduse baasil PLaTo-Net mudeli (vt Joonis 1), mis seob neid elukaareüleselt. Mudel illustreerib kenasti läbi puu ökosüsteemi laiapõhjalisi seoseid, mõjusid ning kasvuringi ja samas ka tsüklilisust, kui arvestada ka lehtede langemist mulda (Lee *et al.*, 2022). Koolis on oluline märgata sotsiaalseid, kultuurilisi, majanduslikke jt taustu, et liikumise mõjud jõuaks kõigi lasteni sõltumata nende võimalustest (Tartu Ülikooli liikumislabor, 2022).



Joonis 1. PLaTo-Net mudel (Lee jt (2022), lk 8 põhjal)

1.2. Avalik ruum kui tervik Põhjamaade näitel

Soome ja teised Põhjamaad on Eestiga sarnase kliimaga ning sarnased ühiskonnad. Kõige põhjalikumalt on meie lähiriikides liikumise kui terviku nägemise ja selle arendamise ning uurimisega tegelenud meie naaberriik Soome, kus on igas piirkonnas koostatud ka oma liikumisprogramm. Võideldakse vähese liikumisega, sest sellel on ühiskonnale tervikuna

kõrge hind. UKK Instituut on oma uuringus välja arvutanud, et Soome riigile läheb igal aastal vähene liikumine maksma vähemalt 3,2 miljardit eurot aastas ning lisaks istuva eluviisiga kaasnevad kulud, mis on umbes 1,5 miljardit eurot (Kolu *et al.*, 2022), kokku 4,7 miljardit. Eestis on samalaadne uuring teostamisel Kultuuriministeeriumi vedamisel 2023. aastal. Kui aga hinnata Eesti kulu võrreldes Eesti rahvaarvu 1 357 739 (Eesti Statistika..., 2023) Soome rahvaarvu 5 567 868 (Statistics Finland..., 2023) suhte kaudu, siis on meie kogukulu vähesele liikumisele ja istuvale eluviisile hinnanguliselt 1,146 miljardit eurot aastas.

Põhjamaades peetakse kultuuriliselt oluliseks õues puhkamist ja liikumist. Värske uuring soomlaste kohta ütleb, kaks kolmandikku liikumisest toimub õues ja suurem osa kodu lähedal ning eelistatakse märgistatud väliradasid ning asfaltkattega kergliiklusteid (Suomen Latu, 2023). Soome liikumisharrastuse edulooks peetakse Jyväskylä linna, kes peab ennast ka Soome spordipealinnaks, kus liikumine ja selle populariseerimine on terve linna asi ning on ka üks neljast linnastrateegia punktist (Jyväskylä, 2023). Jyväskyläs (2023) on liikumiseks ja sportimiseks lastele ja muidu igas vanuses avatud võimalused:

- Soome kõige paremad võimalused kohalikeks liikumisharrastuslikeks tegevusteks (avatud koolihoovid ja elamurajoonide sportimispaigad)
- Soome suurim välijõusaal Rantaraitti (Jyväsjärve 14 km rannajoone rada, 20 erinevat treeningala)
- 500 km suusa-, tervise- ja matkaradu (ühenduses koolidega)
- 15 spordiparki
- 360 sportimiskohta
- Roheline ring (ühendab rohealasid ümber linna)
- Hobivõimalused enam kui 70 spordialaks

Soomes tervikuna on alates 2010. aastast hariduspoliitika osana ellu viidud riiklik programm Liikkuva Koulu, mille abil populariseeritakse just õpilaste liikumist ning algatusega on ühinenud 90% koolidest ning see hõlmab kokku 95% õpilastest (Blom *et al.*, 2017). Jyväskylä (2023) koolid on samuti antud programmiga liitunud, lisaks on just õpilastele tasuta treeningprogrammid spordialadega tutvumiseks spordikeskustes-, -klubides ja -tariitul kohapeal: 9-12 aastastele Liikunta Veturi ning 13-19 aastastele Liikunta Laturi programm. Mõlema nimetatud programmi juures on ka liikumisenõustamine ja 9-12 aastaste vanuste programmis on ka grupid peredele (Jyväskylä, 2023).

Ka Rootsi haridusvaldkonna prioriteediks on õpilastele mitmekülgsete tegevuste ja liikumishuvi tekitamine koolipäeva jooksul ning eriti tõstetakse esile õues ja looduses viibimist ning nende võimaluste loomist (Promoting physical..., 2018).

Soomes on alates 1990. aastatest Norra eeskujul hakatud lähtuma kodulähedaste sportimispaikade rajamise mõtteviisist, milles nähakse kokkuvõttes:

- need on kodulähedased;
- atraktiivsed (kutsuvad);
- mugavad;
- sobilikud suurele kasutajaskonnale;
- tasuta kasutamiseks (Norra *et al.*, 2013).

Avalikku taristut nähakse tervikuna. Norra jt (2013) on oma raportis välja toonud, et 2009. aastal viidi Soomes 12 omavalitsuse osalemisel läbi küsitlus, mis kaardistas kohaliku taristut ristkasutuse juures ning olulisemad tegurid olid seejuures:

- haldusülene koostöö (paindlikud ja praktilised lahendused spordirajatiste paigutamisel, planeerimisel, finantseerimisel, ehitamisel ja hooldamisel);
- tahtejõud ja pühendumus (eeldab juhtkonna ja võtmeametnike pühendumust);
- planeerimine (üldplaneerimine ja analüüsimine).

Kokkuvõttes mõjutavad seda tervikut väga paljud tegurid ning lisaks ka inimeste enda iseärasused, eeskujud ja liikumiskäitumine. Suomi jt tehtud (2012) uuring toob välja ka kõnni- ja rattateede võrgustiku olulise, mis on Jyväskyläs kõige enam täiskasvanute poolt kasutatav transpordikoht aastaringselt, kus tervelt pooled vastanutest sõidavad iga päev kõnni- ja rattateedel.

Loodusel on läbivalt oluline roll liikumistaristu kujundamisel ja liikumisharjumuste positiivsel mõjutamisel. Rohealad mõjutavad positiivselt laste kehalist aktiivsust ja kuigi kiired tervisemõjud võivad olla tagasihoidlikud, siis rahvastiku tasemel võivad need kumulatiivselt olla märkimisväärsed (Almanza *et al.*, 2012). Oluline on rõhutada multifunktsionaalset puude, haljasalade, parkide ja metsamaa kasutamist ning juhtida elanike tähelepanu bioloogilise mitmekesisuse, taimede koosluste vahetusele ning arendada teadlikku suhtumist loodusesse (Tyrväinen *et al.*, 2005). WHO peab samuti oluliseks kodulähedaste rohealade olemasolule (vähemalt 0,5 hektarit) vähemalt 300 meetri raadiuses ning selle puudumine põhjustab 31 uuritud Euroopa riigis (üle 1000 linna) kuni 43 000 enneaegset surma (Barboza, *et al.*, 2021).

Spordi ja liikumistaristu kasutamise ja arendamise juures on oluline ka keskkonnahoid ning kokkuvõttes ressursitarkus, et näha rohkem omavahelisi koostöövõimalusi ja kasutamise seoseid. Jyväskylä Ülikool on välja toonud oma koostööprojekti „KEKLI“ ökoloogilise jätkusuutlikkuse spordikultuuris ning teinud tähelepanekud ja tegevusmudelid sporditeenuste funktsioonide arendamisel, et ressursitarkus oleks paremini kohandatud nt rajatiste ehitamisel, renoveerimisel, energiasäästlike lahenduste rajamisel, materjalide ringlussevõtul ja spordirajatiste muutmisel mitmekülgsemaks (Simula & Itkonen, 2017). Simula ja Itkonen (2017) toovad välja, et sportimisele ja liikumisele jõudmise ökoloogiline jalajälg peab vähenema ja seda võimaldaks just kodulähedaste ning kogukondlike võimaluste loomine.

1.3. Regionaalsed tervisespordikeskused Eestis

Regionaalne tervisespordikeskus on aastaringseks tasuta kasutamiseks mõeldud liikumistaristu, kus on võimalik harrastada erinevaid liikumisviise (Kultuuriministeerium, 2018). Aastatel 2019–2022 on Kultuuriministeeriumi toetusmeetme abil loodud igasse maakonda üks kuni kaks regionaalset tervisespordikeskust, kus on võimalik toota kunstlund ja liikumisrajad on valgustatud (Regionaalsete tervisespordikeskuste..., 2018). 2023.-2026. aastal tehakse koostöös regionaalsete tervisespordikeskuste ja kohalike omavalitsustega järgmised sammud, et keskuste teenuseid ja liikumisvõimalusi veelgi enam mitmekesistada ning paremini rakendada (Eesti Spordipoliitika ..., 2022). Regionaalsed tervisespordikeskused on omavalitsuste, eraomanike või riigi majandada ning kuuluvad Eesti Terviseradade võrgustikku. Võrgustikus tehakse omavahel koostööd keskuste arendamisel ning paremate tingimuste, rohkemate tegevuste ja teenuste väljaarendamisel. Ühtlasi on neil ühine teema ka loodushoid.

Investeeringud regionaalsetesse tervisespordikeskuste arendamiseks said Kultuuriministeeriumi prioriteediks 2019. aastal, kui esmakordselt anti välja 2019-2022 toetusmeetmena 23 keskusele kokku 2,4 miljonit eurot. Kirjavahetusest Kultuuriministeeriumi spordiosakonna nõuniku Kaarel Nestoriga (isiklik suhtlus 4. aprill 2023) selgus, et nende 23 keskuse omaosalus oli antud aastatel kokku 3,95 miljonit eurot. Eesti Spordipoliitika 2030 elluviimise aruande 2022 (2023) järgi on alates 1. septembrist 2020 Eesti Terviserajad SA paigaldanud neisse tervisespordikeskustesse loendurid (v.a Hiiumaal Palukülas ja Kohilas). Selle statistika analüüsimisel saab öelda, et Eesti elanikkond on regionaalsed tervisespordikeskused aktiivselt kasutusele võtnud, kui vahemikus 01.01.2020 kuni 30.11.2022 on loendatud üle 6 miljoni külastuse (Eesti Spordipoliitika..., 2023). 2023-2026

aastateks on riigi poolt panus samamoodi 2,4 miljonit eurot, aga keskuste taotluste maht oli 2,6 miljonit ning omaosalus seejuures 3,08 miljonit eurot (Toetuse eraldamine eelarvevahenditest..., 2023). Esmakordselt oli 2023. aastal ühekordselt jagamisel ka regionaalsete tervisespordikeskuste olme- ja teenindushoonete rajamise toetuste taotlusvoor, millega jagati välja 3 miljonit eurot (Toetuse eraldamine taotlusvoorust..., 2023). Viimati nimetatud toetusega ehitatakse välja koos omavalitsuste omaosalusega 7 hoonet ning taotleti toetust 19 uue hoone ehitamiseks. Suur taotluste hulk näitab vajadust selle toetuse järele ning olme- ja teenindushoonete puudust. 2023.-2026. aastal tehakse koostöös regionaalsete tervisespordikeskuste ja kohalike omavalitsustega järgmised sammud, et keskuste teenuseid ja liikumisvõimalusi veelgi enam mitmekesistada ning paremini rakendada (Eesti Spordipoliitika ..., 2022). Regionaalsete tervisespordikeskustega on tekitatud suur infrastruktuurne potentsiaal, mida igakülgsest kasutada.

1.5. Probleemipüstitus

Laste ja noorte vähene liikumisaktiivsus, kesised tulemused kehalise kasvatuses vähesest mõjust elukestvate liikumisharjumuste kujundamisel näitavad, et on vaja leida teisi sekkumisi, kuidas olukorda muuta. Koolide sportimis- ja liikumistaristu on napp, samamoodi ka inventar. Liikuma Kutsuv Kool on sekkumisena hea, et pakkuda väikeseid liikumisampse ning näha liikumist püsivalts elu osana. Samas on kehalise kasvatuses mitmekülgsemaks tegemisel nappide tingimuste juures kohustus leida uusi võimalusi, et see saaks maksimaalselt enda eesmärgid täita. Kasutada selleks ära ka muid taristuid, mis on selleks olemas. Regionaalsed tervisespordikeskused on üks neist võimalustest, mis saaks olla koolidele nende õuespordi taristuks. Samamoodi on oluline, et nähakse avalik ruumi loodud võimaluste riskasutust ja seda ka koolivälisel ajal loomuliku osana.

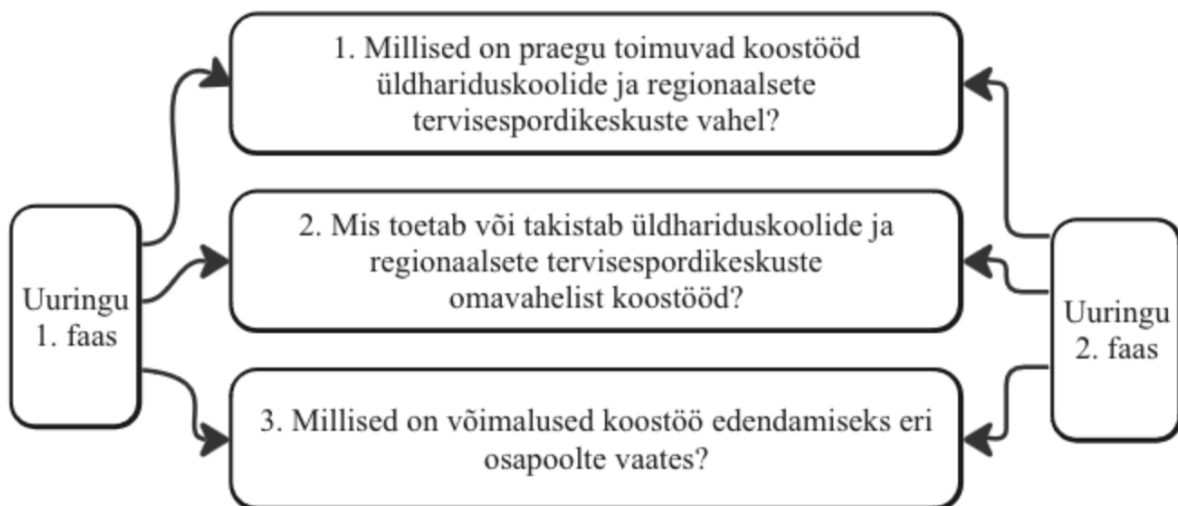
Magistritöö eesmärk on selgitada välja koostöövõimalused regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide vahel. Magistritöö peamine uurimisprobleem tuleneb autori Eesti Terviserajad SA juhina töötades tehtud üldistustest, kus läbi arenguseminaride ettekannete ilmses, et terviseradade võrgustik võiks oma arengus keskenduda tegevusliku poole laiendamisel koostööle laste ja noorte liikumisharrastuse osas. Seni on kõik regionaalsed tervisespordikeskused arendanud üldhariduskoolidega koostööd iseseisvalt ning omavahelist kogemuste vahetust pole toimunud. Samuti ootab riik regionaalsetesse tervisespordikeskustesse investeerides, et need enda tegevusi ja teenuseid arendaks ning võimalikult palju inimesi regulaarselt liikuma saaks.

Eesmärgi täitmiseks püstitati kolm uurimisküsimust:

1. Millised on praegu toimuvad koostööd üldhariduskoolide ja regionaalsete tervisespordikeskuste vahel?
2. Mis toetab või takistab üldhariduskoolide ja regionaalsete tervisespordikeskuste omavahelist koostööd?
3. Millised on võimalused koostöö edendamiseks eri osapoolte vaates?

2. Metoodika

Uurimisküsimustele läheneti kvalitatiivse uurimismeetodiga, sest see võimaldas paindlikult analüüsida arvuliselt väheseid uuritavaid ning kasutada mitte numbrilisi verbaalseid vorme tulemuste esitamiseks (Strömpl, 2023). Tehes intervjuusid ning fookusgrupi intervjuu saadi ülevaatlilikud kirjeldused uuritavast kõige loomulikumal kujul (Õunapuu, 2014). Uuring jagunes kahte faasi (Joonis 2). Mõlemas faasis analüüsiti kõiki kolme uurimisküsimust. Esimese faasi moodustasid individuaalsed intervjuud ning teise faasi fookusgrupiintervjuu. Kahte faasi jagamine oli ka eesmärgiga, et saaks teises faasis fookusgrupi intervjuud paremini ette valmistada ning samas ka tugineda esimeses faasis saadud tulemustele. Ühtlasi oli see kindlustamaks, et vajadusel saaks teha uuringus muudatusi ning hinnata paremini fookusgrupi valimi moodustamist.



Joonis 2. Uuringu disain lähtuvalt uurimisküsimustest

2.1. Valim

Uuringu mõlemas faasis analüüsiti kõiki kolme uurimisküsimust ning kasutati eesmärgipäraseid (Guest *et al.*, 2013) valimeid. Esimese faasi valimiteks olid (n=4) regionaalsete tervisespordikeskuste juhid ning (n=4) koolide esindajad. Regionaalsete tervisespordikeskuste juhtide kaasamisel arvestati nende töökogemust ja keskuste võimalusi uuritava teema koha pealt. Juhtide keskmine tööstaaž oli 9,75 aastat ning nad katsid regionaalselt 4 eriilmelist piirkonda, sh 2 linnas asuvat ning 2 väljaspool linnasid. Koolide esindajad valiti konsulteerides regionaalsete tervisespordikeskuste juhtidega, et leida esindajad, kellel on pikaajaline koostöökogemus regionaalsete tervisespordikeskustega ja soovitatavalt mitme keskusega. Koolide esindajate valiku puhul arvestati ka seda, et nad

erineks omavahel kooli suuruse, sportimistingimuste ja asukoha poolest ning samuti kauguses regionaalsetest tervisespordikeskustest. Koolide esindajate keskmine koostöökogemus regionaalsete tervisespordikeskustega oli 10,25 aastat, nad esindasid 2 suurt kooli, 1 väikekooli ning 1 erakooli.

Uuringu teise faasi valimiks olid ($n=5$) regionaalsete tervisespordikeskuste juhid, kelle keskmine tööstaaž juhina oli 9,8 aastat. Kolm esindajat viiest olid ka esimese faasi valimis ning nendele lisaks valiti 2 uut esindajat, et teha valim veelgi mitmekesisemaks ja saada kokkuvõttes mõlema faasiga rohkem regionaalsete tervisespordikeskuste arvamusi. Valim kattis regionaalselt 5 eriilmelist piirkonda, sh 3 linnas ja 2 väljaspool linnasid.

Uuringutes osalemine oli vabatahtlik, anonüümne ja selles osalejaid informeeriti uuringu kõikidest aspektidest ja järgiti head teadustava (TÜ Eetikakeskus, 2017).

2.2. Andmekogumine

Andmekogumiseks kasutati poolstruktureeritud intervjuusid. Poolstruktureeritud intervjuu võimaldas kasutada varem koostatud intervjuukava ning vajadusel muuta küsimuste järjekorda ja lisada täpsustavad küsimusi (Lepik *et al.*, 2014). Esimene intervjuukava koostati regionaalsete tervisespordikeskuste juhtidele (Lisa 1) ja see lähtus uurimisküsimustest. Teine intervjuukava oli koolide esindajatega kasutamiseks (Lisa 2) ning lähtus samuti uurimisküsimustest. Kolmas intervjuukava oli fookusgrupile regionaalsete tervisespordikeskuste juhtidest (Lisa 3) ning lähtus samuti kõigist uurimisküsimustest. Ühtlasi hinnati selle koostamisel esimese faasi intervjuukava sobivust ja saadud tulemusi ning viidi sisse vajalikud muudatused.

Intervjuukavades jagati küsimused 3 plokki. Alustati sissejuhatusega, edasi koostööploki ning siis juba arendusvõimalustega plokiga. Sissejuhatuseks tutvustati esmalt tööd ja autorit ning intervjuukava. Paluti luba intervjuu salvestamiseks nutitelefoniga või Teamsi abil ning kirjeldati, kuidas tagatakse osalejate anonüümsus.

Intervjuud toimusid 2022. aasta novembrist kuni 2023. aasta aprillini Teams keskkonnas või näost-näku kohtumistena. Intervjuudest 2 viidi läbi intervjuueeritavate töökohal, 2 kohvikus ning 5 Teams keskkonnas. Kõige pikem intervjuu kestis 90 minutit ja kõige lühem 40 minutit. Intervjuudega kogutud andmed on säilitatud parooliga kaitstuna arvutis.

Andmekogumise usaldusväarsuse tõstmiseks viis uurija esimeses faasis mõlema valimi puhul läbi ka prooviintervjuud, et veenduda intervjuukava sobivuses. Mõlemal juhul osutusid need sobivaks ja saadud andmed lisati analüüsitavate andmete hulka.

2.3. Andmeanalüüs

Peamiseks andmeanalüüsi meetodiks oli kvalitatiivne sisuanalüüs (Kalmus, *et al.*, 2015). Andmeanalüüs algas helifailidena salvestatud intervjuude transkribeerimisest tekstifailideks, uuringu mõlemas faasis kasutades sõna-sõnalist transkribeerimise strateegiat, pannes kirja kogu jutt, jätmata midagi välja (Linno, 2020). Intervjuud transkribeeriti käsitsi, ühtlustati vormistus ja anonüümiti kõikide isikute nimed, asendades need koodidega. Koolide esindajate koodideks said vastavalt: Õp1-Õp4 ning keskuste juhid Ju1-Ju6.

Sisuanalüüs jätkus mõlemas faasis uurimisküsimuste kaupa sisuosade kodeerimisega kõrvutades valimi kõiki intervjuusid korraga (Kalmus *et al.*, 2015). Kodeerimisele järgnes sarnaste koodide rühmitamine kategooriate kaupa ning alakategooriate moodustamine (Kalmus *et al.*, 2015). Et andmeanalüüs oleks usaldusväärne, rakendati osaliselt kaaskodeerijat, kellega kontrolliti kodeerimise sarnasust. Kaaskodeerija kontrollis uuringu mõlemas faasis igast valimist ühe uurimisküsimuse kodeerimist. Märkimist väärivaid erimeelsusi kodeerimises ei tekkinud, kaaskodeerijaga konsulteeriti kategooriate ja alakategooriate tekkimist.

2.4. Uurija reflektiivsus

Juhtumi valikut mõjutas autori senine ja jätkuv tööalane kokkupuude, olles selles valdkonnas töötav ekspert. Seetõttu oli oluline tähele panna, et autori enda veendumused, eelteadmised ja ettekujutused ei mõjutaks uuringu intervjuusid ning nende tulemusi. Selleks oli oluline rakendada meetmeid, et need ei kallutaks töö usaldusväarsust. Intervjuudeks valmistumisel ja nende läbiviimiseks koostas autor endale eraldi märkused ja reeglid, et neid uuringu käigus silmas pidada. Kuna autori senine tööalane lähenemine ja koostöö valimi osapooltega pole olnud nii akadeemiline ja struktureeritud suhtlusega, kui ette valmistatud intervjuud, siis see oli uus olukord ka valimile ning mõjus positiivselt. Intervjuude sissejuhatus koos enda rolli, intervjuu struktuuri ja reeglite korrektse tutvustamisega lõi piisava akadeemilise õhustiku, mida hoiti kuni intervjuude lõpuni. Nõnda saigi autor tegeleda kuulamisega ning vastajad vastamisega. Autor oli avatud ja tähelepanelik ning positiivne arvamustele, mis erinesid autori enda veendumustest ja eelteadmistest. Ühtlasi sai autor sellest head inspiratsiooni erinevate tööalaste küsimuste lahendamiseks tulevikus rohkem akadeemiliselt lähenedes.

3. Tulemused

Tulemused on esitatud uurimisküsimuste kaupa. Tulemusi on näitlikustatud läbiviitud intervjuudest pärit tsitaatidega.

3.1 Praegu toimuvad koostööd tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide vahel

Praegu toimuva koostöö analüüsimisel tekkis 5 kategooriat, mis on näidatud järgmisel joonisel (Joonis 3). Kuigi tervisespordikeskustel on valmisolek võtta koole vastu aastaringselt, siis jääb peamine külastusaeg talveperioodi (ka siis pigem veebruarikuusse), vähesemal määral on tegevused kevadel ja sügisel. Kevadised ja sügisesed tegevused on siiski kasvamas.



Joonis 3. Praegu toimuvad koostööd üldhariduskoolide ja tervisespordikeskuste vahel

Suusatunnid

Suusatundide läbiviimine regionaalsetes tervisespordikeskustes on kõige populaarsem koostöö formaat. Külastatakse klasside kaupa ning toimuvad nii broneeritud külastused kui ka mittebroneeritud külastused, kus klassidega minnakse lihtsalt rajale. Enamikel juhtudel kasutatakse suusatundide jaoks suures mahus teenusena keskustest rendivarustuse laenutamist (suusad, suusasaapad, kepid). Kui keskus pakub ka suusaõpetuse (treeneri) teenust, siis kasutatakse ka seda. Pigem on see hetkel erandlik, sest keskustel puudub selleks võimekus. Peamiselt toimuvad suusatunnid veebruarikuus.

Spordi- ja matkapäevad

Koolidel on traditsiooniks suuremate spordi- ja matkapäevade korraldamine ning tervisespordikeskusi kasutatakse nendeks meeleldi, kuna neis on enamasti olemas ka olme- ja teenindustingimused suurematele gruppidele. Spordi- ja matkapäevi korraldatakse korraga mitmele klassikomplektile või tervele kooliastmele, harvemal juhul mitmele kooliastmele korraga. Kõige populaarsem spordi- ja matkapäevade formaat, mida koolid tervisespordikeskustes koolid teevad, on suusapäevad. Spordi- ja matkapäevade korraldamisel toimub vastastikune suhtlus ja planeerimine ning tervisespordikeskustelt kasutatakse enamasti selle korraldamiseks erinevaid teenuseid: ala/radade ettevalmistus, läbiviimine, helivõimendus, toitlustuse korraldamine ning renditeenused. On ka koole, kes viivad oma

tegevused läbi täiesti iseseisvalt. Spordi- ja matkapäevade kõige populaarsem toimumisaeg on suusapäevadena veebruaris, aga toimuvad ka kevadel ning sügisel.

Loodusõppe tunnid

Kuna tervisespordikeskused asuvad enamasti looduskaunites kohtades looduse keskel, siis kasutavad koolid neid tingimusi ära, et viia läbi loodusõppe tunde ning loodusõppe päevi. Tervisespordikeskuste alad on tihti ka liigirikkad (erinevad puud/taimed) või neil on eraldi loodud loodusõppe rada, et loodusõpet toetada. Loodusõppe tunnid toimuvad kevadel ja sügisel.

Õp1: Looduskeskkond vabastab ja õppetöök looduskeskkonna kasutamine õpetab hindama loodust ning avastama, et õues saab nii palju ära teha.

Õp2: Meie koolis on kõigil klassidel iga aasta ka loodusklass, kus kogu kooli kõik klassid lähevad 2 päevaks loodusesse. Käiakse eri kohtades ja see paljud klassid satuvad ka nendesse keskustesse.

Meeskonnapäevad ja muu õppetöö

Tervisespordikeskuste taristut kasutatakse ka õpetajate ja erinevas mahus koolipere meeskonnapäevade korraldamiseks, aga ka muu õppetöö elluviimisel lõimituna. Meeskonnapäevi ja seminare korraldatakse peamiselt õpetajatele ja kooli tugipersonalile. Muu õppetöö alla kvalifitseeruvad koolide erinevad katsetused õppeainete vahelisteks lõiminguteks ja seda looduskeskkonnas. Samamoodi Enamasti toimuvad need tegevused kevadel ja sügisel, aga ka talvel.

Õp1: Me korraldame ainete lõiminguid ja temaatilisi matku näiteks vaimsele tervisele või muidu „kastist välja“ mõtlemisele, mis ei ole riiklikus õppekavas.

Külastused koolivälisel ajal

Koolivälisel ajal külastused saab kokku võtta tagasisidena nii koolidelt kui ka tervisespordikeskustelt, et tihtipeale külastavad lapsed koos perega keskusi ka vabal ajal. Kõige enam on nende külastuste kohta infot talvel suusatamise kohta, aga ka muul ajal.

Õp1: Meie õpetajad kasutavad aktiivselt vabal ajal keskuseid, eriti kehalise kasvatuse omad.

Õp2: Keskused on minu arvates juba päris populaarsed ja tänu ka nende korraldatavatele üritustele käivad pered neid külastamas.

Jul: Me saame palju tagasisidet, et lapsed tulevad tagasi ka oma perega ja vanematega. Seda tehakse tihti laste algatusel.

Ju6: Meie korraldatavatel üritustel on näha, et laste ja noorte arv on kasvamas ning näeme seoseid, et koolitundidega keskuses käinud lapsed tulevad osalema ka meie võistlustele koos perega.

3.2. Koostööd toetavad ja takistavad tegurid

Teise uurimisküsimusega sooviti teada, mis toetab või takistab üldhariduskoolide ja regionaalsete tervisespordikeskuste omavahelist koostööd? Andmeanalüüsi tulemusel on tekkisid toetavate ja takistavate tegurite osas eraldi kategooriad.

Koostööd toetavad tegurid

Koostööd toetavad tegurid jagunesid 3 kategooriasse: ühisosa, tervisespordikeskuste vaade ja koolide vaade.

Ühisosana näevad mõlemad osapooled, et koostööd toetavad:

- Tervisespordikeskuste taristu on mõeldud suurematele gruppide vastuvõtuks aastaringsetl ning on regulaarselt hooldatud.
- On olemas või on arendamisel olme- ja teenindustingimused, et neid saaks gruppidega mugavalt kasutada.
- Hooldatud rendivarustuse olemasolu.
- On olemas või on arendamisel mitmekülgsed spordi- ja liikumisvõimalused, mis on koolidele atraktiivne.
- Tervisespordikeskused pakuvad teenuseid ja üritusi, mis kaasavad ka koolivälisel ajal.

Tervisespordikeskuste vaatest nähakse lisaks toetavate teguritena:

- Erinevate partnerite tugi (KOV-id, spordiliidud ja erasektor) koolidele tundide ja tegevuste toetamiseks ning võimaldamiseks tervisespordikeskustes.
- KOV ja riiklik tugi keskuste arendamiseks toetusmeetmetega, et luua kaasaegsed tingimused.

Koolide vaatest nähakse toetavate teguritena lisaks:

- Koolidel puudub endal head õuetingimused, vastav taristu ja inventar, et nt suusatada või teha muidu õuetegevusi.
- On üha rohkem aktiivseid õpetajaid, kes tahavad lastele häid looduselamusi pakkuda ja planeerivad tervisespordikeskustes tunde ja muid tegevusi.

Koostööd takistavad tegurid

Koostööd takistavate tegurite analüüsi tulemusel moodustus 5 kategooriat, mis on näidatud järgmisel joonisel (Joonis 3).



Joonis 3. Koostööd takistavad tegurid

Tunniplaan

Koolidel on enamasti tervisespordikeskuste külastusvõimalus kehalise kasvatuses paaristundide raames, aga seda koos sõiduajaga, mis jätab tegelikult tunniks 45 minutit või vähem. Tunniplaani paindlikkuse puudus tervisespordikeskuste vaatest ütleb seda, et keskuste külastustunnid tuleks hajutada pikemale perioodile, kui praegu. Koolid planeerivad jätkuvalt oma suusatunde pigem ainult veebruarikuuks ja samale ajale, kuigi kunstlumevõimekuse abil on tervisespordikeskused valmis suusatunde pakkuma jaanuarist märtsikuuni ja tihtipeale ka detsembris. See loob probleeme, et tervisespordikeskused ei suuda kõiki gruppe korraga vastu võtta ja tekib ülerahvastatus ning rahulolematust.

Ju5: Tänu kunstlumevõimekusele meie keskustes on tegelikult võimalik suusaveerandit pidada enamasti juba detsembrist kuni märtsi keskpaigani, mitte ainult veebruaris, nagu on koolide tunniplaanis.

Raha

Koolide vähesed rahalised võimalused piiravad keskuste kasutamist, kuna keskused ei asu enamasti kohe kooli kõrval, on vaja raha nii transpordiks tervisespordikeskuste ja koolide vahel kui ka rendi- ja muudeks teenusteks. Lisaks on lapsevanemad hinnatundlikumad, et laste rendi ja muude teenuste eest tasuda.

Õp2: Tellitud busside logistika korraldamine on järjest kulukam ja me ei suuda seda hoida enam samas mahus, kui sooviks.

Õp3: Meie lapsevanemad oleks isegi nõus maksma juurde, aga me ei saa seda küsida, kuna nad juba maksavad laste eest õppemaksu.

Õp4: Teenuste kulud kasvavad järjest, aga meie ressursid eriti mitte, seega järjest keerulisem on keskusi kasutada, kuigi tahaks seda teha rohkem.

Ju6: Koolidel on talvepäevadeks eraldatud rahasid, aga muudel aastaaegadel vahendeid piisavalt pole.

Taristu

Taristu osas tuli mõlemalt poolt välja, on vaja arendada tervisespordikeskuste olme- ja teenindustingimusi, lisaks ka siseruumide/varjualuste võimalus suurematele gruppidele. Enamasti on see seotud halva ilma korral tegevuste elluviimisel (sh toitlustus), aga ka teooriatundideks ja seminarideks.

Ju4: Inimeste ootused ja kvaliteedistandardid on selgelt kasvanud, et kohtades peavad olema korralikud tualetid jm vajalikud tingimused ja teenused, sest muidu nad ei tule loodusesse.

Teenused ja inventar

Teenuste osas on peamiseks takistusteks ülerahvastatus ning puudused renditeenustes. Ülerahvastatuse tekkimise probleem tuli osaliselt välja juba tunniplaani puudustest, et koolid planeerivad tunnid liialt ühele ajale (suusatunnid pigem enamasti veebruaris). See tekitab surve, et tervisespordikeskused ei suuda kõigile pakkuda kvaliteetset teenust, eriti renditeenust, kuna seetõttu on ka rendipark liiga väike ja tekivad probleemid teenuste kvaliteediga. Sel hetkel ei jätku näiteks piisavalt suuski ja muud varustust ning tekivad järjekorrad. Mõlemad osapooled tõid välja, et suusaparki tuleb uuendada ja täiendada, samuti märgati probleeme broneerimissüsteemides. Broneerimissüsteemide osas oli koolidel ootus, et tervisespordikeskustel oleks kaasaegsemad lahendused broneerimiseks ning lisaks ka rendivarustuse märkimise võimalus seal.

Ju3: Suusapargi osas võib Sul olla 100 paari suuski, aga arvestades suurusi jagub neist ainult 1 klassi õpilaste jaoks korraga.

Õp3: Me eeldaks, et broneerimissüsteem oleks digitaalne ja kaasaegne, mitte lahendada broneerimisküsimusi pikalt e-posti ja telefoni teel. Ühtlasi võiks ka kodulehel näha olla, kui suur on mingil hetkel külastuskoormus keskusel näiteks.

Inimressurss

Puudusi ja vajadusi inimressursi osas nähti mõlemas suunas. On olemas ühine vajadus, et tervisespordikeskustes oleks võimalik pakkuda ka matkajuhi, suusaõpetaja, loodusgiidi teenust. Osaliselt on koolidel tekkinud selles osas ootused, et saaks kasutada ka tundide läbiviimise teenust.

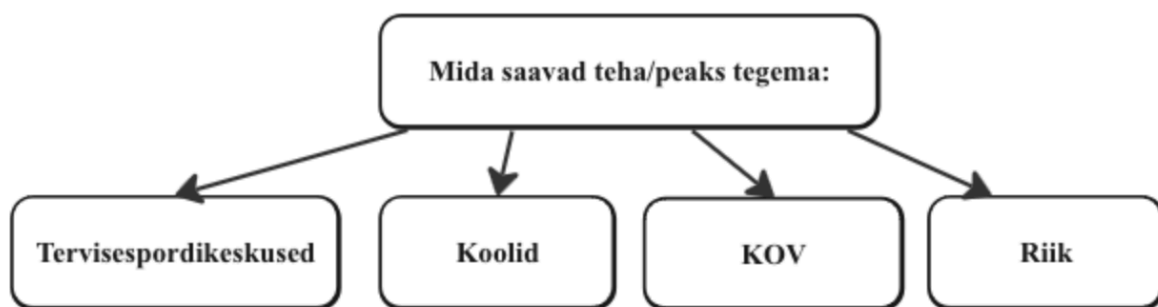
Tervisespordikeskuste poolt mainiti ära, et õpilased ega ka õpetajad ei oska enam suusatada ning selles osas on vaja tõsiselt kaasa aidata. Ühtlasi märgiti nende poolt ära ka õpetajate vähene motivatsioon ja huvi lastega koos rajale minemise vastu.

Tervisespordikeskustel puuduvad hetkel enamasti võimalused suusaõppe jm teenuseid pakkuda.

Ju3: Neid õpetajaid on vähe, kes suusarajale lähevad. Joovad kohvi, ega tea midagi, mis rajal toimub. Üksikud lähevad rajale ja tegelevad õpilastega.

3.3. Võimalused koostöö edendamiseks eri osapoolte vaates

Kolmanda uurimisküsimusega sooviti teada saada koostöö edendamise võimalusi eri osapoolte vaatest. Omavahelise koostöö arendamisel nägid mõlemad osapooled potentsiaali, võimalusi ja selleks vajadust. Tervisespordikeskused olid selles osas motiveeritum pool sest see on nende eksisteerimiseks hetkel suurema kaaluga. Andmeanalüüsi tulemusena tekkis lahendustena 4 kategooriat (Joonis 4), mis jagunevad omakorda eraldi alakategooriateks.



Joonis 4. Koostöö edendamise võimalused

Tervisespordikeskused

Tervisespordikeskuste kategooria jagunes 4 alakategooria vahel, mida on kirjeldatud järgnevalt:

- **Taristu, olme- ja teenindustingimused.** Tervisespordikeskused peavad oluliseks, et nad suudaksid välja arendada mitmekülgse ja kaasaegse taristu (sh olme- ja teenindustingimused). Et rajad ja rajatised oleks loodud, hooldatud ja tasemel ning pakuks mitmekülgseid sportimis- ja liikumisvõimalusi. Oluliseks peetakse ka noorte seas populaarsust koguva ekstreemspordi võimaluste arendamist (seiklusrajad, *pumptrack-id* jm).

Ju1: Lastele ja noortele meeldib väga ekstreemспорт (rulad, tõuks, trikirattad). Peame neid võimalusi samuti igapäevastes tegevustest sisse tooma, et saaks pakkuda kehalises kasvatuses ja vabal ajal.

- **Inventar ja rendivarustus**

- Leida võimalused rendivarustuse kaasajastamiseks ning selle hulga suurendamiseks. Oluline, on, et see oleks gruppide vastuvõtmiseks piisav ning hooldus tagatud. Koolid kinnitavad samuti seda vajadust, sest neil neid võimalusi piisavalt pole.

Õp1: Meie puhul laenutab suusavarustuse valdav enamus, osades keskustes on õigete suurustega (saapad) ja pikkustega (suusad ja kepid) probleemid.

Õp2: Me ei soovi kindlasti ise suusaparki arendada, sest suusad ei leiaks piisavat kasutust ja nende hooldamine oleke meile lisakohustus, mida me ei taha.

- Täiendada inventari (ürituste telgid, spordiinventar, spordiatribuutika, ürituste läbiviimise vahendid) suuremate gruppide vastuvõtmiseks ja teenindamiseks.

- **Teenused ja teenindus**

- **Rendivarustuse teenuse arendamine**, et toimuks parem suhtlus teenindaja poolt ja varustus vastaks õigele pikkusele, kaalule ja suurustele. Hetkel ei hinnata piisavalt seda igas keskusel ning seetõttu on oht kehvaks rahuloluks.
- **Broneerimissüsteemi arendamine**. Kaasaegse ja digitaalse lahenduse väljatöötamine, mis on kiirem ja kliendisõbralikum ja pakub lisavõimalusi teenuste paremal pakkumisel. Ühtlasi saab tänu sellele oma tegevusi paremini planeerida.
- **Teeninduse arendamine**. Üha rohkem mõtlema ja arendama, et oleks tasemel ja sõbralik.

Ju6: Teenindus on meie jaoks kõige tähtsam. Iga grupp peab tundma, et on oodatud.

- **Lisateenuste pakkumine**. Selles nähti peamist koostööd spordiklubide ja treeneritega, et nende teenuseid saaks paindlikult pakkuda ja kasutada tervisespordikeskustes. Juhul, kui grupp tahab suusatundi, matka või muud juhendamist, oleks võimalik pakkuda treenereid või juhendajaid.
- **Koostöö arendamine ja teavitus**. Selles nähti kaht peamist suunda, esimene puudutas koolidega koostööd ja teavitust ning teine tervisespordikeskuste omavahelist koostööd. **Koolidega koostöö** arendamisel nähakse soovi, et koolidega kohtuda ning koos arutada ja teada saada, millised on nende ootused ning võimalused. Täna ei toimu koolidega ühist mahulisemat arutelu, ega tagasisidestamist. Ühtlasi tutvustada ka tervisespordikeskuste võimalusi, sest tundub, et selle kohta pole piisavalt teavet. **Tervisespordikeskuste omavahelises koostööd** nähti ühiselt, et oleks vajadus teha ühiselt keskuste arendamises ning teenuste disainis koostööd, et välja tulnud takistustest vabaneda ning tõsta ühiselt kvaliteeti ja taset koolidega koostöös.

Ju3: Oleme seni olnud hästi kaasatud Eesti Terviseradade seminaridele ja omavahel muudel teemadel hästi võrgustunud. Koolide ja perede vaatest oleks täna kindlasti üheskoos mõistlik toimetama hakata.

Koolid

Koolide vaatest tekkis 4 alakategooriat, mida koostöö edendamiseks teha saaks, mis on järgnevalt kirjeldatud:

- **Tunniplaani parem planeerimine.** Kui soovida lastele pakkuda mitmekülgseid ja stressivabasid sportimis- ja õuesõppe võimalusi tervisespordikeskustes, siis tuleb tunniplaani paremini planeerida. Arvestada logistikaga ning rohkem kooskõlastada ka teiste ainetundidega, mis on tervisespordikeskustes toimuvate tundide eel või järel.
- **Ainete lõimine ja õuesõppe.** Kindlasti annab ja on vaja ainetunde loodusesse viia ning siin saab koolipere teha koostööd selles. Et võimalusi paremini näha, siis tasuks ka õpetajate koolituspäevi viia vahel tervisespordikeskustesse. Oluline on ka mõtteviisi muutus ja võimaluste nägemine laiemalt. See loob ka vaheldusrikkust õppetöös ja liikumisõpetuse ning liikumisoskuste arendamist teises keskkonnas.

Õp1: Meil on hästi toimunud õpetajate koolitus- ja meeskonnapäevad väljasõitadena ning oleme regulaarselt teinud neid just mõnes keskkuses või nende lähipiirkonnas.

- **Ressursid.** Tegevuste tegemiseks väljaspool kooli taristut on vaja planeerida ja taotleda lisaressursse.
- **Koostöö arendamine.** Koolid on valmis kaasa mõtlema, töötama ja tagasisidet andma, et arendada koostöökohti enda piirkonna tervisespordikeskustega ning vaatama koos terviklikult, kuidas see toimida võiks.

KOV

KOV suunal nähakse laiemaid ja suuremaid vajadusi, mida tervisespordikeskused või koolid ise ei suuda lahendada. Tervisespordikeskused näevad, et nad on olulised koolidele liikumisõpetuseks ja õuesõppeks võimaluste pakkumisel ning tahavad ennast selleks ka rohkem arendada. Koolid näevad samuti, et tervisespordikeskused saavad olla heaks võimaluseks õppetöö läbiviimisel ja seega toetavad nende keskuste arendamisvajadusi. Andmeanalüüsis tekkis 2 alakategooriat, mis iseloomustasid suuremalt jaolt tervisespordikeskuste vajadusi ja see jagunes järgmiselt: rahaline tugi ja arendus- ja koostöötegevused, mis on allpool ka kirjeldatud.

- **Rahaline tugi:**
 - **Investeeringud.** Mitmekülgse taristu väljaarendamiseks (rajad, rajatised – staadion, mänguväljakud, palliplatsid, *pumptrackid*, jõulinnakud, puhkealad jne) ning tehnika soetamiseks (rajatraktor, kergtehnika ja muu rajahooldustehnika). Olme- ja teenindustingimused on amortiseerumas või puudulikud, et head teenust pakkuda.

Lisaks on oluline, et tervisespordikeskus oleks KOV ja maakonna prioriteetide hulgas, et saaks taotleda regionaalsetest või üleriigilistest meetmetest investeerimistoetust.

- **Haldamine ja hoolduskulud.** Vajalik on suurem tugi halduskuludeks, sest praegusest toetusest ja omavahenditest ei suuda radade hooldust ja kunstlume tootmist teostada piisavalt hästi.
- **Inventar ja rendivarustus.** Vajadus lisainventari ja -vahendite soetamiseks (koonused, ajavõtutehnika, telgid, stardinumbrid, jm). Vajadus rendivarustuse (suusad, kepid, saapad, uisud, jalgrattad, rullsuusad jm) ja selle hoolduseks vajaliku lisatehnika soetamiseks (kuivatuskapid, hooldepingid, jm).
- **Teenuste pakkumiseks koolidele.** Võiks olla osaline toetus lastele teenuste kasutamiseks keskustes, mis hõlmab erinevate alade proovimise võimaldamist. See kulu oleks siis treenerite kaasamiseks või renditeenuse osaliseks hüvitamiseks. Kõige olulisemaks peetakse suusavarustuse rendikulu osalist toetamist.
- **Arendus- ja koostöötegevused:**
 - **Koolide ja teiste KOV allasutustega koostöö** tõhustamine ning tervikliku vaate kujundamisel liikumistegevuste ja -taristu osas. Ühise liikumisstrateegia loomine, mis hõlmaks ka koolide ning regionaalsete tervisespordikeskuste rolle selles. Lisaks seda puudutavate uuringute läbiviimist ja tulemuste rakendamist.
 - **Ühistranspordi planeerimisel** arvestada sellega, et looks ühistranspordiga võimaluse koolivõrgu ja regionaalsete tervisespordikeskuste omavahelise koostöö heaks toimimiseks.

Riik

Riigi suunal nähakse laiemaid ja suuremaid vajadusi, mida tervisespordikeskused, koolid ja KOV-id ise ei suuda lahendada. Riigi suunal sisu ja ootused märkimisväärselt ei muutunud, mida oodati ka KOV-ide suunal. Andmeanalüüsis tekkisid samuti 2 alakategooriat: rahaline tugi ja arendus- ja koostöötegevused, mis on allpool ka kirjeldatud.

- **Rahaline tugi:**
 - **Investeeringud.** Oluline, et jätkuks toetusmeetmed regionaalsete tervisespordikeskuste arendamiseks ning olme- ja teenindushoonete rajamiseks.
 - **Haldamine ja hoolduskulud.** Vajalik on riiklik tugi (tegevustoetus) halduskuludeks, sest praegusest KOV toetusest ja omavahenditest ei suuda radade hooldust ja kunstlume tootmist teostada piisavalt hästi.

- **Inventar ja rendivarustus.** Vajadus lisainventari ja -vahendite soetamiseks (koonused, ajavõtutehnika, telgid, stardinumbrid, jm). Vajadus rendivarustuse (suusad, kepid, saapad, uisud, jalgrattad, rullsuusad jm) ja selle hoolduseks vajaliku lisatehnika soetamiseks (kuivatuskapid, hooldepingid, jm).
- **Teenuste pakkumiseks koolidele**
Võiks olla osaline toetus lastele teenuste kasutamiseks keskustes, mis hõlmab erinevate alade proovimise võimaldamist. Nagu hetkel on kultuurirahitsa programm või tasuta ujumisõppe toetamine koolides.
- **Arendus- ja koostöötegevused:**
 - **Üleriigilise koostöö** tõhustamine ning tervikliku vaate kujundamisel liikumistegevuste ja -taristu osas. Ühise liikumisstrateegia loomine, mis hõlmaks ka koolide ning regionaalsete tervisespordikeskuste rolle selles. Lisaks seda puudutavate uuringute läbiviimist ja tulemuste rakendamist.

4. Arutelu

Käesoleva magistritöö eesmärk oli selgitada välja koostöövõimalused regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide vahel. Eesmärgi täitmiseks püstitati kolm uurimisküsimust, mille valguses arutlengi järgnevalt uuringu olulisemate tulemuste üle.

Praegu toimuvad koostööd regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide vahel

Arvestades laste ja noorte kehva tervise- ja liikumisstatistikat, on iga katse seda positiivselt muuta proovimist väärt. Tervisespordikeskuste ja koolide omavahelise koostöö tõhustamine on kindlasti üks viis seda muuta. Ühtlasi toetab see mõtteviisi, millest on alates Norra ja Soome lähtunud, et on oluline rajada kodulähedasi sportimispaikasad, mis on atraktiivsed, mugavad, sobilikud suurele kasutajaskonnale ja tasuta kasutamiseks (Norra *et al.*, 2013). Sama mõtteviisiga arendavad ennast ja loovad kasutusvõimalusi tervisespordikeskused üle Eesti. Jyväskylä eeskuju loob sidemed õpilaste ja sporditaristu vahel, pakkudes õpilastele treeningprogramme ja seda tasuta (Jyväskylä, 2023).

Praegu Eestis toimuvad tervisespordikeskuste ja koolide vahelised koostööd on enamasti suusatamisekesksed ja enamasti talvel, kuid on ka kevadisi ja sügisesi tegevusi. Tegevused toimuvad enamasti õuetegevustena ja seda lähenemist toetab ka Rootsi koolides rakendatav lahendus, et õpilastele pakutakse mitmekülgseid tegevusi ja tekitatakse liikumishuvi koolipäeva jooksul ning eriti tõstetakse seda esile koolipäeva jooksul õues ja looduses viibimisena (Promoting physical..., 2018).

Tervisespordikeskused on motiveeritud, et kaasata koolid nende võimalusi rohkem kasutama ning ootavad lapsi ja noori ning nende vanemaid ka koolivälisel ajal loodusesse liikuma. Uuringust tuli välja, et koolivälisel ajal ilmneb positiivseid seosed keskuste kasutamises nii laste kui ka õpetajate osas. Tullakse tagasi koos perega ning osaletakse ka seal korraldatavatel üritustel.

Mis toetab või takistab üldhariduskoolide ja regionaalsete tervisespordikeskuste omavahelist koostööd?

Koostöö peamiseks toetajaks on tegur, et tervisespordikeskuste taristu on hooldatuna aastaringselt kasutamiseks ja koolide lähedal pole piisavalt sportimisvõimalusi. Nõnda saaksid tervisespordikeskused katta seda puudust, sest see tühimik tuleb kindlasti mingil viisil täita. Samuti on tervisespordikeskusel olemas või arendamisel rendivarustus ja olme- ning teenindustingimused. Ühtlasi on tervisespordikeskused riigi ja KOV-ide investeeringute toel arendamisel ning neile on ülesandeks antud ka enda teenuste ja tegevuste arendamine.

Avaliku ruumi (sh tervisespordikeskuste) riskasutust toetavad nii naaberriikide näited kui ka rahapuudus, mis sunnib läbi mõtlema ning muutuma efektiivsemaks. Üha olulisemaks on ka ökoloogilise jalajälje vähendamise vajadus ning koostöövõimaluste ja keskkonna kasutamise seoste loomine (Simula & Itkonen, 2017).

Takistusena toodi mõlema osapoolte poolt välja erineva kaaluga tegureid. Peamised olid rahalised vajadused, aga oli ka lihtsamaid, mida saaks kohe lahendada. Näiteks tunniplaani muutmine, et suusatunnid toimuks pikema perioodi peale hajutatult, kuna kunstlume võimekus saab seda pakkuda. Kindlasti leiavad paljud takistused ise lahendused, kui neid koos läbi mõelda.

Millised on võimalused koostöö edendamiseks eri osapoolte vaates?

Regionaalsed tervisespordikeskused on tõestanud ennast populaarsete külustuskohtadena ning saavutanud keskuste arendamiseks vajalikke investeeringuid. Neil on ühiselt ka moraalne kohustus oma teenuseid ja tegevusi edasi arendada ning disainida. Tervisespordikeskused on hetkel uuritavas koostöös aktiivsem poolt ning tänastes oludes on neis potentsiaal võtta selles initsiatiiv, et koos koolidega ühist vaadet kujundada.

Soome ja teiste Põhjamaade näidetest tulenevalt on vajadus luua Eestis samuti avaliku ruumi ülene ühine liikumisprogramm ning tervikvaade nii KOV-ides kui ka terves maakonnas. Ükski osapool ei saa edasi toimetada omapäi ja kitsalt, vaid vastupidi. Magistr töö praktilise väärtusena näeb autor koolide ja tervisespordikeskuste koostöö tõhustumist tulevikus. Senine Eesti Terviserajad SA võrgustikus toimunud omavaheline koostöö terviseradade ja regionaalsete tervisespordikeskuse vahel on tõstnud ka tervisespordikeskuste võimekust ning valmisolekut võtma suuremaid kohustusi ning vastutust. Magistr töö piiranguna võib pidada asjaolu, et koolide poolt teema laiemal avamisel oleks vaja kaasata ka koolijuhid ja õppejuhid, et selles koostöös terviklikumat vaadet kujundada. Seda saab aga teha järgmistes uuringutes ja koostöötegevustes.

Autori edasised plaanid jätkutegevustena

Magistr tööst tulenevalt on autoril edaspidi plaanis jätkuvalt inspireerida osapooli antud uuritud teema osas edasiminekul ning ka ise sellese panustades. Lisaks on plaanis panustada järgmiste tegevuste elluviimisel:

- Planeerida arendusseminare koostöös regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolidega, et omavahelist koostööd tõhustada. Kaasata sellesse ka Eesti Terviserajad SA ning teised vajalikud partnerid.

- Arutada tervisespordikeskuste ja koolide koostöö tõhustamist liikumisõpetajatega üle Eesti. Lähim kohtumine on juunis Jõulumäe Tervisespordikeskuses liikumisõpetajate suvekoolis LIISU 2023.
- Perekesksete teenuste ja toodete disainimine regionaalsetes tervisespordikeskustes (arendusseminarid ja uurimused).
- Uuringu elluviimine Haridus- ja Teadusministeeriumi ning Kultuuriministeeriumi koostöös, et kaardistada üldhariduskoolide sporditaristu ja -inventari seisuga ning nende kasutamist ka väljaspool kooli.
- Broneerimissüsteemi arendamine koostöös Riigikantselei Innovatsioonimeetmega (nt Belgia näitel, kus on arendamisel digitaalse ligipääsu loomine spordiväljakutele ning broneerimissüsteem).

Kõik need neli ettepanekut on tehtud Kultuuriministeeriumi poolt veetava riikliku liikumisaktiivsuse edendamise tegevuskavva 2023-2026, kus partneriteks on ka Sotsiaalministeerium, Haridus- ja Teadusministeerium, erinevad riigiasutused ning erialaorganisatsioonid.

Tänuõnad

Täna kõiki uuringus osalenud koolide ja regionaalsete tervisespordikeskuste esindajaid, kel on osa antud magistr töö valmimises. Täna oma juhendajaid Laura Kirssi ja Kaarel Zilmerit nende panuse ja toe eest magistr töö kirjutamisel. Täna magistriõppe seminari õppejõude, eriti Pihel Hunti, kes süvenes minu töösse eriti põhjalikult ja andis mulle kõige olulisematel hetkedel tagasisidet. Täna magistr töö retsensent Mario Mäeotsa ja andmeanalüüs toeks olnud kaaskodeerijat. Lisaks soovin tänada oma koostööpartnereid ja kursusekaaslast, kes olid abiks nii nõu kui ka jõuga. Täna oma pere ning kolleegid, kes olid mulle toeks ja võimaldasid mul leida aega magistr töö kirjutamiseks.

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.

Alo Lõoke

/allkirjastatud digitaalselt/ 25.05.2023

Kasutatud kirjandus

Almanza, E., Jerrett, M., Dunton, G., Seto, E., & Ann Pentz, M. A study of community design, greenness, and physical activity in children using satellite, GPS and accelerometer data. *Health&Place, Volume 18, Issue 1*, January 2012, 46-54.

Barboza, E. P., Cirach, M., Khomenko, S., Jungman, T., Mueller, N., & Barrera-Gomez, J. (2021). *Green space and mortality in European cities: a health impact assessment study. The Lancet. Planetary Health. Volume 5, issue 10*, E718-E7130.

Bentsen, P., Mygind, L., Elsborg, P., Nielsen, G., & Mygind, E. (2021). Education outside the classroom as upstream school health promotion: 'adding-in' physical activity into children's everyday life and settings. *Scandinavian Journal of Public Health - February 2021*. DOI: 10.1177/1403494821993715

Eesti Spordipoliitika 2030 elluviimise aruanne 2022. (2023).
<https://www.kul.ee/media/4887/download>

Eesti Statistika. 2023. Eesti Statistikaameti koduleht. <https://www.stat.ee/et>

Eesti Terviserajad. (2021). Eesti Terviserajad 2021-2025 strateegia.
<https://terviserajad.ee/uldinfo/>

Eesti Terviserajad. (2022). Eesti Terviserajad üldinfo. <https://terviserajad.ee/uldinfo/>

Eurostat. 2021. Healthy live years statistics. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Healthy_life_years_statistics

Guest, G., Namey, E. E. & Mitchell, M. L. (2013). *Collecting Qualitative Data: A Field Manual for Applied Research* (pp. 41-74). SAGE Publications, Ltd.
<https://doi.org/10.4135/9781506374680>

Jyväskylä. 2023. Jyväskylä linna koduleht.
<https://www.jyvaskyla.fi/liikuntapaakaupunki/tiedajatunne>

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

Kolu, P., Kari, J.T., Raitanen, J., Sievänen, H., Tokola, K., Havas, E., Pehkonen, J., Tammelin, T. H., Pahkala, K., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O. T., & Vasankari, T. (2022). *Economic burden of low physical activity and high sedentary behaviour in Finland J Epidemiol Community Health. 2022 juuli;76(7):677-684*
<https://jech.bmj.com/content/jech/76/7/677.full.pdf>

Kultuuriministeerium. (2018). Regionaalsete tervisespordikeskuste väljaarendamise toetamise tingimused ja kord perioodil 2019–2022. <https://kul.ee/regionaalsete-tervisespordikeskuste-toetamine>

Kultuuriministeerium. (2021). Liikumisharrastuse edendamine. Kontseptsioon. <https://kul.ee/sport-ja-liikumine/spordikorraldus/sport-2030>

Kultuuriministeerium. (2022). Õpilaste liikumisaktiivsuse uuring 2021. <https://kul.ee/media/4236/download>

Kultuuriministeerium. (2022). Ülevaade “Eesti Spordipoliitika põhialuste aastani 2020” elluviimisest 2021. aastal. <https://www.spordiregister.ee/aruanne/>

Lee, E-Y., Lannoy, L., Li, L., de Barros, M. I. A., Bentsen, P., Brussoni, M., Crompton, L., Fiskum, T.A., Guerrero, M., Hallås, B.O., Ho, S., Jordan, C., Leather, M., Mannion, G., Moore, S. A., Hansen Sandseter, E. B., Spencer, N. L. I., Waite, S., Wang, P-Y., & Tremblay, M. S. (2022). *Play, Learn, and Teach Outdoors—Network (PLaTO-net): terminology, taxonomy, and ontology* <https://doi.org/10.1186/s12966-022-01294-0>

Lemberg, G. M., Riso, E. M., Fjortoft, I., Kjonniksen, L., Kull, M., & Mäestu, E. (2023). *School Children's Physical Activity and Preferred Activities during Outdoor Recess in Estonia: Using Accelerometers, Recess Observation, and Schoolyard Mapping. Children (2023), 10(4), 702.* <https://doi.org/10.3390/children10040702>

Lepik, K., Harro-Loit, H., Kello, K., Linno, M., Selg, M., & Strömpl, J. (2014). *Sotsiaalse analüüsi meetodite ja metodoloogia õpibaas.* <https://samm.ut.ee/intervjuu>

Linno, M. (2020). Transkribeerimine, M-L. Tikerperi (toim). *Kvalitatiivsed uurimismeetodid sotsiaalteadustes.* <https://sisu.ut.ee/kvalitatiivne/transkribeerimine>

Mckay, H. A., & Naylor, P. J. (2009). Prevention in a first place: Schools a setting for action on physical inactivity. *Br. J. Sports Med.* (2009), 43, 10-13.

Norra, J., Ruokonen, R., & Hintala, V. (2013) *Jyväskylä Kaupungin lähiliikuntaolosuhteiden nykytilanne ja kehittämissuhteudet – loppuraportti.* Nuori Suomi palvelut OY.

<https://www.jyvaskyla.fi/sites/default/files/atoms/files/lahiliikuntapaikkasuunnitelma.pdf>

Pihu, M. (2009). The components of social-cognitive models of motivation in predicting physical activity behaviour among school students. *Dissertationes Kinesiologiae Universitatis Tartuensis.*

Simula, M., & Itkonen, H. (2017). *The research project series Towards an Ecologically Sustainable Sports Culture (Kekli).* <https://converis.jyu.fi/converis/portal/detail/Publication/27774662>

Statistikaamet. (2021) Üldharidus. <https://www.stat.ee/et/avasta-statistikat/valdkonnad/haridus/uldharidus>

Strömpl, J. (2023) Üldmetodoloogilised küsimused. <https://sisu.ut.ee/kvalitatiivne/%C3%BCldmetodoloogilisi-k%C3%BCsimusi>

Spordikoolituse ja -Teabe Sihtasutus (2013). Koolide sportimistingimuste kaardistamine. http://www.spordiregister.ee/spordivahendid/Koolide_sportimistingimused_aruanne.pdf

Suomen Latu (2023). *Tutkimus: Suomalaiset haluavat kehittää liikuntapaikoista eniten ulkoilun olosuhteita*. <https://www.suomenlatu.fi/uutiset/vaikuta/tutkimus-suomalaiset-haluavat-kehittaa-liikuntapaikoista-eniten-ulkoilun-olosuhteita.html>

Suomi, K., Sjöholm, K., Matilainen, P., Glan, V., Nuutinen, L., Myllylä, S., Pavelka, B., Vehkakoski, K., & Lee, A. (2012). Liikuntapaikkapalvelut ja väestön tasa-arvo. Seuranatutkimus liikuntapaikkapalveluiden muutoksista 1998-2009. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/40972>

Tartu Ülikooli Eetikakeskus (2017). *Hea teadustava*. https://www.eetika.ee/sites/default/files/www_ut/hea_teadustava_trukis.pdf

Tartu Ülikooli Liikumislabor (2017). Liikumisõpetuse kontseptsioon. Kehalise kasvatus ümberkujundamine liikumisõpetuseks. https://www.liikumakutsuvkool.ee/wp-content/uploads/2020/09/Liikumis%C3%B5petuse_kontseptsioon2017.pdf

Tartu Ülikooli liikumislabor (2022). LIIKUMINE, ÕPPIMINE JA HEAOLU. Ülevaade teadusuuringutest ja parimatest praktikatest koolides. Tartu: Haridus- ja Teadusministeerium.

Tartu Ülikooli sporditeaduste ja füsioteraapia instituudi liikumislabor. (2021). Maailma terviseorganisatsiooni (WHO) soovitus kehalise aktiivsuse ja istuva eluviisi kohta. <https://www.liikumakutsuvkool.ee/wp-content/uploads/2021/03/WHO-liikumissoovitused.pdf>

Tervise Arengu Instituut (2020). Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018. õppeaasta uuringu raport. <https://www.tai.ee/et/valjaanded/eesti-kooliopilaste-tervisekaitumine-20172018-oppeaasta-uuringu-raport>

Tervise Arengu Instituut (2015). Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring. 2013/2014 õppeaasta. <https://www.tai.ee/et/valjaanded/eesti-kooliopilaste-tervisekaitumise-uuring-20132014-oppeaasta-tabelid>

Toetuse eraldamine eelarvevahenditest 2023-2026 regionaalsete tervisespordikeskuste edasiarendamise toetuste taotlusvoor. <https://toetused.kul.ee/public/decisions/1053/document>

Toetuse eraldamine taotlusvoorst “Regionaalsete tervisespordikeskuste olme- ja teenindushoonete rajamise toetus”. <https://toetused.kul.ee/public/decisions/1092/document>

Tyrväinen, L., Pauleit, S., Seeland, K. & De Vries, S. (2005). *Benefits and Uses of Urban Forests and Trees* http://dx.doi.org/10.1007/3-540-27684-X_5

Vabariigi Valitsus. 2011. Ainevaldkond “Kehaline kasvatus”. “Gümnaasiumi riiklik õppekava” Lisa 7. <https://www.riigiteataja.ee/aktiis/1290/8201/4018/141m%20lisa20.pdf#>

Õunapuu, L. (2014). Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes. *Tartu Ülikool eBooks*. <https://dspace.ut.ee/handle/10062/36419>

Lisa 1. Intervjuukava regionaalse tervisespordikeskuse juhile

Intervjuu ja intervjuu eesmärgi tutvustus. Konfidentsiaalsuse info. Käesoleva intervjuu fookuses on saada hea ülevaade uuritava teema praktilisest sisust ja arendusvõimalustest keskuse tegevjuhi vaatest.

Sissejuhatus

1. Mis on teie amet ja põhitegevused?
2. Kui suur on keskuse meeskond?
3. Kui oluline on keskuse tegevustes koostöö üldhariduskoolide ja lasteaedadega?
4. Millised on keskuse võimalused üldhariduskoolide vastuvõtmiseks?

Koostöömudelid

1. Millised on tänased koostöömudelid üldhariduskoolidega?
2. Kuidas see jaguneb aastaegade kaupa?
3. Kas koolid on regulaarsed partnerid?
4. Mitu inimest ja mis ametid nendega tegelevad? Kas kasutate ka väliseid partnereid?
5. Kas teete koostööd ka kohalike teiste keskuste ja teenusepakkujatega?

Arenguvõimalused. Takistused ja toetavad tegurid.

1. Mis toetab tänast koostööd?
2. Mis takistab tänast koostööd?
3. Millisena te ise näete parimaid koostöömudeleid?
4. Kas ja kuidas te analüüsitate tänast koostööd ja kuidas kogute tagasisidet?
5. Kuidas te reklaamite enda tegevusi üldhariduskoolide seas?
6. Kuidas saaks aidata välised partnerid nagu KOV-id, SA Eesti Terviserajad, riik (Kultuuriministeerium)?
7. Millised on keskuse arenguvajadused?
8. Kust te ise inspiratsiooni kogute ja kellelt õpite?
9. Milliseid enda häid praktikaid ja tugevusi võiksite jagada/õpetada ka teistele?
10. Kas on näha ka seda, et kooliõpilased kes teid koolidega külastavad, külastavad hiljem ka oma peredega? Kas see tuleb välja ka teie võistlustel ja üritustel?

Lisa 2. Intervjuukava partnerkooli esindajaga

Intervjuu ja intervjuu eesmärgi tutvustus. Konfidentsiaalsuse info. Käesoleva intervjuu fookuses on saada hea ülevaade uuritava teema praktilisest sisust ja arendusvõimalustest kooli vaatest.

Sissejuhatus

1. Mis on teie amet ja põhitegevused?
2. Kui suur on teie kooli õpilaste arv ja kuidas see jaguneb klassikomplektidena?
3. Millised on teie kooli sportimis- ja liikumisvõimalused?
4. Mis on teie koolile lähimad terviserajad ja regionaalsed tervisespordikeskused?
5. Kui oluliseks peate te kooli õpilaste ja õpetajate õppetööks looduskeskkonna kasutamist väljaspool kooli?

Koostöömudelid

1. Millised on teie kooli koostöömudelid regionaalsete tervisespordikeskustega?
2. Milliseid ainetunde te keskustes läbi viiete?
3. Kas te viiete ainetunde läbi ise või kasutate keskuse teenuseid?
4. Kas te kasutate ainetundideks enda kooli ja laste/noorte sportimisinventari või laenutate selle regionaalsetest tervisespordikeskusest?
5. Kui kaua on see koostöö kestnud ja kui regulaarne see on?
6. Kuidas see jaguneb aastaegade kaupa?
7. Kas teete koostööd teiste samalaadsete keskuste ja teenusepakkujatega?
8. Milline on kooli õpilaste ja õpetajate tagasiside senisele koostööle?
9. Kas on teada kooli õpilaste ja õpetajate poolt regionaalsete tervisespordikeskuste kasutamist ka koolivälisel ajal?

Arenguvõimalused. Takistused ja toetavad tegurid.

1. Mis toetab tänast koostööd?
2. Mis takistab tänast koostööd?
3. Millisena te ise näete parimaid koostöömudeleid?
4. Kas ja kuidas te analüüsite tänast koostööd ja kuidas kogute tagasisidet?
5. Kas te olete arutanud tagasisidet ka regionaalsete tervisespordikeskustega?
6. Milliseid teenuseid, olme- ja teenindustingimusi peaks regionaalsed tervisespordikeskused arendama?
7. Kas ja kuidas saaks tõhustada koostööd aastaringselt?

8. Kas ja kuidas saaksite te ise aidata kaasa heade koostöömudelite arendamisel regionaalsete tervisespordikeskustega?

Lisa 3. Fookusgrupi intervjuukava regionaalsete tervisespordikeskuste juhtidele

Intervjuu ja intervjuu eesmärgi tutvustus. Konfidentsiaalsuse info. Käesoleva intervjuu fookuses on saada hea ülevaade uuritava teema praktilisest sisust ja arendusvõimalustest keskuste vaatest.

Sissejuhatus

1. Mis on teie amet ja põhitegevused?
2. Miks on regionaalsed tervisespordikeskused olulised?
3. Kui pikk on teie tööstaaž juhina?
4. Mis on regionaalsete tervisespordikeskuste peamised eesmärgid?
5. Millised on teie keskuse võimalused üldhariduskoolide vastuvõtmiseks?

Koostöö

1. Kui oluline on keskuse tegevustes koostöö üldhariduskoolide ja lasteaedadega?
2. Kui palju koole ja klasse teid aasta jooksul keskmiselt külastab?
3. Eesti elanike liikumisaktiivsus on madal. Kui aga see kahekordistuks, kas inimesed mahuks teie keskustesse ära?
4. Millised on toimivad koostöömudelid koolidega?
5. Kuidas see jaguneb aastaegade kaupa? Kui peamine on talv, siis kuidas tõsta kevade ja sügise osa?
6. Kui suure osa teie tegevustest moodustab töö üldhariduskoolidega?

Arenguvõimalused. Takistused ja toetavad tegurid.

1. Mis toetavad üldhariduskoolide ja regionaalsete tervisespordikeskuste koostööd?
2. Mis takistab koolide ja keskuste koostööd (koolide suunal, riik/KOV suunal)?
3. Millised on arenguvõimalused ja -ootused keskuste vaatest (koolide, riik/KOV suunal)?
4. Milline võiks olla koostöö regionaalsete tervisespordikeskuste vahel?

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Alo Lõoke,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose

“Regionaalsete tervisespordikeskuste ja üldhariduskoolide koostöövõimalused, neid toetavad ja takistavad tegurid, nende arenguvõimalused ja -vajadused”, mille juhendajad on Laura Kirss ja Kaarel Zilmer, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace 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.

Alo Lõoke
25.05.2023