

**LIIKUMA**  
KUTSUV KOOL

# 2018.–2021. aasta üldhariduskoolide rahulolu ja koolikeskkonna küsitlus.

## Teemaploki “Liikumisvõimalused koolis” ülevaade”

**Analüüsi teostajad: Triin Vihalemm, Liina-Mai Tooding**  
Ühiskonnateaduste instituut  
Tartu Ülikool • 2021

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants



TARTU ÜLIKOOL



SOTSIAALMINISTEERIUM



TARTU ÜLIKOOL  
liikumislabor

# Sisukord

Eesmärk • 3

Metoodika • 3

Tulemused • 6

Liikumisvõimaluste seos koolikogemusega • 6

LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide võrdlus • 8

Kokkuvõte • 13

# Eesmärk

Analüüsi eesmärgiks on hinnata:

- ▶ kuidas liikumisvõimalused koolipäeva jooksul mõjutavad õpilaste koolikogemust?
- ▶ kuidas Liikuma Kutsuvate Koolide (edaspidi lühendatult LKK) programmi ja võrgustikku kuuluvate koolide liikumisvõimalused erinevad LKK võrgustikku mittekuuluvatest koolidest?

Analüüs on teostatud nelja aasta õpilasküsitluse koondandmete põhjal eesmärgiga hõlmata koole LKK programmi rakendamise erinevatel aastatel, sh ka liikumisvõimaluste suhtes kriitilistel koroonaaastatel. Koondandmete analüüs peegeldab LKK programmi mõju pikema ajaperioodi jooksul.

## Metoodika

### Küsitlus

Analüüs põhineb üldhariduskoolide rahulolu- ja koolikeskkonna küsitlusel (<https://harno.ee/riiklikud-rahulolukusitlused>). Üldhariduskoolide õpilaste küsitlusi on aastast 2017 läbi viidud igal aastal. Küsitlusi korraldab ja viib läbi Haridus- ja Noorteamet koostöös Haridus- ja Teadusministeeriumiga. Küsitlusele vastavad 4., 8. ja 11. klassi õpilased. Küsitlus sisaldab ka teemaplokki „Liikumisvõimalused koolis“.

Rahuloluküsitlused viidi läbi elektroonselt. Küsimustikud esitati osalejatele Lime Survey internetipõhise küsitlusteenuse kaudu. Küsimustikule vastamine oli anonüümne. Rahuloluhinnanguid küsiti nõustumise-mittenõustumisena väitega. Vastuste skaala oli enamiku väidete puhul 5-punktiline: 1 - ei ole üldse nõus, 2 - pigem ei ole nõus, 3 - natuke nõus ja natuke vastu, 4 - pigem olen nõus, 5 - olen täiesti nõus.

### Küsimused

Liikumisvõimaluste plokk sisaldas järgmisi väiteid:

- ▶ Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis koolimajas aktiivselt liikuda;
- ▶ Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna;
- ▶ Tundides ei pea ma kogu aeg istuma, vaid saan vahepeal liikuda, näiteks rühmatööd tehes või ülesandeid lahendades;
- ▶ Õpetajad julgustavad meid vahetunnis aktiivselt liikuma;
- ▶ Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi;
- ▶ Kooli või trenni minnes eelistan ma liikuda kas jalgsi, rattaga või tõukerattaga (v.a elektriratas)
- ▶ Olen rahul kooli spordisaali ja -vahenditega

Lisaks on analüüsil kasutatud järgmisi väiteid:

- ▶ Koolipäev on minu jaoks väsitav
- ▶ Rühmatööd on õpetaja tundide tavapärane osa
- ▶ Käime õppetöö raames klassiga sageli väljaspool kooli
- ▶ Tunnen ennast koolis hästi
- ▶ Enamasti lähen ma kooli hea meelega
- ▶ Ma saan klassikaaslastega hästi läbi

## Valim

Rahuloluküsitlustes on osalenud kokku 507 kooli ning küsimustele vastanud on kokku 112198 õpilast.

Tabel 1 toob välja valimi struktuuri klasside ja soo lõikes. Kui neljandas klassis on poisse ja tüdrukuid enamvähem võrdselt, siis kaheksandas ja eriti üheteistkümnendas klassis on vastajate seas tüdrukute ülekaal.

**Tabel 1.** Valimi struktuur.

	LKK koolide õpilased	Mitte LKK koolide õpilased
<b>4. klass, sh</b>	<b>14443</b>	<b>39276</b>
tüdrukud	7297	15111
poisid	7246	15165
<b>8. klass, sh</b>	<b>11570</b>	<b>25769</b>
tüdrukud	5833	12995
poisid	5737	12774
<b>11. klass, sh</b>	<b>3600</b>	<b>17540</b>
tüdrukud	2104	10101
poisid	1496	7439

LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide jaotus klasside kaupa on toodud tabelis 2. LKK võrgustikku kuuluvate koolide arv valimis on aasta-aastalt suurenenud, kuna võrgustikku liitub järjest uusi koole.

**Tabel 2.** Küsitluses osalenud LKK võrgustiku kuuluvad ja mittekuuluvad koolid erinevates klassiastmetes.

	LKK koolide arv	Mitte LKK koolide arv
<b>2018</b>		
4. klass	33	301
8. klass	30	283
11. klass	9	123
<b>2019</b>		
4. klass	72	336
8. klass	66	301
11. klass	26	106
<b>2020</b>		
4. klass	94	266
8. klass	89	246
11. klass	34	105
<b>2021</b>		
4. klass	133	252
8. klass	122	235
11. klass	42	97

## Andmeanalüüs

Andmete statistiliseks analüüsiks kasutati andmeanalüüsiprogrammi SPSS. Kasutati kolme analüüsimeetodit: 1) võrreldi üksiktunnuste lõikes vastuste keskmisi (skaalal 1-5); 2) loodi ülevaatlikumad indekstunnused mitme üksiktunnuse põhjal ning võrreldi nende keskmisi (skaala 0-2 või 0-3); 3) võrreldi korrelatsioone e seoseid kahe üksiktunnuse vahel.

Analüüsis on kasutatud kolme indekstunnust. Indekstunnus „liikumisvõimalused vahetunnis“ koondab nõustuvaid vastuseid väidetele: „Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis koolimajas aktiivselt liikuda“ ning „Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna“. Skaala varieerub 0 kuni 2ni (2=mõlema väitega nõustumine, 1=ühe väitega nõustumine, 0=mõlema väitega mittenõustumine).

Indekstunnus „liikumisvõimalused tunnis“ koondab nõustuvaid vastuseid väidetele: „Tundides ei pea ma kogu aeg istuma, vaid saan vahepeal liikuda, näiteks rühmatööd tehes või ülesandeid lahendades“ ning „Rühmatööd on õpetaja tundide tavapärane osa“. Skaala varieerub 0 kuni 2ni (2=mõlema väitega nõustumine, 1=ühe väitega nõustumine, 0=mõlema väitega mittenõustumine).

Indekstunnus „liikumissõbralik õhkkond koolis“ koondab nõustuvaid vastuseid väidetele: „Õpetajad julgustavad meid vahetunnis aktiivselt liikuma“, „Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi“ ning „Kas Sinult on koolis küsitud, kuidas võiks kooli ruume, tunde või vahetunde niimoodi korraldada, et õpilased vähem istuks ja rohkem liiguks?“. Kuigi liikumismängud haaravad peamiselt nooremaid õpilasi, näevad neid samades kooliruumides olles ka vanemad õpilased ning

väike osa neist on ise noorematele mängujuhtideks. Samuti haarab küsimus erinevaid ühekordseid või regulaarseid tegevusi, mida korraldavad ka vanemad õpilased. Need tegevused kujundavad arusaama, et koolis on liikumine väärtustatud. Koondtunnuse väärtust mõõdeti kolmepunktilisel skaalal (3= mõlema väitega nõustumine ning jaatav vastus õpilaste kaasamise küsimusele, 0 = mitte ühegi väitega nõustumine ja kaasamiskogemuse puudumine).

# Tulemused

## Liikumisvõimaluste seos koolikogemusega

Selleks et leida, kuidas liikumisvõimaluste tajumine mõjutab üldist koolikogemust, teostati korrelatsioonianalüüs liikumisvõimalusi näitavate indekstunnuste ning üldist koolikogemust näitavate tunnuste vahel. Viimasteks valiti: kooliväsimuse tunnetaamine, hea enesetunne koolis ning heal meelel kooli minemine. Seoseanalüüs tehti kõikide koolide õpilaste puhul, sõltumata LKK võrgustikku kulumisest. Eristati kolme klassiastet. Tulemused on toodud tabelis 3. Üldiselt on liikumisvõimaluste olemasolu koolipäeva jooksul ning kooli üldine liikumissõbralik õhkkond seotud õpilaste positiivse koolikogemusega – paremate liikumisvõimaluste tajuga kaasneb vähem kooliväsimust ning rohkem koolirõõmu.

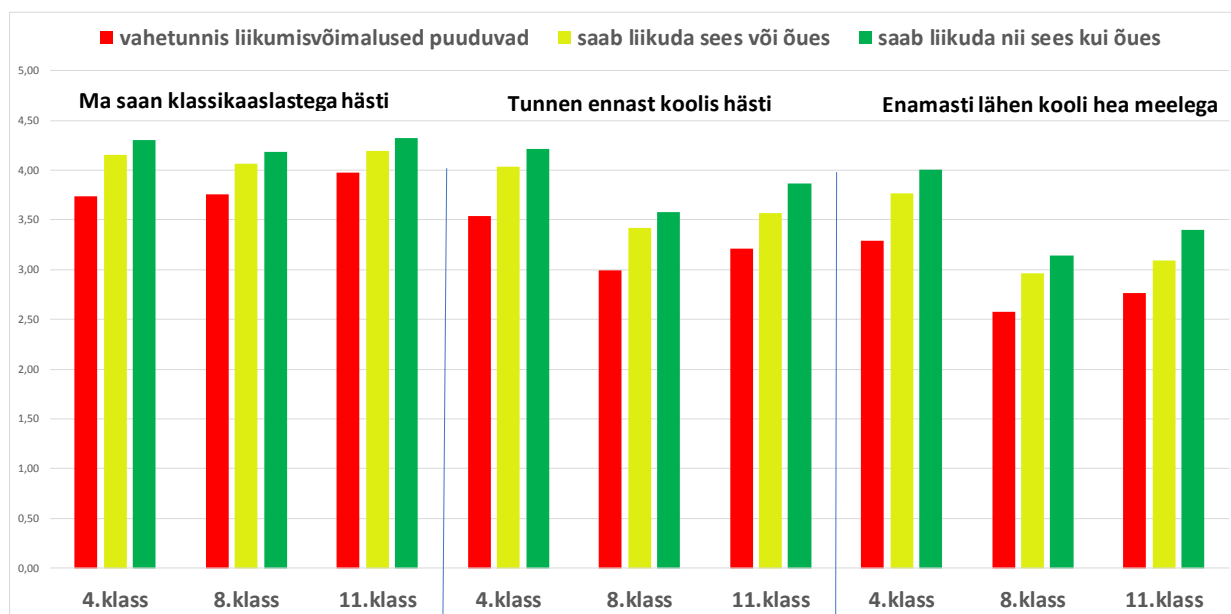
Negatiivne seos väsitava koolipäeva ning tajutud liikumisvõimaluste vahel näitab, et mida rohkem tajutakse koolipäeva jooksul erinevaid liikumisvõimalusi ja kooli üldist liikumissõbraliku õhkkonda, seda vähem väsinuna end koolis tuntakse. Tugevamad seosed (rasvases kirjas esile toodud) on väsitava koolipäeva ning liikumisvõimaluste taju vahel just 11.klassides. Tunnis liikumise võimalused on olulised hea enesetunde loojad kõigis vanuseastmetes – tunnuse „Tunnen enda koolis hästi“ ja tunnis liikumise võimaluste vahel on tugevamad seosed (eristatud rasvases kirjas). Samuti panustab kooli üldine liikumissõbralik õhkkond koolirõõmu tekkimisse – tunnuste „Enamasti lähen ma kooli hea meelega“ ning kooli liikumissõbralikkuse ja tunnis liikumise võimaluste vahel on tugevamad seosed.

**Tabel 3.** Liikumisvõimaluste ning koolikogemuse seosed.

	<b>Koolipäev on väsitav</b>	<b>Tunnen ennast koolis hästi</b>	<b>Enamasti lähen ma kooli hea meelega</b>
<b>Vahetunnis liikumise võimalused 4.kl</b>	-,026**	,214**	,210**
<b>Kooli liikumissõbralik õhkkond 4.kl</b>	-,059**	,259**	<b>,262**</b>
<b>Tunnis liikumise võimalused 4.kl</b>	-,063**	<b>,301**</b>	<b>,295**</b>
<b>Vahetunnis liikumise võimalused 8.kl</b>	-,044**	,202**	,183**
<b>Kooli liikumissõbralik õhkkond 8.kl</b>	-,060**	,223**	,218**
<b>Tunnis liikumise võimalused 8.kl</b>	<b>-,093**</b>	<b>,283**</b>	<b>,261**</b>
<b>Vahetunnis liikumise võimalused 11.kl</b>	<b>-,115**</b>	,237**	,214**
<b>Kooli liikumissõbralik õhkkond 11.kl</b>	<b>-,093**</b>	,220**	,223**
<b>Tunnis liikumise võimalused 11.kl</b>	<b>-,122**</b>	<b>,276**</b>	<b>,262**</b>

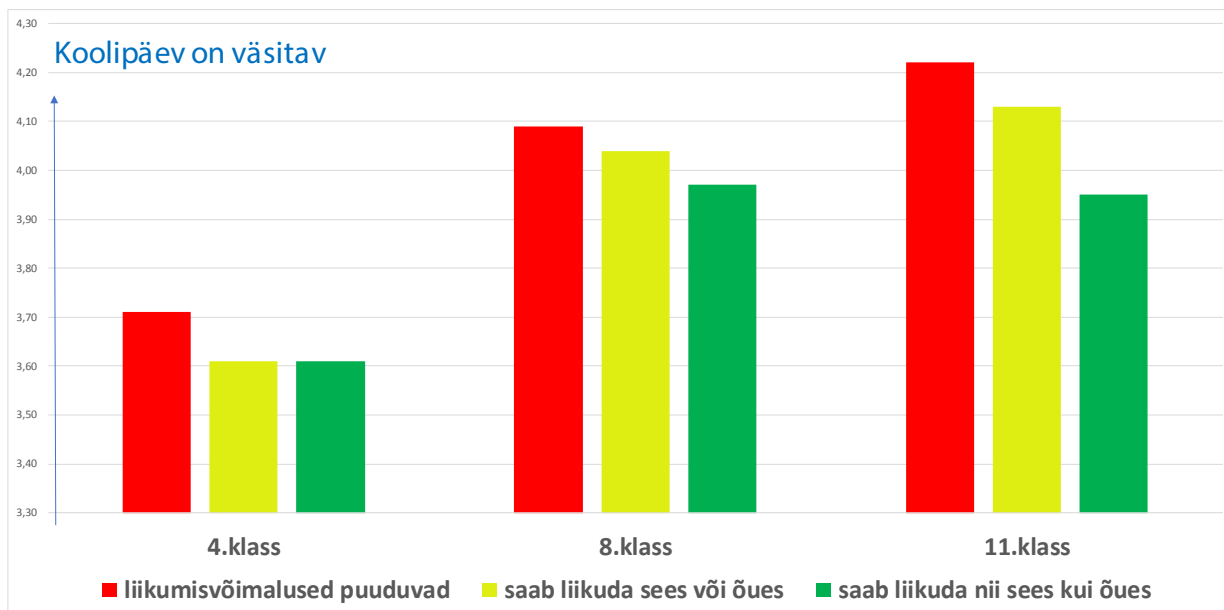
Pearson seosekordajad. Kõik seosed on statistiliselt olulised: \*\*p≤0.01

Vahetunnis liikumise võimaluste loomine aitab suurendada koolirõõmu. Joonisel 1 on õpilased jagatud rühmadesse nende poolt tajutud liikumisvõimaluste alusel. Sellelt on näha, kuidas vahetunnis liikumisvõimaluste avardamine järk-järgult kasvatab head enesetunnet koolis ja koolimineku meeldivust. Need õpilased, kes tajuvad vahetunnis liikumisvõimalusi nii koolimajas sees kui ka õues, tunnevad end koolis paremini ning neil on ka veidi paremad suhted klassikaaslastega. Mida vähem liikumisvõimalusi tajutakse, seda halvem on enesetunne koolis. Ilmselt on tegu ka vastastikku võimestava mõjuga – need õpilased, kes end koolis paremini tunnevad, on ka aktiivsemad erinevaid võimalusi ära kasutama ning vastupidi. Samas on parema enesetunde saavutamise perspektiiv oluline lisamotivaator, mille kaudu edaspidi vähemliikuvaid õpilasi kaasata.



**Joonis 1.** Õpilaste hinnangud suhetele ja koolis viibimise meeldivusele erinevate tunnetatud liikumisvõimaluste puhul. Hinnangute keskmised väärtused 1-5 punktisel skaalal liikumisvõimaluste indekstunnuse väärtuste põhjal moodustatud rühmade lõikes.

Joonis 2 toob esile vahetunnis liikumise võimaluste ning kooliväsimuse seosed. Rühmad on taas jaotatud liikumisvõimaluste tunnetuse järgi, võrreldud on vastuste keskmisi vastavates alarühmades 5-pallisel skaalal. Jooniselt 2 nähtub, et klassiastmeti on kooliväsimuse tunnetus erinev – 4.klassides ei ole see eriti levinud (madalam tulp näitab vähemat väsimust) ning liikumisvõimalused seda ka oluliselt ei mõjuta. 8.klassides ja 11.klassides on kooliväsimus väga levinud. Vahetunnis liikumise võimalused ei mõjuta kooliväsimust oluliselt 8.klassides, küll aga 11.klassides – mida rohkem tajutud võimalusi, seda vähem väsitav on koolipäev. Üks võimalikke seletusi on, et kuna 11.klassidele ei ole eriti palju liikumistegevusi adresseeritud ning 11.klasside õpilasi oli ka vastajate seas vähem, siis eristuvad tulemused rohkem. Teine võimalik seletus on, et 11.klassides on noored rohkem ennast juhtida ja oma tundeid reflekteerida suutvad, samas kui 8.klassides on valdav puberteedist tingitud üldine kehv enesetunne. Seda nähtust tasub edasi uurida.



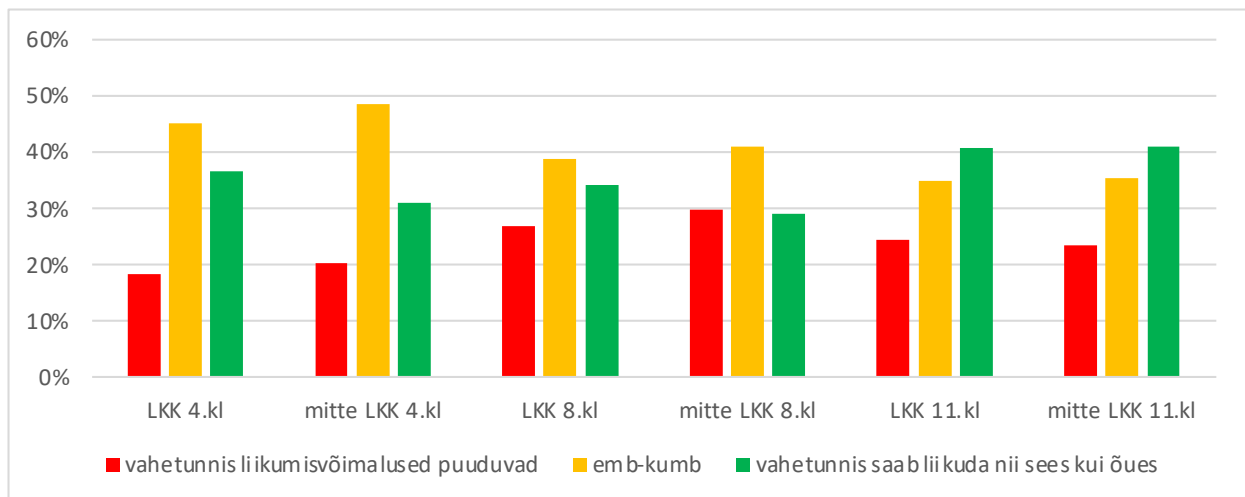
**Joonis 2.** Koolipäeva jooksul väsimine erinevate tunnetatud liikumisvõimaluste puhul. Hinnangute keskmised väärtused 1-5 punktisel skaalal liikumisvõimaluste indekstunnuse väärtuste põhjal moodustatud rühmade lõikes.

Üldiselt panustab liikumisvõimaluste toomine koolipäeva ning liikumissõbraliku õhkkonna kujundamine koolis õpilaste koolikogemuse paranemisse. LKK programm ja võrgustik pakub koolidele liikumise toomisel koolipäeva mitmesugust toetust, millest kool saab valida hetkel sobivamad. Järgnevalt on analüüsitud, kuidas eristuvad LKK võrgustikku kuuluvad ja mittekuuluvad koolid.

## LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide võrdlus

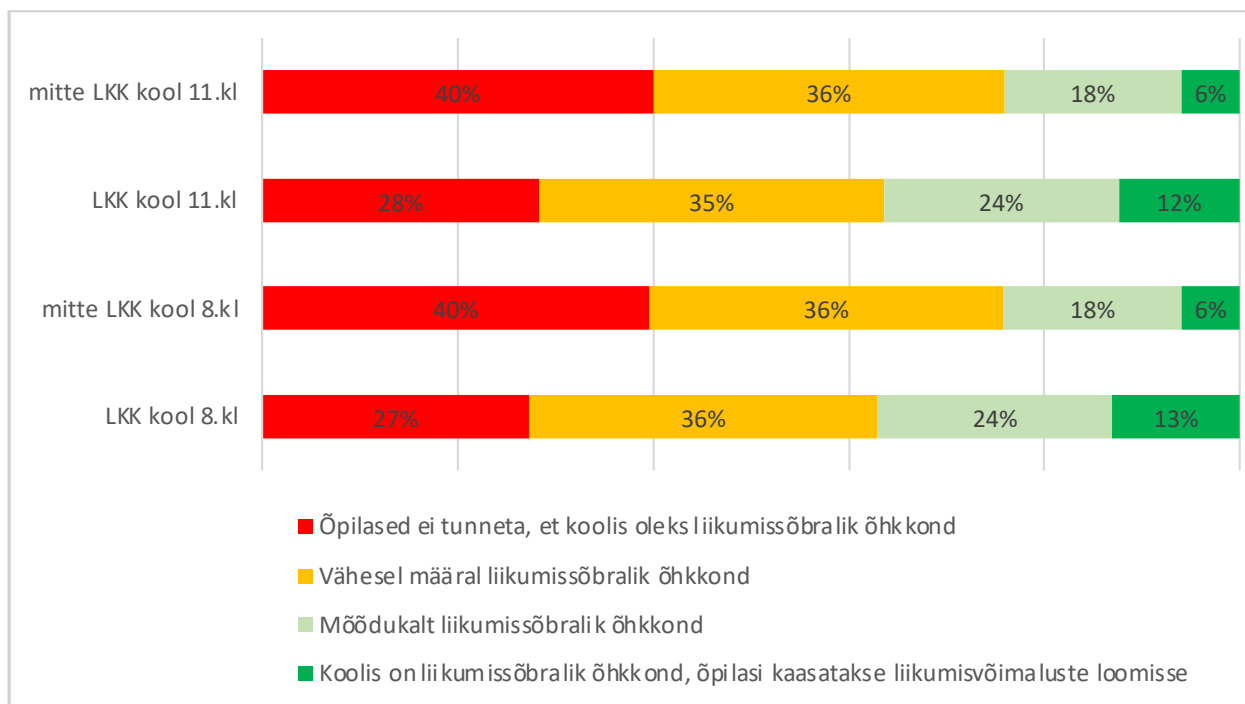
Kõigepealt esitame LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide võrdluse suurema üldistusastmega indekstunnuste lõikes kolmes klassiastmes. Joonisel 3 on toodud vahetunni liikumisvõimaluste järgi jaotatud õpilaste rühmad LKK võrgustikku kuuluvates ja mittekuuluvates koolides 4., 8., ja 11.klassides.

Jooniselt 3 nähtub, et 4.klassides on LKK võrgustikku kuuluvate koolide erinevus võrgustikku mittekuuluvatest koolidest kõige suurem. Paljud LKK programmi senised tegevused ongi olnud suunatud noorematele õpilastele, kuna nende kohta on olnud rohkem tõenduspõhist materjali ning samuti on just kooliminekuuga seotud märkimisväärne liikumisaktiivsuse vähenemise risk. Programmi arendus on viimastel aastatel jõudnud põhikooli vanemasse astmesse ning see peegeldub ka 8.klasside võrdluses – LKK võrgustikku kuuluvates koolides tajuvad õpilased mitmekesisemaid vahetunnis liikumise võimalusi ning neid, kes ei näe vahetunnis üldse võimalusi liikuda, on vähem, kui LKK võrgustikuga mitteliitunud koolides. 11.klassides erinevusi LKK võrgustikuga liitunud ja mitteliitunud koolide osas ei ole. Gümnaasiumiastmele sobilikke tegevusi ei ole LKK programmis veel jõutud arendada – see töö seisab veel ees.



**Joonis 3.** Õpilaste poolne vahetunni liikumisvõimaluste tajumine LKK võrgustikku kuuluvates ja mittekuuluvates koolides. Liikumisvõimaluste indekstunnuse väärtuste põhjal moodustatud rühmade osakaal.

Eelnevas analüüsis selgus, et kooliväsimus on probleemiks just vanemates klassides ning kooli üldise õhkkonna tajumine liikumissõbralikuna on oluline vahendav tegur positiivse koolikogemuse suurendamiseks. Joonis 4 esitab LKK võrgustikku kuuluvate koolide võrdluse võrgustikku mittekuuluvate koolidega liikumissõbraliku õhkkonna tajumise osas 8. ja 11.klasside lõikes. Jooniselt 4 nähtub, et LKK võrgustikku kuuluvates koolides on rohkem õpilasi, kes tunnetavad, et nende koolis on liikumissõbralik üldine õhkkond.



**Joonis 4.** Kooli liikumissõbraliku õhkkonna tajumine 8. ja 11.klasside õpilaste poolt LKK võrgustikku kuuluvates ja mittekuuluvates koolides. Kooli liikumissõbraliku õhkkonna indekstunnuse väärtuste põhjal moodustatud rühmade osakaal.

Tunnis liikumise võimaluste puhul LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide tulemused statistiliselt olulisel määral ei eristunud.

Järgnevalt on toodud LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide võrdlus klassiastmete kaupa üksiktunnuste keskmiste väärtuste lõikes.

Tabelis 4 on toodud võrdlus 4.klasside kohta. Tabelis on esitatud keskmised väärtused 5-punktisel skaalal (mida suurem arv, seda paremad võimalused). Kuna koondandmestik oli suur, siis on kõik erinevused statistiliselt olulised ( $p < 0,001$ ). LKK koolides on kõikides mõõdetud liikumisvõimaluste tunnustes keskmised näitajad kõrgemad, võrreldes võrgustikku mittekuuluvate koolidega. Kõige suuremad on erinevused tunnuse „Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi“ osas. LKK programmis käivitus edukalt mängujuhtide koolitamine, samuti korraldavad LKK võrgustiku koolide õpilased erinevaid ühekordseid või regulaarseid liikumisvõimalusi sisaldavaid tegevusi (nt tantsuvahetunnid). LKK võrgustiku koolides tunnevad õpilased sagedamini ka õpetajate-poolset julgustust vahetunnis liikuda, õuemineku võimalusi ning tundides liikumise võimalusi.

**Tabel 4.** LKK ja mitte LKK koolide 4. klasside õpilaste tajutud liikumisvõimalused koolis ja kooliteel

4.klassid					
Väide	LKK koolid (n= 14444)	95% usalduspiirid	Mitte LKK koolid (n= 30278)	95% usalduspiirid	p-väärtus
Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis koolimajas aktiivselt liikuda	<b>4,14</b>	4,12 - 4,16	<b>4,07</b>	4,05 - 4,09	<0,001
Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna	<b>3,15</b>	3,12 - 3,19	<b>2,93</b>	2,90 - 2,96	<0,001
Tundides ei pea ma kogu aeg istuma, vaid saan vahepeal liikuda	<b>3,66</b>	3,63 - 3,68	<b>3,44</b>	3,41 - 3,46	<0,001
Õpetajad julgustavad meid vahetunnis liikuma	<b>3,43</b>	3,40 - 3,47	<b>3,17</b>	3,14 - 3,19	<0,001
Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi	<b>3,49</b>	3,47 - 3,52	<b>3,04</b>	3,01 - 3,07	<0,001
Kooli või trenni minnes eelistan ma liikuda kas jalgsi, rattaga või tõukerattaga	<b>3,70</b>	3,6 - 3,73	<b>3,63</b>	3,60 - 3,66	<0,001

Tabelis 5 on toodud võrdlus 8.klasside kohta. Selles vanuseastmes küsiti õpilastelt ka kaasamise ning spordisaali võimaluste kohta. Ka 8.klassides on LKK võrgustikku kuuluvates koolides kõrgemad keskmised tunnuse „Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi“ osas. Samuti tunnetavad ka LKK võrgustiku koolide 8.klasside õpilased sagedamini õpetajate-poolset julgustust vahetunnis liikuda ning vahetunnis õuemineku võimalusi. Kodunt kooli ja tagasi aktiivse liikumise osas ning spordisaali võimaluste osas eristuvad LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide keskmised hinnangud vähem. Märkimisväärne on, et LKK võrgustikku mittekuuluvates koolides tajuvad 8.klasside õpilased sagedamini enda kaasatust koolis liikumisvõimaluste loomisse, võrreldes LKK võrgustikku kuuluvate koolidega. See erisus võib muuhulgas olla seletatav asjaoluga, et LKK programm on olnud siiani olnud adresseeritud rohkem noorematele õpilastele ning sama kooli vanemad õpilased tunnevad, et neid on kõrvale jäetud. See on oluline riskitegur ning järgnevate aastate tegevustes tuleb rohkem kaasata ka vanemaid õpilasi.

**Tabel 5.** LKK ja mitte LKK koolide 8. klasside õpilaste tajutud liikumisvõimalused koolis ja kooliteel ning kaasatus liikumisvõimaluste planeerimisse koolis

<b>8.klassid</b>					
<b>Väide</b>	<b>LKK koolid (n= 11570)</b>	<b>95% usalduspiirid</b>	<b>Mitte LKK koolid (n= 25769)</b>	<b>95% usalduspiirid</b>	<b>p-väärtus</b>
Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis koolimajas aktiivselt liikuda	<b>3,85</b>	3,82 - 3,87	<b>3,81</b>	3,79 - 3,84	<0,001
Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna	<b>3,09</b>	3,05 - 3,12	<b>2,81</b>	2,78 - 2,84	<0,001
Tundides ei pea ma kogu aeg istuma, vaid saan vahepeal liikuda	<b>2,85</b>	2,83 - 2,88	<b>2,78</b>	2,75 - 2,80	<0,001
Õpetajad julgustavad meid vahetunnis liikuma	<b>2,91</b>	2,88 - 2,95	<b>2,66</b>	2,64 - 2,69	<0,001
Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi	<b>2,84</b>	2,80 - 2,87	<b>2,36</b>	2,33 - 2,38	<0,001
Kooli või trenni minnes eelistan ma liikuda kas jalgsi, rattaga või tõukerattaga	<b>3,49</b>	3,46 - 3,52	<b>3,45</b>	3,42 - 3,48	<0,001
Koolis on küsitud, kuidas võiks ruume, tunde või vahetunde niimoodi korraldada, et õpilased rohkem liiguks	<b>3,07</b>	3,04 - 3,09	<b>3,29</b>	3,27 - 3,31	<0,001
Olen rahul kooli spordisaali ja – vahenditega	<b>3,93</b>	3,91 - 3,96	<b>3,89</b>	3,86 - 3,91	<0,001

Tabelis 6 on toodud võrdlus 11.klasside kohta. Ka 11.klassides on LKK võrgustikku kuuluvates koolides kõrgemad keskmised tunnuse „Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi“ osas. Samuti tunnetavad ka LKK võrgustiku koolide 11.klasside õpilased sagedamini õpetajate-poolset julgustust vahetunnis liikuda ning vahetunnis õuemineku võimalusi ning kasutavad sagedamini aktiivset transporti kodunt kooli ja tagasi liikumiseks. Sarnaselt 8.klassidega tajuvad LKK võrgustikku mittekuuluvate koolide 11.klasside õpilased sagedamini enda kaasatust koolis liikumisvõimaluste loomisse, võrreldes LKK võrgustikku kuuluvate koolidega ja samuti sisevahetunni liikumisvõimalusi. LKK programm ei ole gümnaasiumiastmele seni süsteemseid tegevusi pakkunud. See on oluline riskitegur ning järgnevate aastate tegevustes tuleb rohkem kaasata ka vanemaid õpilasi. Spordisaali võimalusi tajuvad LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide õpilased sarnaselt.

**Tabel 6.** LKK ja mitte LKK koolide 11. klasside õpilaste tajutud liikumisvõimalused koolis ja kooliteel ning kaasatus liikumisvõimaluste planeerimisse koolis

<b>8.klassid</b>					
<b>Väide</b>	<b>LKK koolid (n= 3600)</b>	<b>95% usalduspiirid</b>	<b>Mitte LKK koolid (n= 17540)</b>	<b>95% usalduspiirid</b>	<b>p-väärtus</b>
Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis koolimajas aktiivselt liikuda	<b>3,80</b>	3,75 - 3,85	<b>3,88</b>	3,85 - 3,90	<0,001
Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna	<b>3,40</b>	3,34 - 3,46	<b>3,35</b>	3,32 - 3,39	<0,001

Tundides ei pea ma kogu aeg istuma, vaid saan vahepeal liikuda	<b>2,81</b>	2,77 - 2,86	<b>2,79</b>	2,76 - 2,82	<0,001
Õpetajad julgustavad meid vahetunnis liikuma	<b>2,73</b>	2,67 - 2,78	<b>2,54</b>	2,51 - 2,57	<0,001
Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi	<b>2,81</b>	2,75 - 2,88	<b>2,40</b>	2,37 - 2,43	<0,001
Kooli või trenni minnes eelistan ma liikuda kas jalgsi, rattaga või tõukerattaga	<b>3,36</b>	3,31 - 3,42	<b>3,26</b>	3,23 - 3,29	<0,001
Koolis on küsitud, kuidas võiks ruume, tunde või vahetunde niimoodi korraldada, et õpilased rohkem liiguks	<b>3,13</b>	3,09 - 3,18	<b>3,33</b>	3,31 - 3,35	<0,001
Olen rahul kooli spordisaali ja – vahenditega	<b>3,94</b>	3,89 - 3,99	<b>3,92</b>	3,89 - 3,95	<0,001

Üldiselt näitab üksiktunnuste keskmiste põhine analüüs (tabelid 4 kuni 6) et LKK programmi mõju kõige rohkem tunnetatav 4.klassides, kuhu on siiani suunatud ka programmi peamised tegevused. Vanemates klassides on kooli LKK võrgustikku kuumumise mõju tunnetatud pigem kaudselt, üldise liikumissõbraliku õhkkonna (õpilaste korraldatud tegevused, õpetajate poolne julgustav hoiak) kaudu. Samuti tunnetatakse rohkem võimalusi veeta vahetunniaega õues. Riskikohaks on teatav ilmajäetuse tunne võrreldes nooremate õpilastega.

# Kokkuvõte

Analüüsi eesmärgiks oli hinnata, kuidas liikumisvõimalused koolipäeva jooksul mõjutavad õpilaste koolikogemust ning milline on LKK programmi mõju selle rakendamise erinevatel aastatel, sh ka liikumisvõimaluste suhtes kriitilistel koroonaaastatel.

Üldiselt parandab liikumisvõimaluste tunnetamine ning kooli üldine liikumissõbralik õhkkond (õpilaste korraldatud liikumistegevused, õpetajate poolne julgustav hoiak, kaasamine) õpilaste koolikogemust – vähem on kooliväsimust, koolis tuntakse end hästi ja tullakse kooli hea meelega.

Tunnis liikumise võimalused ning kooli üldine liikumissõbralik õhkkond on olulised hea enesetunde loojad kõigis vanuseastmetes. Vahetunnis liikumise võimaluste avardamine aitab järk-järgult kasvatada head enesetunnet koolis ja koolimineku meeldivust. Parema enesetunde saavutamise perspektiiv võib olla oluline lisamotivaator, millega ka vähemliikuvaid õpilasi kaasata. Vahetunnis liikumise võimalused võiks aidata vähendada kooliväsimust eriti gümnaasiumiastmes, kuhu LKK programmi arendus seni veel jõudnud ei ole.

LKK programmi mõju kõige rohkem tunnetatav 4.klassides, kuhu on siiani suunatud ka programmi peamised tegevused. LKK võrgustikku kuuluvates koolide 4.klassides olid kõik küsitluses mõõdetud liikumisaktiivsuse tunnused kõrgemate näitajatega võrreldes võrgustikku mittekuuluvate koolidega. 8. ja eriti 11.klassides erinevused LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide vahel vähenevad. Vanemates klassides on kooli LKK võrgustikku kuulumise mõju õpilaste poolt tunnetatud pigem kaudselt, kooli üldise liikumissõbraliku õhkkonna ning õuemineku võimaluste kaudu. Küsitlusest ilmnes, et võrgustiku koolide vanematel õpilastel võib noorematele suunatud tegevusi kõrvalt vaadates olla tekkinud ka teatav ilmajäetuse tunne ning nad ootavad rohkem neile suunatud tegevusi ja kaasamist.

Üldiselt on LKK programmi positiivne mõju õpilaste liikumisvõimaluste, avardamisel ning positiivse koolikogemuse (kaas)tekitamisel mõõdetav ka pikema ajaperioodi jooksul. Analüüsis tuli esile vajadus arendada ja pakkuda programmi ka vanemates kooliastmetes.