

LIIKUMA
KUTSUV KOOL

2025. aasta üldhariduskoolide rahulolu ja koolikeskkonna küsitlus

Teemaploki „Liikumisvõimalused koolis“ analüüs

Analüüsi teostaja: Evelin Mäestu, PhD
Sporditeaduste ja füsioteraapia instituut, liikumislabor
Tartu Ülikool • 2026



TARTU ÜLIKOOL
liikumislabor



HARIDUS- JA
TEADUSMINISTEERIUM



TARTU ÜLIKOOL
sporditeaduste ja
füsioteraapia instituut



2025. aasta üldhariduskoolide rahulolu ja koolikeskkonna küsitlus

Teemavaldkonna „Liikumisvõimalused koolis“ analüüs

Analüüsi teostaja: Evelin Mäestu, PhD

Sporditeaduste ja füsioteraapia instituut, liikumislabor

Tartu Ülikool

2026

Sisukord

Eesmärk.....	3
Põhisõnumid	3
Metoodika	5
„Rahulolu liikumisvõimalustega“ näitajad	6
Andmeanalüüs	7
Tulemused	8
Õpilaste rahuloluküsitluse tulemused 2025 aastal	8
4. klasside õpilaste hinnangud liikumisvõimalustele koolis	8
8. klasside õpilaste hinnangud liikumisvõimalustele koolis	9
11. klasside õpilaste hinnangud liikumisvõimalustele koolis	10
Muutused teemavaldkonnas „Liikumisvõimalused koolis“ aastatel 2018–2025	11
Riikliku tasandi õppija heaolu tulemuslikkuse näitaja „Liikumisvõimalused koolis“ 2025 aastal ja muutused aastatel 2018-2025.....	17
Kokkuvõte õpilaste rahulolust liikumisvõimalustega koolis	19
Summary	21
Methodology.....	21
Indicators of Satisfaction with Physical Activity Opportunities	21
Results of Students' Satisfaction with Physical Activity Opportunities at School	22
Key Messages.....	24

Eesmärk

Käesoleva raporti eesmärk on anda ülevaade õpilaste hinnangutest liikumisvõimalustele Eesti koolides ning analüüsida tulemusi Liikuma Kutsuva Kooli (LKK) võrgustikku kuuluvate ning võrgustiku mittekuuluvate koolide vaates. Raport annab ülevaate liikumisvõimaluste muutustest aastatel 2018–2025. Seda on hinnatud nii üksikküsimuste kui kogu teemavaldkonna küsimuste keskvaartuste (edaspidi keskmiste) abil. Analüüs tugineb riiklikule üldhariduskoolide rahulolu- ja koolikeskkonna küsitluse teemamoodulile „Liikumisvõimalused koolis“.

Põhisõnumid

- **Üldine rahulolu liikumisvõimalustega koolis on tõusutrendis nii LKK võrgustiku kui ka võrgustikku mittekuuluvates koolides.**

Kuigi liikumisvõimalustega rahulolu on LKK võrgustikku kuuluvate koolide 4. ja 8. klassides jätkuvalt kõrgem kui võrgustikku mittekuuluvates koolides, viitavad tulemused sellele, et LKK programmi mõju võib ulatuda ka väljaspoole võrgustikku. Liikumist toetavad praktikad ja LKK elemendid on tõenäoliselt levinud ka teistesse koolidesse, mida toetab ka uute liituvate koolide suhteliselt kõrge algtase. Samuti on oluline märkida, et liikumisvõimalustega rahulolu on järjepidevalt paranenud pärast COVID-19 perioodil toimunud langust.

- **Rahulolu liikumisvõimalustega koolis on kõrgem nooremate õpilaste seas, kuigi variatiivsus koolide vahel on suur.**

Kõige enam on liikumisvõimalustega rahulolevaid õpilasi 4. klassides (35,1%), samas kui vanemates klassides on see osakaal märgatavalt madalam – 8. klassides 19,6% ja 11. klassides 22,8%. Sealjuures on 4. ja 8. klassides liikumisvõimalustega rahulolevate õpilaste osakaal suurem LKK võrgustiku koolides võrreldes võrgustikku mittekuuluvate koolidega (vastavalt 4. klassis 35,9% vs 33,7% ning 8. klassis 20,4% vs 18,1%). 11. klassi õpilaste puhul aga erinevust kooligruppide vahel ei ilmne (23,3% vs 22,5%).

- **Oluliselt on suurenenud õpilaste osakaal, kes on pigem rahul või väga rahul võimalusega vähemalt mõnes vahetunnis õue minna.**

Võrreldes 2024 aastaga on oluliselt suurenenud nende õpilaste osakaal, kes on pigem rahul või väga rahul võimalusega vähemalt mõnes vahetunnis õue minna. Võrreldes eelmise aastaga on paranemine toimunud kõikides klassides: 4. klassides on rahul olevate õpilaste osakaal tõusnud 48%-ni, 8. klassides 46%-ni ning 11. klassides 61%-ni.

- **Liikumisvõimalused ainetundides on paranenud kõigis vanuseastmetes, kuid 8. klassi õpilased hindavad neid jätkuvalt kõige madalamalt.**

Võrreldes teiste üksikküsimustega on erinevused kooliastmete vahel hinnangutes kõige suuremad just liikumisvõimalustele ainetundides. 8. klasside õpilased hindavad oma võimalusi

ainetundides liikuda eriti madalalt, kuigi suhteliselt madalad on ka 11. klasside õpilaste hinnangud. Need tulemused viitavad sellele, et kolmanda kooliastme ja gümnaasiumi ainetundides toimub õppimine pikka järjestikust istumist katkestamata ja liikumise lõimimine õppetöösse ei ole veel tavapärane.

- **11. klassides on liikumisvõimaluste keskmiste hinnangute paranemist näha kõikides valdkondades, mis viitab sellele, et LKK põhimõtted on ühe enam jõudnud ka gümnaasiumiteni.**

11. klassi õpilaste hinnangud on paranenud kõigi üksikküsimuste lõikes ning võrgustikku mittekuuluvates koolides on need isegi kõrgemad kui LKK võrgustiku koolides. See võib olla seotud riigigümnaasiumite ja eraldiseisvate gümnaasiumite kaasaegsema õpikeskkonna ja füüsilist ja vaimset tervist toetava koolikultuuri kujundamisega (nt. päevakava ülesehitus, heaolu toetav õppekeskkond, koostöökultuur).

- **Suurenenud on õpilaste tegevus ja kaasatus ja kooli liikumisvõimaluste loomisel.**

Kõikides kooliastmetes on paranenud õpilaste hinnangud sellele, et nad ise korraldavad liikumismänge ja sportlikke tegevusi. Üha enam tajuvad õpilased kaasatust koolikeskkonna kujundamisse, sealhulgas aruteludesse selle üle, kuidas korraldada koolipäeva nii, et see toetaks rohkem liikumist ja vähendaks istumist. Märgatavalt on vähenenud nende õpilaste osakaal, kelle arvamust aktiivsema koolipäeva kohta pole kunagi küsitud (8. klassis 47% ja 11. klassis 45%).

- **Jalgsi või rattaga kooliteed läbivate õpilaste osakaal on jätkuvalt madal.**

Nii LKK võrgustiku kui ka võrgustikku mittekuuluvates koolides püsib jalgsi või rattaga kooliteed läbivate õpilaste osakaal madalal tasemel ning olulist muutust ajas ei ole toimunud. See viitab vajadusele pöörata sellele valdkonnale suuremat tähelepanu eelkõige kohaliku omavalitsuse tasandil, et tagada õpilastele turvalised ja liikumist soodustavad kooliteed.

- **Liikumisõpetus toetab üha enam õpilaste liikumist vabal ajal.**

Kuigi muutused on tagasihoidlikud, on näha positiivset trendi selles, et õpilased hindavad üha enam liikumisõpetusest saadud kogemuse mõju oma vaba aja liikumisele. Kõige selgemalt avaldub see 11. klassi õpilaste seas. Kuigi uuendatud ainekava mõju ei saa otseselt hinnata, ilmnevad õpilaste rahulolus ja motivatsioonis positiivsed muutused.

Metoodika

Käesolev ülevaade tugineb üldhariduskoolides läbiviidavale rahulolu- ja koolikeskkonna küsitlusele (<https://harno.ee/riiklikud-rahulolukusitlused>), mida korraldab Haridus- ja Noorteamet koostöös Haridus- ja Teadusministeeriumiga. Uuringu eesmärk on mitmekesistada õppekvaliteedi hindamiseks kogutavat tagasisidet ning toetada õpilaste heaolu ja koolis toimetuleku järjepidevat seiret. Alates 2016. aastast on õpilaste koolirahulolu käsitletud ka ühe ametliku koolide tulemusnäitajana. Õpilasküsitlust viiakse läbi igal õppeaastal kevadperioodil alates 2017. aastast. 2018. aastast on üheks käsitletavaks teemaks ka „Liikumisvõimalused koolis“. Lisaks õpilastele kaasatakse küsitlusesse perioodiliselt õpetajaid (1.–12. klass) ning 1.–9. klassi õpilaste vanemaid; nimetatud sihtrühmades toimub küsitlus nelja-aastase tsükliga.

2025. aastal viidi rahulolu- ja koolikeskkonna küsitlus läbi üldhariduskoolide 4., 8. ja 11. klasside õpilaste seas. Teemavaldkonna „Liikumisvõimalused koolis“ küsimustele vastas kokku 30 453 õpilast (11 523, 11 832 ja 7 098 õpilast vastavalt 4., 8. ja 11. klassist). Kõikide sihtgruppide rahuloluküsitlused viidi läbi elektroonselt 10. veebruarist kuni 16. märtsini 2025. Iga kool sai õpilastele edastamiseks unikaalse koolipõhise veebilingi, mis oli mõeldud kasutamiseks ainult vastava kooli siseselt ning mida ei tohtinud jagada teiste koolidega. Küsimustikku oli võimalik täita eesti, vene või inglise keeles vastavalt õpilase eelistusele. Vastamine võttis aega sõltuvalt sihtrühmast ca 20–30 minutit.

Õpilased täitsid küsimustiku iseseisvalt. Vajadusel võis neid toetada tehniliste toimingute juures, kuid mitte vastuste sisulisel kujundamisel. Küsitluses osalemine oli anonüümne ning vastuseid ei ole võimalik seostada konkreetse isikuga. Rahuloluhinnangud anti valdavalt viiepunktilisel Likerti skaalal (1 – ei ole üldse nõus; 2 – pigem ei ole nõus; 3 – nii ja naa; 4 – pigem nõus; 5 – täiesti nõus). Alates 2024. aastast tehakse koolidele tulemused kättesaadavaks Haridussilma keskkonnas tingimusel, et vastavas sihtrühmas on vähemalt viis vastajat. Täpsem teave küsitluse metoodika kohta on avaldatud Haridus- ja Noorteameti veebilehel (<https://harno.ee/riiklikud-rahulolukusitlused>).

Tabelis 1 on toodud LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide jaotus vastanud klasside kaupa aastate lõikes. Küsitlusele vastanud poiste ja tüdrukute arv aastate lõikes klasside kaupa on toodud tabelis 2.

Tabel 1. Küsitluses osalenud koolide jaotus kooliastmeti Liikuma Kustuva Kooli (LKK) võrgustiku koolideks ja võrgustikku mittekuuluvateks koolideks aastate lõikes.

	LKK võrgustiku koolide arv							
	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
4. klass	34	72	94	133	156	170	182	190
8. klass	30	66	89	122	146	156	165	183
11. klass	9	26	34	42	51	57	60	62
	Võrgustikku mittekuuluvate koolide arv							
	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
4. klass	304	335	265	252	223	205	192	169
8. klass	283	301	245	235	213	196	185	153
11. klass	123	117	105	97	88	81	74	75

LKK – Liikuma Kustuv Kool

Tabel 2. Küsitluses osalenud õpilaste arv klasside kaupa aastate lõikes.

	LKK võrgustiku koolide õpilased							
	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
4. klass, sh	1612	3484	3978	5370	5620	6621	6808	7445
tüdrukud	833	1744	1979	2741	2825	3179	3556	3792
poisid	779	1740	1999	2629	2795	3442	3252	3606
muu								47
8. klass, sh	1201	2680	3471	4218	5180	6690	6790	7468
tüdrukud	631	1327	1704	2171	2634	3305	3393	3668
poisid	570	1353	1767	2047	2546	3385	3397	3615
muu								185
11. klass, sh	191	787	1167	1455	1748	2220	2417	2461
tüdrukud	102	447	685	870	1018	1302	1399	1381
poisid	89	340	482	585	730	918	1018	1035
muu								45
KOKKU	3004	6951	8616	11043	12548	15531	16015	17374
	Võrgustikku mittekuuluvate koolide õpilased							
	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
4. klass, sh	8635	8923	6723	5995	5019	4703	4186	4078
tüdrukud	4292	4427	3354	3037	2516	2369	2067	1993
poisid	4343	4496	3369	2958	2503	2334	2119	2053
muu								32
8. klass, sh	7231	7240	6031	5242	4949	5054	4237	4364
tüdrukud	3717	3591	2953	2723	2460	2494	2125	2220
poisid	3514	3649	3078	2519	2489	2560	2112	2057
muu								87
11. klass, sh	4617	4829	4344	3738	3596	3951	3751	4637
tüdrukud	2676	2717	2456	2247	2135	2201	2129	2555
poisid	1941	2112	1888	1491	1461	1750	1622	2010
muu								72
KOKKU	20483	20992	17098	14975	13564	13708	12174	13079

LKK – Liikuma Kutsuv Kool

„Rahulolu liikumisvõimalustega“ näitajad

Õpilaste küsitluse teemavaldkonna „Rahulolu liikumisvõimalustega koolis“ moodustasid 2025. aastal järgnevad väited:

- Mulle meeldib vabal ajal liikuda ja trenni teha.
- Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis koolimajas aktiivselt liikuda.
- Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna.
- *Koolipäev on minu jaoks väsitav*
- 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.
- Koolis käin enamasti jalgsi, rattaga või tõukerattaga (v.a elektriratas)
- Kehalises kasvatuses/liikumisõpetuses saadud kogemus motiveerib mind ka vabal ajal liikuma.

Küsimus „Koolipäev on minu jaoks väsitav“ jäeti keskmise näitaja arvutamisest välja, kuna see ei käsitle õpilaste võimalusi aktiivseks tegutsemiseks koolipäeva jooksul, vaid peegeldab eelkõige õpilase subjektiivset enesehinnangut oma väsimuse kohta.

Lisaks teemavaldkonnale „Liikumisvõimalused koolis“ on analüüsis arvesse võetud ka väidet „Olen rahul kooli spordisaali ja -vahenditega“, mis kajastab õpilaste üldist hinnangut kooli sporditaristule ja olemasolevatele spordivahenditele. 8. ja 11. klassi õpilaste puhul on täiendavalt käsitletud küsimust „Kas sinult on koolis küsitud, kuidas võiks kooli ruume, tunde või vahetunde korraldada nii, et õpilased vähem istuksid ja rohkem liiguksid?“, mis võimaldab hinnata õpilaste kaasatust koolikeskkonna ja õppekorralduse kujundamisse.

Riiklikul tasandil kasutatakse ühe **õppija heaolu tulemusnäitajana samuti kolme küsimust teemast „Liikumisvõimalused koolis“**. Vastava tulemusnäitaja mõõdikuna rakendatakse nende õpilaste osakaalu (%), kes on kooli liikumisvõimalustega pigem või väga rahul, s.o kelle kolme väite keskmine hinnang on vähemalt 4 viiepallisel skaalal. Näitaja väärtus arvutatakse üksnes nende vastajate põhjal, kes on andnud vastuse kõigile kolmele järgmisele väitele:

- 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.

Lisaks liikumisvõimalustega üle keskmise rahul olevate õpilaste osakaalule analüüsitakse käesolevas raportis ka nimetatud kolme väite keskmisi hinnanguid, et anda täpsem ülevaade õpilaste tajutud liikumisvõimalustest koolikeskkonnas.

Andmeanalüüs

Andmete statistiliseks analüüsiks kasutati andmeanalüüsiprogrammi SPSS. Õpilaste, vastuste keskmiste erinevust 2025. aasta küsitluses LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvates koolides ning vastuste keskmiste muutust aastate lõikes hinnati ühefaktorilise dispersioonanalüüsiga.

Tulemuste esitamisel on kasutatud värviskaalat, kus roheline värv näitab keskmisest kõrgemat ja punasem keskmisest madalamat hinnangut. Värviskaalad on määratud kõigi gruppide üleselt, st arvestatud on nii LKK võrgustiku kui võrgustikku mittekuuluvaid koole, eesti ja vene õppekeelega koole ning kõiki klasse. Olulisuse nivooks võeti $p < 0,05$.

Tulemused

Õpilaste rahuloluküsitluse tulemused 2025 aastal

4. klasside õpilaste hinnangud liikumisvõimalustele koolis

Kogu teemavaldkonna keskmine hinnang liikumisvõimalustele koolides oli 3,57 . LKK võrgustik koolides oli teemavaldkonna keskmine hinnang 3,60, mis on oluliselt kõrgem võrreldes võrgustikku mittekuuluvate koolidega 3,53 ($p<0,001$).

LKK võrgustikku kuuluvate koolide 4. klasside õpilased hindavad oluliselt kõrgemalt võimalust minna vahetunnis õue, samuti õpetajate julgustust vahetunnis liikuda. Lisaks märgivad nad sagedamini, et nende koolis korraldavad õpilased liikumismänge ning kasutavad enam aktiivse transpordi võimalusi võrreldes võrgustikku mittekuuluvate koolide õpilastega ($p\leq 0,038$; Tabel 3). Ka teiste väidete puhul on LKK võrgustiku koolide keskmised hinnangud üldiselt kõrgemad, kuid need erinevused ei ole statistiliselt olulised.

Nii LKK võrgustikku kuuluvate kui ka mittekuuluvate koolide 4. klasside õpilased hindavad kõige kõrgemalt aktiivse liikumise ja treeningu meeldivust (vastavalt 4,05 ja 4,04) ning aktiivse liikumise võimalusi koolimajas (mõlemas rühmas 4,11). Samuti hinnatakse suhteliselt kõrgelt väidet, et liikumisõpetuses saadud kogemused motiveerivad liikuma ka vabal ajal (vastavalt 3,81 ja 3,77).

Sarnaselt eelmisele aastale hinnatakse madalamalt aktiivse transpordi kasutamist (vastavalt 3,14 ja 2,94), võimalust minna vahetunnis õue (vastavalt 3,29 ja 3,23) ning õpetajate julgustust vahetunnis aktiivselt liikuda (vastavalt 3,30 ja 3,22).

Tabel 3. LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide 4. klasside õpilaste hinnangute võrdlus liikumisvõimalustele koolis.

Väide	LKK koolid	95% usalduspiirid	Teised koolid	95% usalduspiirid	p-väärtus
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,05	4,03; 4,08	4,04	4,01; 4,07	0,508
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	4,11	4,09; 4,13	4,11	4,08; 4,14	0,941
Vahetunnis õue minek	3,29	3,26; 3,33	3,23	3,19; 3,28	0,038
Tundides saan liikuda	3,58	3,55; 3,61	3,55	3,52; 3,59	0,233
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	3,30	3,27; 3,33	3,22	3,17; 3,26	0,002
Õpilased korraldavad liikumismänge	3,54	3,51; 3,57	3,41	3,37; 3,45	<0,001
Aktiivse transpordi kasutamine	3,14	3,11; 3,18	2,94	2,89; 2,99	<0,001
Liikumisõpetuses saadud kogemus motiveerib liikuma vabal	3,81	3,78; 3,84	3,77	3,73; 3,81	0,097
Teemavaldkonna keskmine	3,60	3,58; 3,62	3,53	3,51; 3,55	<0,001

LKK – Liikuma Kutsuv Kool

8. klasside õpilaste hinnatud liikumisvõimalustele koolis

Kogu liikumisega seotud teemavaldkonna koolide keskmine hinnang 8. klasside õpilastel oli 3,23. LKK võrgustiku koolide 8. klasside õpilaste keskmine hinnang oli 3,25, mis on oluliselt kõrgem võrreldes võrgustikku mittekuuluvate koolidega (hinnang 3,18; $p < 0,001$).

LKK võrgustikku kuuluvate ja mittekuuluvate koolide 8. klasside õpilaste võrdlusest (Tabel 4) selgub, et enamiku väidete puhul hindavad LKK võrgustiku koolide õpilased liikumisvõimalusi koolis kõrgemalt kui võrgustikku mittekuuluvate koolide õpilased ($p \leq 0,043$). Samas annavad mõlema rühma õpilased sarnaseid hinnanguid trenni ja vaba aja liikumise meeldivusele, vahetunnis õue minemise võimalustele ning liikumisõpetusest saadud kogemuse motiveerivale mõjule vabal ajal liikumisel ($p \geq 0,348$).

Nii LKK võrgustiku kui ka mittekuuluvate koolide 8. klasside õpilased hindavad jätkuvalt kõige kõrgemalt aktiivse liikumise ja treeningu meeldivust (vastavalt 4,01 ja 4,00) ning vahetunnis aktiivse liikumise võimalusi koolimajas (vastavalt 3,87 ja 3,83).

Mõlemas kooligrupis on madalamalt hinnatud väited, et tundides on võimalik liikuda, õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma, õpilased korraldavad liikumismänge ning liikumisõpetusest saadud kogemus motiveerib liikuma ka vabal ajal. Nende väidete hinnangud jäävad LKK võrgustiku koolides vahemikku 2,89–2,99 ning võrgustikku mittekuuluvates koolides vahemikku 2,80–2,98.

Tabel 4. LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide 8. klasside õpilaste hinnangute võrdlus liikumisvõimalustele koolis.

Väide	LKK koolid	95% usalduspiirid	Teised koolid	95% usalduspiirid	p-väärtus
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,01	3,99; 4,04	4,00	3,97; 4,04	0,590
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	3,87	3,85; 3,90	3,83	3,80; 3,86	0,043
Vahetunnis õue minek	3,20	3,17; 3,23	3,17	3,13; 3,22	0,348
Tundides saan liikuda	2,97	2,94; 2,99	2,89	2,86; 2,92	<0,001
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	2,89	2,86; 2,92	2,80	2,76; 2,84	<0,001
Õpilased korraldavad liikumismänge	2,99	2,96; 3,02	2,88	2,85; 2,92	<0,001
Aktiivse transpordi kasutamine	3,08	3,04; 3,12	2,83	2,78; 2,88	<0,001
Liikumisõpetuses saadud kogemus motiveerib liikuma vabal ajal	2,96	2,93; 2,99	2,98	2,94; 3,02	0,536
Teemavaldkonna keskmine	3,25	3,24; 3,27	3,18	3,16; 3,20	<0,001

LKK – Liikuma Kutsuv Kool

11. klasside õpilaste hinnangud liikumisvõimalustele koolis

Liikumisega seotud teemavaldkonna koolide keskmine hinnang 11. klasside õpilastel oli 3,33 ning keskmine hinnang oli statistiliselt oluliselt kõrgem võrgustikku mittekuuluvates koolides võrreldes LKK võrgustiku koolidega (hinnang vastavalt 3,35 ja 3,28; $p < 0,001$).

11. klasside õpilaste hinnangud on enamiku väidete puhul kõrgemad võrgustikku mittekuuluvates koolides ($p \leq 0,017$). Erandiks on õpetajate julgustus vahetunnis aktiivselt liikuda ning aktiivse transpordi kasutamine, mille puhul on LKK võrgustiku koolide õpilaste hinnangud kõrgemad ($p < 0,001$).

Mõlemas kooligrupis hinnatakse kõrgelt trenni ja vaba aja liikumise meeldivust (LKK koolides 4,05; võrgustikku mittekuuluvates koolides 4,17), vahetunnis aktiivse liikumise võimalusi koolimajas (vastavalt 3,83 ja 3,95) ning vahetunnis õue minemise võimalusi (vastavalt 3,50 ja 3,74). Võrgustikku mittekuuluvate koolide õpilased hindavad kõrgemalt ka seda, et õpilased korraldavad liikumismänge (hinnang vastavalt 3,55).

Mõlemas kooligrupis hinnatakse jätkuvalt madalalt õpetajate julgustust vahetunnis aktiivselt liikuda (LKK koolides 2,86; võrgustikku mittekuuluvates koolides 2,71) ning aktiivse transpordi kasutamist (vastavalt 2,76 ja 2,56).

Tabel 5. LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide 11. klasside õpilaste hinnangute võrdlus liikumisvõimalustele koolis.

Väide	LKK koolid	95% usalduspiirid	Teised koolid	95% usalduspiirid	p-väärtus
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,05	4,01; 4,09	4,17	4,14; 4,20	<0,001
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	3,83	3,79; 3,88	3,95	3,91; 3,98	<0,001
Vahetunnis õue minek	3,50	3,44; 3,55	3,74	3,70; 3,78	<0,001
Tundides saan liikuda	3,05	3,01; 3,09	3,13	3,09; 3,16	0,006
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	2,86	2,81; 2,91	2,71	2,67; 2,74	<0,001
Õpilased korraldavad liikumismänge	3,27	3,22; 3,33	3,55	3,51; 3,59	<0,001
Aktiivse transpordi kasutamine	2,76	2,69; 2,83	2,56	2,51; 2,61	<0,001
Liikumisõpetuses saadud kogemus motiveerib liikuma vabal ajal	2,93	2,88; 2,99	3,01	2,98; 3,05	0,017
Teemavaldkonna keskmine	3,28	3,26; 3,31	3,35	3,33; 3,37	<0,001

LKK – Liikuma Kutsuv Kool

Muutused teemavaldkonnas „Liikumisvõimalused koolis“ aastatel 2018–2025

Muutuste analüüsimisel on keskendutud eelkõige teemavaldkonna „Rahulolu liikumisvõimalustega koolis“ üksikküsimuste ning kogu valdkonna keskmiste hinnangute dünaamikale ajavahemikus 2018–2025. Hiljem lisandunud väidete puhul on nende keskmiste muutusi käsitletud eraldi. Selline lähenemine tagab tulemuste parema võrreldavuse, kuna uute küsimuste kaasamine üldisesse teemavaldkonna keskmisse muudaks üksikküsimuste kaalu ning seeläbi ei oleks erinevate aastate keskmised enam omavahel otseselt võrreldavad.

Lisaks on esitatud muutused riikliku õpilaste heaolu hindamise tulemusnäitaja „Liikumisvõimalused koolis“ keskmistes hinnangutes ning nende õpilaste osakaalus, kes on kooli liikumisvõimalustega pigem või väga rahul.

Algse teemavaldkonna „Liikumisvõimalused koolis“ moodustavad järgmised väited:

- Mulle meeldib vabal ajal liikuda ja sporti teha.
- 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, nt rühmatööd tehes või ülesandeid lahendades.
- Õpetajad julgustavad meid vahetunnis aktiivselt liikuma.

2020. aastal lisati teemavaldkonda väide „Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi“. 2022. aastal täiendati küsimustikku väitega „Kehalises kasvatuses/liikumisõpetuses saadud kogemus motiveerib mind ka vabal ajal liikuma“ ning täpsustati aktiivse transpordi kasutamist käsitlevat küsimust kujule „Koolis käin enamasti jalgsi, rattaga või tõukerattaga (välja arvatud elektriratas)“, et see kajastaks täpsemalt aktiivse liikumise viise.

Võrreldes eelmise õppeaastaga on nii LKK võrgustikku kuuluvates kui ka mittekuuluvates koolides kõikides vastanud klassides paranenud teemavaldkonna keskmine hinnang ($p < 0,001$; tabelid 6–8). Samuti on statistiliselt oluliselt tõusnud enamiku üksikväidete keskmised hinnangud.

Statistiliselt olulist muutust ei ilmnenud võrgustikku mittekuuluvate koolide 4. ja 8. klassi õpilaste puhul õpetajate julgustuses vahetunnis aktiivselt liikuda ($p \geq 0,079$). 8. klassi õpilaste seas ei olnud muutus statistiliselt oluline ka trenni ja vaba aja liikumise meeldivuses ($p = 0,068$) ning vahetunnis koolimajas aktiivse liikumise võimalustes ($p = 0,069$). LKK võrgustiku 11. klassi õpilaste hinnangutes ei täheldatud samuti statistiliselt olulisi muutusi trenni ja vaba aja liikumise meeldivuses ($p = 0,380$) ega vahetunnis aktiivse liikumise võimalustes koolimajas ($p = 0,075$). Kuigi nimetatud muutused ei olnud statistiliselt olulised, viitavad need siiski positiivsele trendile.

Tabel 6. „Liikumisvõimalused koolis“ teemavaldkonna küsimuste keskmiste hinnangute muutused LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide **4. klasside** õpilastel aastatel 2018–2025.

	LKK võrgustiku koolid							
Väide	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,27	4,12*	4,16**	4,00**	3,93**	3,96#	4,03**	4,05#
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	4,17	4,20	4,24#	4,14*	4,09**	4,09#	4,05**	4,11**
Vahetunnis õue minek	2,87	3,04*	3,13**	3,32**	3,18**	3,15#	3,12#	3,29**
Tundides saan liikuda	3,66	3,70	3,86**	3,69*	3,49**	3,49#	3,52#	3,58**
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	3,36	3,56*	3,65**	3,58**	3,24**	3,26#	3,22#	3,30*
Teemavaldkonna keskmine	3,67	3,72*	3,81**	3,75**	3,58**	3,59#	3,59#	3,67*
	Võrgustikku mittekuuluvad koolid							
Väide	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,25	4,09*	4,06**	3,98**	3,86**	3,92**	4,05**	4,04#
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	4,08	4,15*	4,16#	4,11*	3,99**	4,03#	4,03#	4,11*
Vahetunnis õue minek	2,73	2,84*	3,03**	3,06#	2,87**	3,00**	3,00#	3,23**
Tundides saan liikuda	3,41	3,54*	3,62**	3,53**	3,33**	3,37	3,41	3,55**
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	3,12	3,34*	3,43**	3,36**	3,05**	3,09	3,18**	3,22#
Teemavaldkonna keskmine	3,52	3,59*	3,66**	3,61**	3,42**	3,49**	3,54*	3,63**

*statistiliselt oluliselt erinev võrreldes eelmise õppeaastaga; #statistiliselt oluliselt erinev baastasemest. LKK – Liikuma Kutsuv Kool

Tabel 7. „Liikumisvõimalused koolis“ teemavaldkonna küsimuste keskmiste hinnangute muutused LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide **8. klasside** õpilastel aastatel 2018–2025.

	LKK võrgustiku koolid							
Väide	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,16	4,03*	4,02#	3,90**	3,85**	3,89**	3,96**	4,01**
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	3,65	3,93*	3,94#	3,84**	3,83#	3,79#	3,79#	3,87**
Vahetunnis õue minek	2,84	3,00*	3,09**	3,25**	3,16**	3,09**	3,08#	3,20**
Tundides saan liikuda	2,85	2,87	2,96**	2,91	2,84*	2,85	2,89*	2,97**
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	2,75	2,91*	3,04**	3,09#	2,83*	2,74*	2,79*	2,89**
Teemavaldkonna keskmine	3,25	3,35*	3,41**	3,40#	3,30*	3,27*	3,30**	3,39**
	Võrgustikku mittekuuluvad koolid							
Väide	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,15	4,00*	3,99#	3,84**	3,82#	3,91**	3,96**	4,00#
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	3,54	3,89*	3,88**	3,82**	3,78#	3,79#	3,78#	3,83#
Vahetunnis õue minek	2,85	2,85	2,92**	2,95#	2,90	2,98**	3,10**	3,17**
Tundides saan liikuda	2,88	2,86	2,92*	2,83**	2,75**	2,74#	2,78#	2,89*
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	2,53	2,69*	2,72#	2,90**	2,64**	2,57*	2,75**	2,80#
Teemavaldkonna keskmine	3,20	3,26*	3,29**	3,27#	3,19*	3,20	3,28**	3,34**

*statistiliselt oluliselt erinev võrreldes eelmise õppeaastaga; #statistiliselt oluliselt erinev baastasemest. LKK – Liikuma Kutsuv Kool

Tabel 8. „Liikumisvõimalused koolis“ teemavaldkonna küsimuste keskmiste hinnangute muutused LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide 11. klasside õpilastel aastatel 2018–2025.

	LKK võrgustiku koolid							
Väide	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,23	3,99*	4,00 [#]	3,98 [#]	3,91 [#]	3,90 [#]	4,02 [#]	4,05 [#]
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	3,43	3,73*	3,85 [#]	3,81 [#]	3,72 [#]	3,67 [#]	3,77 [#]	3,83 [#]
Vahetunnis õue minek	2,85	3,28*	3,41 [#]	3,57 [#]	3,42 [#]	3,38 [#]	3,30 [#]	3,50 [#]
Tundides saan liikuda	2,75	2,81	2,90	2,82	2,77	2,80	2,93 [#]	3,05 [#]
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	2,47	2,64	2,84 [#]	2,83 [#]	2,66*	2,55*	2,70 [#]	2,86 [#]
Teemavaldkonna keskmine	3,15	3,29*	3,40[#]	3,40[#]	3,30[#]	3,26[#]	3,35[#]	3,46[#]
	Võrgustikku mittekuuluvad koolid							
Väide	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Trenn ja liikumine vabal ajal	4,20	4,09*	4,11 [#]	4,04 [#]	3,98 [#]	4,05 [#]	4,10 [#]	4,17*
Vahetunnis aktiivne liikumine koolimajas	3,42	3,90*	3,96 [#]	3,88 [#]	3,85 [#]	3,81 [#]	3,81 [#]	3,95 [#]
Vahetunnis õue minek	3,49	3,38*	3,47*	3,41 [#]	3,34 [#]	3,34 [#]	3,50*	3,74 [#]
Tundides saan liikuda	2,95	2,89*	2,89 [#]	2,78 [#]	2,75 [#]	2,88 [#]	2,93	3,13 [#]
Õpetajad julgustavad vahetunnis liikuma	2,41	2,54*	2,65 [#]	2,74 [#]	2,50 [#]	2,56 [#]	2,61 [#]	2,71 [#]
Teemavaldkonna keskmine	3,30	3,36*	3,41[#]	3,37[#]	3,29*	3,34[#]	3,40[#]	3,54[#]

*statistiliselt oluliselt erinev võrreldes eelmise õppeaastaga; [#]statistiliselt oluliselt erinev baastasemest. LKK – Liikuma Kutsuv Kool

Hinnangud õpilaste poolt korraldatavate liikumismängude ja sportlike tegevuste kohta on mõlemas kooligrupis kõikides klassides statistiliselt oluliselt paranenud (Tabel 9). Kõige suurem tõus ilmneb 11. klassi õpilaste seas nii LKK võrgustiku kui ka mittekuuluvates koolides: LKK võrgustikus kasvas keskmine hinnang 3,12-lt 3,27-le ($p < 0,001$) ning võrgustikku mittekuuluvates koolides 3,34-lt 3,55-le ($p < 0,001$). Märkimisväärne paranemine on toimunud ka võrgustikku mittekuuluvate koolide 8. klassi õpilaste hinnangutes (2,75-lt 2,88-le; $p < 0,001$). 4. klassi õpilaste ning LKK võrgustiku 8. klassi õpilaste puhul on muutus olnud tagasihoidlikum, kuid siiski statistiliselt oluline ($p \leq 0,035$).

Tabel 9. Küsimuse „Meie koolis korraldavad õpilased ise liikumismänge ja sportlikke tegevusi“ keskmiste hinnangute muutus 4., 8. ja 11. klassis aastatel 2020–2025.

	LKK võrgustiku koolid						Võrgustikku mittekuuluvad koolid					
	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2020	2021	2022	2023	2024	2025
4. klass	3,64	3,74*	3,41 [#]	3,52*	3,48*	3,54 [#]	3,09	3,52*	3,22 [#]	3,33 [#]	3,34 [#]	3,41 [#]
8. klass	3,02	3,19*	2,77 [#]	2,88 [#]	2,94 [#]	2,99 [#]	2,38	2,92*	2,55 [#]	2,64 [#]	2,75 [#]	2,88 [#]
11. klass	2,89	3,16*	2,76 [#]	2,88*	3,12 [#]	3,27 [#]	2,14	3,15*	2,96 [#]	3,22 [#]	3,34 [#]	3,55 [#]

*statistiliselt oluliselt erinev võrreldes eelmise õppeaastaga; [#]statistiliselt oluliselt erinev baastasemest. LKK – Liikuma Kutsuv Kool

2022. a. aasta küsitlust täiendati kahe uue väitega: „Kehalises kasvatuses/liikumisõpetuses saadud kogemus motiveerib mind ka vabal ajal liikuma“ ning „Koolis käin enamasti jalgsi, rattaga või tõukerattaga (va elektrirattaga)“.

Väite „liikumisõpetusest saadud kogemus motiveerib ka vabal ajal liikuma“, puhul on positiivne, et 11. klassi õpilaste hinnangud on mõlemas kooligrupis statistiliselt oluliselt paranenud ($p \leq 0,030$; tabel 10). LKK võrgustiku koolides on keskmine hinnang tõusnud 2,84-lt 2,93-le ning võrgustikku mittekuuluvates koolides 2,93-lt 3,01-le. Kuigi 4. ja 8. klassi õpilaste hinnangutes statistiliselt olulisi muutusi ei ilmnenud, kuid need on püsinud samal tasemel või viitavad pigem kergele paranemistrendile.

Tabel 10. Küsimuse „Liikumisõpetuses saadud kogemus motiveerib mind ka vabal ajal liikuma“ keskmiste hinnangute muutus 4., 8. ja 11. klassis aastatel 2022–2025.

	LKK võrgustiku koolid				Võrgustikku mittekuuluvad koolid			
	2022	2023	2024	2025	2022	2023	2024	2025
4. klass	3,74	3,78	3,77	3,81 [#]	3,70	3,71	3,79 ^{*#}	3,77 [#]
8. klass	2,98	2,91	2,94	2,96	2,95	2,92	2,96	2,98
11. klass	2,76	2,70	2,84 [*]	2,93 ^{*#}	2,92	2,91	2,93	3,01 ^{*#}

*statistiliselt oluliselt erinev võrreldes eelmise õppeaastaga; [#]statistiliselt oluliselt erinev baastasemest. LKK – Liikuma Kutsuv Kool

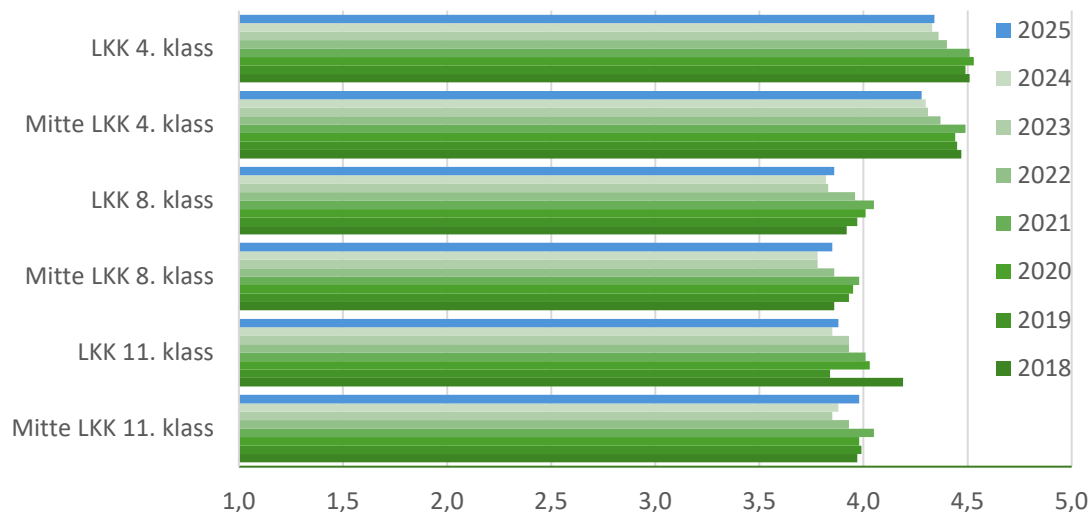
Aktiivse transpordi kasutamist koolis käimisel hinnatakse jätkuvalt madalalt ning märkimisväärt paranemist hinnangutes ei ilmne (Tabel 11). Ainus positiivne muutus on toimunud LKK võrgustiku 11. klassi õpilaste seas, kus keskmine hinnang on tõusnud 2,68-lt 2,76-le, kuid see muutus ei ole statistiliselt oluline ($p=0,114$). Samas ilmneb ainus statistiliselt oluline muutus võrgustikku mittekuuluvate koolide 11. klassi õpilaste puhul, kus hinnang aktiivse transpordi kasutamisele on oluliselt langenud – 2,67-lt 2,56-le ($p=0,003$).

Tabel 11. Küsimuse „Koolis käin enamasti jalgsi, rattaga või tõukerattaga (va elektrirattas)“ hinnangute muutus 4., 8. ja 11. klassis aastatel 2022–2025.

	LKK võrgustiku koolid				Võrgustikku mittekuuluvad koolid			
	2022	2023	2024	2025	2022	2023	2024	2025
4. klass	3,09	3,15	3,13	3,14	2,85	2,83	2,93 ^{*#}	2,94 [#]
8. klass	3,10	3,05	3,08	3,08	2,96	2,84 [*]	2,86 [#]	2,83 [#]
11. klass	2,81	2,66 [*]	2,68 [#]	2,76	2,67	2,68	2,67	2,56 ^{*#}

*statistiliselt oluliselt erinev võrreldes eelmise õppeaastaga; [#]statistiliselt oluliselt erinev baastasemest. LKK – Liikuma Kutsuv Kool

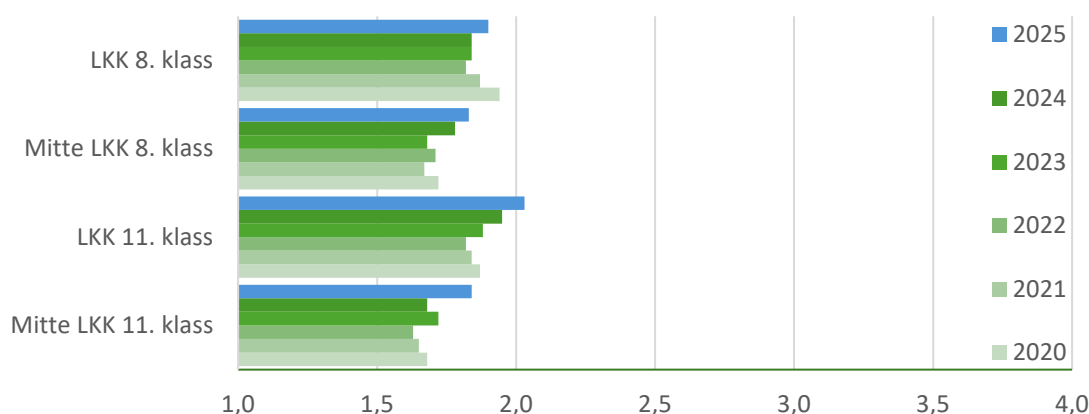
Kui varasematel õppeaastatel on õpilaste rahulolu spordisaalide ja -vahenditega olnud pigem langustrendis, siis käesoleval õppeaastal on märgata mõningast paranemist (Joonis 1). Statistiliselt oluliselt on rahulolu kasvanud võrgustikku mittekuuluvate koolide 8. klassi (3,78-lt 3,85-le; $p=0,005$) ja 11. klassi õpilaste seas (3,88-lt 3,98-le; $p<0,001$). Teiste klasside puhul on hinnangud jäänud samale tasemele või viitavad kergele paranemistrendile ($p \geq 0,077$).



Joonis 1. 4., 8. ja 11. klassi õpilaste rahulolu muutus spordisaali ja- vahenditega aastatel 2018-2025.

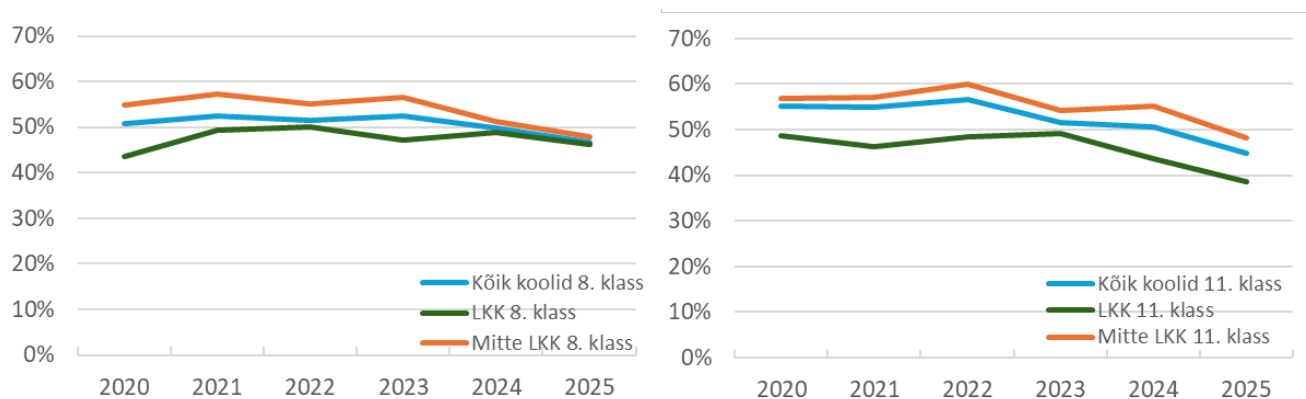
Õpilaste hinnangud sellele, kas neilt on küsitud arvamust koolipäeva vähem istuvaks ja rohkem aktiivsemaks muutmise kohta, on käesoleval õppeaastal paranenud kõikides klassides ja mõlemas kooligrupis (Joonis 2). Seejuures tuleb arvestada, et antud väidet hinnati neljapallisel skaalal (4 – arvamust on küsitud üsna mitmel korral; 1 – arvamust ei ole üldse küsitud), erinevalt teistest väidetest.

Suurimad muutused ilmnevad 11. klassi õpilaste hinnangutes, kus üha enam leitakse, et nende arvamust on koolipäeva aktiivsemaks muutmiseks küsitud. LKK võrgustiku koolides on hinnang tõusnud 1,95-lt 2,03-le ($p=0,004$) ning võrgustikku mittekuuluvates koolides 1,68-lt 1,84-le ($p<0,001$). Paranemist on näha ka 8. klassi õpilaste seas, kuigi muutus on tagasihoidlikum kui 11. klassi puhul. LKK võrgustikus on hinnangud tõusnud 1,84-lt 1,90-le ($p<0,001$) ning võrgustikku mittekuuluvates koolides 1,78-lt 1,83-le ($p=0,004$).



Joonis 2. Küsimuse „Kas Sinult on koolis küsitud, kuidas võiks kooli ruume, tunde või vahetunde niimoodi korraldada, et õpilased vähem istuks ja rohkem liiguks“ keskmiste hinnangute muutus 8. ja 11. klassi õpilastel aastatel 2018-2025.

Uuringu aastate lõikes on täheldatav langustrend nende õpilaste osakaalus, **kellelt ei ole kunagi küsitud arvamust** selle kohta, kuidas muuta kooli ruume, tunde või vahetunde vähem istuvaks ja liikumist soodustavamaks (Joonis 3). 8. klassi õpilaste seas oli selliseid vastajaid 46,8% ning 11. klassis 44,9%. Õpilaste kaasamises ilmnevad ka erinevused LKK võrgustiku ja võrgustikku mittekuuluvate koolide vahel, eriti 11. klassi tasemel. Kui 8. klassi õpilaste seas oli kaasamata õpilasi LKK võrgustiku koolides 46,2% ja võrgustikku mittekuuluvates koolides 47,8% ($p=0,002$), siis 11. klassis oli erinevus märksa suurem: vastavalt 38,6% LKK võrgustiku koolides ja 48,3% võrgustikku mittekuuluvates koolides ($p<0,001$).

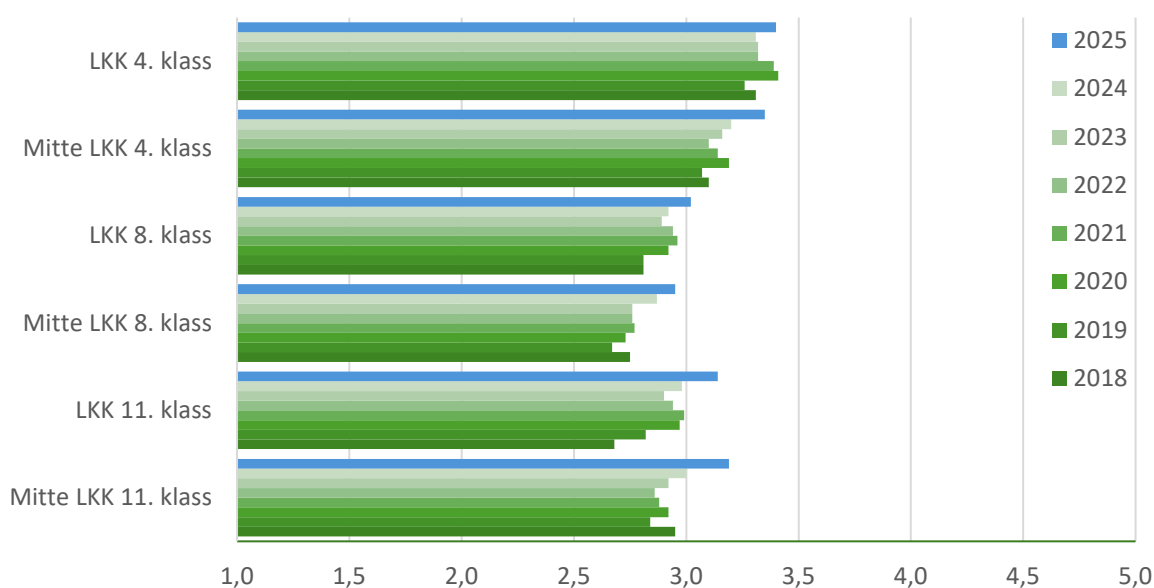


Joonis 3. Õpilaste, kelle käest ei ole üldse küsitud arvamust, kuidas võiks kooli ruume, tunde või vahetunde korraldada, et õpilased vähem istuksid ja rohkem liiguks, hulga muutus 2020-2025.

Riikliku tasandi õppija heaolu tulemuslikkuse näitaja „Liikumisvõimalused koolis“ 2025 aastal ja muutused aastatel 2018-2025

Riiklikul tasandil käsitletakse ühe õpilaste heaolu tulemusnäitajana ka liikumisvõimalusi koolis. Näitaja „Liikumisvõimalused koolis“ puhul hinnatakse nende õpilaste osakaalu, kes on kooli liikumisvõimalustega keskmisest enam rahul. Selleks arvestatakse kolme väite keskmist hinnangut: „Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna“, „Tundides ei pea ma kogu aeg istuma, vaid saan vahepeal liikuda (nt rühmatööd tehes või ülesandeid lahendades)“ ning „Õpetajad julgustavad meid vahetunnis aktiivselt liikuma“. Õpilane loetakse rahulolevaks juhul, kui nende väidete keskmine hinnang on viiepallisel skaalal vähemalt neli.

Käesoleval õppeaastal on näha, et tulemuslikkuse näitaja „Liikumisvõimalused koolis“ **keskmine hinnang** on nii LKK võrgustiku kui võrgustikku mittekuuluvate koolide kõikides klassides oluliselt paranenud ($p < 0,001$; joonis 4). Suurim muutus on toimunud 11. klassi õpilaste seas, kus LKK võrgustikus on keskmine hinnang tõusnud 2,98-lt 3,14 ning võrgustikku mittekuuluvates koolides 3,00-lt 3,19-le. Aga ka 4. ja 8. klassis on toimunud selged hinnangute paranemised. LKK võrgustiku koolides on 8. klasside õpilaste hinnangud tõusnud 2,92-lt 3,02-le ning 4. klasside hinnangud 3,31-lt 3,40-le. Võrgustikku mittekuuluvates koolides on vastavad muutused 4. klassis 3,20-lt 3,35-le ning 8. klassis 2,87-lt 2,95-le.

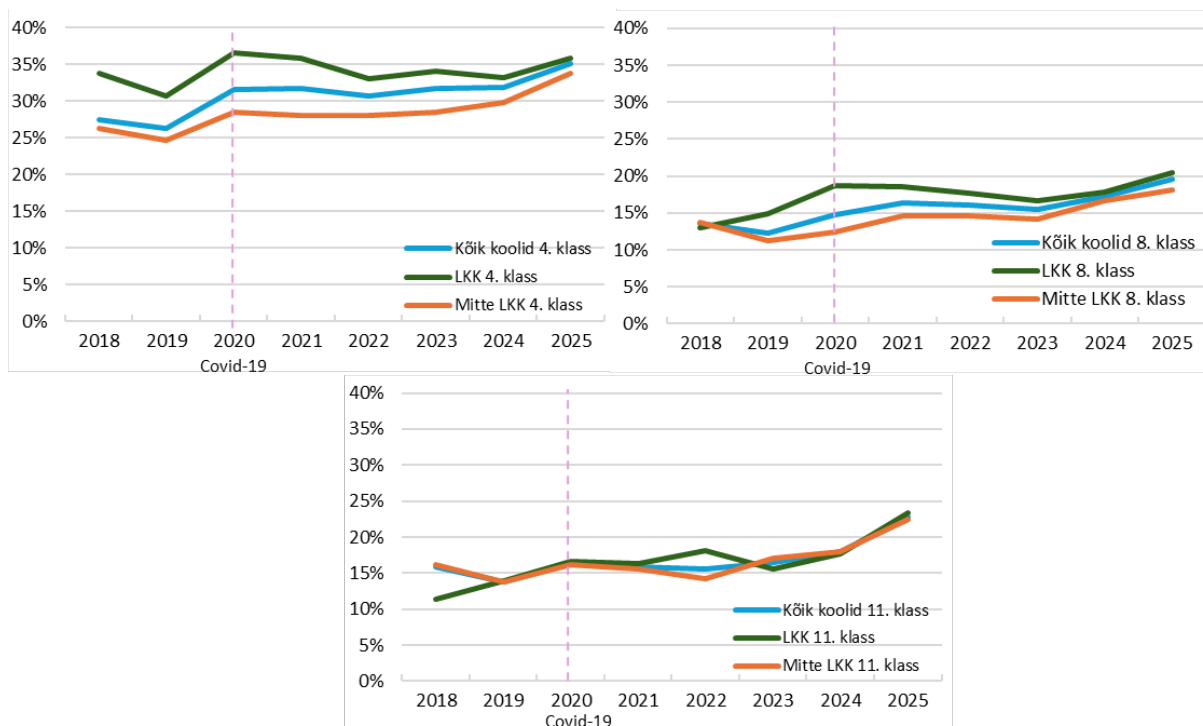


Joonis 4. Õpilaste heaolu hindamise tulemuslikkuse näitaja „Liikumisvõimalused koolis“ muutused 4., 8. ja 11. klassides aastatel 2018–2025.

Kui vaadata nende õpilaste osakaalu, kes on liikumisvõimalustega koolis pigem rahul (vastusevariandid pigem olen nõus ja olen täiesti nõus), siis nende õpilaste hulk on mõlemas kooligrupis samuti oluliselt suurenenud (joonis 5).

Antud õppeaastal on 35,1% **4. klassi** õpilastest liikumisvõimalustega koolis pigem rahul, võrreldes eelmise õppeaasta (31,9%) on rahulolevate õpilaste osakaal suurenenud ($p < 0,001$). LKK võrgustiku koolides on rahulolevate õpilaste osakaal statistiliselt oluliselt suurem (35,9%) kui võrgustikku mittekuuluvates koolides (33,7%, $p = 0,030$). Samas on mõlemas kooligrupis

rahulolevate õpilaste osakaal kasvanud, kusjuures kasv on olnud suurem võrgustikku mittekuuluvates koolides (+3,9%; $p<0,001$) võrreldes LKK võrgustiku koolidega (+2,7%; $p=0,003$).



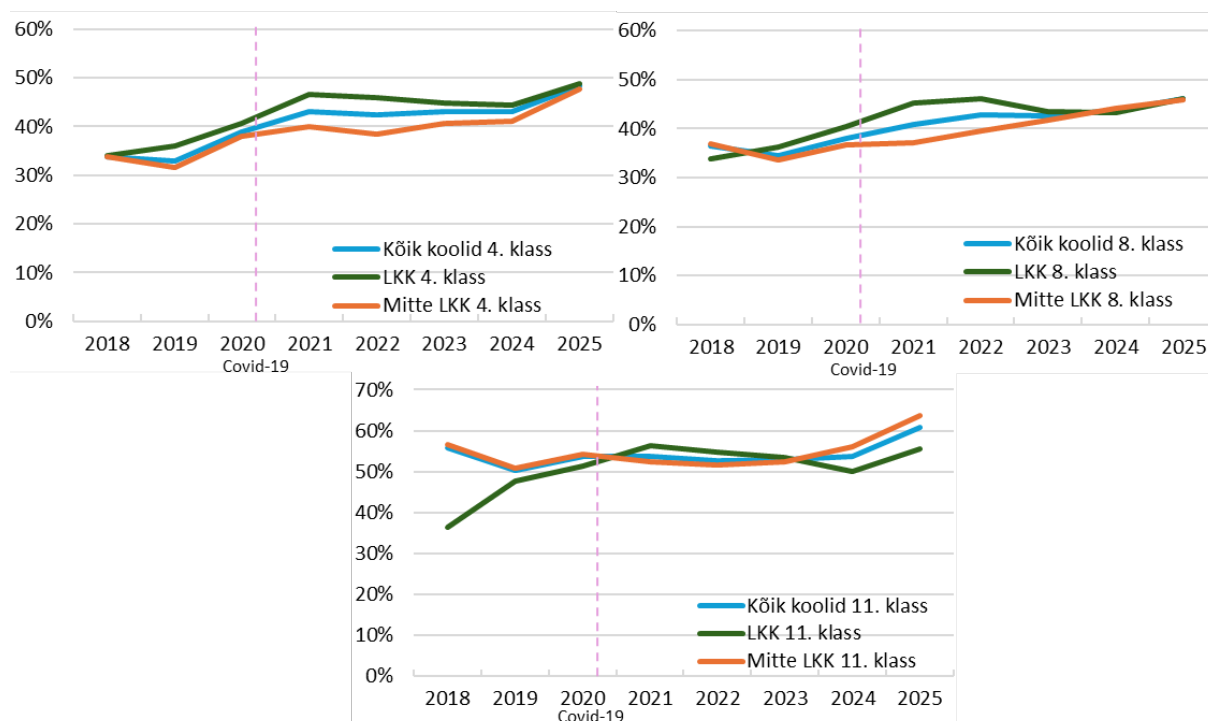
Joonis 5. Õpilaste osakaalu muutused, 4., 8. ja 11. klassides aastatel 2018-2025, kes on õpilaste heaolu hindamise tulemuslikkuse näitaja „Liikumisvõimalused koolis“ pigem rahul või väga rahul.

Kõige väiksem osakaal liikumisvõimalustega pigem rahul või väga rahul olevaid õpilasi on **8. klassis (19,6%)**, kus sageli ilmneb ka suurem üldise kehalise aktiivsuse langus. Võrreldes eelmise õppeaastaga on siiski toimunud kasv 2,3% võrra ($p<0,001$). Rahulolevate õpilaste osakaal on suurenenud nii LKK võrgustiku koolides (+2,6%; $p<0,001$) kui ka võrgustikku mittekuuluvates koolides (+1,5%; $p=0,081$). Seejuures on LKK võrgustiku koolides liikumisvõimalustega rahulolevate 8. klassi õpilaste osakaal kõrgem (20,4%) kui võrgustikku mittekuuluvates koolides (18,1%; $p=0,004$).

11. klassi õpilastest on liikumisvõimalustega koolis pigem rahul või väga rahul veidi alla veerandi (**22,8%**), mis on oluliselt rohkem kui eelmisel õppeaastal (17,9%; $p<0,001$). Selles vanuserühmas on toimunud ka suurim kasv rahulolevate õpilaste osakaalus nii LKK võrgustiku kui ka võrgustikku mittekuuluvates koolides. LKK võrgustiku koolides on liikumisvõimalustega rahulolevate õpilaste osakaal suurenenud 5,6% (17,7%-lt 23,3%-le; $p<0,001$) ning võrgustikku mittekuuluvates koolides 4,5% (18,0%-lt 22,5%-le; $p<0,001$). Kui eelmisel õppeaastal olid näitajad kooligruppide lõikes sarnased, siis antud õppeaastal on LKK võrgustiku 11. klassides rahulolevate õpilaste osakaal kõrgem, kuigi erinevus ei ole statistiliselt oluline ($p=0,433$).

Kolmest üksiküsimusest on jätkuvalt kõige suurem positiivne muutus toimunud väite „Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna“ puhul (Joonis 6). Võrreldes eelmise aastaga on statistiliselt oluline paranemine toimunud kõikides klassides ($p<0,001$). Õpilaste osakaal,

kes on õuevahetunnis liikumise võimalustega pigem rahul või väga rahul, on 4. klassis 48,4% (+5,3 protsendipunkti), 8. klassis 46,1% (+2,4 pp) ning 11. klassis 60,9% (+7,1 pp). Kui eelmisel aastal oli suurem paranemine märgatav eelkõige LKK võrgustiku koolides, siis käesoleval aastal on rahulolu kasv olnud suurem võrgustikku mittekuuluvates koolides. 4. klassi õpilaste seas suurenes rahulolu LKK võrgustiku koolides 4,3 protsendipunkti (kuni 48,6%) ja võrgustikku mittekuuluvates koolides 6,6 protsendipunkti (kuni 47,7%), kusjuures kooligruppide vahel statistiliselt olulist erinevust ei ilmne ($p = 0,298$). Oluliselt on paranenud ka 11. klassi õpilaste hinnangud: LKK võrgustiku koolides 5,5 protsendipunkti (kuni 55,6%) ja võrgustikku mittekuuluvates koolides 7,5 protsendipunkti (kuni 63,7%). Selles vanuserühmas on kooligruppide vahel ka statistiliselt oluline erinevus, kus võrgustikku mittekuuluvates koolides on rohkem õuevahetunni võimalustega rahulolevaid õpilasi ($p < 0,001$). 8. klassi õpilaste puhul on muutused olnud mõlemas kooligrupis sarnased ning statistiliselt olulisi erinevusi ei ilmne ($p = 0,841$).



Joonis 6. Õpilaste osakaalu muutused, 4., 8. ja 11. klassides aastatel 2018-2025, kes on väitega „Saan iga päev vähemalt mõnes vahetunnis õue minna“ pigem rahul või väga rahul.

Kokkuvõte õpilaste rahulolust liikumisvõimalustega koolis

Võrreldes eelmise õppeaastaga on nii LKK võrgustikku kuuluvates kui ka võrgustikku mittekuuluvates koolides üksikküsimuste tulemused üldjoontes sarnased ning mõlemas kooligrupis on märgata positiivseid arenguid.

Sarnaselt varasematele aastatele on **4. ja 8. klassi õpilaste keskmine koondhinnang liikumisvõimalustele koolis kõrgem LKK võrgustiku koolides kui võrgustikku mittekuuluvates koolides. 11. klassi õpilaste puhul on aga keskmine hinnang jätkuvalt kõrgem võrgustikku mittekuuluvates koolides.** Samas on just 11. klassis toimunud kõige suurem hinnangute paranemine mõlemas kooligrupis.

Kõikides vanuseastemets ja mõlemas kooligrupis hinnatakse jätkuvalt kõige enam trenni ja vaba aja liikumise meeldivust ning vahetunnis aktiivse liikumise võimalusi koolimajas. 4. klassi õpilased hindavad lisaks suhteliselt kõrgelt ka liikumisõpetusest saadud kogemuse mõju vaba aja liikumisele. Madalamaid hinnanguid saavad endiselt õpetajate julgustus vahetunnis aktiivselt liikuda ning aktiivse transpordi kasutamine kooli ja koolist koju liikumisel. Samuti hindavad 8. ja 11. klassi õpilased madalamalt võimalust tundides liikumiseks ja istumisaja katkestamiseks. 4. klassi õpilaste hinnangud vahetunnis õues viibimise võimalusele on samuti pigem tagasihoidlikud, kuigi selles vanuserühmas võiks eeldada suuremat õues liikumise võimalust.

Muutuste analüüs näitab, et **teemavaldkonna „Liikumisvõimalused koolis“ keskmised hinnangud on kõikides klassides ja nii LKK võrgustikku kuuluvates kui ka võrgustikku mittekuuluvates koolides statistiliselt oluliselt paranenud.** Positiivset muutust on näha enamiku üksikvaidete puhul, samas kui osa näitajaid on jäänud varasema õppeaastaga võrreldes samale tasemele. Eriti selgelt on paranenud õpilaste hinnangud õpilaste endi algatatud ja korraldatud liikumistegevustele kõigis klassiastmetes. See viitab sellele, et koolides on tugevnenud õpilaste aktiivne roll liikumisvõimaluste loomisel ja koolikultuuri kujundamisel.

Liikumisõpetusega seotud väite puhul ilmneb positiivne muutus eelkõige 11. klassi õpilaste seas, kus hinnangud on nii LKK võrgustikku kuuluvates kui ka võrgustikku mittekuuluvates koolides statistiliselt oluliselt paranenud. Nooremates klassides on tulemused jäänud valdavalt stabiilseks või näitavad vähest paranemist. See viitab sellele, et liikumisõpetuse mõju õpilaste hoiakutele võib avalduda tugevamalt vanemates vanuserühmades.

Aktiivse transpordi kasutamises ei ole võrreldes varasemaga toimunud märkimisväärset muutust ning õpilaste hinnangud selles valdkonnas püsivad jätkuvalt madalad. Mõningane positiivne muutus ilmneb küll LKK võrgustiku 11. klassi õpilaste seas, kuid see ei ole statistiliselt oluline. Samal ajal on võrgustikku mittekuuluvate koolide 11. klassi õpilaste hinnangud selles osas isegi langenud, mis viitab vajadusele pöörata sellele teemale senisest enam tähelepanu.

Positiivse arenguna saab esile tuua ka selle, et **üha enam õpilasi tunnetab, et nende arvamust koolipäeva aktiivsemaks muutmise kohta küsitakse.** Hinnangud on paranenud kõikides klassides, eriti 11. klassi õpilaste seas, mis viitab õpilaste suuremale kaasamisele koolikeskkonna kujundamisse.

Riikliku õpilaste heaolu tulemusnäitaja „Liikumisvõimalused koolis“ osas on samuti toimunud selge paranemine. Nii keskmised hinnangud kui ka nende õpilaste osakaal, kes on liikumisvõimalustega koolis pigem või väga rahul, on kõikides klassides suurenenud. Suurim kasv on toimunud 11. klassi õpilaste seas, kuid positiivne trend on nähtav ka 4. ja 8. klassis. Samas jääb rahulolevate õpilaste osakaal endiselt kõige madalamaks 8. klassis, mis viitab vajadusele pöörata selles vanuserühmas liikumisvõimaluste arendamisele jätkuvalt tähelepanu.

Kokkuvõttes näitavad tulemused, et liikumisvõimalused koolikeskkonnas on paranenud ning sellele pööratakse üha enam tähelepanu. Samas püsivad mitmed väljakutsed, eelkõige vajavad sihipärast arendamist aktiivse transpordi kasutamise toetamine, õpetajate järjepidev liikumise julgustamine ning liikumisvõimaluste teadlik lõimimine ainetundidesse.

Summary

The aim of this report is to provide an overview of students' perceptions of physical activity opportunities in Estonian schools and to analyse the results from the perspective of schools participating in the Schools in Motion (SiM) network and schools outside the network. The report presents trends in students' perceptions of school-based physical activity opportunities between 2018 and 2025. Changes are examined both at the level of individual survey items and through mean scores for the overall thematic module. The analysis is based on the national School Satisfaction and School Environment Survey module "Physical Activity Opportunities at School".

Methodology

This report is based on data from the national School Satisfaction and School Environment Survey (<https://harno.ee/riiklikud-rahulolukusitlused>), conducted by the Education and Youth Board in cooperation with the Ministry of Education and Research. The purpose of the survey is to broaden the range of feedback used to assess educational quality and to support the continuous monitoring of students' well-being and school experience. Since 2016, student satisfaction has also been included as an official school performance indicator.

The student survey has been administered annually during the spring semester since 2017. Since 2018, one of the thematic modules has focused on "Physical Activity Opportunities at School". In addition to students, teachers (grades 1–12) and parents of students in grades 1–9 are periodically included in the survey on a four-year cycle.

In 2025, the survey was conducted among students in grades 4, 8, and 11. A total of 30,453 students responded to the questions in the "Physical Activity Opportunities at School" module, including 11,523 fourth-grade students, 11,832 eighth-grade students, and 7,098 eleventh-grade students. Data collection was conducted electronically from 10 February to 16 March 2025. Each school received a unique school-specific survey link intended exclusively for use within that school. The questionnaire was available in Estonian, Russian, and English. Depending on the target group, completion took approximately 20–30 minutes.

Students completed the questionnaire independently. Technical assistance could be provided, if necessary, but respondents were not assisted in formulating their answers. Participation was anonymous, and responses cannot be linked to individual students. Most items were rated on a five-point Likert scale (1 = strongly disagree; 5 = strongly agree). Since 2024, schools have been able to access their results through the "Haridussilm" platform, provided that at least five respondents are represented within a target group. More detailed information about the survey methodology is available on the Education and Youth Board website.

Indicators of Satisfaction with Physical Activity Opportunities

In 2025, the thematic module "Satisfaction with Physical Activity Opportunities at School" consisted of the following statements:

- I enjoy being physically active and exercising in my free time.
- I can be physically active indoors during at least one break every day.
- I can go outside during at least one break every day.

- The school day is tiring for me.
- During lessons, I do not have to sit all the time but can move around, for example, during group work or while completing tasks.
- Teachers encourage us to be physically active during breaks.
- Students in our school organize physical activity games and sports activities themselves.
- I usually travel to school on foot, by bicycle, or by scooter (excluding electric scooters and e-bikes).
- Experiences gained in physical education/physical activity lessons motivate me to be physically active in my free time.

The statement “The school day is tiring for me” was excluded from the composite score calculation because it reflects students’ subjective perceptions of fatigue rather than opportunities for physical activity during the school day.

In addition to the “Physical Activity Opportunities at School” module, the analysis includes the statement “I am satisfied with the school’s sports facilities and equipment”, which reflects students’ overall assessment of school sports infrastructure and equipment. For students in grades 8 and 11, the analysis also includes the question: “Have you been asked how school spaces, lessons, or breaks could be organized so that students sit less and move more?”, which provides an indication of student involvement in shaping the school environment and learning arrangements.

At the national level, three items from the “Physical Activity Opportunities at School” module are used as a student well-being performance indicator. The indicator is defined as the proportion (%) of students who are rather satisfied or very satisfied with physical activity opportunities at school, that is, students whose average score across the three statements is at least 4 on a five-point scale. The indicator is calculated only for respondents who answered all three statements:

- I can go outside during at least one break every day.
- During lessons, I do not have to sit all the time but can move around, for example, during group work or while completing tasks.
- Teachers encourage us to be physically active during breaks.

In addition to the proportion of students who are satisfied with physical activity opportunities at school, this report also analyzes the mean scores of these three statements to provide a more detailed overview of students’ perceptions of physical activity opportunities in the school environment.

Results of Students’ Satisfaction with Physical Activity Opportunities at School

Compared with the previous school year, the results for individual survey items were broadly similar in both Schools in Motion (SiM) network schools and non-network schools, with positive developments evident across both school groups.

As in previous years, students in grades 4 and 8 attending SiM network schools reported higher overall satisfaction with school-based physical activity opportunities than students in

non-network schools. Among grade 11 students, however, the overall mean score remained higher in non-network schools. At the same time, the greatest improvement in ratings was observed among grade 11 students in both school groups.

Across all age groups and in both school groups, students rated enjoyment of physical activity and sports during leisure time, as well as opportunities for active movement indoors during breaks, most highly. Grade 4 students also gave relatively high ratings to the extent to which experiences gained in physical education and physical activity lessons motivate them to be physically active in their free time. Lower ratings were again given to teachers' encouragement to be physically active during breaks and to the use of active transportation for traveling to and from school. In addition, students in grades 8 and 11 reported relatively low opportunities to move during lessons and to interrupt prolonged sitting. Grade 4 students also provided comparatively modest ratings regarding opportunities to spend breaks outdoors, despite the expectation that younger students would generally have greater access to outdoor recess.

The analysis of changes over time shows that mean scores for the thematic module "Physical Activity Opportunities at School" improved significantly across all grades and in both SiM network and non-network schools. Positive developments were observed for most individual items, while some indicators remained at levels similar to those reported in the previous school year. Particularly notable was the improvement in students' ratings of student-initiated and student-led physical activity opportunities across all grade levels. This suggests that students are playing an increasingly active role in creating opportunities for movement and shaping school culture.

A positive trend was also observed for the statement on physical education and physical activity lessons, particularly among grade 11 students, with ratings improving significantly in both SiM network and non-network schools. Among younger students, results remained largely stable or showed only modest improvement. This may indicate that the influence of physical education on students' attitudes towards physical activity becomes more pronounced as students age.

No substantial changes were observed in active transportation use, and students' ratings in this area remain low. Although a slight positive change was evident among grade 11 students in SiM network schools, the difference was not statistically significant. At the same time, ratings among grade 11 students in non-network schools declined, highlighting the need for increased attention to this issue.

Another positive development is that an increasing number of students feel that their opinions are being sought regarding ways to make the school day more physically active. Ratings improved across all grades, particularly among grade 11 students, suggesting greater student involvement in shaping the school environment and daily school practices.

The national student well-being performance indicator "Physical Activity Opportunities at School" also showed clear improvement. Both the average ratings and the proportion of students who reported being rather satisfied or very satisfied with physical activity opportunities at school increased across all grade levels. The largest increase was observed among grade 11 students, although positive trends were also evident in grades 4 and 8. Nevertheless, the proportion of satisfied students remains lowest among grade 8 students, indicating a continued need to focus on improving physical activity opportunities for this age group.

Overall, the results demonstrate that opportunities for physical activity within the school environment have improved and are receiving increasing attention. At the same time, several challenges remain. In particular, further targeted efforts are needed to support active transportation, encourage teachers to consistently promote movement, and integrate physical activity more systematically into classroom learning.

Key Messages

- **Overall satisfaction with physical activity opportunities at school is increasing in both Schools in Motion (SiM) network schools and non-network schools.**

Although satisfaction with physical activity opportunities remains higher among students in grades 4 and 8 attending SiM network schools than among their peers in non-network schools, the results suggest that the impact of the Schools in Motion programme may extend beyond participating schools. Physical activity-supportive practices and Schools in Motion principles have likely spread to other schools, as reflected in the relatively high baseline levels observed among newly joining schools. It is also noteworthy that satisfaction with physical activity opportunities has steadily improved following the decline observed during the COVID-19 period.

- **Satisfaction with physical activity opportunities is higher among younger students, although substantial variation exists between schools.**

The highest proportion of students satisfied with physical activity opportunities is found among grade 4 students (35.1%), whereas the proportion is considerably lower among older students (19.6% in grade 8 and 22.8% in grade 11). In grades 4 and 8, the proportion of satisfied students is higher in SiM network schools than in non-network schools (35.9% vs. 33.7% in grade 4 and 20.4% vs. 18.1% in grade 8). Among grade 11 students, however, no meaningful differences are observed between the two school groups (23.3% vs. 22.5%).

- **The proportion of students satisfied with opportunities to spend breaks outdoors has increased substantially.**

Compared with 2024, the proportion of students who are rather satisfied or very satisfied with the opportunity to go outside during at least one break each day has increased significantly. Improvements were observed across all grades, with the proportion of satisfied students reaching 48% in grade 4, 46% in grade 8 and 61% in grade 11.

- **Opportunities for movement during lessons have improved across all age groups, but grade 8 students continue to report the lowest levels.**

Differences between educational stages are most pronounced regarding opportunities to move during lessons. Grade 8 students rate their opportunities for movement particularly low, while ratings among grade 11 students are also relatively low. These findings suggest that learning in lower secondary and upper secondary education still involves prolonged

uninterrupted sitting and that integrating movement into classroom learning has not yet become common practice.

- **Improvements in physical activity opportunities are evident across all domains among grade 11 students, suggesting that Schools in Motion principles are increasingly reaching upper secondary education.**

Grade 11 students reported improvements across all individual indicators, and ratings in non-network schools were even higher than those in SiM network schools. This may be related to the development of more modern learning environments and school cultures in state upper secondary schools and independent gymnasiums that place greater emphasis on supporting students' physical and mental well-being through, for example, school schedules, well-being-oriented learning environments and collaborative school cultures.

- **Student initiative and participation in creating physical activity opportunities at school have increased.**

Across all educational stages, students report greater involvement in organising physical activity games and sports activities themselves. Students also increasingly feel involved in shaping the school environment, including discussions about how to organize the school day in ways that encourage movement and reduce sedentary behavior. The proportion of students who report never having been asked for their opinion on making the school day more active has decreased considerably (to 47% in grade 8 and 45% in grade 11).

- **The proportion of students commuting to school on foot or by bicycle remains low.**

In both SiM network schools and non-network schools, the proportion of students using active modes of transport to travel to school remains low and has changed little over time. This highlights the need for greater attention to this issue, particularly at the municipal level, to ensure safe and activity-supportive routes to school.

- **Physical education increasingly supports students' physical activity during leisure time.**

Although the changes are modest, a positive trend can be observed in students' perceptions that experiences gained in physical education and physical activity lessons motivate them to be physically active during their leisure time. This trend is most evident among grade 11 students. While the direct impact of the revised curriculum cannot yet be assessed, positive developments are emerging in students' satisfaction and motivation.