



# Kooli hetkeolukorra hindamisvahend

---

*Lisadokument veebipõhisele juhendile*



## Pealkiri

Kooli hetkeolukorra hindamisvahend: Lisadokument veebipõhisele juhendile

## Autorid

Erin Safarjan M.P.H.

Goof Buijs M.Sc.

Silvia de Ruiter M.Sc.

Eesti keelde tõlkinud ja kohandanud Eesti tervist edendavate koolide (TEK) võrgustikku koordineeriv Tervise Arengu Instituut ning lisainfot Eest võrgustiku kohta saab:

<http://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/koolis/tervist-edendavate-koolide-vorgustik>

## Tänuõnad ja viited

Dokument põhineb osal "*HEPS Rapid Assessment tool*" materjalist Simovska, V., Dadaczynski, K., Viia, N.G., Tjomsland, H.E., Bowker, S., Woynarowska, B., de Ruiter, S., Buijs, G. (2010). HEPS Tool for Schools: A Guide for School Policy Development on Healthy Eating and Physical Activity. Woerden, NIGZ.

## Rahastatud

Väljaanne on valminud CBO-FY2013 tegevustoetusest, mis on rahastatud Euroopa Liidu rahvatervise programmi vahenditest. Euroopa Liit ja seal töötavad inimesed ei vastuta käesoleva väljaande sisu eest.

## Avaldamiskuupäev

Detsember 2013

Dokument on kättesaadav SHE võrgustiku veebilehel: [www.schoolsforhealth.eu/for-schools/](http://www.schoolsforhealth.eu/for-schools/)

CBO

CBOP.O. Box 20064, 3502 LB Utrecht, the Netherlands

Email: [she@cbo.nl](mailto:she@cbo.nl)



© CBO, Utrecht, 2013. Ühtegi materjali osa ei ole lubatud produtseerida ilma kirjaliku loata. Tekstide või pildi kasutamiseks loa taotlemiseks palume pöörduda e-postiaadressile: [she@cbo.nl](mailto:she@cbo.nl)

## Sissejuhatus

Tervist edendavaks kooliks saamise teises etapis on koolis oluline hinnata koolis kehtivaid tervist ja heaolu puudutavaid põhiväärtusi, reegleid, arengudokumente ja tegevusi, et määrata kindlaks koolipere vajadused ja prioriteedid tervise edendamisel.

Kooli hetkeolukorra hindamisjuhend on loodud selleks, et aidata hindamisprotsessi läbi viia. Kooli hetkeolukorra hindamisjuhend koosneb kogu kooli hõlmava lähenemise põhiselt erinevatest küsimuste blokkidest. Küsimustele vastamine aitab välja selgitada, millega koolis juba põhjalikult tegeletakse, milliseid valdkondi on vaja parendada ning millele tervist edendava koolina tahetakse tähelepanu pöörata.

Kooli hetkeolukorra hindamisjuhendit saab kasutada ka siis, kui tervist edendava kooli põhimõtted on juba juurutatud. Esimese hindamise tulemusi võib võrrelda järgnevatega ja niiviisi protsessi käiku jälgida ning vajadusel tegevusi täiendada.

## Juhised

Soovitame kooli tervisenõukoguga kooli hetkeolukorra hindamisjuhendi küsimusi omavahel arutada ja jõuda üksmeelele.

Iga küsimust tuleks hinnata kahest vaatenurgast lähtuvalt:

1. **Hinnang:** kooli praegusele olukorrale 3-punktilisel skaalal: 1 = rakendamata; 2 = osaliselt rakendatud; 3 = täielikult rakendatud. Vaata vasakpoolset veergu pealkirjaga *hetkeolukord*
2. **Prioriteetsus:** koolipere jaoks 3-punktilisel skaalal, 1 = vähe/üldse mitte tähtis; 2 = keskmiselt tähtis; 3 = väga tähtis. Vaata parempoolset veergu pealkirjaga *prioriteetsus*.

Arvestades hetkeolukorda ja prioriteetsust, võib hindamistulemusi kokku võtta analüüsides iga küsimuse punktisummat eraldi või siis analüüsides ühte osa, arvestades selle osa punktisumma kokku. Valdkonnad, millel on madal punktisumma kooli *hetkeolukorra* osas ja kõrge punktisumma *prioriteetsuse* lahtris, peaksid olema fookuses edaspidiste tervist edendava kooli tegevuste planeerimisel.

### Kooli hetkeolukorra hindamisvahend

Praegune olukord: 1 = rakendamata; 2 = osaliselt rakendatud; 3 = täielikult rakendatud

Prioriteetsus: 1 = vähe/üldse mitte tähtis; 2 = keskmiselt tähtis; 3 = väga tähtis

	Hetkeolukord			Prioriteetsus		
	1	2	3	1	2	3
<b>1. Üldine suundumus</b>						
1.1 Koolil on ülevaade <b>õpilaste</b> tervise (sealhulgas füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervise) ja heaolu hetkeolukorrast.						
1.2 Koolil on ülevaade <b>õpetajate ja muu personali</b> tervise (sealhulgas füüsilise, vaimse ja sotsiaalse tervise) ja heaolu hetkeolukorrast.						
1.3 Kool saab anda hinnangu õpilaste tervisekäitumisele (toitumine ja füüsiline aktiivsus, seksuaalkäitumine, alkoholi, tubaka, narkootikumide tarvitamine, hügieen) vanuse, soo ja sotsiaal-majandusliku olukorra lõikes.						
1.4 Koolis on läbiviidud hindamine õpilaste, õpetajate ja muu koolipersonali tervise ja heaolu vajaduste ning soovide osas (näiteks küsitlus, soovide kast).						
1.5 Kogu kooliperele on teada, kes vastutab koolis tervise teemade, sealhulgas vaimse tervise edendamise eest.						
	Hetkeolukord			Prioriteetsus		
	1	2	3	1	2	3
<b>2. Tervist toetav koolipoliitika</b>						
2.1 Koolil on kirjalik õpilaste, õpetajate ja teiste töötajate tervise ja heaolu edendamise tegevuskava.						
2.2 Tervis ja heaolu on seostatud kooli hariduslike eesmärkidega.						
2.3 Tervise ja heaolu teemad kuuluvad kooli õppekavasse.						
2.4 Kooli lähenemine tervisele ja heaolule peegeldab kogu koolipere (õpilased, koolipersonal ja lapsevanemad) arvamusi, soove ja vajadusi.						
2.5 Õpilasi, koolipersonali ja lapsevanemaid julgustatakse osalema terviseiga seotud tegevuste planeerimises ja elluviimises.						

	Hetkeolukord			Prioriteetsus		
	1	2	3	1	2	3
<b>3. Kooli füüsiline keskkond</b>						
3.1 Kogu kooli sise- ja väliskeskkond nagu mänguväljak, klassiruumid, tualetid, söökla ja koridorid on õpilasesõbralikud, ohutud, puhtad ja rõhutavad hügieeni olulisust (piisavalt vedelseepi ja paberkäterätikuid tualettides jmt).						
3.2 Kogu kooli sise- ja väliskeskkond nagu mänguväljak, klassiruumid, tualetid, söökla ja koridorid on sobivad kõikidele õpilastele sõltumata vanusest, soost või erivajadusest.						
3.3 Õpilastel ja koolipersonalil on kooliruumidele ligipääs väljaspool koolitunde, näiteks liikumistegevusteks vm huvitegevuseks.						
3.4 Kõik treeningruumid ja toitlustamisega seotud ruumid on ohutud ja võimaldavad hea hügieenitava järgimist.						
3.5 Koolitee on turvaline ja võimaldab õpilastel olla füüsiliselt aktiivne (näiteks sõita jalgrattaga või kõndida).						
3.6 Kõik koolihooned on sobiva temperatuuriga, hea valgustuse ja ventilatsiooniga.						
3.7 Kooli söökla, kohvik, toiduautomaadid pakuvad tervislikke ja riiklikele nõuetele vastavaid toite ja jooke.						
	Hetkeolukord			Prioriteetsus		
	1	2	3	1	2	3
<b>4. Kooli psühho-sotsiaalne keskkond</b>						
4.1 Kooli söökla, mänguväljak, klassiruumid, tualetid, pesemisruumid ja koridorid on kujundatud ning sisustatud meeldivalt ja sotsiaalseerumist soodustaval viisil.						
4.2 Koolis toimuvad regulaarselt ühistegevused, näiteks projektinädalad, festivalid, konkursid ja võistlused jm tegevused, mis on vähemalt osaliselt mõeldud tervise ja heaolu edendamiseks.						
4.3 Tervisekasvatuse ja tervisedendamise alased tegevused, sh võimalused harjutada ja arendada erinevaid eluks vajalike oskusi, toimuvad ka koolitundide väliste tegevustena.						
4.4 Koolis on alati olemas inimene, kellega õpilased saavad soovi korral privaatselt oma muredest ja mõtetest rääkida.						

4.5 Koolis on alati sõbralik ja rõõmsameelne õhkkond ning kõik õpilased ja koolipersonal tunnevad end mugavalt ja lugupeetult.						
4.6 Kooli tugipersonali esindaja (kooli tervishoiutöötaja, sotsiaalpedagoog või psühholoog) on kaasatud nii individuaalsesse kui ka kogu kooli hõlmavasse tervise edendamisse ja teevad juhtkonnaga koostööd tervisetemade lõimimisel kooli õppekavasse ja arengudokumentidesse.						
4.7 Füüsilise, arengulise või õppimisalase erivajadusega õpilastele on koolis loodud tugisüsteem (teenused jm).						
4.8 Koolil on süsteem erivajadustega õpilaste märkamiseks ja suunamiseks erialaspetsialistide juurde, kui nende õpilaste vajadused ületavad koolis töötavate spetsialistide kompetentsi.						
	<b>Hetkeolukord</b>			<b>Prioriteetsus</b>		
	1	2	3	1	2	3
<b>5. Tervisekäitumise edendamine</b>						
5.1 Kool viib ellu tegevusi tervisega seotud teadmiste ja individuaalsete oskuste arendamiseks sh vaimse tervise edendamine.						
5.2 Koolil on selged reeglid, mis edendavad tervist toetavat käitumist.						
5.3 Regulaarselt toimuvad liikumispausid koolitundides ja vahetundides.						
	<b>Hetkeolukord</b>			<b>Prioriteetsus</b>		
	1	2	3	1	2	3
<b>6. Koostöö kogukonnaga</b>						
6.1 Õpilaste vanemad osalevad ja panustavad aktiivselt kooli tegevustesse.						
6.2 Kool teeb aktiivset koostööd kohalike partneritega, näiteks huvikoolid ja -ringid, spordi- ja noorteklubid, kohalikud ametkonnad, nõustamisteenuste pakkujad, ettevõtted, toitlustajad, kohalikud kauplused jne.						
6.3 Kool korraldab regulaarseid külaskäike kooliväliste partnerite juurde, et julgustada õpilasi tervislikult toituma, olema füüsiliselt aktiivsed ja edendada emotsionaalset ning sotsiaalset tervist ja arengut.						

	Hetkeolukord			Prioriteetsus		
	1	2	3	1	2	3
<b>7. Koolipersonali tervis ja heaolu</b>						
7.1 Kool pakub personalile regulaarseid tervise ja heaolu edendamise alaseid koolitusi ning võimekuse suurendamist.						
7.2 Kooli personalile on olemas piisavalt asjakohaseid tervise (sh vaimse tervise) edendamise alaseid materjale.						
7.3 Kool soodustab tasakaalu töö- ja eraelu vahel, mõistlikku töökoormust ning on avatud tööprobleemide ja stressi teemade arutamiseks.						
7.4 Uutele töötajatele pakutakse juhendamist ja vajadusel koolitusi nende tööalase arengu toetamiseks.						
7.5 Koolil on olemas juhised tegelemaks töötajate korduvate töölt puudumistega ja töölt pikaajaliselt eemal viibinud töötajate tööle naasmise toetamisega.						
7.6 Kool toetab kooli personali tervist toetava eluviisi saavutamisel ja hoidmisel, näiteks luues positiivset tervisekäitumist soodustava keskkonna.						