

Kultuuriministeerium

**Liikumisharrastuse strateegiline arengukava
2006–2010**

**Arengukava peakoostajad:
Mait Arvisto, Margus Jurkatam, Peeter Lusmägi, Tõnu Seil**

Tallinn 2006

SISUKORD

SISSEJUHATUS	4
LIIKUMISHARRASTUSE STRATEEGILISE ARENGUKAVA PÕHITEGEVUSVALDKONNAD, INDIKAATORID, MEETMED JA EESMÄRGID..	9
1 LIIKUMISHARRASTUSE- JA SPORTIMISPAIKADE TASAKAALUSTATUD RAJAMINE MAAKONDADESSE	11
1.1 Lähiliikumispaidad	11
1.2 Sportimispaikade planeerimine.....	11
1.3 Investeeringud spordiehitistesse	12
1.4 Spordi- ja mänguväljakute rajamine programmitoetuse põhimõttel.....	12
1.5 Liikumis- ja terviseradade rajamine avaliku- ja erasektori vahelises koostöös	13
1.6 Kergliiklus- ja olmeteod.....	13
1.7 Regionaalsetesse tervisespordikeskustesse investeerimine programmitoetuse põhimõttel	13
2 TERVISESPORTLASTE ARSTIABI, INFOTEENINDUS- JA NÕUSTAMINE..	15
2.1 Tervisespordi meditsiinilised teeninduskeskused	15
2.2 Piirkondlikud infopunktid.....	15
3 KOOLITUS.....	16
3.1 Konverentsid, seminarid ja koolitused.....	16
3.1.1 Üleriigiline konverents.....	16
3.1.2 Spetsialistide koolitused.....	16
3.1.3 Perearstide koolitused	16
3.1.4 Muud koolitused ja seminarid.....	17
3.1.5 Üleriigiline mess	17
4 TEADMISVARA JA SELLE LEVITAMINE HARRASTAJATELE.....	18
4.1 Meediakava	18
4.2 Metoodiline materjal, trükised	18
4.2.1 Liikumisharrastuse alased raamatud	19
4.2.2 Väike trükised, brošüürid, VHS videod, DVD-d.....	19
4.2.3 Ajakiri Liikumine ja Sport	20
4.2.4 Tervisespordiürituste kalender.....	20
5 LIIKUMISHARRASTUSE KORRALDAMINE.....	21
5.1 Kampaniate korraldamine. Juhtiv kampania “Sportiv Eestimaa“	21
5.2 Haridus- ja Teadusministeeriumi toetus spordialasele huvitegevusele koolides 21	
5.3 Suurürituste korraldamine.....	22
5.4 Harjutamise toetamine ja stimuleerimine	22
5.5 Rakendusuuringud	22
5.5.1 Spordimeditsiini- ja tervise-uuringud	23
5.5.2 Uuringuprogramm “Sõbralikud baasid 2007-2008”	23
5.5.3 Liikumisharrastuse strateegilisest arengukavast tulenevate tegevuste ja üldeesmärgi hindamiseks vajalikud uuringud ning monitooring.....	23
5.6 Liikumisharrastuse projektide näiteid.....	24
5.7 Erinevate sihtrühmade kehalise võimekuse enesekontrolli süsteemi väljatöötamine ja kättesaadavaks tegemine	25

6	LIIKUMISHARRASTUSE SUHTEKORRALDUS- JA EDENDUSKAVA	27
7	LÕPPDOKUMENDID	28
7.1	Liikumisharrastuse strateegilise arengukava õiguslikud ja strateegilised alused	28
7.2	Arengukava koostamist konsulteerinud liikumisharrastuse spetsialistide ja teadlaste nimekiri	29
8	KASUTATUD KIRJANDUS	30
9	LISAD	31

- Lisa 1. Liikumisharrastuse kontseptsiooni 2006-2010 elluviimise kava
- Lisa 2. Siseministeeriumi ja maavalitsuste vahelise maakonnaplaneeringu teemaplaneeringu “Maakonna sotsiaalne infrastruktuur” projekti skeem
- Lisa 3. Liikumisharrastuse strateegilise arengukava institutsionaalne skeem
- Lisa 4. Liikumisharrastuse strateegilise arengukava 2006-2010 maksumuse prognoos
- Lisa 5. Lähiliikumispaikade võrgu hindamine ja nende rajamise programmi väljatöötamine
- Lisa 6. Sportimispaikade võrgu soovitusnormid
- Lisa 7. Kokkuvõtted V Eesti Spordi Kongressist 2002 spordibaaside sektsiooni lõppdokumendist ja liikumisharrastuse sektsiooni lõppdokumendist
- Lisa 8. Regionaalsete tervisespordikeskuste rajamise põhimõtted 2007 – 2010
- Lisa 9. Kampaania “Sportiv Eestimaa” lähtekohad
- Lisa 10. Erinevate sihtrühmade kehalise võimekuse enesekontrolli süsteemi väljatöötamise ja kättesaadavaks tegemise projekt
- Lisa 11. Liikumisharrastuse suhtekorraldus- ja edenduskava

SISSEJUHATUS

Eesti rahvas seisab silmitsi suure haigestumusega just nendesse haigustesse, mida saaks ära hoida liikumisharrastusega. Tänapäeva ühiskonnas, kus infotehnoloogia, sõidukite jms arengutase ei võimalda enam iga päev enamikule inimestele füsioloogiliselt hädavajalikku kehalist koormust, on korrapärane harjutamine ja harrastusliikumine muutunud asendamatuks. Tervisesport ja regulaarne liikumisharjumus on otstarbekaimad ja efektiivseimad viisid arendada ning säilitada kehalist vormi, vaimset tasakaalu ja üldist jõudlust, rääkimata selle meelelahutuslikust ja emotsionaalsest efektist.

Pikka aega on Eestis tegeldud pigem kõikvõimalike negatiivsete tagajärgede leevendamise ja nende ärahoidmisega. Sama põhimõtte kehtib ka tervise kohta, mille hoidmiseks vajalik liikumisharjumus on elanikkonna hulgas liiga väike. On oluline, et soov ja vajadus liikuda tekiks juba võimalikult varases nooruses ja kehtaks kogu elu vältel.

Tänaseks on liikumisharrastuse efektiivsust ning hädavajalikkust mitmekülgset ja piisavalt põhjendanud Euroopa Nõukogu Spordi Arendamise Komitee (CDDS)³. Juba 1995. aastal rahvusvaheliste ekspertrühmade algatatud üldistavas töös sai kinnitust spordi- ja liikumisharrastuse soodne mõju ühiskonnale kolmes põhisuunas: tervis, sotsialiseerumine ja majandus.

Eestis saab piisavalt regulaarset sportlikku koormust kuni kolmandik meestest ja neljandik naistest ning ligikaudu pool õppivast noorsoost. Seda on võrreldes meie kultuuriruumi kuuluvate riikidega vähe (Skandinaavia ja Kesk-Euroopa maades on harrastajaid 60–70% elanikkonnast). Spordiklubidesse kuulub riigi populatsioonist 10–12% Eestis ning 30–50% Skandinaavia ja Kesk-Euroopa maades¹². Eestis tehtud liikumisharjumuse uuringud^{7: 8} on näidanud, et kogu elanikkonna seas pole liikumist harrastavate inimeste kasvutendentsi märgata. Seega on Eesti spordisüsteemi sportliku liikumise poole pealt võrreldes teiste Euroopa riikidega vaja tasakaalustada ning propageerida liikumisharrastust hoogsamalt.

Vähesest liikumisest ja ebatervislikest eluviisidest põhjustatud haiguste ravi maksab tänapäeval üha enam. Kehalise aktiivsuse suurendamine eeldab aga igaühe mõtteviisi muutust ja teadlikkust sellest, millised on liikumisharrastusega tegelemise võimalused. Ülalöeldut arvestades on lähiaastail vaja tuntuvat pööret **tervisespordi ja liikumisharrastuse edendamises**. Sellest põhimõttest lähtudes alustas Kultuuriministeerium **“Liikumisharrastuse strateegilise arengukava 2006–2010”** väljatöötamist.

Lähtudes “Liikumisharrastuse strateegilise arengukava 2006–2010” koostamise juhtmõttest **kaasata elanikkonda ulatuslikumalt korrapärasesse liikumisharrastusse**, valmis 2005. aasta kevadel Kultuuriministeeriumi tellimisel ning Eesti Sporditeabe Sihtasutuse ja Tallinna Ülikooli vahendusel liikumisharrastuse kontseptsiooni kava (lisa 1), mille alusel koostati arengukava algvariant. Järgnes ekspertrühmade ühine mõttetöö, mille tulemusena on kokku pandud dokument, mis sisaldab nii riiklike kui ka

valitsusväliste organisatsioonide (k.a kesksed ministeeriumid, spordiorganisatsioonid jt) põhilisi ettevõtmisi liikumisharrastuse ja tervisespordi vallas.

“Liikumisharrastuse strateegilise arengukava 2006–2010” eesmärk on kaasa aidata tervistava liikumise laiendamisele ja kõigile jõukohaste sportimisvormide kiiremale levikule elanikkonna seas. Arvulises väljenduses tähendab see regulaarse liikumisharrastusega tegelejate arvu suurendamist 2010. aastaks 45%ni elanikkonnast (st kasvatada aastail 2006–2010 tegelejate arvu 20% võrra).

Eesmärgist tulenevalt ja liikumisharrastust mõjutavate põhitegurite struktuuri arvestavalt seati liikumisharrastuse strateegilist arengukava koostades järgmised ülesanded:

- 1) hinnata olemasolevaid sportimispaiku ja rahastamis põhimõtteid ning kavandada edasise suundi;
- 2) arendada välja tervisesportlaste arstiabi, infoteenindus ja nõustamine;
- 3) arendada välja koolitussüsteem, et juurutada liikumisharrastuse põhimõtteid elanikkonnas;
- 4) koostada liikumisharrastuse teadmisharu ja levitada seda harrastajaile;
- 5) toetada ja korraldada liikumisharrastust alamprogrammide kaudu;
- 6) arendada välja liikumisharrastuse suhtekorraldus- ja edenduskava.

Strateegilist arengukava on vaja, et anda tuge eluterve mõtteviisi edendamiseks, vastava poliitika elluviimiseks ja hoiakute kujundamiseks, harrastuslikuks liikumiseks vajaliku keskkonna loomiseks ning materiaalsete tingimuste parandamiseks. Kõigile kättesaadav liikumisharrastus eeldab süvendatud tähelepanu ja spetsiifilist käsitlust ega arene iseenesest tippspordi kõrvalnähtusena. Nii on sündinud maailmas laialt levinud liikumine “Sport kõigile”, mis ei ole alternatiiv tippspordile, vaid täiendab seda. Liikumine “Sport kõigile” on kujunenud põhimõttel, et tippspordi positiivsetest emotsioonidest suureneb ka rahvaspordi kandepind. Nimetatud liikumise sügavalt inimlikku ideoloogiat tuntakse ja järgitakse Eestis veel vähe.

Arengukavas on sisuline pearõhk korrapärase harjutamise võimaluste ja vormide suurendamisel, mitte niivõrd ürituste ega võistluste korraldamisel.

Liikumisharrastuse all mõistetakse strateegilises arengukavas kehalist koormust andvat ja seeläbi kehalist vormisolekut taotlevat või meelelahutuslikku liikumist ning sportlike kehaliste harjutuste sooritamist. Selle määratluse järgi, mis kattub põhiosas mõistega *sport kõigile*, jääb strateegilisest arengukavast laiemas plaanis välja saavutussport.

Elanikkonna märksa ulatuslikum kaasamine liikumisharrastusse on **kompleksne ülesanne**, mille lahendamise edukus sõltub nii objektiivsetest tingimustest (spordirajatised, treeninguvahendid, kompetentne isikkoosseis, organisatsiooniline süsteem, koolitus, infosüsteem jms) kui ka subjektiivsetest teguritest (inimeste hoiakud ja sportimise väärtuselised aspektid).

Allpool on mõningad põhimõttelised rõhuasetused, et mõista arengukava üheselt ning selgitada ülesannete jaotamist institutsiooniti.

Sportimispaiku kavandades on arengukavas lähtunud kättesaadavast lähiliikumise- ja sportimispaikade võrgustiku ideest, mis tagaks käepärase sportimisvõimaluse igapäevale. See tähendab näiteks ka jalgrattateede võrgustiku väljaarendamist, mis lubaks kasutada jalgratast iga päev olmeliiikumises (tööle, kooli jms) jne. Meie kliimaolude ning tänapäeva sportimistavade- ja kultuuri puhul on vaja oluliselt suurendada sisespordibaaside hulka ning nende läbilaskevõimet. Rohkem on vaja ka liikumisradu, tagada nende korrashoid, turvalisus, valgustatus ja kvaliteet. Nendes küsimustes selguse saamiseks on vaja korraldada ka uuringuid ning välja töötada sellekohased põhimõtted, soovitusel ja näidishormid. Tähtis on Eesti elukeskkonna ühtlasem areng ning seetõttu peab liikumisharrastus saama kättesaadavaks kõigis asulates (lisa 2).

Inimressursi arendamine kujutab mitmeplaani ülesannet. Nii peavad ülikoolide kehakultuuriteaduskondade õppekavad sisaldama piisavas mahus liikumisharrastuse eripära ning võimaldama vastavat taseme- ja täienduskoolitust. Erilist tähelepanu on vaja pöörata liikumisharrastuse (tervise spordi) juhendajate-korraldajate kompetentsuse tagamisele kooskõlas treenerite kutsekvalifikatsiooni süsteemiga. Tunduvalt peab rikastuma ka asjaomane teadmisharja ja laienema plaanipärane koolitus.

Liikumisharrastust korraldades ja edendades on vaja toetada spordialast huvitegevust koolides ning ellu kutsuda tervise spordi liikumisrühmad. Erilist tähelepanu ja meetmete võtmist liikumisharrastuse arendamisel nõuavad kolm sotsiaalselt erinevat sihtrühma – lapsed (5–12 aastased), noored (13–19 aastased) ja seeniorid (üle 50 aastased). Antud arengukavas on defineeritud mõisted, sh laps ja noor, erinevalt seadusest, mille järgi laps on 0–18- ja noor 7–26 aastane. Esimesena nimetatud sihtrühma eristamist seletame selle vanuse otsustava tähtsusega hilisemale spordiharrastusele, teise rühma eristamist saavutusspordist väljalangemise ja samaaegse riskikäitumise ohtude lisandumise ning iseseisva väärtussüsteemi kujunemise eaga. Seenioride liikumisharrastuse olulisus tuleneb peamiselt elanikkonna vananemisest ning sellega seostuvast toimetuleku ja töövõime säilitamise vajadusest. Liikumisharrastust korraldades on tähtis laiendada pidevat igapäevast harjutamist nii organiseeritult (harjutusrühmades tegutsemine) kui omal käel, kusjuures viimase kaal küünib tervise spordi tasandil 70–80%ni. Organiseeritult harjutajate arvu kui spordiorganisatsioonide otsese töö näitajat on tarvis ka spordistatistikas objektiivse tulemusnäitajana kasutada.

Kampaaniad on mõeldud olulise ergutusvormina (spordi)organisatsioonide (liitude, ühenduste) motiveerimiseks ja toetamiseks. Juhtivaks kampaaniaks on plaanitud “Sportiv Eestimaa”, mille peamine eesmärk on kaasata uusi harrastajaid ning rakendada lisaharjutusvorme. Toetussummat kasutatakse kahel viisil – projekti elluviimise toetamiseks ja preemiadena.

Arengukavas seatud eesmärgi saavutamine on institutsiooniliselt mitme ametkonna ülesanne, mida saab täita ministeeriumide, spordiorganisatsioonide, erasektori ja teiste institutsioonide koostöös¹.

Sporditöö lasub Eestis peamiselt kolmandal sektoril (spordiklubid ja teised mittetulundusühendused), mida toetab avalik sektor ning täiendab erasektor oma kasumit taotlevate sporditeenuste pakkumisega. Erasektori osakaal suureneb tõenäoliselt veelgi ning liikumisharrastust rahastavad nii praegu kui ka tulevikus põhiliselt harjutajad ise. Praeguse elatustaseme juures on aga avaliku sektori materiaalne ja õiguslik tugi liikumisharrastuse laiendamisele määrava tähtsusega.

Strateegilist arengukava koostades on arvestatud Euroopa Nõukogu Spordi Arendamise Komitee (CDDS) ekspertrühma 2004. aastal antud hinnangut Eesti spordisüsteemi toimimisele⁹ Euroopa spordiharta põhjal². Üldise positiivse hinnangu kõrval rõhutas Euroopa Nõukogu ekspertrühm Eesti spordisüsteemis vajadust toetada spordiorganisatsioone ja nende tegevusi liikumisharrastuse eesmärkide saavutamiseks riiklikul tasemel. Eriti peab riik tähelepanu pöörama inimeste arvukamale kaasahaaramisele liikumise “Sport kõigile” tegevustesse ning teadvustama ühiskonnas, et sportides kasvab kehaline ja vaimne jõudlus ning paraneb tervis. Ekspertühma soovitusliku hinnanguga kattub Eesti Reformierakonna, Eesti Keskerakonna ja Eestimaa Rahvaliidu 2005.–2007. aasta koalitsioonilepingus⁴ märgitu, kus **valitsusliit suurendab tuge harrastus- ja tervisespordile ning arendab koostöös erasektoriga harrastusspordikeskusi kõigis maakondades.**

Ülalöeldust lähtuvalt on strateegiline arengukava üles ehitatud liikumisharrastust mõjutavate põhitegurite (valdkondade) kaupa, milles on määratud eri institutsioonide rollid ja osaluse määr.

Strateegilise arengukava ettevalmistamist ja selle rakendamist juhib ning elluviimise eest vastutab Kultuuriministeerium¹¹, üldkoordineerija on Eesti Olümpiakomitee ja koordineerija Ühendus Sport Kõigile. Strateegilise arengukava koostamise eeldus on Sotsiaalministeeriumi, Haridus- ja Teadusministeeriumi, Majandus- ja Kommunikatsiooniministeeriumi, Siseministeeriumi, Kaitseministeeriumi ning erinevate spordialaliitude ja -ühenduste toimiv koostöö. Oluline roll on täita kohalikel omavalitsuste ja erasektoril (lisa 3).

Riikliku sektori toetav osa (eeskätt rahastamine ja õigusluste väljatöötamine) jaotub ministeeriumide vahel spordiseaduse põhjal, kusjuures üldkoordineerija on Kultuuriministeerium. Haridus- ja Teadusministeerium korraldab huviharidust, tagab õpilaste piisava liikumisharrastuse ning valmistab ette oskustöötajaid; Sotsiaalministeerium hoolitseb puuetega inimeste liikumisharrastuse eest ja teenindab liikumisharrastusega tegelejaid meditsiiniliselt; Kaitseministeerium parandab kaitseväelaste kehalist ettevalmistamist (noormeeste sportimine) jne. Liikumisharrastusest tervikpildi loomine kohtadel ja harjutamistingimuste väljaarendamine jääb kohalike omavalitsuste kanda.

Spordialase institutsioonilise tööjaotuse seisukohalt katavad üleriigilised spordiühendused elanikkonna suuri rühmi järgmiselt: spordiselts Kalev – suuremate linnade töötajaskond, maaspordiliit Jõud – väikelinnade ja maa töötajaskond, Eesti Koolispordi Liit – õpilased, Eesti Akadeemiline Spordiliit – üliõpilased. Sama jaotus

kehtib liikumisharrastuse arendamise kohta koostöös rohkem harrastatavate spordialade liitudega.

Kultuuriministeeriumi juurde moodustatakse arengukava riiklik komisjon, kuhu kuuluvad Kultuuriministeeriumi, Sotsiaalministeeriumi, Haridus- ja Teadusministeeriumi, Eesti Olümpiakomitee, Ühenduse Sport Kõigile, Eesti Regionaalse Spordinõukogu ja piirkondlike spordiliitude esindajad.

Arengukava komisjoni koosseisu ja töökorra kinnitab kultuuriminister oma käskkirjaga.

Kultuuriministeeriumi spordiosakond koostöös Ühendusega Sport Kõigile esitab liikumisharrastuse strateegilise arengukava riiklikule komisjonile hindamiseks vähemalt kord aastas tegevuste täitmise aruande.

Arengukava komisjoni pädevuses on vaadata läbi ja kiita heaks selle elluviimiseks plaanitud meetmed ja ettepanekud ning kontrollida elluviimist ja tulemuslikkust.

Kultuuriministeerium on liikumisharrastuse strateegilist arengukava koostades konsulteerinud järgmiste institutsioonidega: Sotsiaalministeerium, Haridus- ja Teadusministeerium, Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium, Kaitseministeerium, Siseministeerium, Keskkonnaministeerium, maavalitsused, linnavalitsused, kohalikud omavalitsused, Eesti Olümpiakomitee, Ühendus Sport Kõigile, spordialaliidud, Eesti Koolisporti Liit, Eesti Spordiveteranide Liit, Eesti Akadeemiline Spordiliit, Eesti Maaspordi Liit Jõud, ESS Kalev, Eesti Spordiajakirjanike Liit, Eesti Sportlaste Ühendus, Eesti Treenerite Ühendus, Liikumine Eluterve Eesti, MTÜ Eesti Terviserajad, Spordimeditsiini Sihtasutus, Sporditeabe Sihtasutus, Tallinna Ülikool, Tartu Ülikool, Audentese Ülikool ja teised institutsioonid.

Strateegilise arengukava elluviimist rahastatakse riiklikest ja kohaliku omavalitsuse vahenditest lisaks praegusele eelarvelisele spordi finantseerimisele. Erinevate tegevuste toetamise kaudu on tegevuste rahastamisega eelkõige seotud Kultuuriministeerium, Sotsiaalministeerium, Haridus- ja Teadusministeerium, Kaitseministeerium, Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium, Keskkonnaministeerium, Eesti Haigekassa, Tervise Arengu Instituut, Eesti Kultuurkapital, Hasartmängumaksu Nõukogu jt.

Rahaarvestuses nähakse ette strateegilise arengukava otsesed lisakulud (nt juhtiva kampaania korraldamiseks) Kultuuriministeeriumi jt institutsioonide kaudu. Spordialane huvitegevus koolides jääb Haridus- ja Teadusministeeriumi kanda ja lähiliikumispaijade võrgustike rajamine kohalike omavalitsuste kanda ning arvestatud on ka erasektori kaasamist.

Arengukava rahastamise üldnäitajad aastail 2006–2010 on eraldi kirjeldatud lisa 4: **Liikumisharrastuse strateegilise arengukava 2006-2010 maksumuse prognoos**, kus on kirjas kava tegevused, konkreetsed vastutajad, rahastajad, summad (olemasolevad ja planeeritavad) ja märkused⁶.

LIIKUMISHARRASTUSE STRATEEGILISE ARENGUKAVA PÕHITEGEVUSVALDKONNAD, INDIKAATORID, MEETMED JA EESMÄRGID

“Liikumisharrastuse strateegiline arengukava 2006-2010” koosneb järgmistest konkreetsetest põhitegevusvaldkondadest:

- 1) Sportimispaigad
- 2) Tervisesportlaste arstiabi, infoteenindus- ja nõustamine
- 3) Koolitus
- 4) Teadmisharv ja selle levitamine harrastajatele
- 5) Liikumisharrastuse korraldamine
- 6) Liikumisharrastuse suhtekorraldus- ja edenduskava

Nimetatud tegevused moodustavad strateegilise arengukava terviku, mida on täiendatud vahetult strateegilise arengukava juurde kuuluvate lisadega. Strateegilise arengukava tegevused on kirjeldatud meetmetena ning neile on seatud eraldi eesmärgid. Lisad on suhestatud eelnõu tekstiga.

Üldeesmärk: Regulaarse liikumisharrastusega tegelejate arvu suurendamine 2010. aastaks 45% ni Eesti elanikkonnast.

Indikaatorid:

- Eesti riiklik statistika spordiklubidesse kuuluvate isikute kohta;
- Eesti riiklik statistika harrastusspordiga tegelevate spordiklubide kasvu kohta;
- Erinevad sotsiaalsed uuringud harrastusspordiga tegelemise kohta võttes võrdlusena aluseks Eesti Sporditeabe Sihtasutuse ja TPÜ spordisotsioloogia labori uuringu “Täiskasvanute spordiharrastus ja selle arengu perspektiivid”⁷ ning Saar Poll’i uuringu “Elanikkonna kultuuritarbimise uuringu aruanne 2003.”⁸

Liikumisharrastuse strateegilise arengukava üldeesmärgist tulenevad **indikaatorid tegevusvaldkonniti:**

1) Sportimispaigad

- Sportimispaikade arv. Aluseks võetakse spordiehituste register ja viimase nelja aasta jooksul ehitatud ja renoveeritud objektide arv
- Sportimispaikade kvaliteet

2) Tervisesportlaste arstiabi, infoteenindus- ja nõustamine

- Elanikkonna tervisliku seisundi paranemine. Aluseks võetakse Eesti Haigekassa statistika
- Sotsiaalsed uuringud sporditeadlikkuse kasvu kohta
- Infokeskuste külastuste arv

3) Koolitus

- Koolitatud spetsialistide ja perearstide arv
- Koolitatud spetsialistide ja perearstide teenuse kvaliteet

4) Teadmishara ja selle levitamine harrastajatele

- Trükiste arv ja tagasiside
- Elanikkonna sotsiaalsed uuringud
- Läbimüüdud raamatute ja teatmike arv

5) Liikumisharrastuse korraldamine

- Korraldatavatest kampaaniatest osavõtvate inimeste arv
- Statistiliste andmete analüüs, uuringute korraldamine

6) Liikumisharrastuse suhtekorraldus- ja edenduskava

- Liikumisharrastuse edendamiseks suunatud tegevuste (saadete vaatajate ja kuulajate arv) kvaliteet ja kvantiteet
- Liikumisharrastuse temaatika kajastamise monitooring televisioonis, raadios, trükimeedias.

1 LIIKUMISHARRASTUSE- JA SPORTIMISPAIKADE TASAKAALUSTATUD RAJAMINE MAAKONDADESSE

Tegevusvaldkonna lühikirjeldus ja üldeesmärk:

Eestis napib ikka veel sportimispaiku. Tihtipeale pole neid elukoha läheduses ja nad ei vasta ka spordiharrastuse struktuurile. Igapäevase liikumisharrastuse võimaldamise seisukohalt on esmatähtis arendada välja kõigile kättesaadavate lähiliikumispaijade võrk, mis lähtuks elamurajoonide ja koolide paiknemisest ning arvestaks rajatiste läbilaskevõimet eraldi suve- ja talveoludes kooskõlas piirkonna populatsiooni tiheduse ning spordiharrastuse struktuuriga. Sportimispaiku plaanides arvestatakse Eesti säästva arengu strateegiat “Säästev Eesti 21”¹³.

Tegevusvaldkonna meetmete lühikirjeldused ja eesmärgid 2006-2010

1.1 Lähiliikumispaijad

Meetme lühikirjeldus:

Lähiliikumispaijad on liikumis- ja spordipaijad, mis asuvad elamurajoonide lähiümbruses (kuni 15 minuti kaugusel elukohast) inimese igapäevases tegevuskeskkonnas ning mida kasutavad peamiselt selle piirkonna elanikud igapäevaseks liikumiseks ja sportimiseks. Lähiliikumispaijad koosnevad nii lastele ja noortele mõeldud sportimis- ja mängupaikadest kui ka harrastus- ja tervisespordiks mõeldud spordisaalidest ja -väljakutest ning liikumis- ja sportimisaladest (pikem kirjeldus lisa 5). Lähiliikumispaijade võrgu kujundamise tähtis komponent on ka linnaparkide plaanimine ning nende kasutamise võimaluste selgitamine ja rakendamine liikumisharrastuseks. Lähiliikumispaijade võrku peab hindama elanikkonna (lisa 2) asustustiheduse ja spordialade harrastamise struktuuri põhjal.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2007. a. lähiliikumispaijade võrgu hindamine ja selle põhjal kohalike omavalitsuste arengukavade täiustamine.

1.2 Sportimispaikade planeerimine

Meetme lühikirjeldus:

Sportimispaikade soovitusnormid on mõeldud raamõuetena spordirajatiste võrgu kavandamiseks ministeeriumitele ja kohalikele omavalitsustele, arvestades nii liikumisharrastuse kui ka tippspordi spetsiifilisi vajadusi. Sportimispaikade võrgu soovitusnormid aitavad tagada optimaalse hulga sportimispaiku. Soovitusnormide väljatöötamisel arvestatakse spordialade harrastamise struktuuri, populatsiooni ja edaspidist spordiala harrastamise perspektiivi lähtuvalt piirkonna populatsioonist ja vanuselistest näitajatest. Spordiehitiste ja sportimispaikade võrgustiku kavandamise lähtekohaks on spordi arengu strateegilised põhieesmärgid – Eestis kogu rahva kehaline vormisolek ning sportlik eneseteostus kuni rahvusvahelise edu taotluseni. Nende kõige üldisemate sihtide saavutamiseks seatakse teatud perioodideks alameesmärgid (mõne

sihtrühma – naised, noored, üle keskea mehed jms – kaasamine, teatud sportimisvormide levitamine jne), millega kaasneb ka vajalike tingimuste loomine (pikem kirjeldus lisas 6). Soovitusnormid töötatakse välja uurimuse tulemusena vähemalt kahe kuni kolme maakonna ja linna baasil.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2007. a. sportimispaikade võrgu soovituslike ehitusnormide väljatöötamine.

1.3 Investeeringud spordiehitistesse

Meetme lühikirjeldus:

Kultuuriministeeriumi kaudu tuleb maakondade ja kohaliku omavalitsuse tasandil minimaalselt investeerida kohaliku omavalitsuse spordiobjektide ehitamisse ja renoveerimisse igal aastal vähemalt 60 miljonit krooni. Summa aluseks on viimase viie aasta investeeringute optimaalne kava Kultuuriministeeriumi eelarves. Ehitatavate ja renoveeritavate objektide hulgas peab Eesti spordikongressil 2002. aastal heaks kiidetud “Spordiinvesteeringute kolme *laine* süsteemi” järgi (lisa 7)¹⁰ olema nii spordisaale, võimlaid, staadione kui ka ujulaid, sest neid objekte kasutab kogu elanikkond. Spordi mahukamate investeeringute, nn kolme *laine* süsteemi põhimõtte realiseerub suures osas aastaks 2010.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. investeeringute tasakaalustatud järjepidev suunamine spordiehitistesse maakondade ja kohaliku omavalitsuse tasandil.

1.4 Spordi- ja mänguväljakute rajamine programmitoetuse põhimõttel

Meetme lühikirjeldus:

Spordi- ja mänguväljakute loomine on eelkõige kohalike omavalitsuste ülesanne, mille täitmist toetavad Kultuuriministeerium ja Siseministeerium. Spordiväljakute rajamine maakonnakeskustest väljapoole on määrava tähtsusega maal elavate noorte tervisliku ja sportliku eluviisi kujundamise vaatevinklist. Kultuuriministeeriumi 2003. aastal algatatud programm toetada omavalitsusi mänguväljakute rajamisel jätkub ka järgnevatel aastatel. Kultuuriministeeriumi poolt on 2006. aastal välja kuulutatud avalik projektikonkurss spordi- ja mänguväljakute rajamiseks.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. spordi- ja mänguväljakute rajamine programmitoetuse põhimõttel kohalikesse omavalitsustesse. Spordi- ja mänguväljakud peavad olema kõigis asulates ning lastele ja nende vanematele võimalikult kodu või kooli lähedal.

1.5 Liikumis- ja terviseradade rajamine avaliku- ja erasektori vahelises koostöös

Meetme lühikirjeldus:

Koostöö näitena võib tuua MTÜ Eesti Terviserajad koostatud terviseradade programmi aastaks 2006–2010, kus osalevad AS Merko Ehitus, Hansapank, Eesti Energia, kohalikud omavalitsused ja Kultuuriministeerium. MTÜ Eesti Terviserajad on välja selgitanud investeringuid vajavad liikumisradad kogu Eestis, lähtudes piirkonna elanike arvust. Programmi on haaratud 40 keskust-terviserada. Nende spordiobjektide investeringute koguvajadusest peaks ühe kolmandiku rahastama erasektor ning kaks kolmandikku kohalik omavalitsus ja riik. Lisaks kohalikele omavalitsustele ning Kultuuriministeeriumile toetab liikumis- ja terviseradade rajamist Keskkonnaministeerium Riigimetsa Majandamise Keskuse (RMK) kaudu.¹⁵ RMK peamised tegevussuunad on õppe- ja liikumisradade märgistamine, laudteede rajamine, radadel teavitavate tahvlite ülespanemine jm soetamine.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. liikumis- ja terviseradade rajamine avaliku- ja erasektori vahelises koostöös ning 2010. aastaks tagada liikumis- ja terviseradade kättesaadavus igale elanikule.

1.6 Kergliiklus- ja olmeteed

Meetme lühikirjeldus:

Liikumisharrastuseks sobivate paikadena võib käsitleda ka kergliiklusteid ja igapäevaseid liikumisteid, mille rajamist on plaaninud Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium “Transpordi arengukavas aastateks 2006–2013”.¹⁶ Maanteeameti arvutustes on liikumisharrastusega tegelemist võimaldavate kergliiklusteede väljaehitamiseks ja rekonstrueerimiseks kavandatud orienteeruvalt 290 miljonit krooni. Riiklikest vahenditest on aastail 2006–2009 kavas rajada 40 km kergliiklusteid. Projekti viivad ellu Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium, Maanteeamet ning kohalikud omavalitsused.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. kergliiklus- ja olmeteede tasakaalustatud rajamine.

1.7 Regionaalsetesse tervisespordikeskustesse investeerimine programmitoetuse põhimõttel

Meetme lühikirjeldus:

Kultuuriministeerium alustas 2003. aastal “Regionaalsete tervisespordikeskuste programmi aastateks 2003–2006”, mille kohaselt antakse igale Eesti maakonnale (15) nelja aasta jooksul kuni 2 miljonit krooni riiklikku toetust. Sellele lisandub nõutav omafinantseering vähemalt 30% ulatuses. Programmi järgi on regionaalsetest tervisespordikeskustest kujunenud kompleksid, kus kõigis maakondades saab aasta ringi teha sporti, veeta vaba aega ning korraldada erinevaid spordiüritusi. Programmi raames valitakse 2007. aastal välja, määratakse kindlaks ja ehitatakse tervisespordi spetsiifilised

õppekeskused koolitusüritusteks, uute sportimisvormide tutvustamiseks, kokkutulekutes. Kultuuriministeerium jätkab 2003. a. alustatud programmi aastail 2007–2010 (lisa 8).

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. programmiliste investeeringute suunamine tervisespordi harrastamiseks ette nähtud regionaalsetesse tervisespordikeskustesse.

2 TERVISESPORTLASTE ARSTIABI, INFOTEENINDUS- JA NÕUSTAMINE

Tegevusvaldkonna üldeesmärk:

Tervisesportlaste arstiabi, infoteeninduse- ja nõustamise kvalitatiivne parandamine.

Tegevusvaldkonna meetmete lühikirjeldused ja eesmärgid 2006-2010

2.1 Tervisespordi meditsiinilised teeninduskeskused

Meetme lühikirjeldus:

Tervisesportlaste arstiabi parandamiseks toetatakse eelkõige Eesti Haigekassa toel tervisesportlaste meditsiinilisi teeninduskeskuseid (Tallinn, Tartu, Pärnu ja Narva), mille mõte on pakkuda elanikkonnale liikumisharrastuse nõustamist ja abi ning teostada tervisekontrolli. Teistes omavalitsustes täidavad seda funktsiooni perearstid (perearstikeskused). 2006. a. jaanuari seisuga tegutseb üle Eesti spordiklubides olümpiaaladega ja mitte-olümpiaaladega ligikaudu 70 000 noorsportlast. Sellele lisandub ligi 10 000 erinevates spordikoolides õppivat noorsportlast. Käesoleval hetkel on kahe suurema keskuse maksimaalne võimsus vastavalt – Tallinnas 7500 noorsportlase terviseuuringu ja Tartus 6500 noorsportlase terviseuuringu tegemiseks aastas. Perspektiivis nähakse aastatel 2006-2010 Eesti noorsportlaste ja ka tippспортlaste teenindamist Tallinna, Tartu, Pärnu ja Narva keskustes.

Meetme tegevuseesmärgid:

- Terviseuuringute ja andmetöötuse standardiseerimine uuringutulemuste võrdlemiseks Tallinna, Tartu, Pärnu, Narva Spordimeditsiini keskustes;
- Materiaaltehnilise kui ka intellektuaalse baasi arendamine ja täiustamine Tallinna ja Tartu vastavates keskustes;
- Vähemalt 14 000 noorsportlase terviseuuringu läbiviimine aastas olemasolevate ressurssidega (keskmise maksumusega 565 krooni uuringu kohta) Tallinna ja Tartu keskuste baasil.

2.2 Piirkondlikud infopunktid

Meetme lühikirjeldus:

Üleriigiliste spordiühenduste, piirkondlike spordiliitude ja Sotsiaalministeeriumi (tervisetoad) ühistööna kõigis maakonnakeskustes luua ja välja arendada liikumisharrastuse infopunktid, mis vahendavad kogu liikumisharrastuse teavet piirkonnas. Programmi raames valitakse 2007. aastal välja, määratakse kindlaks ja ehitatakse infopunktide baasil sportimisvormide tutvustamiseks tervisespordi spetsiifilised õppekeskused, mis võivad asuda ka regionaalsete tervisespordikeskuste juures.

Meetme tegevuseesmärk:

Piirkondlike infopunktide kaudu töötada välja erinevate sihtrühmade kehalise võimekuse enesekontrolli süsteem ning teha see kättesaadavaks (lisa 10).

3 KOOLITUS

3.1 Konverentsid, seminarid ja koolitused.

Tegevusvaldkonna üldeesmärk:

Elanikkonna, organisatsioonide ja spetsialistide harimine liikumisharrastuse valdkonnas läbi konverentside, messide, spetsialistide koolituste ja seminaride.

Tegevusvaldkonna meetmete lühikirjeldused ja eesmärgid 2006-2010

3.1.1 Üleriigiline konverents

Meetme lühikirjeldus:

Ühendus Sport Kõigile ja ülikoolid korraldavad aastas vähemalt ühe üleriigilise konverentsi "Sport kõigile", kus esinevad ka rahvusvaheliselt tunnustatud liikumisharrastuse tippspetsialistid (nt 2004. aastal professor Kimmo Suomi ja 2005. aastal professor Jürgen Palm). Konverentsid on mõeldud kõigile liikumisharrastuse korraldajaile.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. iga-aastaselt üleriigilise konverentsi korraldamine.

3.1.2 Spetsialistide koolitused

Meetme lühikirjeldus:

Tervisespordi teooriat ja metoodikat, sh kesk- ja vanemaaliste treeningute korraldamise spetsiifikat ning teisi kursusi õpetatakse ülikoolide kehakultuuriteaduskondades. Liikumisharrastuse vajadusi arvestatakse taseme- ja täiendusõppekavades. Rõhutada tuleb liikumisharrastuse ja tervisespordi valdkonna spetsialistide ettevalmistamise olulisust ja selle vajaduse kasvu antud arengukava mõistes. Liikumisharrastuse spetsialistidele antakse kutse kooskõlas treenerite kutsekvalifikatsiooni süsteemiga. Liikumisharrastuse juhendajate kutsekvalifikatsioon määratletakse EOK kutseomistamise korra põhjal, mis sätestab treenerikutse andmise spordialade kaupa ja spordialaliitude algatusel.

Meetme tegevuseesmärgid:

- 2006-2010. a. liikumisharrastuse ja tervisespordi valdkonna spetsialistide ettevalmistamine ning koolitamine;
- Liikumisharrastuse juhendajate kutse andmise korra väljatöötamine Eesti Olümpiakomitee (EOK) poolt 1. maiks 2006. a.

3.1.3 Perearstide koolitused

Meetme lühikirjeldus:

Kõigis maakonnakeskustes korraldab Sotsiaalministeerium perearstidele 20. tunnise koolituse tervisespordi alustest ning liikumisharrastuse ja haiguste ärahoidmise seostest. Perearstidele (kokku üle 800) tutvustatakse liikumise ja kehalise aktiivsuse positiivset

mõju inimeste tervises seisundile ja töövõimele ning maailmas üha enam leviva liikumisvaeguse kahjulikku toimet. Põhjalikumalt käsitletakse (vastupidavus) treeningu osa südame-veresoonkonna tugevdamisel ning levinumate haiguste ärahoidmisel jõutreeningu tähtsust, sealhulgas lihassüsteemi tugevdamise olulisust just organismi vananemise perioodil. Suur rõhk on vastupidavus- ja jõutreeningu õigel meetodikal – neid teadmisi meie elanikel praegu kahjuks pole. Tutvustatakse erinevate spordialade mõju tervisele, et perearstid oskaksid anda soovitusi tervisetreeninguks. Inimesel tuleb võimaldada valida oma tervise, töövõime ja vanuse põhjal optimaalne spordiala.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010.a. perearstide ettevalmistamine ning koolitamine tulenevalt liikumisharrastuse ja tervisespordi valdkonnast.

3.1.4 Muud koolitused ja seminarid

Meetme lühikirjeldus:

Muid koolitusi ja seminare korraldades (algajate ja edasijõudnute kursused, õppepäevad, kokkutulekud jms) taotletakse süsteemsust ja järjepidevust, et anda igale soovijale võimalus end täiendada. Koolitusi viivad ellu maakondlikud spordiliidud ja teised spordiorganisatsioonid vajaduse kohaselt.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010.a. igas maakonnas vähemalt üks kord aastas liikumisharrastuse maakondlikke seminaride korraldamine koostöös üleriigiliste spordiühenduste ja maakondlike spordiliitudega.

3.1.5 Üleriigiline mess

Meetme lühikirjeldus:

Igal kevadel korraldatakse Tallinnas spordi- ja tervisemess, kus võib tutvuda eri harjutusvormidega, spordialadega ja nende harrastamise võimalustega, sporditeenuste ja -toodetega ning saab ülevaate erinevatest tervise- ja vabaajateenustest, tervisetoodetest ning tervislikest eluviisidest. Messil toimuvad töötoad ja seminarid.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. iga-aastaselt üleriigilise messi korraldamine.

4 TEADMISVARA JA SELLE LEVITAMINE HARRASTAJATELE

Tegevusvaldkonna üldeesmärk:

Elanikkonna teadvustamine liikumisharrastusega tegelemise võimalustest meedia, meetodiliste materjalide, väiketrukiste, raamatute, ajakirjade, brošüüride, VHS videode, DVD-de ja spordiürituste kalendri kaudu.

Tegevusvaldkonna meetmete lühikirjeldused ja eesmärgid 2006-2010

4.1 Meediakava

Meetme lühikirjeldus:

Liikumisharrastuse tähtsuse teadvustamiseks ja teadmiste levitamiseks elanikkonna hulgas koostatakse liikumisharrastust propageeriv meediakava, mille olulisemad tegevused on:

- 1) telesari Eesti Televisioonis (ETV) – liikumisharrastust kajastatakse ETV eri programmides;
- 2) koostöö kommertstelekanalite Kanal 2 ja TV3ga – liikumisharrastuse telereklaamid;
- 3) liikumisharrastust ja tervislikke eluviise tutvustavad raadiosaated;
- 4) koostöö trükimeediaga – üleriigilistes päeva- ja nädalalehtedes regulaarsed sportimisnõuanded, liikumisharrastuse kalendri tutvustamine, erinevate liikumisvormide tutvustamine, ürituste ja tegijate tutvustamine, liikumise “Sport kõigile” temaatika sügavam käsitlemine Eesti Spordilehes, Terviselehes ning ajakirjades Tervis ja Sporditäht;
- 5) liikumisharrastuse temaatikat käsitlevad rubriigid ja ürituste tutvustamine Maalehes ning kohalikes lehtedes;
- 6) välireklaamid vaimukate ja tabavate üleskutsetega tegelda liikumisharrastusega ning liikuda looduses;
- 7) Ühenduse Sport Kõigile lehekülg www.sportkoigile.ee, mis kujundatakse liikumisharrastuse terviklikuks infoallikaks, kus tutvustatakse liikumisürituste kalendrit ja tervisespordi põhitõdesid, antakse nõu treeninguteks ning jagatakse infot liikumispaikade- ja radade kohta. Veebilehel on viited teistele temaatilistele lehekülgedele;
- 8) koostöö suuremate Interneti-portaalidega – www.delfi.ee, www.everyday.ee, www.sportnet.ee jt (spordikalendrite kuvamine, kampaaniate tutvustamine).

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. elanikkonna teadvustamine liikumisharrastusega tegelemise võimalustest meedia kaudu.

4.2 Meetodiline materjal, trükised

Meetme lühikirjeldus:

Elanikele koostatakse erinevad meetodilised materjalid ja trükised, mis osaliselt annavad teavet liikumisharrastuse meetodikate rakendamise kohta, kuid mille põhiosa

moodustavad individuaalsed soovitusel mingil spordialal optimaalse koormusega harjutamise kohta.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. meetodilise materjali ja trükiste väljaandmine erinevatele elanikkonna sihtgruppidele toetab arengukava üldeesmärgi saavutamist.

4.2.1 Liikumisharrastuse alased raamatud

Meetme lühikirjeldus:

- 1) „Tervisetreening” – tervisespordi põhitõed, soovitusel algajale, terviseprobleemid ja sport, liikumisvaegus ja sport, ülekaal ja sport, optimaalne spordiala, optimaalne treeningukoormus, ealised iseärasused;
- 2) ”Abiks tervisesportlasele” – eri tervisespordialade iseloomustus, näpunäited tervise kontrolliks, treeninguprogrammide koostamine, treeningupäevik, enesekontroll, varustus jne, kesk- ja vanemaalise treeningumetoodika spetsiifika;
- 3) „Tervise ABC ...” – jätkutrükis noortele ja nende juhendajatele spordi põhitõdedest;
- 4) „Sport kõigile“ – liikumise „Sport kõigile“ ideoloogia ja korraldamine, juhendeid liikumisharrastuse korraldajaile;
- 5) „Spordiala ABC“ – 10–15 uuendatud raamatut levinumatest ja kättesaadavatest spordialadest, treeningumetoodika ja alade harrastamise juhendid; ujumine, (kepi)kõnd, jooksmine, suusatamine, jalgrattasõit, pallimängud, petank, tennis, võimlemine jne;
- 6) „Sport seeniorile“ – kesk- ja vanemaaliste inimeste treeningumetoodika spetsiifika.

Meetme tegevuseesmärk:

2006. aasta jooksul töötatakse programmi koordinaatorite poolt välja ka raamatute ja väljaannete konkreetne koostamise, uuendamise, trükkimise ja jagamise kava.

4.2.2 Väikestruktuurid, brošüürid, VHS videod, DVD-d

Meetme lühikirjeldus:

Nimetatud infokandjate abil tutvustatakse harrastus- ja tervisesportlastele liikumisharrastuse põhialuseid ning antakse konkreetseid juhtnööre; tutvustatakse liikumisharrastuse skeeme ning toidupüramiide lastele ja täiskasvanutele. Maakonniti antakse välja taskuAtlas, kus on maakonna liikumisradade kaardid, juhendeid treeninguteks, spordialade harrastamise juhendeid ning kontaktisikud info ja nõuannete saamiseks.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010.a. elanikkonna teadvustamine liikumisharrastusega tegelemise võimalustest väikestruktuuride, brošüüride VHS videode ja DVD-de kaudu.

4.2.3 Ajakiri Liikumine ja Sport

Meetme lühikirjeldus:

Liikumine ja Sport on teaduslik-metoodiline ajakiri, kus käsitletakse liikumisharrastuse korraldamist Eestis ja välisriikides, treeningumetoodikat, toitumise aluseid, taastumist, uuringuid, iseloomustatakse spordialasid, antakse nõu tervises seisundi ja lihashoolduse kohta, tutvustatakse tervisespordiüritusi jne.

Meetme tegevuseesmärk:

2006. aasta teisest poolest ning 6 korda aastas ajakirja väljaandmine.

4.2.4 Tervisespordiürituste kalender

Meetme lühikirjeldus:

Igal aastal ilmub ürituste korraldajate ja maakondade koostöös liikumise “Sport kõigile” ürituste kalender koos ajakohaste lisamaterjalidega (sh treeningumetoodika ja -päevikuga). Kalender saadetakse tasuta kõigile Eesti Spordilehe tellijaile.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. tervisespordiürituste kalendri(te) väljaandmine.

5 LIIKUMISHARRASTUSE KORRALDAMINE

Tegevusvaldkonna üldeesmärk:

Liikumisharrastusi korraldades on pearõhk igapäevaste harjutusvormide mitmekesistamisel, uute tervisetreeningurühmade loomisel, sealhulgas erivajadustega inimestele, ning omal käel harjutamise toetamisel (harjutuspaigad, nõustamine ja teavitamine). Peab välja kujunema liikumisharrastuse spetsiifiline organisatsiooniline süsteem. Regulaarset harjutamist peavad toetama üritused ja kampaaniad.

Tegevusvaldkonna meetmete lühikirjeldused ja eesmärgid 2006-2010

5.1 Kampaaniate korraldamine. Juhtiv kampaania “Sportiv Eestimaa”

Meetme lühikirjeldus:

Kampaania “Sportiv Eestimaa” kujutab n-ö üleriigilist projekti ettevõtmistele, mille läbiv siht on kaasata spordi- ja liikumisharrastusse vähese liikumiskoormusega elanikkonda ning vahetu eesmärk on toetada ja ergutada spordiorganisatsioone liikumisharrastusi laiendama. Üldnimetus “Sportiv Eestimaa” vihjab nii kampaania põhitähtsusele kui ka protsessi pidevusele ning püüab kaasa aidata liikumisharrastuse ja -kultuuri väärtustamisele heaoluühiskonna kujundamisel Eestis (pikem kirjeldus koos eelarvega lisas 9). Juhtiva kampaania koordineerija on Eesti Olümpiakomitee koos Ühendusega Sport Kõigile.

Meetme tegevuseesmärk:

Juhtiva kampaania “Sportiv Eestimaa” koordineerimine Eesti Olümpiakomitee ja Ühendus Sport Kõigile poolt.

5.2 Haridus- ja Teadusministeeriumi toetus spordialasele huvitegevusele koolides

Meetme lühikirjeldus:

Liikumisharrastuse strateegilise arengukava raames toetab Haridus- ja Teadusministeerium üldharidus- ja kutsekoolides pärast tunde toimuvat spordialast huvitegevust. Huvitegevus on lühiajaline süsteemne juhendatud tegelemine huvialaga vaba tahte alusel tasemeõppes ja tööst vabal ajal, et valitud huvialal omandada süvendatud teadmisi ja oskusi.¹⁴ Koolid saavad ise oma võimaluste ja noorte soovide põhjal valida, millist huvitegevust pakkuda (nt tantsuõpetus, pallimängud, suusatamine, liikumine looduses jne). Huvitegevus võib koolides toimuda pärast tunde spordiringide vormis (nt mängitakse kaks korda nädalas treeneri juhendamisel korvpalli). Spordialase huvitegevuse rahastamine toimub sihtotstarbelise eraldisena ja on arvestatud õpilase pearahasse mahus 340 krooni õpilase kohta aastas. Rahastamise maht on järgneval viiel aastal sama – pearaha ühe õpilase kohta suureneb õpilaste arvu vähenemise tulemusena ja eelkõige nende õpilaste arvelt, kes käies trennis väljaspool kooli, ei hakka pakutavat spordialase huvitegevuse võimalust koolis kasutama.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. koolis toimuva huvitegevuse toetamise kaudu liikumisharrastusse noorte, kes ei tee sporti väljaspool kooli (nt spordikoolides või -klubides), kaasamine.

5.3 Suurürituste korraldamine

Meetme lühikirjeldus:

Suurüritusi korraldatakse peamiselt Ühendus Sport Kõigile poolt ise ning jätkub osavõtt tervisespordi rahvusvaheliste organisatsioonide TAFISA (Trim and Fitness International Sport for All Association) ning IVV (Internationaler Volkssport Verband)¹⁷ egiidi all toimuvatest suurüritustest (tervisesportlaste kokkutulekud riigis, regionaalsed ja ametkondlikud mängud jne).

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010.a. rahvusvahelise tasemega liikumisharrastuse teadusürituse korraldamine vähemalt üks kord aastas.

5.4 Harjutamise toetamine ja stimuleerimine

Meetme lühikirjeldus:

Ligikaudu kolmveerand täiskasvanute liikumisharrastusest toimub omal käel ning see suhe organiseeritud harrastusega (treeningtunnid) võrreldes on olnud suhteliselt stabiilne. Sellest tulenevalt on oluline soodustada, ergutada ja nõustada iseseisvalt harrastajaid, luues selleks täiendavaid harjutustingimusi, varustades neid vajaliku infoga, korraldades stimuleerivaid üritusi, kutsuda ellu uusi harjutusrühmi, toetada klubide, koolide, firmade, baaside jne initsiatiive jms. Omal käel liikumist harrastavate inimeste arvu suurendamist teenib kogu Liikumisharrastuse strateegiline arengukava, seda alates laste kehalisest kasvatuses. Uute harjutusrühmade ellukutsumine seni sportimisest kõrvalejäänutele kujutab endast liikumisharrastuse strateegilise arengukava keskset ülesannet ning spordiorganisatsioonide otsesest ja ka mõõdetavat töökohustust. Organiseeritud treeningtunnid on efektiivsemad, stimuleerivamad, emotsionaalsemad ning sealt saab asjatundlikke juhiseid ka iseseisvaks harjutamiseks. Harjutusrühmade arvukuse ja mitmekesisuse suurendamine on arengukava realiseerimise tähtis alalõik, mis leiab toetamist kampaania "Sportiv Eestimaa" raames. Kõik see eeldab juhendajate väljaõpet, harjutuspaikade olemasolu ja vastavat selgitustööd.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010.a. konkreetsete ettevõtmiste kirjeldamine piirkondlike ja üleriigiliste spordiühenduste tegevuskavades ning alategevuste väljatöötamine liikumisharrastuse strateegilise arengukava raames.

5.5 Rakendusuuringud

Meetme lühikirjeldus:

Arengukava raames jätkatakse süstemaatilisi uuringuid, et leida liikumisharrastusele optimaalseid teid ning monitoorida kogu protsessi (liikumismuutuste struktuur,

harjutamistingimused, inimressurss, liikumisharrastuse korraldus). Koostöö on plaanitud erinevate ministriumide ja organisatsioonidega (näiteks Sotsiaalministeerium, Haridus- ja Teadusministeerium, Kaitseministeerium, Eesti Haigekassa).

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010.a. jooksul vähemalt üks kord viiakse läbi elanikkonna spordi- ja liikumisharrastuse kaardistamise (spordigallup) ning täiendatakse spordistatistika andmebaasi.

5.5.1 Spordimeditsiini- ja tervise-uuringud

Meetme lühikirjeldus:

Tulevikus tuleb suuremat tähelepanu pöörata spordimeditsiini- ja terviseuuringutele. Raha nappuse tõttu on praegu võimalik näiteks uurida ainult alla 10% kõigist noortest spordiharrastajatest. Noorte tervise uuringuid on vaja rahastada Spordimeditsiini Sihtasutuse ja Tartu Ülikooli kliinikumi kaudu. Planeeritud on osta terviseuuringuteks vajalikud seadmed ja aparatuur.

Meetme tegevuseesmärk:

Vähemalt 14 000 noorsportlase terviseuuringu läbiviimine aastas olemasolevate ressurssidega (keskmise maksumusega 565 krooni uuringu kohta) Tallinna ja Tartu keskuste baasil.

5.5.2 Uuringuprogramm “Sõbralikud baasid 2007-2008”

Meetme lühikirjeldus:

Eesti säästva arengu strateegia “Säästev Eesti 21”¹³ käsitleb säästlikkust kolmes valdkonnas – keskkond, majandus ja kogukond. Kui areng on säästev, innustab ta kogukonna inimesi, säilitab ja tugevdab majandust ning suhtub keskkonnasse respektiga. Eesti säästva arengu strateegiast lähtuvalt kavandatakse teha uuring, et selgitada spordirajatiste ja sporditegevuse vastavust säästva arengu nõuetele.

Meetme tegevuseesmärk:

2007. a. uuringuprogrammi läbiviimine.

5.5.3 Liikumisharrastuse strateegilisest arengukavast tulenevate tegevuste ja üldeesmärgi hindamiseks vajalikud uuringud ning monitoring

Meetme lühikirjeldus:

Plaanis on uurida spordi korralduspoolt, et selgitada elanikkonna liikumisharrastuse kättesaadavus. Küsitlusega selgitatakse liikumisharrastuse tendentsid ja saadakse tagasiside programmi tegevuste realiseerumise kohta. Uuring võimaldab hinnata elanikkonna liikumisharrastuste muutusi ja liikumisharrastuse kättesaadavust. Liikumisharrastuse kulgemise ja kavandatud plaanide elluviimise jälgimiseks ning

adekvaatsemaks korraldamiseks on vaja täiustada tagasisidesüsteemi. Selgitatakse ka spordiehitiste reaalset läbilaskevõimet liikumisharrastuse vaatevinklist, et teada organiseeritult harjutajate arvu. Kuivõrd valdavalt mittevõistluslikul liikumisharrastusel on oma spetsiifika ja mängumaa, on otstarbekas välja töötada liikumisharrastuse (“Sport kõigile”) terviklik andmekogu mudel, mis teeniks valdkonna arendamist ja võimaldaks võrdlust rahvusvaheliste andmebaasidega. Eeskuju võetakse Soome spordigallupist, mida korraldatakse iga viie aasta tagant. Tervisespordi andmekogu täiustatakse kogu Eesti spordisüsteemi silmas pidades, eriti riikliku statistika osas.

Meetme tegevuseesmärk:

2006-2010. a. Liikumisharrastuse strateegilisest arengukavast tulenevate tegevuste ja üldeesmärgi hindamiseks vähemalt kahe uuringu ning kahe monitooringu läbiviimine.

5.6 Liikumisharrastuse projektide näiteid

Meetme lühikirjeldus:

Liikumisharrastuse projektide näidete varal on võimalik saada ülevaade konkreetsetest tegevustest, mida antud programmi raames hakatakse alates 2006. a. ellu viima või jätkatakse juba alustatud projektide elluviimist.

Meetme tegevuseesmärgid (näited):

- **Eesti Orienteerumisliidu projekt “Liigu kaardiga”.** Eesmärk on tagada orienteerumiskaartide kättesaadavus kõigile huvilistele koos orienteerumise juhendi õppematerjalidega. Huviline saab selle kaardi oma kooli, kohaliku omavalitsuse, ujula administraatori, turismiinfopunkti, Riigimetsa Majandamise Keskuse, spordikeskuse ja -baasi jne töötaja või spordispetsialisti käest. Samal ajal oleks kõigile kättesaadav orienteerumise juhend- ja õppematerjal ning sporditöötajad oleksid võimelised inimesi juhendama. Täna juba väljaehitatud liikumisrajad kaardistatakse, et anda elanikkonnale võimalus joosta kaardi järgi. Nõudlus ja harrastajate arv on kasvamas.
- **Tallinna linna programm “Tallinn liigub!”.** Programmi alustati 2005. aastal. On korraldatud erinevaid liikumisharrastusüritusi, nagu Tallinna kepikõnni neli etappi, Tallinna XXII Rattaralli, Tallinna Sügisjooks 2005 ning 23. SL Öhtulehe Rahvajooks. Spordi- ja noorsooamet jätkab eeloleval talvel spordiklubide korraldatavate ürituste toetamist ning Tallinna linn lülitab programmi mitmeid terviseliikumisüritusi. 2006. aastaks plaanib Tallinna linn eelarvevahendeid, et jätkata terviseliikumisprogrammi senisest suuremas mahus.
- **Kepikõnni propageeriv sari “Käime koos”.** Sarja korraldab Eesti Spordiselts Kalev koos Ühenduse Sport Kõigile liikmesorganisatsioonide ja Eesti Kepikõnni Liiduga. Sarja peatoetaja on AS Kalev. 2005. aasta andmete põhjal osales sarjas ühel üritusel üle 300 inimese. Lisaks sellele näitele on alates 2006. aastal Eesti Kepikõnni Liidu tegevuskava näitel planeeritud mitmeid üritusi ja erinevaid koolitusi kepikõnni propageerimisel.

- **Sportliku koolivaheaja programm.** Aastaid on olnud probleem, et lastel ja noortel napib nii koolivaheajal kui ka vabal ajal võimalusi sisustada vaba aega hariva, huvitava, arendava, tervistava ning sportliku tegevusega. Kultuuriministeerium jätkab 2003. aastal alustatud projekti “Sportlik-kultuuriline koolivaheaeg” toetamist. Eelkõige tuleks tulevikus oluliseks pidada neid projekte, mis hõlmavad võimalikult suurt hulka lapsi, nii et koolivaheaja sisustamisest saaksid osa kõigi piirkondade lapsed. Projekti “Sportlik-kultuuriline koolivaheaeg” jätkuva rakendamise eesmärk on toetada 40 000 lapse sportlik-kultuurilise koolivaheaja üritusi. Projekt on saanud väga populaarseks, eriti maalaste hulgas. Projekti elluviimiseks tuleb riigieelarves näha aastail 2006–2010 ette kokku vähemalt 20 miljonit krooni.
- **Ujumise algõpetuse programm.** Ujumise algõpetuse olukord on olnud riigis siiani ebarahuldav. Põhikooli kehalise kasvatusa ainekava näeb 1.–3. klassis ette 24 tundi ujumise algõpetust ning õpitulemusena eeldatakse 25 meetri ujumist. Riiklikus õppekavas on ujumise algõpetus eraldi nõue, kuna tegemist on strateegilise oskusega, mis on otseselt seotud ellujäämisega. Kehalise kasvatusa ainekava üldosa punkti 1.4 kohaselt peab kool koostöös kohaliku omavalitsusega hea seisma ujumisõpetuse korraldamise eest. Kahjuks ei ole kohalikel omavalitsustel ega koolidel siiani piisanud raha, et programmi realiseerida. Ujumise algõpetuse korraldamiseks on vaja lisaraha, et üürida ujulaid, katta õpilaste transpordikulud ning tasustada ujumisõpetajate tööd. Praegu rahastatakse programmi Kultuuriministeeriumi kaudu 3,6 miljoni krooniga aastas.
- **Kehalise kasvatusa inventari soetamise toetamine Eesti koolides** koostöös Eesti Koolispordi Liiduga. Praegu toetavad kehalise kasvatusa aineõpetuse õppeinventari ostmist nii Kultuuriministeerium, Haridus- ja Teadusministeerium kui ka Hasartmängumaksu Nõukogu. Toetus aitab koolides kehalise kasvatusa tundide ning tunnivälise kehalise tegevuse taset tõsta ning luua vajalikku keskkonda. Nüüdisaegsete spordivahendite olemasolu suurendab laste huvi ja tahtmist osaleda kehalise kasvatusa tundides aktiivsemalt.

5.7 Erinevate sihtrühmade kehalise võimekuse enesekontrolli süsteemi väljatöötamine ja kättesaadavaks tegemine

Meetme lühikirjeldus:

See ülesanne tuleneb Sotsiaalministeeriumi “Südame- ja veresoonkonnahaiguste ennetamise riiklikust strateegiast 2005–2020”⁵. Eesti ühiskonna suureks probleemiks on täna suurest liikumisvaegusest põhjustatud terviseprobleemide arvukus. Aktiivse liikumisega on võimalik neid riske oluliselt vähendada. Maailma Tervishoiu Organisatsiooni teadusuuringutes on leitud, et liikumisvaegus on maailma tervishoiu suurim kuluallikas. Seda probleemi tunnetatakse alles siis, kui tema tervisega midagi juhtub. Planeeritud on alustada tervisesportlaste laiaulatuslikku tervisekontrolli- ja nõustamisteenust, luua eri sihtrühmadele mõeldud kehalise võimekuse enesekontrolli süsteem (kaal, vererõhk jne), mis täieneb pidevalt adekvaatse infoga Süsteem rakendatakse koostöös spordimeditsiini teadlastega. Rakendajad ja vastutajad on

“Südame- ja veresoonkonnahaiguste ennetamise riikliku strateegia 2005–2020” järgi Kultuuriministeerium, Eesti Olümpiakomitee ning spordimeditsiini spetsialistid (lisa 10). Meetme täitmine realiseerub ajavahemikus 2006. a. lõpuks. Meetme elluviimine on seotud käesoleva arengukava alapunktiga 2.2 - Piirkondlikud infopunktid.

Meetme tegevuseesmärgid:

- Eesmärk on luua inimestele kättesaadavad võimalused oma kehalise võimekuse määramiseks, samuti teha lihtsasti kättesaadavaks metoodilised võimalused optimaalseks liikumiseks ja spordi harrastamiseks;
- Eesmärk on töötada välja kehalise aktiivsuse ja sportliku töövõime enesekontrolli süsteem, mille aluseks on rahvusvahelise kogemuse põhjal esmajoones internetipõhiste võimaluste loomine enda terviseseisundi ja töövõime hindamiseks ning sellekohase teavitusematerjali koostamine, kirjastamine ja levitamine;
- Tagada pädeva instruksiooni olemasolu ja kättesaadavus.

6 LIIKUMISHARRASTUSE SUHTEKORRALDUS- JA EDENDUSKAVA

Meetme lühikirjeldus:

Praegu kajastatakse liikumisharrastust eelkõige spordiajakirjanduses pealiskaudselt. Vaja on liikumisharrastusele spetsialiseerunud (spordi)ajakirjanikke. Meedia võtab liikumisharrastuse valdkonda spordi loomuliku osana ning oskab seda asjatundlikult kajastada ja arvustada. Suhtekorralduskava täiendab programmis kirjeldatud meediakava ning neid rakendatakse koos. Peamised märksõnad:

- 1) avatud suhtlemine meediaga;
- 2) suhtekorralduse täienduskoolitus;
- 3) professionaalse suhtekorralduse kaasamine;
- 4) järjepidev liikumisharrastuse tutvustamine ja propageerimine.

Liikumisharrastuse suhtekorraldus- ja edenduskava on seotud strateegilise arengukava meediaplaaniga.

Meetme tegevuseesmärk:

Liikumisharrastuse suhtekorralduskava ja -strateegia eesmärk on välja töötada liikumisharrastuse terviklik imago ja teha ettepanekuid selle teostamiseks (suhtekorralduskava lisa 11).

7 LÕPPDOKUMENDID

7.1 Liikumisharrastuse strateegilise arengukava õiguslikud ja strateegilised alused

Liikumisharrastuse strateegilist arengukava koostades on arvestatud kooskõla õigusaktide, riiklike strateegiate ja arengukavade ning rahvusvaheliste kokkulepetega.

Õigusaktid

1. Spordiseadus
<https://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=890243>

Rahvusvahelised kokkulepped

2. Euroopa spordiharta
http://www.eok.ee/est/spordi_seadusandlus/euroopa_spordi_harta?sess_admin=e49a4b4935ed977b84ce671a6e7261f1
3. Euroopa Nõukogu Spordi Arendamise Komitee otsused
http://www.coe.int/T/E/Cultural_Co-operation/Sport/

Riiklikud strateegiad, arengukavad ja uuringud

4. Eesti Reformierakonna, Eesti Keskerakonna ja Eestimaa Rahvaliidu koalitsioonileping aastateks 2005–2007
<http://www.valitsus.ee/?id=1307>
5. Sotsiaalministeeriumi “Südame- ja veresoonkonnahaiguste ennetamise riiklik strateegia 2005–2010”. Vabariigi Valitsuse 14. veebruari 2005. a korraldus nr 89
[http://www.sm.ee/est/HtmlPages/Sudamestrateegia-loppdokument-01-2005/\\$file/Sudamestrateegia.doc#_Toc81760291](http://www.sm.ee/est/HtmlPages/Sudamestrateegia-loppdokument-01-2005/$file/Sudamestrateegia.doc#_Toc81760291)
6. Riigi eelarvestrateegia 2006–2009
7. Kultuuriministeeriumi tellitud ja Eesti Sporditeabe Sihtasutuse koostöös TPÜ spordisotsioloogia laboriga koostatud uuring “Täiskasvanute spordiharrastus ja selle arengu perspektiivid”
http://www.kul.ee/sport/Spordiuuringud/uuring_spordiharrastus.doc
8. Elanikkonna kultuuritarbimise uuringu aruanne 2003. Kultuuriministeerium, Saar Poll 2003.
http://www.kul.ee/failid/kultuuritarbimise_uuring_2003.rtf
9. Eesti spordiharta
http://www.eok.ee/est/spordi_seadusandlus/eesti_spordi_harta?sess_admin=e49a4b4935ed977b84ce671a6e7261f1
10. V Eesti spordikongress 2002
http://www.sport.ee/organisatsioon.php?view=kongress_5p

11. Vabariigi Valitsuse 11.03.2003 istungil (protokoll nr 11) heaks kiidetud Kultuuriministeeriumi tegevuskava aastateks 2003–2006
http://www.kul.ee/failid/tegevuskava_2003-2006-2609.rtf
12. Euroopa Liidu 2005. aasta uuringud ”Young people’s lifestyles and sedentariness”
Prof dr Wolf. D. Brettschneider, prof. dr Roland Naul.
13. Eesti säästva arengu strateegia “Säästev Eesti 21”
<https://www.envir.ee/saastev/index.html>
14. Noorsootöö ja noortepoliitika strateegia aastateks 2006–2013 (huviharidus ja huvitegevus)
<http://mak.eas.ee/26678y/z0zARTICLEy95zNLM.html>

Muud viited

15. Riigimetsa Majandamise Keskus
<http://www.rm.k.ee/pages.php3/0103?PHPSESSID=3120c03f0926ca5d611817538b24e1e4>
16. Transpordi arengukava 2006-2013
<http://www.mkm.ee/index.php?id=9019>
17. www.tafisa.net; www.ivv.org

7.2 Arengukava koostamist konsulteerinud liikumisharrastuse spetsialistide ja teadlaste nimekiri

Liikumisharrastuse strateegilist arengukava koostades on 2004. ja 2005. aastal konsulteeritud järgmiste välisriikide teadlaste ja spetsialistidega:

- 1) Georg Neumann, emeriitprofessor, Leipzig;
- 2) Gyöndy Földesi, professor, Ungari Spordiülikool;
- 3) Ilkka Vuori, emeriitprofessor, UKK Instituut;
- 4) Jorma Savola, Soome Tervisespordi Liidu peasekretär;
- 5) Jürgen Palm, professor, TAFISA president;
- 6) Kimmo Suomi, professor, Jyväskylä Ülikooli spordi sotsiaalteaduste osakonna juhataja;
- 7) Norbert Bachl, professor, Viini Ülikool, Euroopa Spordimeditsiini Föderatsiooni president;
- 8) Pauli Vuolle, professor, Soome Sporditeadlaste Liidu esimees;
- 9) Roland Naul, professor, Esseni Ülikool;
- 10) Wildor Hollmann, emeriitprofessor, Kölni Spordiülikool, endine Maailma Spordimeditsiini Föderatsiooni president;
- 11) Wolf-Dietrich Brettschneider, professor, Paderborni Ülikool, Saksamaa.

Ülalnimetatud teadlased on “Liikumisharrastuse strateegilise arengukava 2006–2010” üldesmärgi saavutamiseks mõeldud tegevused heaks kiitnud.

8 KASUTATUD KIRJANDUS

- Arvisto, M. jt. (2004). Täiskasvanute spordiharrastus ja selle arenguperspektiivid. Uuringu aruanne. TPÜ spordisotsioloogia labor.
- Arvisto, M. jt. (2003). Spordiehitised ja liikumispaigad Eestis. Uuringu aruanne. TPÜ spordisotsioloogia labor.
- Eesti Spordifoorum 2004. (2004). Kogumik Spordifoorumist osavõtjatele. Tallinn: EOK, Kultuuriministeerium.
- Gratton, C., Taylor, P. (2001). Economics of Sport and Recreation. London: Spon Press.
- Hansson, L. (2004). Majanduslik toimetulek. Valikud ja võimalused, argielu Eestis aastatel 1993–2003. Toim L. Hansson. Tallinn: TPÜ Kirjastus.
- Improving Evaluation of Sports through Statistics. (1994). Eds. I. Calvo, R. Mancini. Rome: CONI.
- Miettinen, M., Rajala, K. (2003). Lisää liikkujia. Ideoita menestyvistä KKI-hankkeista. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja no 141. Jyväskylä.
- Mussino, A. (2002). COMPASS 2002. Progress Raport, Roma.
- Niemelä, L., Innanen, M., Ruuskanen, E. (1994). Liikunta-Suomi projektin 1991–1994 loppuraportti. Liikuntatieteellinen Seura ry., Helsinki.
- Röthig, P., Grösing, S. (1995). Sport un Gesellschaft. Kursbuch 4 Limpert Verlag. Wiesbaden.
- Suomi, K. (2000). Liikuntapaikkapalvelut ja kansalaisten tasa-arvo. Jyväskylän yliopiston Liikunnan kehittämiskeskukseen julkaisu no 1.
- Terveysliikunnan paikalliset suositukset. (2000). Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaisuja no 1.
- 10th World Sport for All Congress 2004. Book of Abstracts. Roma: CONI.
7. Liikuntapoliittiset neuvottelupäivät. (2004). Taustamateriaali. Liikuntatieteellinen Seura. Helsinki.
- 9th World Sport for All Congress 2002. Book of Abstracts. Arnhem.

9 LISAD

- Lisa 1** Liikumisharrastuse kontseptsiooni 2006-2010 elluviimise kava
- Lisa 2** Siseministeeriumi ja maavalitsuste vahelise maakonnaplaneeringu teemaplaneeringu “Maakonna sotsiaalne infrastruktuur” projekti skeem
- Lisa 3** Liikumisharrastuse strateegilise arengukava institutsionaalne skeem
- Lisa 4** Liikumisharrastuse strateegilise arengukava 2006-2010 maksumuse prognoos
- Lisa 5** Lähiliikumispaikade võrgu hindamine ja nende rajamise programmi väljatöötamine
- Lisa 6** Sportimispaikade võrgu soovitusnormid
- Lisa 7** Kokkuvõtted V Eesti Spordi Kongressist 2002 spordibaaside sektsiooni lõppdokumendist ja liikumisharrastuse sektsiooni lõppdokumendist
- Lisa 8** Regionaalsete tervisespordikeskuste rajamise põhimõtted 2007 – 2010
- Lisa 9** Kampania “Sportiv Eestimaa” lähtekohad
- Lisa 10** Erinevate sihtrühmade kehalise võimekuse enesekontrolli süsteemi väljatöötamise ja kättesaadavaks tegemise projekt
- Lisa 11** Liikumisharrastuse suhtekorraldus- ja edenduskava