

Vuoden liikunnanopettaja

Miten minusta tuli liikunnanopettaja

Ammatinvalinta: varmasti vaikea asia kaikille nuorille, niin minullekin aikanaan. Muistelen, että alakouluikäisestä lähtien sain kuulla monesti, että sinusta tulee varmasti liikunnanopettaja. Ilmeisesti koska olin monipuolinen liikkuja pienestä pitäen ja hyvin herkästi ”ajauduin” opettamaan ystäviäni, milloin matikan tunnilla, milloin liikuntatunnilla, joskus taisin jopa opettaa opettajaanikin, koska mielestäni hän opetti meille keihäänheittoa väärin. Jotenkin opettaminen tuntui olevan verissä, olenhan liikuntaa harrastavasta opettajaperheestä, molemmat vanhemmistani liikuntaan erikoistuneita luokanopettajia.

Lukion jälkeen lähdin kuitenkin opiskelemaan rakennusosalalle, koska minua kiinnosti arkkitehtuuri ja olin ollut kesätyössäkin raksalla. Ala ei sitten ollut kuitenkaan oikea, opinnot jäivät kesken ja päädyin Varalaan 4kk liikunnanohjauksen peruskurssille. Tuolloin itselleni varmistui, että se, mitä minulle oli hoettu pienestä pitäen, oli minun omakin valintani, eli halusin liikunnanopettajaksi. Onnekseni pääsin ensimmäisellä yrittämällä Jyväskylään opiskelemaan, olihan kaksi vuotta lukion jälkeen jo mennyt oikeaa ammattia etsiessä.

Liikunnanopintojen aikana varmistui, että olen oikealla alalla, mutta yläkouluikäisten opetus ei tuntunut omalta jutulta. Minua kiinnosti luokanopettajaopiskelijoiden kouluttaminen sekä alakouluikäisten liikunnanopetus. Nyt kun liikunnanopettajan työtä on takana reilut 20 vuotta, olen

saanut opettaa niin alakoulussa, yläkoulussa, lukiossa, opettajakoulutuslaitoksessa kun myös kansalaisopistossa. Ja kuinka ollakaan, nautin eniten nimenomaan työstäni yläkouluikäisten nuorten parissa. Nautin työstäni vuosi vuodelta yhä enemmän ja koen työni nuorten parissa merkitykselliseksi.

Kiitos vanhemmilleni

Paljon olen saanut eväitä liikunnanopettajan työhöni kotoani vanhemmiltani. He kannustivat minua kaikkiin mahdollisiin liikuntaharrastuksiin. Äidin ohjaamassa ryhmässä harrastin voimistelua ja tanssia, isän kanssa hiihdin ja yleisurheilin. Lentopallotreenaissa kävin hetken aikaa. Kavereiden kanssa pelailtiin höntsäpihapelejä, mm. fudista ja pesistä sekä kiipeiltiin puissa. Kiertäjää, nurkkajussia, kymmenen tikkua laudalla, seinäpalloa jne. leikittiin niin perheen kesken kun kavereiden kanssa. Telinejumpsaa puolestaan ”harrastettiin” sisäkojen kanssa isän avustamana olohuoneessa. Sohvatyyny lattelalle ja iskän avustamana harjoiteltiin mm. päähypyä ja olkkarin seinää vasten käsinseisontaa. Liikkumista ei koskaan kielletty, vaikka sen seurauksena saattoi olohuoneelta kuin olohuoneelta.

Seitsemänvuotiaana pääsin esiintymään Pajulahden urheiluopiston uuden osan avajaisiin, esitin luovaa nauha-voimistelua. Äiti oli sanonut, että jos oikein paljon yleisö taputtaa, niin sitten voit mennä uudestaan lavalle. Kun esiitys oli ohi ja yleisö alkoi taput-

tamaan, singahdin samantien lavalle tekemään encoren. Kahden isosiskoni ja muutamman naapurin lapsen kanssa perustimme nuorisosirkuksen ja kotikulmien esiintymisten lisäksi pääsimme esiintymään Ruotsiin kummikuntaamme Norbergiin. Äidin ohjaamassa voimistelu- ja tanssiryhmässä ”Elman työt” kierrettiin jopa ympäri maailmaa, niin Euroopassa kun Amerikassa, esiintymisreissuilla.

Kaikki lapsuuden kesät vietin perheeni kanssa Sonnasen mökillä uiden, kalastaen, soutaen ja luontoleikkejä leikien. Kuusivuotiaasta lähtien puolestaan kaikki pääsiäiset Lapissa perheen kanssa hiihtäen. Olen äärettömän kiitollinen vanhemmilleni siitä miten monipuoliset liikunnalliset eväät he minulle lapsuuden ja nuoruuden aikana antoivat, opin liikunnallisen elämäntavan, opin arvostamaan luontoa, näin maailmaa ja sain arvokasta esiintymisrohketta. Koululla on suuri merkitys lasten ja nuorten liikunnallisuuteen ohjauksessa, mutta kodin ja vanhempien rooli on tärkein. Voi kun sen kaikki nykyvanhemmatkin ymmärtäisivät.

Inhimillisyyttä isältäni

Isältäni olen oppinut rauhallisuutta sekä kaikkien ihmisten arvostamista riippumatta ihmisen taustoista. Isäni ei ole koskaan tehnyt pahaa karpäsellekään ja hän on kohdellut kaikkia ihmisiä tasa-arvoisesti. Olen pyrkinyt omassa työssäni liikunnanopettajana kohtaamaan jokaisen oppilaani yksilönä, jokaisen yhtä tärkeänä. Työssäni kohtaan pal-



Nykyisin harrastuksiini kuuluvat lähinnä tanssi ja luontoliikunta. Kuljen metsässä paljon koirani kanssa. Rakastan liikua luonnossa vaeltaen, hiihtäen tai vaikka suppaillen.

jon ihmisiä, oppilaiden lisäksi heidän vanhempiaan, työkavereitani, yhteistyökumppaneita jne., monenlaisia ihmisiä, monenlaisista taustoista. Isäni esimerkin mukaisesti pyrin aina arvostamaan jokaista ihmistä itsenään ja ottamaan muut ihmiset huomioon. Tärkein tehtäväni liikunnanopettajana on kasvattaa oppilaitani kohti liikunnallista elämäntapaa ja samalla antaa heille myös muita tärkeitä elämäntaitoja, kuten ihmissuhdetaitoja.

Ahkeruutta ja rohkeutta äidiltäni

Äitini puolestaan on aina ollut työtä pelkäämätön, tarttunut uusiin haasteisiin rohkeasti ja ollut mukana politiikassa, OAJ:n hallituksessa sekä monenlaisessa järjestötyössä, tehden siis paljon töitä muiden ihmisten hyväksi. Pyrkinyt vaikuttamaan asioihin ja epäkohtiin. Äidiltäni olen perinyt halun ja rohkeuden tarttua asioihin, jotka koen olevan huonosti ja halun tarttua uusiin haasteisiin. Haluan

kehittää työtäni ja koulua-
ni. Pari vuotta sitten toteutui
myös yksi työhöni liittyvä haave,
kun saimme Liikkuva koulu
hankemuksen läpi ja nyt
olenkin toista vuotta toiminut
liikunnanopettajan työn ohella
Raahen Liikkuva koulu hankkeen
koordinaattorina. Pidän
paljon työstäni liikunnanopettajana,
mutta nautin myös siitä,
että nyt olen päässyt kehittämään
sekä oman kouluni toimintaa,
että koko Raahen Liikkuva koulu
toimintaa. Voin kai ajatella olevani
unelmieni ammatissa, vaikka ammatinvalinta
ei helppoa nuorena ollutkaan.

Jalat lähti alta

Kun eräänä joulukuisena
työpäivänä kotiin tultuani
avasin sähköpostini, piti
minun mennä hetkeksi keitti-

ön lattialle haukkomaan henkeä.
Olin saanut viestin Liitolta
otsikolla ”vuoden liikunnanopettaja
2018”. Kirjaimellisesti jalat
menivät alta. Pari päivää
aikaisemmin olin saanut tiedon,
että Raahen Liikkuva koulun
meriliikuntaviikko tullaan
palkitsemaan Pohjois-Pohjanmaan
urheilugaalassa alueellisella
Liikkuva koulu palkinnolla.
Oli todella hämmäntävää saada
kaksi tunnustusta työstäni,
(vaikka Liikkuva koulu palkinto
ei toki tullutkaan yksin minulle).
Olo oli erittäin häkeltynyt,
mutta toki tuntui myös hienolta,
että tekemäni työ sai arvostusta.

Olen varsin omistautunut
työlleni, joten mieltä on lämmittänyt
myös kaikki ne monet onnitte-
lut eri ihmisiltä monelta eri taholta,
joita olen saanut kommenttein ”olet
kyllä niin palkintosi ansainnut”.

Jos jotenkin tämän palkintoni
myötä pystyn asioihin vielä
enemmän vaikuttamaan, niin
tulen tekemään töitä sen eteen,
että kaikki lapset ja nuoret,
(sosiaaliseen taustaan ja varallisuuteen
katsomatta), saadaan liikunnan pariin.
Huoli lasten ja nuorten liikku-
mattomuudesta ja sen seurauksista
on valtava. Yksi ratkaisu tähän,
(monien muiden toimenpiteiden
kanssa yhdessä), on koulufysioterapeu-
tit jokaiseen kouluun, yhtälailla
kun kouluissa jo on terveydenhoi-
tajat, koulukuraattorit ja koulu-
psykologit.

Rakkain on oma perhe

Työni on minulle tärkeää,
mutta tärkein asia elämässäni
on oma perheeni. Mieheni Ari
on myös liikunnanopettaja,
täysikäiset tyttäreni Meri ja

Lotta harrastavat ratsastusta ja
15v poikani Atte on hiihtäjä,
joka suunnistaa kesäisin. Perhe-
eseemme kuuluu myös Rona koiran
sekä Lotan pona Roi. Liikunta
kuuluu oman perheeni elämään
varsin tiiviisti. Uskon, että
lapsemme ovat omaksuneet
liikunnallisen elämäntavan.
Toivon, että olen saanut
annettua heille muutenkin
hyvät eväät elämään. Kuten
minä nyt arvostan sitä, mitä
olen omilta vanhemmiltaani
saanut, toivon, että omat
lapseni joskus osaavat arvostaa
sitä, mitä ovat meiltä vanhem-
milta saaneet elämänsä.

*Laura Rahikkala
Pattasten koulun
liikunnanopettaja,
Raahen*

