

## Vuoden koululaisliikkuja 2025

# Tervehdys, kaikille!

Olen Asmaa Mouarib, 14-vuotias aktiivinen liikunnanharrastaja Jyväskylästä. Harrastuksiini kuuluu telinevoimistelu 3 kertaa viikossa. Harrastan telinevoimistelua Jyväskylän Voimistelijoissa. Olen harrastanut voimistelua noin 9 vuotta. Minun isosiskoni harrasti pienenä voimistelua ja se innosti myös minua harrastamaan sitä. Telinevoimistelu on parasta, koska siellä oppii uutta ja on kivat ja tsemppavat joukkuekaverit.

Minun vanhempani ovat Marokosta, mutta minä olen syntynyt Suomessa. Minä pidän hyvästä ruuasta ja ulkoilemisestä. Haluan isona olla liikunnanopettaja tai voimistelutuomari. Haluan ensin käydä lukion ja sitten miettiä eteenpäin tulevaisuutta.

Mieluiten liikun vapaa-ajalla, kun olen kotona. Joskus on kiva olla myös kotona ja viettää aikaa perheen kanssa. Liikun

vapaa-ajalla mieluummin kuin katsoisin puhelinta. Harmittaa, kun nuoret tuijottavat puhelinta enemmän kuin liikkuisivat. Nuoria voisi kannustaa liikkumaan jonkin haasteen avulla. Liikuntatehtävää saisi palkinnon, kun sen saisi suoritettua. Ja kun nuorena liikkuu, siitä on hyötyä vanhempana.

Liikun ja osallistun aktiivisesti myös liikuntatunneilla. Kannustan muita sekä iloitsen heidän onnistumisistaan. Olen mielestäni reipas, avulias, mukava, kiltti sekä iloinen. Koulussa olen mukana lisäksi ääni- ja valotekniikassa, tukioppilaana ja välkäritoiminnassa suunnittelemassa ja ideoimassa. Alakoulussa kävin monissa eri koulujenvälisissä tapahtumissa ja osallistuin kisoihin.

Minun mielestäni liikkuminen ei ole vain suorituksia ja kilpaurheilua. Liikunta on myös hauskaa ja rentoa. Minä vietän



useimmat viikonloput eri puolella Suomea kisaamassa. Kisaaminen tuo lisää motivaatiota urheilla.

*“Jos jotkut sanovat ettet pysty, tee se silti ja näytä, miten väärässä he olivat.”*

Kiitos tästä mahtavasta ja upeasta palkinnosta!

*Asmaa Mouarib  
8E Huhtasuon yhtenäiskoulu,  
Jyväskylä*