

Liiton hallituksen uusi jäsen

Halu oppia ja jakaa osaamista muille

“Opettajan työssä parasta on nähdä, kun oppilas löytää omat vahvuutensa ja alkaa uskoa itseensä. Hetket, joissa liikkuminen, oppiminen ja hyvinvointi kietoutuvat yhteen, muistuttavat siitä, miksi tätä työtä teen – ja miksi haluan tukea oppilaita kasvamaan hyvinvoiviksi, uteliaiksi ja oman näköisiksi oppijoiksi. Samalla pidän tärkeänä, että myös me aikuiset säilytämme tasapainon ja läsnäolon työssämme.”

Valmistuin liikuntatieteellisestä vuonna 2004 ja pääsin heti valmistumiseni jälkeen töihin Kangasniemelle yläkouluun ja lukioon. Siellä viihdyin useamman vuoden, välillä äitiyslomaa viettäen. Vuonna 2010 sain mahdollisuuden tehdä sijaisuutta Viitanien koulussa Jyväskylässä – ja tuo sijaisuus johti myöhemmin vakinaiseen virkaan. Viitanien 12 työvuoden aikana sain opettaa hyvin erilaisia ryhmiä ja oppilaita: tavallisia luokkia, urheiluluokkia, englanninkielisiä luokkia sekä pienryhmiä. Myös S2- ja nepsy-oppilaiden opettaminen tuli tutuksi. Näiden vuosien aikana kiinnostukseni vahvistui erityisesti siihen, miten voisin tukea jokaisesta oppilasta löytämään omat vahvuutensa ja ilon liikkuu sekä auttaa heitä rakentamaan laajemmin omaa hyvinvointiaan. Samalla pohdin, miten voisin itse säilyttää läsnäolon ja tasapainon työni keskellä. Lähdin etsimään vastauksia opiskelun kautta: suoritin psykologian aineopinnot, mindfulness tunnetaitovalmentajan opinnot sekä positiivisen pedagogikan opinnot. Tämä opintomatka syvensi ymmärrystäni sekä oppilaiden että oman itseni



Laitepilates hoitaa sekä kehoa että mieltä.

hyvinvoinnista ja kasvusta.

Vuonna 2022 eteeni avautui liikunnan ja terveystiedon lehtorin paikka Jyväskylän Normaalikoululla. Uteliaisuus ja halu kehittyä veivät hakemaan ja tulin valituksi. Nykyisessä työssäni olen saanut laajentaa opetustani myös psykologian puolelle, ohjata opettajajarjoittelijoita, osallistua tutkimushankkeisiin sekä vetää koulun hyvinvointitiimiä ja tyhy-jumppia. On ollut hienoa huomata, miten yhteisön voima rakentuu jokaisen sen jäsenen panoksesta.

Vapaa-ajalla nautin liikkumisesta luonnossa perheeni kanssa – kesällä juosten metsäpoluilla ja talvella hiihtäen. Yksi

lempiharrastukseni on laitepilates, joka hoitaa sekä kehoa että mieltä. Myös neurominen on yksi mieluisa tapa rauhoittua ja palautua arjen keskellä.

Tällä hetkellä koen, että on jälleen aika oppia uutta ja antaa omasta osaamisesta yhteiseksi hyväksi. Sen vuoksi LIITTO ry:n hallituksen pääseminen oli kuin lottovoitto. Haluan olla mukana edistämässä koulumaailmaa, jossa jokainen saa kasvaa, voida hyvin ja oppia parhaalla mahdollisella tavalla ja LIITTO:n hallituksen kautta se mahdollistuu.

Mira Moilanen