

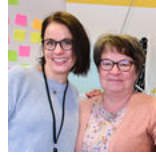


**VUOSIKERTOMUS 22-23**

**SOTUNKI**  
LUKIO JA ETÄLUKIO

# SISÄLLYS

- 6 HYVINVOINNIN TUKESTA SOTUNGISSA**  
Lukuvuotena 2022-2023 yhteisöllistä toimintaa voitiin toteuttaa jälleen vapaammin koronarajoitteiden poistuttua.



- 14 VESI KUULUU KAIKILLE**  
Sotungin Lukioteatteri valmisti syksyllä 2022 teatteriopettaja Hanna Lekanderin johdolla jo neljännen yhteisen produktionsa - Teemestarin kirjan.



- 32 SOTUNGIN LUKION KANSAINVÄLINEN TOIMINTA AVAA OVET MAAILMALLE**  
Tänä lukuvuonna Sotungin lukion kansainvälinen toiminta on ollut ennen näkemättömän vilkasta.



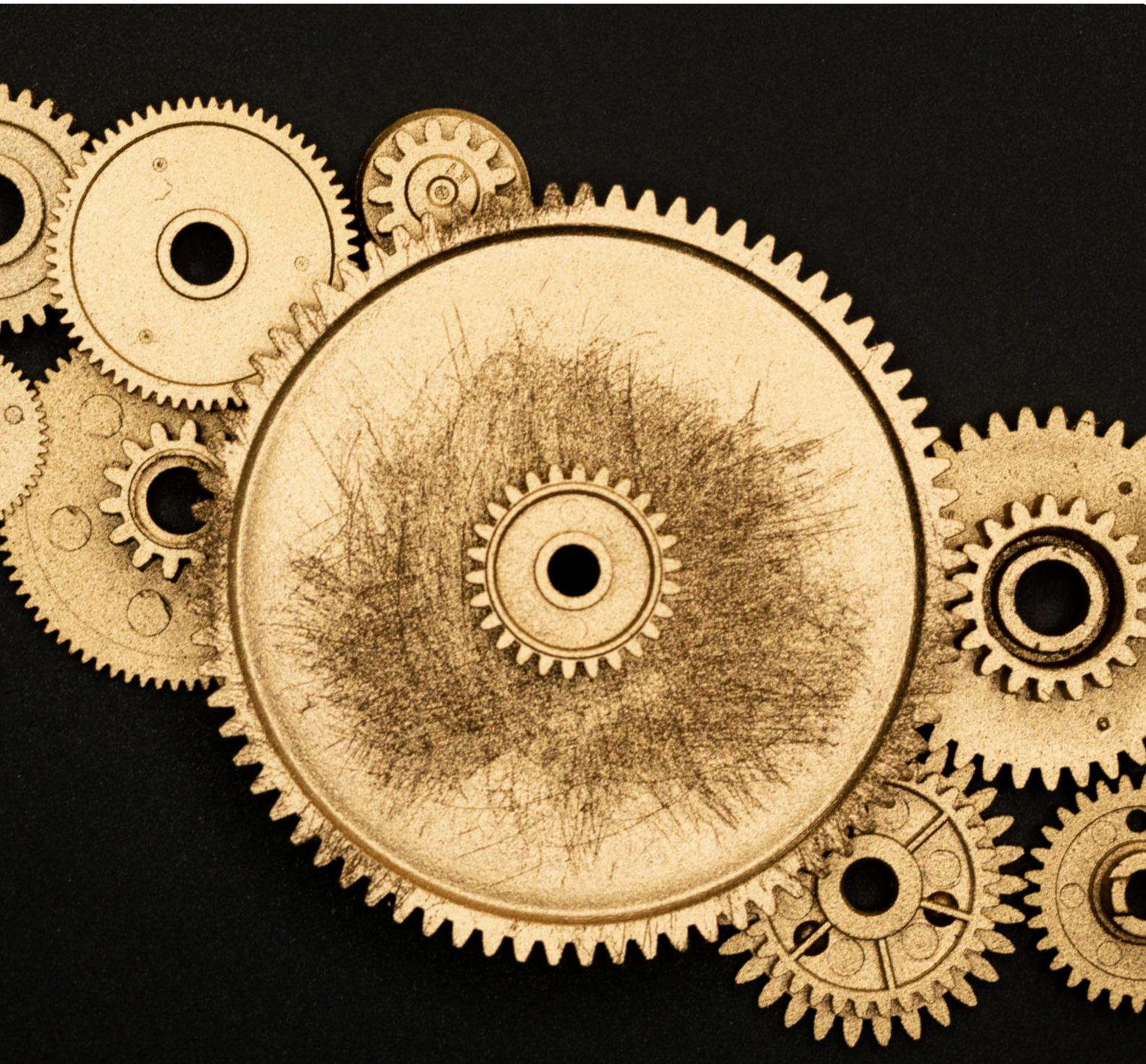
- 48 VIIKKO LUKIOPAJASSA**  
Moni varialainen tekee kaksoistutkintoa tai yksittäisiä aineopintoja Sotungin etälukion kautta. Tehdäänpä lyhyt vierailu eri lukiopajoihin.



- 5** Yhteistyötä ja vuorovaikutusta  
**6** Hyvinvoinnin tukemista Sotungissa LV 2022-23  
**8** Sotungin liikuttajat  
**11** Ykköset yritysvierailuilla  
**12** Tutorit  
**14** Vesi kuuluu kaikille  
**16** Kirjeitä Anne Frankilta  
**19** Penkkarit 2023  
**21** Pop-up -konsertti piristi perjantaipäivää  
**22** Sotungin lukion vanhojen tanssit  
**24** Ykkösten retkipäivä  
**25** Tekniikkaryhmä tapahtumien taustalla  
**26** Vaikuttamista ja väriestejuoksua  
**29** Sotungin lukion Tulevaisuuspäivä  
**31** Knock out Sotungissa  
**32** Sotungin lukion kansainvälinen toiminta avaa ovet maailmalle  
**34** Madridilaisen koulun arkea abiturienttien silmin  
**36** Brescia – Kulttuuria ja liikuntaa

- 38** Työnvarjostusta San Clementessa  
**39** Rheine mielessäin  
**40** Elämää Tukholman suunnalla  
**42** Ystävyyskoulukierroksella Italiassa  
**43** Irlannissa soivat tinapillit ja Cha Cha Cha!  
**44** Un petit bonjour de Paris!  
**47** Kieliopintoja ja surffausta Cádizin auringon alla  
**48** Viikko lukiopajassa  
**52** Vuorovaikutusta verkon välityksellä  
**53** Jean Monnet -ohjelman rahoittama EU-opintojakso  
**54** Stefan tanssii jo maailman kärkitasolla  
**55** Katrinin futisura kovassa nosteessa  
**56** Pate vaihtoi jalkapallon voimanostoon  
**57** Eevan hiihtoura vahvassa nousussa  
**58** Sotungin lukion tyttöjen futisjoukkueelle SM-kultaa  
**59** Joukkuevoimistelun EM-kisat Vantaalla olivat upea kokemus





# YHTEISTYÖTÄ JA VUOROVAIKUTUSTA

*Teksti: Esa Partanen*

**O**piskelu ja oppiminen ovat aina yhdessä tekemistä. Opiskelijan oppimisen lähtökohtana on hänen oma työnsä ja aktiivisuutensa, mutta ilman muiden opiskelijoiden, opettajien ja huoltajien tukea se olisi paljon kapeampaa. Opettajan työn onnistumiseen vaikuttavat tietysti opiskelijat, mutta yhteistyö muiden opettajien ja huoltajien kanssa on ensiarvoisen tärkeää. Yhdessä on aina mahdollista saavuttaa paljon enemmän kuin yksin.

**Yhteistyö rakentuu vuorovaikutuksessa.** Siksi meidän jokaisen on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, miten vuorovaikutamme erilaisissa tilanteissa ja ympäristöissä. Positiivisen, kannustavan ja hyväksyvän vuorovaikutuksen kautta muodostuu ilmapiiri, jossa viihdytään. Oppitunnit, välitunnit, ruokailut, kansainväliset kohtaamiset, teatteriesitykset, juhlat ja kamppailut urheilukentillä antavat mahdollisuuksia kohdata erilaisia ihmisiä ja ne vaativat erilaista vuorovaikuttamista. Ne ovat kaikki mahdollisuuksia oppia ja rakentaa omaa osaamistaan vuorovaikutustilanteissa.

**Lukuvuoden 2022-2023** vuosikertomuksesta voit lukea, miten paljon olemme taas saaneet tehdä yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Uusien maiden, kulttuureiden ja ihmisten kohtaamiset, menestykset ja tappiot urheilukentillä sekä perinteiset juhlat ja tapahtumat ovat tuoneet vaihtelua ja uutta sisältöä arkiseen koulutyöhön. Olemme yhdessä kokeneet paljon erilaisia vuorovaikutuksen tilanteita, joista olemme oppineet paljon itsestämme ja tavoista olla hyvä yhteisön jäsen. Kiitos siitä kuuluu meille kaikille sotunkilaisille!

***Hyvää ja rentouttavaa kesälomaa ja nähdään taas elokuussa!***



## Opiskelu

# HYVINVOINNIN TUKEMISTA SOTUNGISSA LV 2022-23

**Teksti:** Susanne Palmu, Henriikka Haimila



**L**ukuvuotena 2022-2023 yhteisöllistä toimintaa voitiin toteuttaa jälleen vapaammin koronarajoitteiden poistuttua. Tarvetta sosiaaliseen kanssakäymiseen ja yhteishengen luomiseen koettiin aiempaa enemmän. 1. vuoden opiskelijoiden kohdalla tämä on erityisen tärkeää, ja tutustumiseen

sekä ryhmäytymiseen onkin Sotungissa perinteisesti panostettu heti lukuvuoden alussa. YHR oli mukana ryhmäytymispäivän menossa Solvallassa, jotta myös työntekijät tulisivat nuorille tutuiksi ja helpommin lähestyttäviksi.

**Opiskelijoiden palautteen perusteella** YHR:n tarjoamat hyvinvointikahvit (1 krt/periodi) ovat olleet heille mieluisia tapahtumia. Kahvitelun ja herkkujen lisäksi tilanteissa on pyritty luomaan hyvää tunnelmaa ja yhteistä kokoontumisen sekä kohtaamisen mahdollisuutta. Usein kahvitusten yhteydessä on myös ollut jokin teema tai juhlapäivä, jota on haluttu nostaa esiin. Esimerkiksi tänä keväänä vietettiin opiskelijoiden mielenterveyspäivää.

**Syksyn aikana opiskelijoille** oli parina perjantaina tarjolla myös rentoutumista välitunnin aikana teltta- / tennispallohieronnan keinoin. Vuosittaisella hyvinvointiviikolla (vko 9) koululla vieraili nuorten kanssa toimivia eri yhteistyötahoja kuten Nuppi, Ohjaamo, suunhoidon pop up, Kipinä, Liikkuva opiskelu, Hakuilan seurakunta ja Essy ry. Vierailijain tahojen lisäksi hyvinvointiviikolla oli erilaista ohjelmaa (rentoutumisvälitunnit, tutorit), luento ja tarjoiluja opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseksi.

**Tulevan lukuvuoden ohjelmaa** on jo alustavasti suunniteltu. Toivottavasti pääsemme tulevanakin lukuvuonna toteuttamaan yhdessä monia mukavia ja hyvinvointia edistäviä tilaisuuksia! ■



**Yhteisöllinen opiskeluhoolto** tarkoittaa koulun toimintakulttuuria ja kaikkia niitä toimia, joilla edistetään opiskelijoiden hyvinvointia ja oppimista sekä samalla sosiaalista vastuuta, vuorovaikutusta ja osallisuutta. Yhteisöllinen opiskeluhoolto ja muu henkilökunta pyrkii kehittämään opiskeluympäristön terveellisyyttä ja turvallisuutta sekä koko yhteisön hyvinvointia.

**Yhteisöllistä opiskeluhoiltoa** toteutetaan opiskeluhoillon työntekijöiden ja oppilaitoksen henkilöstön, opiskelijoiden ja heidän huoltajiensa kanssa yhteistyössä. Yhteisöllisen työn suunnittelusta, kehittämisestä, toteuttamisesta ja arvioinnista vastaa yhteisöllinen hyvinvointiryhmä (YHR), johon Sotungin lukiossa kuuluu rehtori, aineenopettaja, opinto-ohjaaja, erityisopettaja, terveydenhoitaja, kuraattori ja psykologi. Mukana on myös vaihtuvia opiskelijajäseniä (OPKH).

**Sotungin yhteisöllisen opiskeluhoillon** kehittämisessä lähtökohtana on ollut tieto, jota on saatu opiskelijoilta ja huoltajilta. Koulu-terveyskyselyn kautta on saatu oppilaitoskohtaista tietoa, ja lisäksi YHR on teettänyt omia kyselyitä opiskelijoille sekä heidän huoltajilleen koskien muun muassa kokemuksia opiskelussa selviytymisestä ja jaksamisesta, tuen tarpeesta, syrjinnästä ja kiusaamisesta. Näiden lisäksi kyselyissä on pyritty kartoittamaan opiskelijoiden omia toiveita yhteisöllisen hyvinvoinnin lisäämiseksi. ■



# SOTUNGIN LIIKUTTAJAT

**Teksti ja kuvat:** Kirsi Kukkola



## Opiskelu

**L**iikuttajien toiminta lukuvuonna 22-23 on koronavuosien jälkeen palautunut vähitellen entisenlaiseksi. Lähialueen yhteisöt saivat taas innokkaita liikuttajia luokseen.

**Lasten lumitapahtuma oli** iso ja mieleenpainuva koitos maaliskuussa. Hakunilan hiihtostadionille rakennettiin Vantaan hiihtoseuran ja hiihtoliiton toimesta upeat hiihtopaikat temppuilulle, ampumahiihdolle ja mäkihypyille. Kaksipäiväiseen hiihtotapahtumaan osallistui satoja innokkaita alakoululaisia ja lukuisia liikuttajia.

**Säiden sallittua ulkoilusta** nautittiin vanhainkodin asukkaiden kanssa. Perinteisesti heitettiin Reinoa, ratkaistiin kuva-arvoituksia ja mitattiin heittotarkkuutta niin tikoilla kuin hernepusseilla jutustelujen lomassa.

**Move-testejä tehtiin** jälleen alakoulun opiskelijoille ja uutena tapahtumana osallistuttiin Pirkka Street -basket turnauksen järjestämiseen Hakunilan ostarilla. Tapahtuma oli osoitus siitä, kuinka ostarille voidaan luoda liikunnallinen tapahtumapaikka monien tahojen yhteistyönä. ■

**Kiitokset yhteistyökumppaneille!**

Liikuttajat saavat suoritusmerkinnän ja työtodistuksen vapaaehtoistoiminnasta. Tule liikuttamaan ja tuottamaan hyvää mieltä muille!





Lukion ykköset  
Metsä Groupin  
vierailulla.

### Opiskelu

# YKKÖSET YRITYSVIERAILULLA

*Teksti ja kuvat: opinto-ohjaaja Elina Korkea-aho*

**S**otungin lukion 1. vuoden opiskelijat vierailivat opinto-ohjauksen OP01-opintojakson päätösviikolla Teknologia-alan ja Metsäteollisuusalan yrityksissä. Nämä vierailut mahdollistivat teknologiateollisuuden MyTech-ohjelma ja Metsäteollisuus ry:n matka-avustus. Jokaisella viidellä ryhmällä oli yksi vierailukohde. Ryhmät pääsivät tutustumaan mielenkiintoisiin vierailukohteisiin, joita olivat metsäalalta Metsä Groupin pääkonttori Espoossa ja teknologia-alalta Ramboll Espoon pääkonttori Ramboll Village sekä Aker Arctic Helsingin pääkonttori. Vierailun tarkoituksena oli tutustua näihin aloihin ja yritysten toimintaan. Yritysvierailut avaavat opiskeli-

joille työelämää ja voi antaa ideoita siitä, mitä lukion jälkeen voisi tehdä työelämässä.

**Vierailukohteistamme Aker Arctic** on kansainvälinen yritys, joka on keskittynyt jäänmurtaajien suunnitteluun, merilogistiikkaan ja siihen liittyvään teknologiaan. Esittelijänä yrityksessä toimi Sotungin lukion alumni Eetu Seppänen, joka työskentelee Aker Arcticissa tutkimusinsinöörinä. Pääsimme opiskelijoiden kanssa seuraamaan jäänmurtaajan pienoismallin jäämallikoetta. Vastaavia tutkimusaltaita löytyy maailmasta noin kymmenkunta, joista Suomesta löytyy myös toinen Aalto-yliopistosta. ■



Opiskelijat kuulemas-  
sa insinöörin työstä  
Rambollilla.



Aker Arcticin yritysvierailul-  
la vasemmalta Leo, Rennu,  
Samuli ja Lauri.



# Tutorit

**Teksti:** Anne Aavamaa ja Kristina Tuominen  
Tutortoiminnan ohjaavat opettajat

## Opiskelu

**Tutortoiminta** on jatkunut aktiivisena lukuvuonna 22-23. Tutorit ovat jälleen toimineet mallikkaasti Sotungin yhteishengen luojina ja ylläpitäjinä. Elokuussa toivottiin viisi ryhmää uusia ykkösiä tervetulleeksi mukaan Sotungin porukkaan. Lukuvuoden mittaan tutorit ovat järjestäneet erilaista piristävää ja ryhmäyttävää toimintaa perinteisen koulu-

työskentelyn lomaan; on leikitty, kisailtu ja kätköilty. Tutorit ovat myös jakaneet ansiokkaasti omia opiskeluvinkkejään ykkösille. Avoimissa ovissa tutorit esittelivät lukiotamme yhdeksäsluokkalaisille. Läksykahvilassa opintotutorimme ovat toimineet vertaismentoreina maanantaisin ja torstaisin. Tänä lukuvuonna käynnistelimme myös KV-tutortoimintaa, jossa KV-tutoreiksi nimetyt opiskelijat edistävät vaihto-opiskelijoidemme viihtymistä Sotungissa. ■



Opintotutorit pyörittävät läksykahvilaa maanantaisin ja torstaisin klo 15. Tule mukaan!



## Tapahtumat

VESI KUULUU  
KAIKILLE

**Teksti:** Hanna Lekander, teatteriopettaja  
**Kuvat:** Marko Alanen

**Sotungin** Lukioteatteri valmisti syksyllä 2022 teatteriopettaja Hanna Lekanderin johdolla ja neljännen yhteisen produktion - Teemestarin kirjan. Teemestarin kirja on Emmi Itärannan palkintoja voittanut esikoisromaanin, jonka näyttelijä Sannan Majanlahti on dramatisoinut. Teemestarin kirja on ajankohtainen ja koskettava kertomus ihmisyydestä, ystävydestä ja luonnonvarojen tuhoutumisesta. Se on kaunis tarina periksiantamattomuudesta, sinnikkyyydestä ja uskosta hyvään! Näytelmän kantaesitys on ollut Teatteri Siperian toimesta Tampereella vuonna 2016 ja syksyllä 2022 Sotungin lukioteatteri tarttui siihen.

**Näytelmää lähdettiin työstämään** sen ajatuksen pohjalta, että mitkä kaikki asiat olisi mahdollisia jos vesi loppuu? Lavastuksessa käytettiin kierrätettyjä materiaaleja näytelmän teemaa mukaillen ja puvustuksen ilme saatiin yhtenäiseksi harmonisilla väreillä ja valitsemalla luonnonmukaisia materi-

aaleja. Vuoden 2022 esitys oli visuaalisesti kaunis ja monipuolinen sillä viime keväänä saadut uudet näyttämövalot ja näyttämötekniikka saatiin ensi kerran kunnolla teatterin käyttöön!

**Yhteishenki**

**Lukioteatterissa työskenteli jälleen** ”yksi kaikkien ja kaikki yhden puolesta” -mentaliteetillä yhteensä 15 opiskelijaa lukion kaikilta eri luokka-asteilta. Tämän vuoden esitys tehtiin osittain kaksikielisesti sillä näyttelijäryhmässä oli mukana vaihto-opilas amerikasta ja tämä mahdollisuus haluttiin ehdottomasti käyttää hyväksi! Kaksikielisyys antoi esitykseen oman uniikin leimansa ja syvensi tarinaa tarjoamalla samaistumis pintaa perheeseen jossa kaksi kieli- ja kulttuuritaustaa ovat arkea. Esityksen valmistaminen, lavasteet, puvustus, maskeeraus, tuotanto ja näyttämötekniikka toteutettiin kaikki opiskelijavoimin kahden opintojakson aikana.

**Harjoittelu**

**Esitystä alettiin harjoitella** elokuun viimeisellä viikolla ja harjoitukset jatkuivat säännöllisesti koko syksyn; maanantai- ja perjantai-iltapäivisin. Myös yksi lauantai käytettiin lavasteiden maalaamiseen ja rakentamiseen, ja viimeisenä viikonloppuna leiriydyttiin koululle hiomaan kokonaisuus (kohtaukset, valot, äänet, lavasteet) kasaan! Viikonlopun päätteeksi sunnuntaina pidettiin jo perinteeksi muodostunut alumnienraali, johon kaikki Sotungin lukio-

”*Esitys oli ajatuksella tehty ja koskettava. Nuoren ihmisen tarina sai uutta syvyyttä siitä, että kaikissa rooleissa oli nuoret näyttelijät. Kaunis loppukuva säilyy mielessäni aina.*

*Kiitos teille edelleen ja kaikkea hyvää jatkoon myös ihanille, lahjakkaille nuorille teatterilaisille! ♥*

**-Emmi Itäranta**

teatterin alumnit oli kutsuttu katsomaan esitystä, antamaan viime hetken vinkit ja arvokas palaute esiintyjille. Esityksen ensi-ilta oli joulukuun 19. päivänä ja sitä saapui katsomaan kirjailija, Emmi Itäranta itse.

**Yhteensä esityksiä oli** 5 joista 3 oli koululaisesityksiä. Loppuhuipennus nähtiin lukion Puurojuhlassa, jossa esitystä oli katsomassa iso joukko entisiä ja nykyisiä lukiolaisia.

**Lukioteatteri on paikka** jossa saa olla juuri sellainen kuin on! Lukioteatterilaiset hitsautuvat syksyn aikana tiiviiksi yhteisöksi, jossa jokainen saa olla oma itsensä ja kaikkia kuunnellaan ja tuetaan. Teatteri on fiktion maailma, jossa vaikeinkin asioita voi turvallisesti tutkia. Se on maailma joka antaa luvan olla hetken joku muu, luvan kokea tunteita ja kohtaloita jotka tosielämässä voisivat olla liikaa. Se on erityisesti paikka jossa kysytään: ”Miksi” ”Mitä sitten tapahtui?” ”Entä jos se olisin minä” Se on paikka jossa opitaan ymmärtämään toiseutta ja arvostamaan sitä. Se on ennen kaikkea paikka jossa toivo elää! ■



## Tapahtumat

# KIRJEITÄ ANNE FRANKILTA

**Teksti:** Hanna Lekander, teatteriopettaja

**Kuva:** Marko Alanen

**K**eväällä 2023 aloitettiin uusi kolmevuotinen Jean Monnet-projekti, jossa yhdistyivät oppiaineina: teatteri, historia, kirjallisuus, englanti ja kansainvälisyyskasvatus.

**Ensimmäisenä projektivuonna aiheena** oli dokumenttiteatteri ja Anne Frank. Ryhmä Sotungin lukiolaisia pääsi käymään Amsterdamissa Hollannissa. Etukäteen luettu, maailmankuulu Anne Frankin päiväkirja, heräsi eloon kun lukiolaiset hyppäsivät kirjan sivuilta tuttuihin paikkoihin. Retki huipentui nykyään museona toimivaan Anne Frankin taloon, paikkaan, jossa Anne Frank perheineen piilotteli lähes kaksi vuotta natseilta toisen maailmansodan aikana.

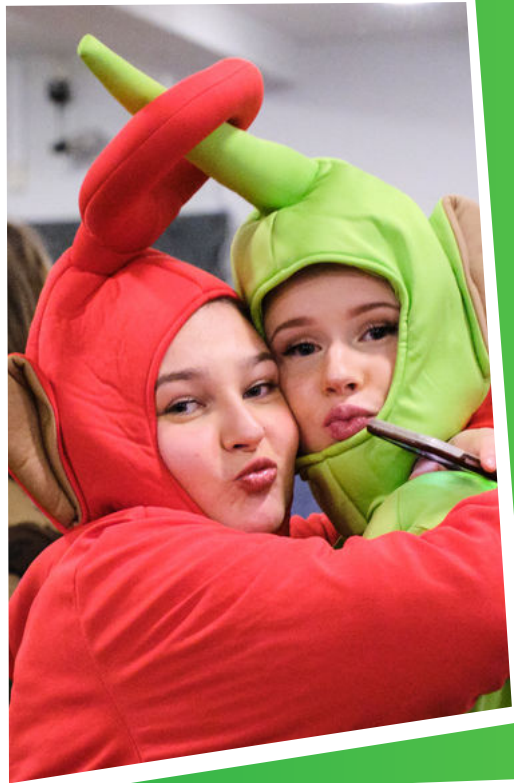
**Tämän retken jälkeen** ryhmä tarttui dokumentaaristen päiväkirjatekstien ja omien kokemustensa

kautta työstämään esitystä Sotungin kansainväliselle viikolle. Tutkivalla otteella syntyi yhteiskäsikirjoituksena esitys "kirjeitä Anne Frankilta". Esityksessä kuului vuosikymmenten läpi nuoren ihmisen ääni, toiveet, unelmat ja pelot jotka peilautuivat yllättävän samankaltaisina tämän päivän nuorten maailmaan. Esityksen kesto oli n. 30 minuuttia ja esityksiä pidettiin toukokuun 19.päivänä lukiolaisryhmille yhteensä kolme. ■



Teatteriopiskelu ei vaadi aikaisempaa kokemusta, voit tulla mukaan lavastamaan tai puvustamaan. Kysy lisää teatteriopettajalta!





## Tapahtumat

**A**biturienttien odottama penkinpainaaja- ja päivä eli penkkareita juhlustettiin torstaina 9.2.2023 abigaalassa. Abien hemmottelu aloitettiin ruokalassa taco-aterialla, jonka oppilaitos tarjosi tämän kevään ylioppilaille.

**Abit olivat perinteitä** kunnioittaen sonnustautuneet mitä mielikuvituksellisimpiin ja hauskimpiin pukuihin. Käytävillä tungeksi muun muassa erilaisia eläinhahmoja, nunnia, vankikarkureita, vauvoja ja värikkäisiin retrotreenikamoihin pukeutuneita urheilijoita. Abien kassit, nyssäkät ja povitaskut oli sullottu täyteen karamelleja, jotta juhlakansa pääsisi osallistamaan abien siihenastisen elämän eittä mättä makeinta päivää.

# PENK- KARIT 2023

**Penkinpainaajien salijuhla** alkoi huumaavan musiikin tahdissa. Yleisö oli odottamassa salin lattioille kerääntyneenä, kun koulun vanhimmat saapuivat iloiten ja rytinällä sisään. Abishown juontajina toimivat superabit Iida, Noora, Taru ja Romina.

**Juhlan päätteeksi oli** aika kivuta rekkoihin, jotka oli vuorattu julistein. Vain tahroja pape-

rilla - älä siis suutu, Valmistumme nopeammin kuin Hakunilan uimahalli ja Nyt Alko loma - siinäpä tämän vuotisten abien rekkasloganit. Näiden sutkausten myötä abit sanoivat heipat meille kouluun jääville ja lähtivät huristelemaan kohti tulevaisuuden suurtekoja. ■

**Teksti:** Ryhmänohjaajat Juha (20A), Salla (20B), Kristina (20C) ja Kirsi (20D)

**Kuvat:** Marko Alanen







### Tapahtumat

**S**otungin lukion muusikot järjestivät pop-up-konsertin perjantaina 14.4.2023. Konsertti pidettiin ruokavälitunnilla musiikkiluokassa. Esiintyjinä oli Musiikkiprojekti (MUS05) -opintojaksoa suorittavat opiskelijat musiikinopettaja Kaisa Vuolteen johdolla. Opiskelijat olivat itse valinneet konsertissa esitetyt kappaleet.

**Konsertti onnistui hienosti** ja siitä saatiin hyvää videomateriaalia musiikin lukiodiplomeihin, joita osa esiintyjistä on suorittamassa. Yleisö kannusti innokkaasti ja antoi esiintyjille palautetta, että tapahtuma oli virkistävä ja että ensi vuodelle toivotaan vastaavanlaista konserttia. Eiköhän viimeistään ensi keväänä esiinnytä taas! ■

#### Bändissä musisoivat:

- Sanni Luomanen, laulu
- Vilma Myllykoski, laulu
- Veikka Lassila, kitara ja laulu
- Konsta Rantavuori, kitara, basso ja rummut
- Tuomas Kariluoma, rummut ja kitara
- Kaisa Vuolle, koskettimet ja taustalaulu

#### Settilista:

- Vapaus käteen jää
- Every Breath You Take
- Vuonna 85
- Matkustaja
- Black Night



**Teksti:** Kaisa Vuolle, musiikin lehtori

**Kuvat:** Marko Alanen

# POP-UP-KONSERTTI PIRISTI PERJANTAIPIIVÄÄ





SOTUNGIN LUKION

# VANHOJEN TANSSIT

## TANSSIT:

POLKKAMASURKKA

ELAINE  
SALTY DOG RAG  
KEHRUUVALSSI  
DOUBLESKA POLKA

MUOTINÄYTÖS

TANGO  
FIREMAN'S DANCE  
CICAPO  
TANSSIAISTEN JÄLKEEN  
OMA TANSSI

**Teksti:** Kirsi Kukkola

**Kuvat:** Marko Alanen

## Tapahtumat

**K**aikkien odottamaa vanhojen päivää vietettiin Sotungin lukiossa perjantaina 10.2.2023. Päivä rakennettiin neljän esityksen ympärille. Nämä 64 näyttävää tanssiparia lumosivat esityksillään jokaisen. Varaslähtö vanhojen päivään otettiin jo torstaina, kun viidentoista tanssijan tehoryhmä lähti vanhainkoti-kiertueelle penkkareiden jälkeen.

**Esitysten hiominen aloitettiin** jo kaksi kuukautta ennen varsinaista juhlaa. Yhtäaikaisia kääntymisiä ja tanssioitteita viilattiin viimeiseen asti. Ilman yhteistyötä ei tämäkään juhla onnistunut. Siksi tanssijoilla ja koulun muillakin opettajilla ja opiskelijoilla oli esityksessä vastualueita, oman tanssin suunnittelua ja ohjausta, salin koristelua, tekniikasta vastaamista, muotinäytöksen valmistelua jne. Tässä "sopassa olikin monta keittäjää" juhlan onnistumisen takaamiseksi.

**Esityksen juontajina toimineet** Vilma Myllykoski ja Veeti Lemmetyinen. ■







### Tapahtumat

# YKKÖSTEN RETKIPÄIVÄ

**Teksti ja kuvat:** ryhmänohjaajat  
Teija, Matti, Heidi, Karri, Kaisa

**Y**kkösten retkipäiväpäivää vietettiin 26.8. hauskoissa merkeissä Solvallassa. Perinteisenä retkipäivänä kaikki lukion uudet ykköset sekä heidän ryhmänohjaajansa kootaan yhteen. Retkipäivän tavoitteena on tutustua uusiin koulukavereihin sekä orientoitua lukion aloitukseen. Mukavan puuhailun yhteydessä voi oppia uusien kavereiden nimiä sekä vaihtaa ajatuksia ja vinkkejä lukio-opintoihin liittyen. Kokeneemmat lukiolaiset eli tutor-opiskelijat suunnittelevat ja ohjaavat päivän toimintaa.

**Päivän aikana tutorit** ohjasivat ryhmäytymisharjoituksia ykkösille ja yhteistyöharjoituksena ryhmänohjausryhmät suunnittelivat tanssiesityksen koulun tervetulojuhlaan. Myös hyvinvointiryhmä esittäytyi uusille opiskelijoille. ■

**Kiitos osallistujille!**



### Tapahtumat

# TEKNIKKARYHMÄ TAPAHTUMIEN TAUSTALLA

**Teksti ja kuvat:** Kaisa Vuolle

**S**otungin lukion tekniikkaryhmä on mukana kaikissa lukion juhlissa ja muissa tilaisuuksissa, joissa tarvitaan äänentoistoa tai valaistusta. Tänä lukuvuonna tekniikkaryhmä hoiti äänentoiston ja valaistuksen ykkösten tervetulojuhlassa, itsenäisyys- ja ylioppilasjuhlassa, puurojuhlassa, penkkareissa, vanhojen tansseissa sekä kevään ylioppilasjuhlassa. Lisäksi osa tekniikkaryhmästä oli mukana tuottamassa ääni- ja valotehosteita lukio-teatterin esityksiin joulukuussa ja toukokuussa. ■

Tekniikkaryhmään voivat osallistua kaikki halukkaat, aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Kysy lisää musiikinopettajalta!



## Tapahtumat

# VAIKUTTAMISTA JA VÄRIESTEJUOKSUA

**Teksti:** Luka Saxelin ja Saila Hakaniemi **Kuvat:** Saila Hakaniemi, Kristina Tuominen, Marko Alanen

**O**piskelijakunnan kausi uudella hallituksella on lähtenyt nopeasti ja mutkattomasti käyntiin. Opiskelijakunnan edustajat ovat osallistuneet mm. vaikuttajapäivään sekä johtoryhmän ja yhteisöllisen hyvinvointiryhmän kokouksiin. Opiskelijakunnan uudeksi puheenjohtajaksi valittiin Luka Saxelin ja varapuheenjohtajina toimivat Onni Sann-

holm ja Anni Leander. Sihteeriksi valittiin Sonja Lah-  
ti ja kioskivastaaviksi Ranja Salama sekä Linnea Kari.  
Mediavastaavina toimivat Vilma Myllykoski ja Arina  
Haimi. Ohjaavana opettajana jatkaa Saila Hakaniemi

**Opiskelijakunta on myös** järjestänyt pieniä, hausko-  
ja tapahtumia läpi kuluvan kouluvuoden. Moni heit-  
täytyi tapahtumiin mukaan, joka lisäsi koulun yh-  
teishenkeä entisestään. Yksi mieleenpainuvimmista  
tapahtumista oli varmasti väriestejuoksu, joka saa-  
tiin pitkästä ajasta järjestettyä. Väriestejuoksun  
suunnitteleminen eteni sutjakkaasti todella omatoi-  
misen järjestäjäporukan ansiosta. Vaikka sää yritti-  
kin latistaa tunnelmaa, se ei vaikuttanut sotunkilais-  
ten intoon osallistua kisaan. ■







## Tapahtumat

# SOTUNGIN LUKION TULEVAISUUSPÄIVÄ

**Teksti:** Eero Nummenmaa **Kuvat:** Marko Alanen

**S**otungin lukion Tulevaisuuspäivä järjestettiin perinteisesti elokuussa. Tulevaisuuspäivän aluksi Sotungin lukion entinen pitkäaikainen opettaja Markus Masalin kertoi oman inspiroivan uratarinan alakoulusta aina nykypäivään saakka. Jo alakouluikäisenä Markus oivalsi, että opiskelija ei ole koulunumero, vaan numero perustuu siihen miten paljon tekee töitä. Lukioikäisenä hän tavoitteli aluksi kaupallista urapolkua, mutta innostavan psykologian ja filosofian opettajan myötävaikutuksella hän halusikin lopulta itsekin opettajaksi.

**Yliopistossa Markus törmäsi** seinään, kun vanhat opiskelumenetelmät eivät enää toimineet, mutta keskustelu erään opiskelukaverin kanssa sai aikaan muutoksen hänen opiskelustrategioissa, kun pienien yksityiskohtien sijaan hän oivalsi, että on hedelmällisempää ymmärtää isoja kokonaisuuksia ja syy-seuraussuhteita. Hän korostikin esityksessään useamman kerran opiskelutaitojen merkitystä.

**Valmistuttuaan opettajaksi pari** ensimmäistä vuotta olivat Markuksen mukaan haastavaa hakemista oman opettajaroolin kanssa. Hänestä tuntui tur-

hautavalta pölöttää kuin papukaija tai tv-chatin juontaja, ilman, että opiskelijoita kiinnosti kuunnella. Yhdessä Teijan kanssa hän päätti kääntää koko paketin uusiksi ja he mieltivät mitkä asiat tekisivät opiskelusta rentoa ja hauskaa sekä nostaisivat samalla opiskelijoiden motivaatiota. Tämän myötä he päättivät luopua perinteisistä kokeista ja ottivat käyttöön suulliset keskustelut, prosessimaiset esheet sekä tapauksiin perustuvat ryhmätyöt. Samalla opettajuus muuttui enemmänkin ohjaukseksi ja yhdessä tekemiseksi.

**Vuonna 2018 Markusta** puraisi kuitenkin koodauskärpänen, ja hän halusi oppia aina vaan lisää ja lisää. Hän päätti lähteä opiskelemaan Haaga-Heliaan ja samalla hän oivalsi, että koodaus on se juttu, jota hän haluaa tehdä työkseen. Työpaikat olivat alkuun kiven alla, joten hän päätti panostaa työhakemukseen. Hän pyysi viittä kollegaa kertomaan miksi juuri hänet pitäisi aloittelevana koodarina palkata firmaan ja missä asioissa hän olisi hyvä. Näiden keskustelujen pohjalta hän sai muodostettua käsityksen missä asioissa hän on hyvä, ja loi työhaastatteluihin itsestään tarinan siitä millainen hän on, mitä hän on



tehnyt ja saanut aikaiseksi, mitä hän haluaisi tehdä tulevaisuudessa ja mitkä ovat hänen vahvuutensa. Nykyään Markus työskentelee OP:lla Agile coachina oman alan työtehtävissä.

**Lisäksi Tulevaisuuspäivässä lukion** 2.-4. vuoden opiskelijat saivat valita kaksi luentoa, joissa Sotungin lukion alumnit kertoivat omasta koulutus- ja urapolustaan lukion jälkeen. ■

#### Tulevaisuuspäivässä mukana olleet alumnit:

<b>Eetu Ovaska</b>	Metropolia-AMK, Luksia	Rakennusmestari, työsukeltajan ammattitutkinto, panostaja
<b>Jani Luuppala</b>	EVTEK-AMK, Amiedu	Merkonomi, Partner Development Manager
<b>Juuso Lumilahti</b>	Helsingin yliopisto	Oikeustieteen maisteri, juristi
<b>Reima Ruponen</b>	Rauhanturvaaja	
<b>Lauri Vaittinen</b>	Salpauslento, Haaga-Helia AMK	Liikennealentäjä, Perämies
<b>Terhi Kuikka</b>	Jyväskylän yliopisto	Kemian kandidaatti, nanotieteiden maisteriohjelma
<b>Leevi Karjalainen</b>	Tampereen yliopisto	Lääketieteen lisensiaatin opinnot
<b>Jere Seppänen</b>	Helsingin yliopisto	Logopedian opinnot
<b>Nette Hurme</b>	Tampereen yliopisto	Psykologian opinnot



#### Tapahtumat

# KNOCK OUT SOTUNGISSA

**Teksti:** Heidi Rytönen **Kuvat:** Marko Alanen

**M**arraskuun alussa Sotungin lukiossa vieraili teatteri Taimine, joka esitti lukiolaisille esityksensä Knock Out. Näytelmä on kaksikielinen (suomi/ruotsi) ja se käsittelee nuorten haasteita nyky-yhteiskunnassa. Näytelmän päähenkilöt ovat Ali ja Jimi, joiden intohimot ovat nyrkkeily ja musiikki, mutta joilla on vaikeuksia astua vaativaan yhteiskuntaan.

**Knock Out tarjosi** katsojille puhuttelevan ja monipuolisen esityksen, jossa syvällisten teemojen lisäksi oli mukana myös musiikkia, huumoria ja toivoa. ■







### Kansainvälisyys

## SOTUNGIN LUKION KANSAINVÄLINEN TOIMINTA AVAA OVET MAAILMALLE

**Teksti:** Tuija Kae **Kuva:** Marko Alanen

**T**änä lukuvuonna Sotungin lukion kansainvälinen toiminta on ollut ennen näkemättömän vilkasta. Sotungin lukiolle ja etälukiolle on myönnetty Erasmus+ -akkreditointi, joka takaa rahoitusta opiskelijoiden ja opettajien liikkuvuuksiin Euroopassa. Peräti 17 opiskelijaa oli lukuvuoden ai-

kana kahden viikon vaihdoissa isäntäperheissä Belgiassa, Espanjassa, Italiassa, Saksassa ja Ranskassa. Opiskelijat myös majoittivat vaihtopartnerinsa, jotka vuorostaan viettivät kaksi viikkoa Suomessa ja kävivät täällä koulua. Lokakuussa belgialaiset liikunnanopettajat Simon ja Joost ystäväkoulustamme KSOM

Rozenbergistä piristivät koulupäiviämme, ja keväällä opetusharjoittelija Daphne Brysselin Erasmushogeschoolista oli vieraanamme pari kuukautta.

**Erasmus+ -tuki mahdollisti** myös opiskelijaryhmien matkat ystäväkouluihimme Amsterdamissa, Bressiassa, Cádizissa, Dundalkissa, Le Teilissä, Mollissa ja Rheinessa. Jo aiempina lukuvuosina toimineen Erasmus+ -hankkeen Europe Shapes Our Lives mukana matkattiin tänä vuonna Brysselissä ja Ranskassa sekä vastaanotettiin vieraita Italiasta. Perinteinen Ruotsin kulttuurimatka oli myös jälleen suuri menestys. Euroopan ulkopuoleltakin saatiin vieraita, kun kanadalaisesta Trafalgar School for Girls -ystäväkoulustamme vieraili joukko opiskelijoita opettajiensa kanssa Sotungissa viikon ajan.

**Sotungin lukiolle myönnettiin** myös uusi kolmivuotinen Jean Monnet-toimintoon kuuluva Opi EU:sta -hanke, jonka tavoitteena on edistää opiskelijoiden EU-tietoutta ja vahvistaa eurooppalaista identiteettiä. Sotungissa hankkeeseen kuuluu vuosittain järjestettävä EU-aiheinen opintojakso ja vierailu EU:n keskeisessä toimielimessä, tänä vuonna Euroopan parlamentissa Brysselissä. Lisäksi hankkeessa järjestetään luentoja EU:sta eri oppitunneilla, Eurooppa-teemaviikko ja toteutetaan teatteriprojekti, joka oli tänä keväänä koskettava Kirjeitä Anne Frankilta -näytelmä. ■



Kansainvälisyys

# MADRIDILAISEN KOULUN ARKEA ABITURIENTTIEN SILMIN

**Teksti ja kuvat:** Erin Paakki ja Tinka Hurme



**Ensimmäinen Madridiin aamulennolla** Amsterdamin kautta. Lentokentällä meitä vastaan saapui host-perheen äiti, joka kyyditsi meidät tyttöjen Colegio Sagrada de Urgel -koululle. Koulussa tapasimme host-tyttöämme Patrician ja Violetan. Pian tämän jälkeen siirryimme koulusta koteihin. Ensimmäinen päivä meni levätessä ja illemmalla hienossa Madridin Retiro-puistossa, jossa saimme syöttää riikinkukkoja kädestä.

**Toinen päivä oli** keväisen aurinkoinen. Päivämme alkoi koululta, jossa seurasimme tyttöjen tunneilla opetusta. Koulu sijaitsi keskellä kerrostaloaluetta kymmenisen kilometriä Madridin keskustasta. Koulu oli erillinen suomalaisen kouluun verrattuna. Tunnit kestivät 55 minuuttia ja välituntien pituus oli viisi minuuttia. Luokasta ei saanut poistua kuin kerran ruokavälitunnin ajaksi, joka kesti puolisen tuntia. Säännöt olivat tiukempia verrattuna Suomeen; puhelimet olivat kiellettyjä koko koulupäivän ajan ja vessassa käymiseen tuli pyytää erikseen opettajalta lupa. Koulupäivä oli klo 8-14, jonka jälkeen lähdimme kohti Madridin keskustaa. Siellä kiertelimme kaupunkia ja kävimme Madridin historiasta kertovassa museossa.

**Kolmas päivä alkoi** koulussa olemisella. Illasta menimme host-äitien kanssa shoppailemaan Madridin keskustan shoppailukaduille. Tytöt joutuivat jäämään kotiin tekemään läksyjä, joita heille oli kertynyt jo näiden muutaman päivän aikana paljon. Ko-

tiin päästyämme kello oli jo yhdeksän ja oli päivällisen aika. Espanjassa yllättävää oli todella erilaiset ruokailuajat Suomeen verrattuna. Koulussa ei kalliin kouluruoan takia (10€/päivä) syönyt monikaan mitään ja päivärुoka oli vasta kahden/kolmen jälkeen kotona. Seuraava kunnan ruoka oli vasta illalla 9-10 välissä. Se oli meille suomalaisille varsinainen kulttuurishokki. Ruoka oli kuitenkin hyvää, söimme esimerkiksi burritoja, paellaa, omeletteja ja espanjalais- ta keittoa.



**Perjantaina emme menneet** kouluun tyttöjen kanssa vaan matkustimme kahden metrolla Madridin keskustaan. Kävimme katsomassa Madridin kunninkaallista palatsia ja sen vieressä sijaitsevaa suurta kirkkoa. Aukiolta avautui upea näkymä Madridin laita-kaupunkiin ja vuorten kupeeseen. Kaupungissa oli paljon toinen toistaan hienompia rakennuksia ja patsaita. Illalla Tinka kävi isäntäperheensä kanssa kauppakeskus Albufera Plazassa ja Erin lähti syömään oman perheensä lempi ravintolaan.

**Lento lähti lauantaiamuna** kahdeltatoista ja vaihto- aika Pariisissa kesti viiden tunnin ajan. Vaihto- aika taittui yo-kirjoituksiin lukiessa. Espanjasta meille jäi päällimmäiseksi mieleen ihmisten loputon ystävällisyys ja vieraanvaraisuus, huono englannin kielen taito ja auringonpaiste. Jäämme innolla odottamaan Patrician ja Violetan saapumista Suomeen. ■





Teksti ja kuvat: Taina Erling, Kirsi Kukkola

### Kansainvälisyys

**E**rasmus+, kulttuuri- ja taideprojektissa oli mukana kymmenen opiskelijaa sekä Sotungista että Canossa Campus -lukiosta Bresciasta, Italiasta.

**Lokakuussa -22 italialaiset** vaihtarimme saapuivat syksyiseen Suomeen. Perhemajoituksessa tuli tutuksi suomalainen kulttuuri ja elämäntapa. Oppituntivierailujen lisäksi työskentelimme yhteisen taideprojektin parissa

ja teimme vierailukäyntejä mm. Aalto yliopistoon, Amos Rexiin ja Porvooseen.

**Huhtikuussa -23 koitti** sotunkilaisten vastavierailu keväiseen Italiaan. Milanon lentokentältä matkustimme Bresciaan varsin jännittävissä tunnelmissa, sillä perillä odottivat italialaiset opiskelijat perheineen.

**Viikon aikana saimme** hieraista silmiämme monen monta kertaa; kulttuuria, historiaa ja taidetta kaikkialla. Vierailut Veronassa ja Venetsiassa (Unescon maailmanperintökohde) olivat mieleenpainuvia. Lisäksi ryhmällämme oli aivan mieletön yhteishenki, upea porukka! ■

**Hyvä meininki ja** hauskaa oli erityisesti Veronassa. Mukavat italialaiset ja mahdollista kulttuuri - Eelis

**Italialaiseen kulttuuriin tutustuminen** oli mielenkiintoista ja oli kiva nähdä minkälaista arkea italialaiset elää - Aurora

**Verona oli tosi** hieno ja oli hauskaa käydä Julietin parvekkeella ja nähdä kuinka moni halusi ottaa kuvan patsaan kanssa - Anni

**Saimme ohjatun kierroksen** paikallisista nähtävyyksistä, mikä oli kivaa. Suomen ja Italian eroja pääsi vertailemaan -Milja

**Oli mahtavaa päästä** tutustumaan useisiin Italian kaupunkeihin, kuten Venetsiaan ja Veronaan. Uusien ystävien saaminen reissussa oli myös aivan huippua! - Elli





## Kansainvälisyys

## TYÖNVARJOSTUSTA SAN CLEMENTESSA

**Teksti ja kuvat:** Juha Hirvonen,  
ruotsin ja saksan opettaja

**S**otungin etälukion Erasmus-akkreditointi-kausi käynnistyi työnvarjostuksella Espanjassa, San Clementessa. Neljän työnvarjostajan lokakuinen matka alkoi yöpymisellä Madridissa, siten jatkettiin bussilla halki Espanjan keskiosan historialliseen San Clementeen. Paikallisen aikuisoppilaitoksen lisäksi pääsimme tutustumaan sen innokaisiin opiskelijoihin, oppitunteihin ja opettajiin. Kiertelimme myös tämän viehättävän pikkukaupungin keskustaa paikallisen emäntämme Maria Isabelin johdolla ja saimme nauttia hänen vieraanvaraisuudestaan ja lämminhenkisestä tunnelmasta. Vierailu oli onnistunut ja saimme uusia näkemyksiä aikuisopiskeluun!

**Mukana Anne Aavamaa,** Eija Immonen, Merja Kaskele ja Esa Partanen



## Kansainvälisyys

## RHEINE MIELESSÄIN

**Teksti ja kuvat:** Juha Hirvonen,  
ruotsin ja saksan opettaja



**U**usi lukuvuosi oli käynnistynyt jälleen totutun kiireisenä ja työntäyteisenä. Syyskuun alussa tekemämme viikon pituinen matkaystävyyskoulumme Kopernikus-Gymnasiumin vieraisiksi olikin siksi mitä mainioin hengähdystauko hektisestä arjesta.

### Pohjois-Saksassa Rheinen

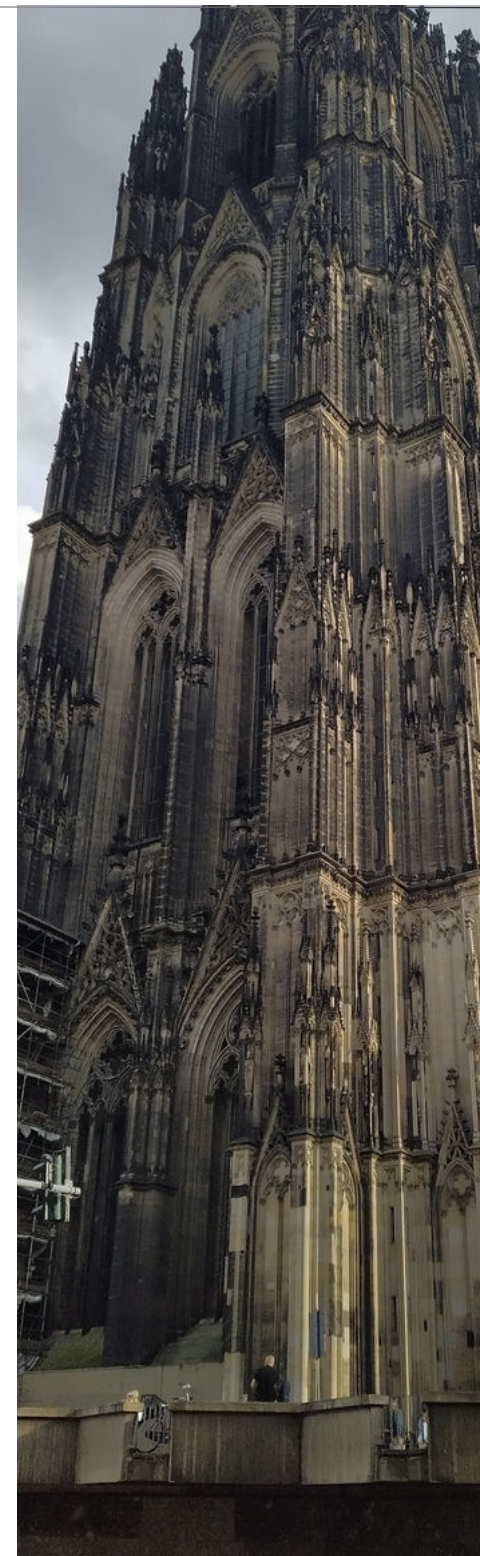
kaupungissa sijaitseva lukio otti vastaan meidät sotunkilaiset mitä lämpimimminkin. Rehtoritamme ja allekirjoittaneesta pidettiin tavattoman hyvää huolta sekä koulupäivien aikana että vapaa-ajalla. 10-henkinen opiskelijaryhmämme asusteli isäntäperheissä ja sai tutustua saksalaiseen koulunkäyntiin ja kulttuuriin yleisemminkin.

**Reissun kuluessa meidän** fyysistä kuntoamme ylläpidettiin muun muassa puukiipeilypuistossa, soutuharjoituksissa, ylei-

surheilukentällä ja taekwondon saloihin perehdyttämällä.

**Itse Rheineen tutustumisen** lisäksi teimme retkiä lähialueille, muun muassa Kölniin, jossa vierailimme upeassa Kölnin Sporthochschule. Siellä meille järjestettiin mahdollisuus kokeilla huippu-urheilijoiden testaamiseen kehitettyjä laitteistoja, ja saimme niissä sätkiessämme tarkkaa tietoa ruumiinkunnostamme.

**Kaiken kaikkiaan tätä** Erasmus-ohjelman mahdollistama matkaamme leimasi ystävyyden ja hurtin ilon henki. Suomalais-saksalainen kulttuurivaihto osoitti jälleen toimivuutensa ja palkitsevuutensa kaikille matkaan osallistuneille. ■







### Kansainvälisyys

## ELÄMÄÄ TUKHOLMAN SUUNNALLA

*Teksti ja kuvat: Juha Hirvonen*

**K**aunis oli sää, kun sinne saavuimme. Kaunis oli sää, kun siellä olimme. Kaunis oli sää, kun sieltä läksimme. Parempia puitteita ei tämän vuotinen kulttuurimatkamme Tukholmaan olisi voinut saada.

**Toukokuisen viikon aikana** ehdimme kokea naapurimaamme pääkaupungin moninaiset puolet lähiöiden rosoisesta meiningistä todella laajan kantakau-

punkialueen ehtymättömään kulttuurin, arkkitehtuurin ja kulinarian keitokseen.

**Matkassa ollut iso** sotunkilaisopiskelijoiden joukko tutustui museoihin, Tukholman yliopistoon ja Kulturhusetin valokuvanäyttelyyn. Vaativa mutta antoisaa pyöräretki keskeisissä kaupunginosissa oli ilo sekä lihaksistolle että sielulle. Kummituskävely Gamla stanissa oli saada lirauttamaan pöksyihin.

Tunnelmien kirjoja täydensi Allsvenskanin jalkapallo-ottelu, jonka moista ei koti-Suomessa pääse kokemaan.

**Lukuisat kohtaamiset paikallisten** ihmisten kanssa olivat ruotsin kielen ja ruotsalaisen kulttuurin tuntemuksen pienoiskorkeakoulu. Opiskelijat tunsivat tulevansa ymmärretyiksi ja pystyvänsä selviytymään ruotsiksi mitä erilaisimmissa tilanteissa. Ehkä odotetuin ohjelmanumero, vierailupäivä ystävyyskoulussa sulatti kaikkien sydämet. Niin lämpimästi meidät siellä otettiin vastaan, niin kovasti meistä pidettiin huolta ja niin mutkattomasti heidän kanssaan päivä vietettiin. Koulujemme välisen yhteistyötä on kyllä mitä miellyttävintä viedä eteenpäin.

**Viimeisen illan huippuillallinen** Vasastanissa ja sitä seurannut iltakävely Skinnarviksbergetin kallioilla

punertavan auringon painuessa horisonttiin sai palasen meistä jokaisesta jäämään Tukholmaan.

**Yhdessä Tukholmaan saavuimme**, yhdessä siellä elimme, yhdessä sieltä haikein mielin lähdimme.

**Suuri kiitos Suomalais-ruotsalaiselle** kulttuurirahastolle ja Pohjola-Nordenille kulttuurimatkallemme annetuista arvokkaista apurahoista. ■







**Kansainvälisyys**

## YSTÄVYYSKOULUKIERROKSELLA ITALIASSA

*Teksti ja kuvat: Eero Nummenmaa*

**E**sa, Tuija, Kati ja Eero vierailivat helmikuussa 2023 Italiassa kahdessa Sotungin lukion ystävyyskoulussa. Ensimmäisenä kävimme tutustumassa Canossa Campukseen Bresciassa, joka sijaitsee alle tunnin matkan päässä Milanosta. Koulussa puitteet olivat erinomaiset ja vastaanotto lämmin. Koulu sijaitsi aivan Brescian keskustan tuntumassa upeiden maisemien ympäröimänä. Canossa Campuksen ja Sotungin lukion yhteistyö on käynnistynyt tänä lukuvuonna opiskelijaryhmien vaihtojakoilla.

**Bresciasta suuntasimme junalla** Trevisoon, joka sijaitsee vain n. 30 minuutin matkan päässä upeasta Venetsiasta. Trevisossa kävimme tutustumassa Istituto Canossiano Madonna del Grappa:aan. Kyseessä

on iso koulu, jossa lukio-opintojen lisäksi oli mahdollista opiskella myös ammatillisissa linjoilla. Eräs koulun painotuksista on urheilu, ja koulun oppilaiden joukossa oli mm. Italiaa alle 19-vuotiaiden lentopallon MM-kisoissa edustanut pelaaja. Vaikka kova pelimies kyseessä varmasti onkin, niin tuskin kuitenkaan pärjäisi Sotungin lukion opettajien lentopallovuorolla Juha Hirvosen torjuessa (horjuessa) verkolla. Sotungin ja Istituto Canossialla yhteistyö on lähtenyt tänä lukuvuonna lupaavasti käyntiin ja neljä opiskelijaamme onkin ollut Trevisossa kahden viikon mittaisessa yksilövaihdossa ja vastaavasti neljä opiskelijaa Trevisosta on ollut vastavierailulla Sotungissa. ■

**Kansainvälisyys**

## IRLANNISSA SOIVAT TINAPILLIT JA CHA CHA CHA!

*Teksti ja kuvat: Kaisa Vuolle*

**N**eljätoista opiskelijaa Sotungin lukiosta ja Sotungin etälukiosta sekä englanninopettaja ja Kirsi Matikainen ja musiikinopettaja Kaisa Vuolle olivat Erasmus-matkalla Irlannissa 8. - 13.5.2023. Matkan pääkohteena oli Dundalk Grammar School, jossa meille oli järjestetty monenlaista mielenkiintoista ohjelmaa. Koulun opettajat esittelivät meille Irlannin historiaa sekä kelttien perinteitä ja kulttuuria. Saimme ihastella oppilaiden musiikki-

ja tanssiesityksiä ja pääsimme itsekkin opettelemaan tinapillien soittamista ja perinteistä irlantilaista tanssia. Vastalahjaksi esitimme kaksi suomalaista kansanlaulua sekä pätkän Suomen tämänvuotisesta Euroviisukappaleesta Cha Cha Cha. Kouluvierailupäivien lisäksi ehdimme tutustua myös Dublinin tärkeimpiin nähtävyyksiin sekä ihastella vihreän saaren keväistä luontoa. ■





## Kansainvälisyys

# UN PETIT BONJOUR DE PARIS!

*Teksti ja kuva: Merja Kaskela*

**M**atkamme alkoi luotijunalla Montélimariin ja Le Teiliin, jossa Erasmus-vaihtokoulumme Lycée Xavier Mallet sijaitsee. Meidät otettiin lämpimästi vastaan ja tutustuimme opiskelijoihin sekä koulunkäyntiin Ranskassa. Koulupäivät Ranskassa ovat pidempiä kuin Suomessa eikä oppitunneilla juurikaan käytetä tietokoneita. Puhelimen käyttö oppitunnilla on kielletty. Koululounas hämmästytti meitä, sillä Ranskassa henkilökunta annostelee ruoat valmiiksi ja koululounaalla syödään alkupala, pääruoka ja jälkiruoka! Pääsimme myös ihastelemaan ranskalaisen opiskelijoiden kaunista käsialakirjoitusta.

**Montélimarin jälkeen matkasimme** luotijunalla takaisin Pariisiin, missä vietimme pari päivää tutustuen upeisiin nähtävyyksiin, mm. Riemukaareen, Eiffel-torniin, Louvren taidemuseoon ja Sacre Coeurin katedraaliin. Erityisesti pimenevän illan jokiristeily Seinellä ja valaistu Eiffelin torni vilkkuvaloineen jättivät lähtemättömän jäljen mieleemme.

**Koko ryhmässä oli** hyvä tunnelma ja mahtava yhteishenki jo ensimmäisistä päivistä lähtien, vaikka opiskelijat eivät tunteneetkaan toisiaan ennestään. Oli upeaa nähdä eri puolia Ranskasta ja päästä kokeilemaan koulussa opitua Ranskaa sekä oppia vähän lisää!

**Matka oli kaikin** puolin hieno ja antoisa kokemus, siitä jäi paljon hyviä muistoja. ■







Tule mukaan Sotungin  
lukion kansainväliseen  
toimintaan. Kysy lisää  
kv-koordinaattorilta!



**Kansainvälisyys**

## KIELIOPINTOJA JA SURFFAUSTA CÁDIZIN AURINGON ALLA

**Teksti ja kuvat:** Saila Hakaniemi

**T**oukokuun alussa kolmetoista sotunkilaista matkusti Espanjan lämpöön tutustumaan paikalliseen kulttuuriin ja kieleen. Viikon aikana ehdimme tutustua Cadizin kiehtovaan historiaan ja toiminnantäyteiseen rantaelämään. Kävimme mm. melomassa, surfaamassa ja tietenkin uimassa Pohjois-Atlantin lämpimissä ja kirkkaissa vesissä.

**Paikallisessa lukiossa, kumppanikoulussamme** I.E.S. Fuerte de Cortadurassa, saimme seurata eri aineiden oppitunteja ja opiskelimme myös joka päivä kaksi tuntia espanjaa natiiviopettajan johdolla. Vietimme aikaa paikallisten lukiolaisten ja opettajien

kanssa mm. rannoilla, vanhassa kaupungissa sekä tietenkin jalkapalloa seuraten. Ihastuimme paikalliseen keittiöön, andalusialaiseen flamencokulttuuriin ja tietenkin ihaniin, lämpimiin ja ulospäinsuuntauneisiin ihmisiin.

**Ensi keväänä espanjan** opiskelijat pääsevät jälleen tutustumaan tähän Etelä-Espanjan helmeen. Hasta la vista, Cadiz! ■





### Etälukio

**Moni varialainen tekee** kaksoistutkintoa tai yksittäisiä aineopintoja Sotungin etälukion kautta. Tehdäänpä lyhyt vierailu eri lukiopajoihin.

# VIKKO LUKIOPAJASSA

**Teksti ja kuvat:** lukiopajan vetäjä Heidi Heikkilä

## TIISTAI – KOIVUKYLÄ

**T yöviikko** alkaa lukiopajoissa tiistaina. Menäänpä ensin Koivukylään, jossa lukiopaja avaa ovensa kello 11.45. Atk-luokan ovi avautuu ja sisään alkaa virrata aktiivisia opiskelijoita. Osa avaa itslearningin, osa Classroomin, osa selailee Wilma-viestejään, alkaa ahkera aherrus.

**Myös etälukion Jyrki**-opo on tullut tänään paikalle ja pajassa onkin tavallista kiireisempää, koska kaikki haluavat opinto-ohjaajan puheille. Opo auttaa kak-

soistutkintolaisia opintojaksovalinnoissa ja tällä ker-  
taa täytellään myös yo-ilmoittautumislomakkeita.

**Varian Koivukylän toimipisteessä** opiskelevat sosi-  
aali- ja terveystieteiden sekä kasvatustieteiden ja ohjausalan tu-  
levat ammattilaiset. Tänä lukuvuonna suurin osa  
uusista kaksoistutkintolaisista tuli Koivukylästä.

**Iiris Suutarinen opiskelee** Koivukylässä lähihoita-  
jaksi ja valitsi kaksoistutkinnon, koska haluaa jatkaa  
opintojaan ammattitutkinnon jälkeenkin: ”Haluan

tulevaisuudessa lähteä jatko-opiskelemaan ja se tu-  
lee olemaan helpompaa, jos olen suorittanut amma-  
tillisen tutkinnon lisäksi ylioppilastutkinnon. Kak-  
soistutkinnon tekeminen on ajoittain haastavaa,  
koska tehtäviä on paljon ja ne pitäisi saada määräai-  
kaan mennessä tehdyksi. Mutta toisaalta kaksoistut-  
kinnon tekeminen on myös ollut mukavaa, koska  
pääsee opiskelemaan sellaisia aineita, jotka todella  
kiinnostavat ja tuntuvat  
itselleni tärkeiltä tulevai-  
suuden kannalta.”

**Lukiopaja itsessään on**  
kaksoistutkintolaisille  
tärkeä paikka omalla  
koululla. Iiris kertookin  
lukiopajakokemuksis-  
taan: ”Lukiopajoissa käy-  
minen on helppoa ja mu-  
kavaa, koska paja järjes-  
tetään omalla koululla ja  
sinne voi ehtiä oppituntien välissä. Lukiopajassa saa  
aina myös varmasti apua ja oppilaita ei jätetä pulaan.  
Itse yleensä tulen lukiopajaan kysymään apua tehtä-  
vissä tai selvittämään jotain teknistä ongelmaa kurs-  
sien kanssa. Lukiopajat ovat mielestäni todella tär-  
keitä kaksoistutkintoa suorittaville, koska sieltä voi  
saada apua melkeinpä mihin tahansa ongelmaan,  
kuten tehtävien tekoon tai koeviikolle ilmoittautumi-  
seen.”

**Jatko-opinnot ovat** mielessä myös terveydenhoita-  
jan tai psykologin uraa suunnittelevalla Nella Sten-  
bergillä. ”Valitsin kaksoistutkinnon, sillä haluan saa-  
da mahdollisimman paljon valmiuksia ja osaamista  
jatko-opiskelujani varten eri koulutuksien kautta.

Kaksoistutkinnossa ei tarvitse opiskella päivälukio-  
laiselle kuuluvaa koko lukion oppimäärää, vaan riit-  
tää, että opiskelee vain niitä aineita, jotka aikoo kir-  
joittaa. Mielestäni tämä on erinomaista, sillä se an-  
taa mahdollisuuden keskittyä itseä kiinnostaviin ja  
mieluisiin aineisiin.”

**Etälukiossa opiskellaan etänä** ja se puolestaan sopii  
Nellalle erinomaisesti:  
”Sotungin etälukiossa on  
mahdollista opiskella  
etänä, mitä rakastan yli  
kaiken. Se on minulle toi-  
mivin ja mieluisin opis-  
kelutapa. Kaksoistutkin-  
non tekeminen on ollut  
erittäin mieluista, ihanaa  
ja antoisaa! Etäopiskelu  
on nimittäin erittäin  
joustavaa ja vapaata. It-  
sellä on vapaus päättää,

mihin aikaan päivästä ja viikosta mitään ainetta  
opiskelee, kunhan sille viikolle nimetyt asiat ehtii  
opiskella sen viikon aikana. Lisäksi palautusaikatau-  
luissa joustetaan hyvin ja viikkotehtäviin saa lisääi-  
kaa, jos asiasta sopii opettajan kanssa etukäteen.  
Opinnoissa voi myös edetä omaan tahtiin ja priori-  
soida eri aineiden opiskelua omien tarpeidensa mu-  
kaan.” Nella valmistui juuri lähihoitajaksi. Onnea uu-  
delle lähihoitajalle, Nella!

## TIISTAI – HIEKKAHARJU

**Siirrytäänpä sitten tiistai**-iltapäivän ajaksi Hiekka-  
harjuun, jossa lukiopaja avaa ovensa klo 14.15. Nyt on  
koepäivä, joten paikalla on enemmänkin väkeä.





**Koepäivinä hiekkaharjulaisten lisäksi** myös koivukyläläiset saapuvat Hiekkaharjuun Abitti-verkon ääreen tekemään etälukion kokeita. Kaivamme tikut ja läppärit esiin ja päivän listalla näyttää olevan ainakin fysiikan, biologian, englannin, matematiikan, saksan, äidinkielen ja kemian kokeita. Vaihdamme ystävälliset tervehdykset ja aloitamme kokeet.

**Hiekkaharjun toimipisteessä opiskelee** muun muassa rakennusalan, talotekniikan, sähkö- ja automaatioalan, media-alan, ravintola-alan, hius- ja kauneudenhoitoalan sekä kone- ja tuotantotekniikan alan opiskelijoita.



**Jutellaanpa hetki rakennusalan** tutkintoa tekevän Daniel Westénin kanssa. Hän valitsi kaksoistutkinnon, koska aikoo jatkaa opintoja rakennusinsinööriksi. ”Jos kaksoistutkintoa pitäisi kuvata yhdellä sanalla, niin valintani olisi ehkä ’monipuolinen’. Kaksoistutkinnossa saa irti hyödyn ammattikoulusta ja lukiosta, se on välillä todella haastavaa tai raskasta, välillä taas helpompaa. Itse koin kaksoistutkinnon mukavan haastavaksi. Vaikka välillä tekikin mieli heittää hanskat naulaan ja lopettaa, niin loppujen lopuksi, kun vain jaksoi painaa töitä loppuun asti, niin se oli kaiken sen vaivan arvoista. Kivaa on ollut, kun on tosiaankin päässyt haastamaan itseään ja oppinut todella itsenäiseksi opiskelijaksi. Haastavaa on ollut se, jos kurssilla on tullut vastaan sellainen aihe, jota ei vain kerta kaikkiaan tahdo ymmärtää, mutta onneksi opettajat ovat aina valmiita auttamaan, jo-

ten näistäkin haasteista selvittiin.” Daniel teki tänä keväänä viimeiset yo-kokeensa, joten valmistumisen hämmöttää. Onnea, Daniel!

**”Lukiopaja oli kiva**, koska silloin koin ainakin itse pystyvänä keskittymään tehtävien tekoon paremmin. Lukiopajassa on hyvänä puolena se, että opettaja on heti lähellä, jos tarvitsee apua, eikä tarvitse odottaa vastausta Wilma-viestiin”, Daniel selittää.

**Jutellaanpa tässä samalla** myös toisen hiekkaharjulaisen kanssa. Ronia Messmer opiskelee Hiekkaharjussa media-alaa. ”Halusin yleissivistystä ja paremmat mah-

dollisuudet jatko-opiskeluun. Lukiopajassa käyn tekemässä vain kokeet, mutta pajassa voi käydä myös tekemässä tehtäviä tai saada apua niihin. Etälukiossa kaksoistutkinnon tekeminen on tähän asti ollut minulle helppoa eikä tarvitse mennä amiksen yto-tunneille. Haastavaa on välillä tehtävien ajoissa tekeminen.”

## KESKIVIikko – MYYRMÄKI

**Lukiopaja avaa ovensa** Myyrmäessä klo 14 ja opiskelijoita alkaa saapua atk-luokkaan tapaamaan etälukion matematiikan opettaja Annea, joka on tullut lukiopajaan auttamaan ensimmäisen vuoden opiskelijoita sähköisten laskinohjelmien kanssa. Myös lukiopajan vetäjä kuuntelee korvat höröllä ja yrittää muistaa, mistä nappulasta pitää painaa, jos haluaa

murtolukuja tai neliöjuuren. Onneksi matikan opettaja vieraillee nykyään lukiopajassa heti ensimmäisen matikan opintojakson alettua.

**Myyrmäessä opiskellaan sähkö-** ja automaatioalaa, tieto- ja viestintäteknikkaa, elintarvikealaa, matkailualaa, sosiaali- ja terveysalaa sekä turvallisuusalaa.

**Mukana pajassa on** myös vanhempia opiskelijoita tekemässä historian kokeita. Yksi heistä on toisen vuoden opiskelija Veeti Vepsäläinen. Veeti opiskelee tieto- ja viestintäteknikkaa ja on ystävällisesti aina valmis auttamaan lukiopajan koetilaisuuksissakin, jos jollakulla on tietokoneen kanssa ongelmia. Lukio-opinnot ovat tuoneet hänelle opintoihin hänen kaipaamaansa lisähaastetta ja totta kai myös Veetillä ovat suunnitelmassa jatko-opinnot ammattikorkeakoulussa Varian jälkeen. ”Valitsin kaksoistutkinnon, koska uskon sen joko helpottavan työnsaantia – tutkinnon tekeminen ilmaisee, että olen ahkera – tai samoin kriteerein auttaa pääsemään ammattikorkeakouluun. Kaksoistutkinnon tekeminen on minulle erittäin helppoa, mukavaa ja rauhoittavaa.”

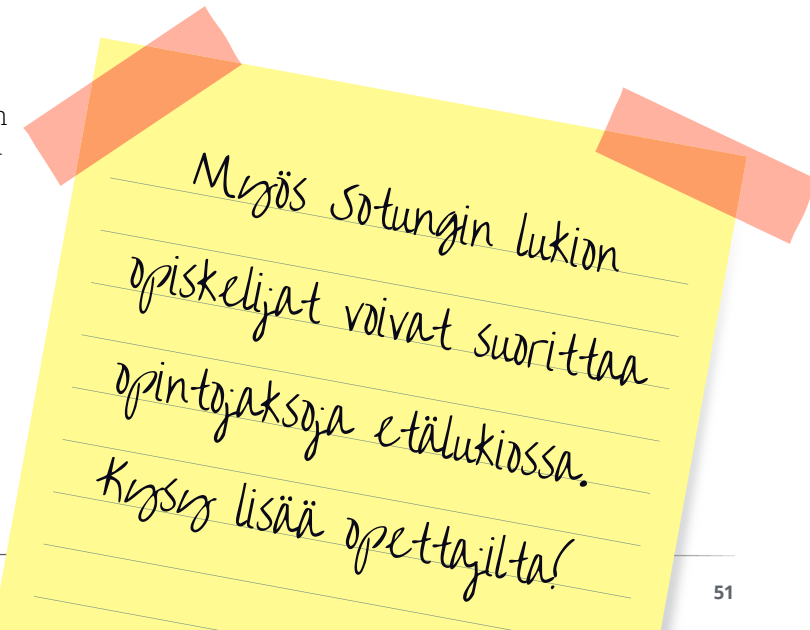
**Lukiopaja on Veetille** vanhastaan tuttu paikka: ”Lukiopajaan olen yleensä tullut suorittamaan kurssien kokeita ja saamaan neuvoa tehtäviin tai niihin liittyviin asioihin, jos on ollut pulmia, kuten ongelmaa kirjan saamisessa tai muuta pientä häiriötä. Lukiopajassa käyminen on erinomaisen mukavaa kaikin puolin ja sinne myös mielelläni menen, koska sieltä saa aina apua ja se on hyvin mieluinen paikka senkin vuoksi, että siellä saa sitä opettajan ja oppilaan välistä puhumista paikan päällä, jota etäopinnoissa ei muuten saa.”

## TORSTAI – AVIAPOLIS

**Torstaina lukiopaja siirtyy** Aviapolikseen ja avaa siellä ovensa klo 13.30. Muutama vanhempi opiskelija käy pajassa kysymässä apua esimerkiksi äidinkielen tai englannin tehtävään, osalla on tunnusongelmia tai sähköinen oppikirja ei suostu avautumaan. Muuten lukiopajassa on hiljaista. Se ei ole yllättävää – suurin osa kaksoistutkintoa tekevästä on juuri nyt työssä oppimisen jaksolla.

**Opettajalla riittää silti** kiirettä, sillä Wilma-viestejä on tullut paljon. Opiskelijat ovat ehkä työssä oppimassa, mutta ei kaksoistutkinnon tekeminen siihen lopu. Wilmassa käykin tiheä viestien liikenne aina silloin, kun opiskelijat eivät pääse paikalle. Lukiopaja on aina kaksoistutkintolaisille avoinna, myös etänä.

**Torstaina iltapäivällä lukiopajan** ovi sulkeutuu. Jälleen yksi antoisa viikko lukiopajassa takana. Kiitos Iirikselle, Nellalle, Danielille, Ronialle ja Veetille! Oikein aurinkoista kesää kaikille! ■





## Etälukio

# VUOROVAIKUTUSTA VERKON VÄLITYKSELLÄ

**Teksti:** Kirsi Helin, äidinkielen ja kirjallisuuden opettaja

**O**len toiminut nyt parisen vuotta päivälukion ohella myös etälukion äidinkielen ja kirjallisuuden opettajana, ja tällainen ”hybridiopetus” on ollut antoisaa. On aina piristävää tavata luokassa päivälukion opiskelijoita, mutta yhtä mukavaa on siirtyä etätöiden pariin tietokoneen välityksellä.

**Etälukiolaisten opettamisessa avautuu** erilainen maailma, jossa kontakti opiskelijoihin syntyy pääosin verkkoyhteyden, eri opetussovellusten ja viestien kautta.

**Verkko-opettamisessa minua** kiinnostavat opetuspedagogiikan haasteet, joissa onkin miettimistä. Miten varmistan, että netin päässä – ja usein pelkätään sen varassa – olevat etälukiolaiset oppivat opintojaksojen keskeiset asiat riittävän hyvin? Miten voisin monipuolistaa omia opetustapojani siten, että äidinkielen oppiaineessa tärkeä vuorovaikutustaitojen opettaminen onnistuisi myös etänä? Miten pystyn



antamaan etäopiskelijalle riittävästi henkilökohtaista palautetta, kun en voikaan päivälukion opettajan tapaan istahtaa opiskelijan viereen pohtimaan esseiden näkökulman rajausta?

**Onneksi teknologia helpottaa** näitä vuorovaikutuksen puutteita. Esittely- ja opetusvideot tuovat opettajan lähemmäksi opiskelijaa. Viestien ja chattien kautta ope voi pikaisesti selvittää hankalia tehtävänantoja ja auttaa opiskelijaa suoriutumaan tehtävästään. Podcastien, äänitteiden ja videoiden avulla opiskelija voi pitää kirjaesittelyjä, tietoiskuja ja puheenvuoroja, ja kaikki nämä hoituvat opiskelijan kannalta näppärästi myös älypuhelimella. Etätunneilla koukustökalujen välityksellä opettaja voi tavata opiskelijat ja pitää vaikkapa keskusteluharjoituksia.

**Ja koska etälukiassa** voi opettaa ja opiskella missä ja milloin vain, se antaa myös vapauden siirtää työpöydän koulun seinien ulkopuolelle. ■

## Opiskelu

# JEAN MONNET –OHJELMAN RAHOITTAMA EU-OPINTOJAKSO

**Teksti:** Matti Jussila

**T**änä lukuvuonna toteutui ensi kertaa EU:n Jean Monnet – ohjelman rahoittama opintojakso. Syksyllä ja talvella toteutettiin 8-osainen Studia generalia luentosarja, jossa Sotungin opettajat sekä ulkopuoliset asiantuntijat pitivät avoimia luentoja koskien Eurooppaa ja EU:ta.

**Seitsemän opiskelijan porukka** osallistui EYP Finland:n järjestämään Regional Sessions -tapahtumaan Salossa. Kolme päivää kestäneessä istunnossa tehtiin paljon ryhmäytymiseen liittyvää työskentelyä sekä pohdittiin ajankohtaisia ongelmia. Jokainen osallistuja kuului johonkin komiteaan, joka järjesteli aiheensa pohjalta päätöslausemiaan viimeisen päivän yleiskokousta varten. Kokemuksena EYP oli opiskelijoiden mukaan silmiä avaava ja mielenkiintoinen.

**Kaksi opiskelijaa osallistui** lisäksi Online – tapahtumaan, jossa nuoret saivat keskustella Europarlamentaarikkojen kanssa etäkokouksessa.

**Opintojaksomme lopuksi saimme** mahdollisuuden vierailuun EU:n sydämessä - Brysselissä. Syvennyimme unionin toimintaan vierailullamme Euroopan parlamenttiin, jossa Euroopan parlamentin varapuhemies Heidi Hautala vastasi kysymyksiimme EU:sta ja sen toiminnasta. Parlamenttisisimulaation avulla saimme ensikäden kokemusta siitä, miten päätöksenteko ja uusien direktiivien asettaminen etenee vaihe vaiheelta EU:n sisällä.

**Kuuden päivän aikana** laajensimme tietämystämme muun muassa Parlamentariumissa, Euroopan parlamentin vierailukeskuksessa, ja Euroopan historian talossa. Brysselin keskustassa tutustuimme myös kulttuuriin - niin ruoan kuin taiteenkin muodossa. ■





## Urheilu

## STEFAN TANSSII JO MAAILMAN KÄRKITASOLLA

**Teksti:**Esa Partanen **Kuva:** Stefan Kagadi



**L**ukiomme ensimmäisen vuoden opiskelija Stefan Kagadi aloitti kilpatanssiharrastuksen salaa vanhemmiltaan eskarissa välitunneilla järjestetyllä tanssikurssilla. Vanhemmille asia selvisi, kun he saivat laskun kurssista. Hauskalla tavalla al-

kanutta lajia Stefan on harrastanut jo lähes 10 vuotta ja sinä aikana siitä on tullut hyvin ammatti- maista ja tavoitteellista.

**Kilpatanssikisoissa tanssitaan viisi** vakiotanssia ja viisi lattaria eli latinalaistanssia. Stefanin suosikkeja vakioista ovat Foxtrot ja Quickstep, lattareista mieluisin on samba. Harjoittelu koostuu tanssien tekniikoista, oman tyylin rakentamisesta suoritukseen ja myös kestävyyttä painottavasta oheisharjoittelusta. Tanssi on myös joukkuelaji, sillä parin välinen kemia ja kommunikaatio ovat erittäin tärkeitä.

**Stefan on menestynyt** erittäin hyvin lajissaan. Hänellä on jo saavuttanut 12 suomenmestaruutta, toisen sijan lajin huippukisasta Blackpool Dance Festival ja MM-kisoista, joihin pääsee vain yksi pari Suomesta, sijan 10. Tulevaisuudessa Stefanin tavoitteena on maailmanmestaruus. Myös ura ammattilaisena joko tanssijana tai valmentajana omassa tanssikoulussa kiinnostaa.

**Stefanin opiskelu on** räätälöity tanssin ehdoilla niin, että hän on osan lukuvuoden jaksoista normaalisti Sotungissa ja osan Tallinnassa, jossa hänen valmentajansa toimivat. Tallinnan jaksoina Stefan opiskelee Sotungin etälukion kautta ja etenee siten myös opinnoissaan suunnitelmallisesti. Opintoja hän tekee yleensä aamupäivällä, iltapäivällä ja illalla on 2-4 tuntia harjoittelua. Stefan haluaa kiittää erityisesti Sotungin lukion opettajien apua ja ymmärtävyyttä räätälöityjen opintojen tarpeissa. Hän on ollut todella tyytyväinen aikaansa Sotungissa tähän asti. ■

kanutta lajia Stefan on harrastanut jo lähes 10 vuotta ja sinä aikana siitä on tullut hyvin ammatti- maista ja tavoitteellista.

## Urheilu

## KATRININ FUTISURA KOVASSA NOSTEESSA

**Teksti:**Esa Partanen **Kuva:** Katrin Kirpu



**L**ukiomme abin Katrin Kirpun futisura on ollut nopeassa nousussa. HJK:n ja mahdollisesti keuhällä myös FC Lahden joukkueen hyökkääjä on noussut vuoden aikana ensin Viron U19-maajoukkueeseen ja tehnyt jo debyyttin myös naisten maajoukkueessa. Kontakti Viron maajoukkueeseen syntyi valmentaja Jarmo Matikaisen kautta. Ensimmäinen maajoukkuetapahtuma oli U19-vuotiaiden turnaus Liettuassa 2022. Saman vuoden syksyllä Katrin valittiin naisten maajoukkueeseen ja ensimmäisen pelinsä hän pelasi siellä Montenegroa vastaan. Tulevana kesänä on edessä leiri naisten maajoukkueen kanssa. Maajoukkuekokemus on ollut Katrinille iso ja hyvältä tuntuva askel futisuralla.

**Katrinin tavoitteena on** päästä seuraavan kolmen vuoden sisällä ammattilaiseksi ulkomaille. Lisäkokeemus ja ottelut naisten maajoukkueessa varmasti auttavat tuon tavoitteen saavuttamista. Tulevaisuuden unelma olisi pelata joskus Viron maajoukkueen kanssa arvoturnauksessa.

**Katrinin mielestä Sotungissa** on ollut helppo yhdistää opiskelu ja jalkapallo. Kun poissaoloja tulee välillä paljon, opettajat ovat joustaneet ja antaneet tarvittaessa lisätukea opinnoissa. Tavoitteena on valmistua ylioppilaaksi tulevana syksynä. Sotungin lukio toivottaa onnea ja tsemppiä Katrinin kaikkiin tavoiteisiin! ■





Urheilu

# PATE VAIHTOI JALKAPALLON VOIMANOSTOON

**Teksti ja kuvat:** Esa Partanen, Patrik Lankinen

**J**oskus voi käydä niin, että oheistreeni alkaakin kiinnostaa päälajia enemmän. Juuri näin tapahtui lukiomme toisen vuoden opiskelija Patrik Lankiselle. Futiksen tueksi tehty voimaharjoittelu vei mennessään ja tutun valmentajan kautta lajiksi valikoitui voimanosto. Ohjattua treeniä on nyt takana kaksi vuotta ja vuoden verran Pate on lajissa myös kisannut.

**Voimanosto sisältää kolme** osa-alueita: Jalkakyykky, penkkipunnerrus ja maastaveto. Vahvimpana lajinaan Pate pitää kyykkyä ja haastavinta on saada kehitystä aikaan penkissä. Harjoittelu koostuu lajiliikkeiden lisäksi avustavien liikkeiden harjoittelusta (esim. kahvakuulatreenit) ja kehonhuollosta, johon kuuluu myös säännöllinen hieronta. Treenit ovat useimmiten kovatehoisia ja niitä teh-

dään tällä hetkellä siksi ”vain” 3-4 kertaa viikossa. Energiantarve on kova ja ruokailun laadulla ja määrällä on siten suuri merkitys.

**Paten paras kisasaavutus** tähän mennessä on SM-pronssi alle 18-vuotiaitten ikäluokassa. Tulevaisuudessa tavoitteena on kehittää tuloksia niin paljon, että ovet isompiin kisoihin aukeavat. Sitä kautta voi olla mahdollista päästä mukaan myös maajoukkueryhmään ja kansainvälisiin kisoihin.

**Sotungissa Paten mielestä** on ollut parasta monipuolisuus ja joustavuus, opettajien tuki ja välittäminen sekä urheilun ja opiskelun yhdistäminen sujuvasti. Toivotamme Patelle onnea ja tsemppiä tuleviin kisoihin ja opintoihin! ■

Urheilu

# EEVAN HIIHTOURA VAHVASSA NOUSUSSA

**Teksti ja kuvat:** Esa Partanen, Eeva Haasanen

**H**ihtäjä Eeva Haasanen harjoitteluun on tälläkin kaudella kuulunut paljon lajiharjoittelua, rullahiihtoa, erilaisia juoksuharjoitteita ja voimaharjoittelua pitkäaikaisen valmentajan Henri Erkilän johdolla. Henrin ohella Eevaa on tukenut vahvasti Sotungin lukion ja Vantaan hiihtoseuran valmentaja Kalmer Tramm, joka on pitänyt huolta Eevan kisasuksien huollosta. Onnistunut harjoittelu ja valmennus ovat alkaneet näkyä sekä kehityksessä että tuloksissa. Eeva otti talvella kaksi vapaan hiihtotavan SM-pronssia alle 20-vuotiaiden sarjassa ja aikuisten puolella kisasijoituksia on jo 20 parhaan joukkoon. Näiden tulosten pohjalta on hyvä ponnistaa kohti tulevan kauden päätavoitetta, alle 23-vuotiaiden MM-kisoja. Tulevaisuudessa tavoitteet ovat vielä korkeam-

malla eli murtautua aikuisten maajoukkueeseen, maailmancupiin ja arvoikisoihin. Nämä tavoitteet vaativatkin sitten jo useiden vuosien ammattimaista harjoitus pohjaa ja kehittymistä kaikilla hiihdon osa-alueilla.

**Eeva valmistuu keväällä** ylioppilaaksi neljän vuoden opiskelun jälkeen. Ilman opintoajan jatkamista ja Sotungin lukion ja etälukion mahdollistamia joustoja paljon harjoittelevan ja leireilevän huippu-urheilijan lukio-opinnot olisivat olleet hankalia suorittaa. Eeva kiittääkin opettajia joustavista opintojärjestelyistä. Myös lukion sijainti kodin ja pääharjoitusolosuhteiden vieressä ja kaverit ovat olleet Eevalle tärkeitä asioita lukioaikana. Sotungin lukion toivottaa Eevalle onnea tuleviin haasteisiin! ■





## Urheilu

## SOTUNGIN LUKION TYTTÖJEN FUTISJOUKKUEELLE SM-KULTAA

**Teksti:**Esa Partanen **Kuva:** Mika Kottila

**S**otungin lukion jalkapalloilijat palasivat koronatauon jälkeen kultakantaan. Tällä kertaa SM-kultaa Sotunkiin toi tyttöjen joukkue, joka voitti vahvalla esityksellä KLL:n finaalityurnauksen Nokialla. Sotunki voitti turnauksessa Rauman 8-0, Lappeenrannan 5-3 ja Nokian 3-0. Valmentajat peluuttivat koko joukkuetta tasaisesti ja se oli tiivistah-tisessa turnauksessa hyvä ratkaisu. Joukkueessa pe-

lasivat Emmi Kottila, Säde Laitinen, Linnea Myyryläinen, Hanna Orrainen, Tara Kuusisto, Oona Lehtonen, Taisha Bataican, Erin Vuopio, Saaga Vihavainen, Noona Hurme, Jade Wallenius, Elma Tolonen, Ella Helin, valmentajat Mika Kottila ja Jori Kuusisto. Onnea mestareille! ■



## Urheilu

## JOUKKUEVOIMISTELUN EM-KISAT VANTAALLA OLIVAT UPEA KOKEMUS

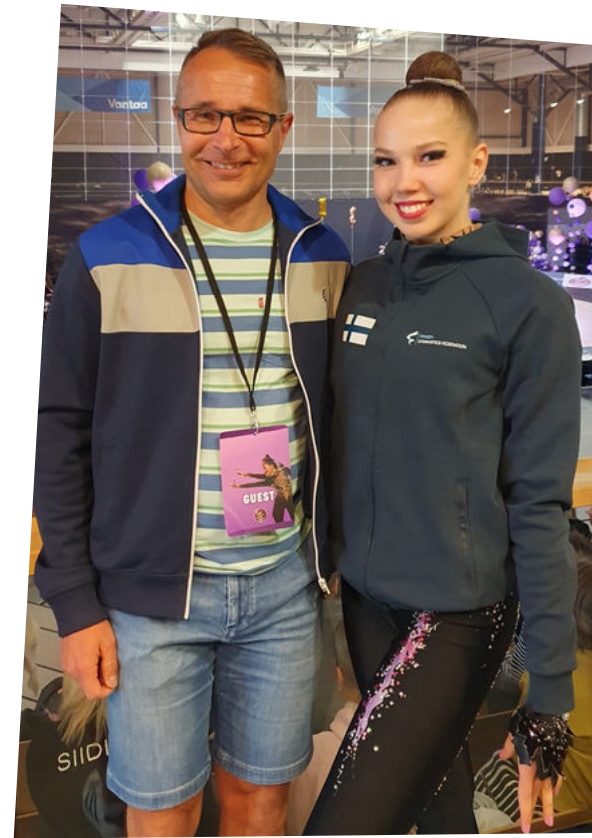
**Teksti ja kuva:** Esa Partanen

**S**ain kutsun Vantaan Energia-areenalla järjestettyihin joukkuevoimistelun EM-kisoihin opiskelijaltamme Laura Leppelyalta, jonka joukkue Elite oli mukana kisoissa.

**Joukkuevoimistelu on Suomessa** erittäin korkeatasoista ja Suomen joukkueet olivat suosikkeja sekä junioreiden että aikuisten sarjojen mestareiksi. Ennakkosuosikit veivätkin mestaruudet. Tällä kertaa Tamperelainen Minetit vei mestaruudet energisillä ja taitavilla esityksillään molemmissa sarjoissa. Minettien naisten joukkueessa voimisteli myös Sotungissa kaksi ensimmäistä vuotta opiskellut Lara Pietilä.

**Lauran ja Vantaan** oma joukkue Elite oli juniorisarjassa upeasti alkukilpailun neljäs. Kilpailuissa on maakiintiöt, joiden takia Elite ei päässyt mukaan seuraavan päivän loppukilpailuun, vaikka sinne kirkkaasti esityksellään kuuluikin.

**Olin ensimmäistä kertaa** katsomassa joukkuevoimistelukisoja ja voin suositella niitä kaikille. Vaikka en lajista kovin paljoa etukäteen tiennyt, vauhdikkaat koreografiat, näyttävät kisa-asut, vahva musiikki ja kannustava yleisö tempasivat minutkin mukaan kisatunnelmaan. Kiitos Sport Club Vantaalle hyvin sujuvista kisajärjestelyistä ja Lauralle kutsusta katsomaan! ■



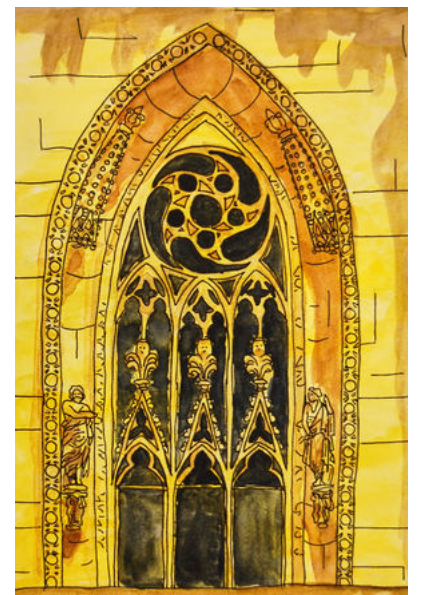




### Opiskelu

**K**uvataiteen opintojaksoilla ahkerointiin lukuvuoden aikana jälleen monenlaisten aiheiden, teemojen ja tekniikoiden parissa. Kuvataiteen lukiodiploimeita valmistui yksi. Lukiodiplomin tehtävät ja arviointiperusteet tulevat opetushallituksesta. ■

**Teokset :** Savia Mavrovelli (ed. sivu), Milo Laine, Viivi Ripatti, Eytia Tajasvuo, Arina Haimi, Sanni Luomanen ja Minnea Tabell, Aada Shemeikka, Nella Rothovius, Jianing Hu (seur. sivu).









# SOTUNKI

LUKIO JA ETÄLUKIO

Sotungintie 19

01200 Vantaa

[www.sotunki.fi](http://www.sotunki.fi)

[www.etalukio.fi](http://www.etalukio.fi)

Twitter:

@sotunginlukio

Instagram:

@sotunginlukio1

Facebook:

[www.facebook.com/sotunki](http://www.facebook.com/sotunki)

[www.facebook.com/etalukio](http://www.facebook.com/etalukio)

