

Norssin opettaja Hannu Moilanen haluaa

Oppilaat pois penkistä

RIINA SYDÄNMAANLAKKA

HANNU MOILASEN fysiikan tunneilla venytellään, loikitaan, mennään pihalle tai jopa tanssitaan.

Moilanen antaa esimerkin toimintatavoistaan kirjoittamalla taululle HCL.

–Jos on sitä mieltä, että tämä on heikko happo, pitää taivuttaa kroppaa vasemmalle, ja jos vahva, oikealle. Välillä vastauksina voi tehdä kyykyn, nostaa kädet ylös, venyttää sivulle, Jyväskylän normaalikoululla fysiikkaa ja kemiaa opettava Moilanen demonstroi.

TARKOITUS ON RIKKOA ISTUMISEN KULTTUURIA.

Moilaselta ja hänen sis-koltaan **Helena Salakalta** ilmestyi viime perjantaina *Aivot liikkeelle* -tietokirja, johon on koottu työtapoja ja esimerkkejä liikunnalliseen opetukseen yläkoulussa, lukiossa ja ammatillisessa koulussa.

–Tarkoitus on rikkoa istumisen kulttuuria oppitunnilla, saada pylyjä ylös penkistä ja oppia liikkeen avulla. Aineenopettajilla on ollut tähän mennessä käytössään hyvin vähän käytännön työkaluja opetuksen liikunnallistamiseen. Alakoulussa liikunnallisia oppimistapoja jonkin verran käytetään, mutta yläkoulussa, ja etenkin lukioissa, perinteisesti istutaan ja kirjoitetaan.

Uuteen opetussuunnitelmaan on kirjattu, että jokaisen koululaisen tulisi liikkua



Riina Sydänmaanlakka

Seminaarinmäen mieslaulajissakin vaikuttava Hannu Moilanen opettaa fysiikkaa muun muassa tanssimalla. Viime viikolla häneltä ja Jenni Salakalta ilmestyi tietokirja, jossa käsitellään liikunnallista oppimista. –Liikkuminen kehittää tutkimusten mukaan myös aivoja, Moilanen sanoo.

päivän aikana vähintään tunti. Moilanen uskoo, että toimintakulttuurin muutos ja vanhoista kaavoista poikkeaminen on mahdollista koulussa kuin koulussa.

–Tästä on ollut jo tosi hyviä esimerkkejä. Kun muutamakin opettaja innostuu, lumipalloefekti alkaa toimia.

Kun koulussa päätetään, että tämä on meidän yhteinen juttu, uuden toimintakulttuurin tekeminen on helppoa. Liikkumisen myötä oppilaiden sosiaalinen hyvinvointi sekä keskittymiskyky paranee ja jopa koulukiusaaminen vähenee. Jengi pysyy virkeänä, kun ei vain istuta ja ol-

laan enemmän myös ulkona. Kaikilla mittareilla siitä seuraa vain hyviä asioita, Moilanen kuvailee.

Breakdancellakin voi oppia fysiikkaa

Moilanen on opiskellut myös tanssipedagogiikkaa. Hän

muun muassa ohjasi viime syksynä Muuramen seiska-luokkalaisille Tanssii fysiikan kanssa -työpajan.

–Opettelimme fysiikan lakeja breakdancen avulla. Pyörimme ja tutkimme tanssainoilmiötä, liukastelimme villasukilla ja vaikka mitä. Kaikki oppiminen tapahtui jumppasalissa, Moilanen kertoo.

Ensimmäisen kerran hän toteutti tanssipajan opettajanuransa alussa yli kymmenen vuotta sitten, ja innostus opettamisen liikunnallisuuteen alkoi kasvaa.

Nyt Moilanen tekee väitöskirjaa siitä, miten tabletien ja mobiililaitteen avulla voi viedä tiedeopetusta pois luokasta esimerkiksi liikuntasaliin trampoliineille tai luontoon.

Moilasella on meneillään myös projekti, jossa lukion opiskelijat keräävät älyrannekeisiin tuntien aikana dataa omasta liikkumisestaan.

–Kurssin lopussa puretaan data ja mietitään, mitä se kertoo esimerkiksi nukkumisesta ja aktiivisuudesta, hän kertoo.

Moilanen uskoo älylaitteiden olevan tulevaisuudessa merkittävässä roolissa liikunnallisuuden lisäämisessä.

–Jo nyt tehdään laboratoriossa älyvaatteita, jotka kertovat esimerkiksi verenpainetta ja sykettä. Varmaan seuraavien 20 vuoden aikana niitä tulee enemmän markkinoille. Ei tarvitse enää käydä läpi ainoastaan oppikirjojen tylsiä esimerkkejä, vaan oppilas voi itse tuottaa tarvittavan tiedon, jota voi analysoida eri oppiaineiden kannalta. Ja kun se on omalla keholla tuotettu, se on myös mielenkiintoista.

TÄNÄÄN



"TAVOITTEENA ONNELLINEN TYÖNTEKIJÄ"

s. 11



LIIKENNEASEMA PYÖRII NAISTEN HOIDOSSA

s. 14



SANNA JÄMSÉN HALUAA INNOSTAA

s. 15

LUE S. 12

Petteri Kivimäki



Jyväskylässä perustettiin 17 vuotta sitten tekniikan tutkimiseen keskittynyt yritys, joka toimii nyt Helsingin ja Berliinin ohella USA:ssa viidessä kaupungissa ja työllistää suoraan 150 ihmistä. Yhä Jyväskylästä käsin toimiva johtaja Niko Frilander on yksi neljästä perustajaosakkaasta.

TÄH?

Mistä saa Mustikkakiviä?

OUTI ELOMAA

■ Palokkalaisen Raija Sipisen kehittelemä Aleksis Kiven nimikkoleivos Mustikkakivi voitti vuonna 2014 nimikkoleivoskilpailun.

Mustikkakivessä voi maistaa mustikan lisäksi kahvin ja kardemumman maun. Aleksis Kiven päivä on ensi maanantaina. Mistä voi ostaa nimikkoleivoksen juhlistaakseen kansalliskirjailijaa, Raija Sipinen?

–Keski-Suomen alueella leivoksia on lähipäivinä myynnissä Prismoissa ja S-marketteissa. Nurmijärvelle meidät kutsuttiin viime

vuonna juhlimaan voittoa ja kahvitarjoilussa oli leivoksiamme. Nurmijärvellä on joka vuosi Aleksis Kiven päivänä juhlatilaisuus. Saimme äärettömän hyvän vastaanoton. Tänä vuonna emme ehdi leipoa leivoksia sinne, vaikka heillä toive olikin.

Kuinka monta leivosta olette tehneet?

–Tälle kaudelle runsaat 7000, joista noin 5500 menee S-marketille. Leivokset on hitaita tehdä. Meillä on ollut pöydän ympärillä 10–20 henkeä tekemässä kymmenen päivää vähintään kymmenen tuntia päivässä näitä leivoksia.

Resepti on internetissä



Raija Sipinen toivoo, että Mustikkakivi-leivokset tulisi yhtä tunnettu kuin Runebergin tortusta.

ja omaan kahvipöytään leivoksia voi tehdä kuka tahansa. Oletko kuullut, onko niitä leivottu?

–Asiakas tuli viimeksi ei-

len kertomaan, että on keksinyt, mutta ei täsmälleen tämän muotoisena. Leivos on vaikea ja hidas tehdä, vaikka taikina on helppo.