Sotunki
LUKIO JA ETÄLUKIO

Vuosikertomus

2025-2026





FUTISVALMENNUKSESTA PUHTIA OPINTOIHIN **6**



TEATTERI JA KIRJALLISUUS YHDISTÄVÄT YLI KIELIRAJOJEN **26**



EX-KERAVALAISET ESITTÄYTYVÄT **46**



ETÄKOEJÄRJESTELMÄ SMOWLIN ENSIMMÄISET TESTIT ETÄLUKIOSSA JA TIUKEMPI LINJA TEKOÄLYN KÄYTTÖÖN **58**



SOLUROCK **66**



Kannen kuva:
Jessi Hiltunen
Taitto:
Marko Alanen

POHJOLA NORDEN RAHASTO FONDEN

Euroopan unionin osarahoittama

URHEILU

Frida hallitsee suunnistuksen monipuolisesti ... 3
Ilba tekee läpimurtoa lentopallon Mestaruusliigaan ... 4
Otto on yhdistänyt koripallon ja opiskelun sujuvasti Sotungissa ... 5
Futisvalmennuksesta puhtia opintoihin ... 6
Koripallo koukuttaa, kun kentälle pääsee eri kokoonpanoissa ... 8
Kalmerin talvessa kouluvalmennusta, olympialaiset ja paljon muuta ... 10
Etälukio on mahdollistanut monia futiskokemuksia Kennylle ... 12

KANSAINVÄLISYYS

Sotunki Maailmalla ... 13
Myyttejä purkamassa Edessassa ... 14
Kulttuuria ja tiedettä keväisessä Lontoossa ... 16
”Greenish” erasmus-matka Amsterdamiin ... 18
Ranskalaiseen koululaitokseen tutustumassa ... 20
Vuoden 2025 WSIF Vietnamissa ... 23
Teatteri ja kirjallisuus yhdistävät yli kielirajojen ... 26
Erasmus+ -projekti 2025-2026 Sport and Mental health ... 30
Sotungin opiskelijoita alppimaisemissa Itävallassa ... 34
11/10 pisteen Erasmus+ -matka Cádiziin ... 36
Tukholman taikaviikko ... 39
Vanhat kaverukset yhdessä taas ... 41
Opiskelua, treenejä ja uusia kokemuksia Italiassa ... 42

OPISKELU

Liikuttajat 2025-26 ... 44
Ex-keravalaiset esittäytyvät ... 46
Opiskeluvalmentajan kokemuksia Sotungista ... 48
Tutoreiden lukuvuosikatsaus ... 50
Viestintää, vaikuttamista ja yhteisöllisyyttä ... 51
Varian lukiopajat ja kaksoistutkinto: tukea ja yhteistyötä muutosten keskellä ... 52
Behind the scenes: esityksen visuaalisuus ja markkinointi ... 55
Hyvinvointia arjessa – YHR:n vuosikatsaus ... 56
Etäkoejärjestelmä Smowlin ensimmäiset testit etälukiossa ja tiukempi linja tekoälyn käyttöön ... 58

TAPAHTUMAT

Vanhojen tanssit 2026 ... 61
Avoimissa ovissa riitti vipinää ... 64
Solurock ... 66
Piispan vierailu Sotungin lukiossa ... 68
Juhannusyön uni kolmessa vartissa ... 70
Kohtauksia Romeosta ja Juliasta ... 72



SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi

FRIDA HALLITSEE SUUNNISTUKSEN MONIPUOLISESTI

Teksti: *Esa Partanen* ***Kuva:*** *Frida Koskinen*

Frida Koskinen löysi suunnistuksen pariin kokeiltuaan aiemmin useita muita lajeja. Suunnistus yksilölajina, jota voi suorittaa omassa rauhassa, sopii hyvin Fridalle. Samalla löytyi itse asiassa useampi laji, kun perinteisen suunnistuksen lisäsi hän kilpailee myös pyöräsuunnistuksessa ja hiihtosuunnistuksessa. Kaikki kolme lajia ovat mielekkäitä ja Fridalla on SM-mitaleita niissä kaikissa. Hiihto- ja pyöräsuunnistuksessa on tullut mitaleita jo EM-tasoltakin. Kaikissa lajeissa keskimatkat ovat Fridalle mielekkäimpiä, koska niissä korostuu eniten suunnistusosaaminen, kun taas sprinteissä ja pitkissä matkoissa fyysiset ominaisuudet korostuvat merkittävästi.

Frida harjoittelee viikossa hieman alle tai yli 10 tuntia ja siihen päälle tulevat kilpailut. Lajiharjoittelun eli suunnistustaidon ja -nopeuden lisäksi kestävyys-, voima- ja nopeusharjoittelu kuuluvat harjoitusohjelmaan. Tulevan kauden päätavoitteena Frida pitää pyöräsuunnistuksen nuorten EM-kisoja Portugalissa, joihin hän voi ikänsä puolesta viimeistä kertaa osallistua. Jatkossa edessä on siirtyminen vanhempiin ikäluokkiin, joten toinen päätavoite on kehittää kaikkia ominaisuuksia vastaamaan kovempaa kilpailua kokeneempien urheilijoiden joukossa. Pidemmän tähtäimen haaveena Fridalla on päästä edustamaan Suomea myös suunnistuksessa, jossa kilpailu maajoukkuepaikoista on todella kovaa.

Parasta Sotungissa Fridan mielestä ovat tähän asti olleet opettajat ja uudet oppiaineet, joista psykologia erityisesti kiinnostaa. Mahdollisuus urheilun opiskelun sujuvaan yhdistämiseen on ollut myös hienoa. Lukion jälkeen jatko-opinnot poliisiammattikorkeakoulussa ovat ainakin tällä hetkellä mieluisin vaihtoehto. Tsemppiä Frida tuleviin kisoihin ja treeneihin! ■

ILBA TEKEE LÄPIMURTOA LENTOPALLON MESTARUUSLIIGAAN

Teksti: *Esa Partanen* ***Kuva:*** *Ilba Gashi*



Lentopalloilija Ilba Gashi on murtautumassa suomalaisen lentopalloilun korkeimmalle sarjatasolle eli Mestaruusliigaan. Ilba pelaa ensimmäistä liigakauttaan sarjan huippujoukkueen Kuusamon riveissä ja valmistautuu pian alkavaan välieräsarjaan Kangasalaa vastaan. Kuusamo on sarjan selkeä suosikki etenemään finaaliin ja mahdollisesti mestariksi asti. Ilba on päässyt harjoittelemaan Kuusamossa paljon ja laadukkaasti. Harjoituksia on 7-10 kertaa viikossa riippuen pelien määrästä. Eniten on tietysti monipuolista lajiharjoittelua, mutta voimaharjoittelua on sen lisäksi paljon. Tulevalle kaudelle Ilba on tehnyt sopimuksen sarjanousija Puma-Volleyn kanssa, joten edessä on paluu pääkaupunkiseudulle. Tulevan sarjakauden tavoitteena Ilballa on kehittää omaa peliään ja saada lisää vastuuta, jotta tulevaisuuden haave ammattilaisuudesta ulkomailla olisi askeleen lähempänä toteutua.

Ajastaan Sotungissa Ilballa on hyviä muistoja. Päällimmäisinä mieleen ovat jääneet perinteiset vanhat tanssit ja penkkarit, mutta hän nostaa esiin myös lukion sopivan pienen koon, yhtenäisyyden ja yhteishengen, urheilun ja opiskelun sujuvan yhdistämisen ja opettajien tuen ja joustamisen. Ilba tähtää tulevaisuudessa kasvatustieteiden ja erityispedagogiikan opintoihin ja niihin on laittanut jo hakemuksia sisään.

Tsemppiä kevään finaalipeleihin ja opintoihin tulevaisuudessa koko Sotungin porukalta! ■





OTTO ON YHDISTÄNYT KORIPALLON JA OPISKELUN SUJUVASTI SOTUNGISSA

Teksti: *Esa Partanen* ***Kuvat:*** *Otto Vehviläinen*

Otto Vehviläinen aloitti koripalloilun 9-vuotiaana Kouvolassa, kun hän meni kaverinsa kanssa koripallokerhoon. Sen jälkeen hän edusti alueen suurseuraa Kouvoja, kunnes siirtyi toisena lukiovuonna Sotunkiin ja siirtyi Topoon. Tällä kaudella Otto on pelannut pääosin U19 SM-sarjajoukkueessa, mutta on jo päässyt harjoittelemaan Topon miesten joukkueen kanssa ja mukaan pariin peliinkin. Heittävän takamiehen roolissa pelaavan Oton tulevan vuoden tavoitteena onkin lyödä läpi aikuisten tasolla. Se saattaa tapahtua kotikaupungissa Kouvolassa, jonne hän palaa kesän alussa. Toinen mahdollisuus Kouvojen korisliigajoukkueen lisäksi miesten peleihin löytyy yhteistyöseura Lappeenrannan NM-KY:stä, joka pelaa ykkösdivarissa. Murtautuminen miesten sarjoihin vaatii Otolta erityisesti voimatason nostamista, jotta hän jaksaa vääntää fyysisempiä vastustajia vastaan. Vahvuuksinaan hän pitää heittämistä, puolustamista ja rauhallisuutta kentällä.

Sotungin korisryhmän harjoittelussa on korostettu yksilötaitoa, jota pyritään sitten jalostamaan pelitilanteiden käyttöön. Juuri taidollisia vinkkejä ja huomioita Otto kokee saaneensa eniten Sotungin valmentajilta Sami Saarikoskelta ja Markus Vallilalta. Muuten parasta Sotungissa on ollut sujuva urheilijan arki eli harjoittelun ja opiskelun yhdistäminen on onnistunut erinomaisesti. Otto kiittelee myös opettajia innostavasta opetuksesta eri oppiaineissa. Erityisesti historia on ollut mielekäs oppiaine ja jatkoopinnot lukion jälkeen voivatkin suunnata valtiotieteitä kohti.

Tsemppiä tulevaan kauteen Kouvolassa Otto! ■

FUTISVALMENNUKSESTA PUHTIA OPINTOIHIN

Teksti: *Jari Sirviö* ***Kuva:*** *Marko Alanen*



Opiskelijat Nooa Vaistila (vas.) ja Eeli Peltonen ja lajivalmentajat Mika Kottila, Axel Orrström ja Esa Hakala

Opiskelun ja tavoitteellisen urheiluharrastuksen yhdistämisen ei tarvitse olla vaikeaa pallottelua, vaan siihen saa Sotungissa valmennusta. Pallovalmentajat ja opiskelijat kertovat kuulumisiaan aamuharkoissa.

"Vauhtia, vauhtia!" -huudot raikaavat Hakunilan kuplahallissa. Kolmikymmenpäinen jalkapalloilevien lukiolaisten joukko harjoittelee syöttöjä, pallon hallintaa ja erilaisia kuljettamisharjoituksia lajivalmennuksen tunnilla.

Urheiluvalmennukseen osallistujille jalkapallo on oppiaine muiden joukossa. Harjoittelua jämäkästi luotsaavat Axel Orrström ja Mika Kottila toteavat yhteen ääneen, Sotungin lukio tarjoaa erinomaiset mahdollisuudet sekä opiskeluun että harjoitteluun.

"Viikoittain on tarjolla kolme treenikertaa. On mahdollista harjoitella, käydä kuntosalilla tai kuntouttaa itseään, jos on toipumassa loukkaantumisen jälkeen. Hallista on matkaa 50 metriä koulun ovelle, joten harjoittelun ja opiskelun yhdistäminen onnistu", Orrström painottaa.

Aamuharjoituksissa on opiskelijoita kaikilta luokka-asteilta. Syöttöjä, torjuntoja ja peliä riittää kuplahallin kaikilla lohkoilla. Tänä vuonna mukana on myös useita kansallisen tason kärkipelaajia.

"Viime vuonna ei ollut näin paljon ikäluokkansa korkeimpien sarjatasojen pelaajia mukana, ja osallistumisaktiivisuus harjoituksiin on hyvällä tasolla. Aamulla ei mennäkään ensimmäisenä silmät ristissä kouluun, vaan ensin harjoitellaan", Orrström sanoo innokkaana.

Lajivalmennuksen ohjelma muotoutuu yhteistyössä opiskelijan oman seuran kanssa.

"Aamuisin on aivan oma ilmapiirinsä. Treenit tukevat sitä, mitä pelaajan omassa joukkueessa tapahtuu. Harjoittelemme asioita, joita joukkueen valmentajat toivovat. Täällä esimerkiksi harjoitellaan pitkää syöttöä, mitä ei kauheasti enää omassa joukkueessa harjoitella. Toki enemmänkin pitäisi vielä keskustella, mitä lisäarvoa lukiolaisen oma joukkue haluaa koulun jalkapallovalmennukselta."

VALMENTAJA KAIPAA INTOHIMOA PELIIN

Toinen lajivalmentaja Mika Kottila toivoo heti ensimmäisestä harjoittelupäivästä paloa ja liekkiä lajiaan kohtaan.

"Odotus ja toive on, että tavoitteellisella futaajalla riittää liekkiä lajiin. Ennen valmennuksen aloittamista kannattaa miettiä, onko hallilla harjoittelemassa omien tavoitteiden saavuttamiseksi tai pelkän opintosuorituksen vuoksi. Mitä aiemmin saa sydämen mukaan, sitä helpompaa harjoittelu on. Valmentajat kyllä näkevät, kuka on innolla ja täysillä mukana", Kottila vakuuttaa.

"Aamutreenit ja oman joukkueen harjoitukset takaavat yhdessä sen, ettei pelaajasta tule huonompaa vaan aiempaa parempi. Jos tavoitteet ja unelmat ovat korkealla, silloin pitää jaksaa kuunnella valmentajan kevyet pottuilut ja ruoskimiset. Työ ja raataminen kyllä palkitsevat myöhemmin. Uskon, että muu lukio-oppinenkin kehittyy harjoittelun ansiosta", Kottila toteaa.

VIRKEÄNÄ OPISKELEMAAN LAJIVALMENNUKSEN JÄLKEEN

Ensimmäisen vuoden opiskelijat Eeli Peltonen ja Nooa Vaistila viihtyvät kentällä. Vaikka aamulla herätyskellon soidessa väsyttääkin, valmennuksesta saa lopulta virtaa koko päivään.

"Viikolla on kolme treeniä: tiistaina, keskiviikkona ja perjantaina ja näiden lisäksi paljon pelejä sekä teknistä hommaa. Olen päässyt kehittämään teknisiä taitoja ja esimerkiksi pitkät pallot ovat kehittyneet. Valmennuksessa koulupäivään saa hyvän aloituksen. Virtaa riittää koko päiväksi. Toki väillä on vaikeaa herätä, eli pitää mennä nukkumaan ajoissa. Välillä on rankkaa, mutta on harjoittelu palkitsevaakin", Vaistila toteaa kentän reunalla.

Eeli Peltonen on myös ensimmäisen vuoden opiskelija. Jalkapallo on Eelille tavoitteellista ja siitä on mahdollisesti jopa ammatiksi.

"Valmennuksessa pääsee suht lähelle huippu-urheilijan arkea. Herää aamulla aikaisin treeneihin, sieltä suoraan kouluun ja illalla vielä toiset treenit. Viikon aikana on kolmet aamutreenit, neljät iltapäivätreenit ja vielä viikonloppuna peli. Valmennukseen osallistuminen vaatii sitoutumista ja halua kehittyä. Jos vaatii itseltään, kyllä tästä pystyy nauttimaan. Eivät treenit ole pelkkää kärsimystä, sillä olen saanut kehitettyä juuri niitä asioita, joita olen halunnut", Peltonen huikkaa sännätessään pallon perään.■



KORIPALLO KOUKUTTAA, KUN KENTÄLLE PÄÄSEE ERI KOKOONPANOISSA

Teksti: *Jari Sirviö* ***Kuva:*** *Marko Alanen*

”Liikettä, liikettä! Syöttäjään vain kiinni ja painetta syöttöön”, opettaja Sami Saarikoski ohjeistaa koriskentällä kirmaavia pelaajia. Käynnissä on koripallovalmennuksen tunti aamuyhdeksältä keskiviikkona.

KORIPALLO ELÄMÄNTAPANA

Valmennuksessa pääsee pelaamaan pelaajalle itselleenkin vieraassa ja oudommassa porukassa. Tällainen vaihtuva kokoonpano on opiskelija Milja Karilan mukaan virkistävä ja hauska kokemus. Rakkaus lajiin on Miljalla kestänyt jo pitkään.

”On todella kivaa, että pääsee treenaamaan ekstraa täällä koululla. Pelaan yhdennettätoista kautta TikS-joukkuessa ja SM-sarjassa. Tässä koripallohommassa ovat sellaiset hyvät rutiinit, jotka kuuluvat elämään ja saapahan täältä kavereita ja muistoja.”

Koripallovalmennuksen tunnin rakenne on aktiiviselle koripalloilijalle mieleen ja aina toimiva. Karila kuvaa tyypillistä valmennustuntiaan.

”Ensin lämpätään joko yhdessä tai henkilökohtaisesti. Näiden jälkeen pelataan yksi vastaan yksi tai pareittain ja vielä rentoa peliä isolla joukolla tunnin päätteeksi. Valmennuksen etuna pääsen treenaamaan ja pelaamaan muidenkin kuin vain tutun joukkueen kanssa. Peli tuo vaihtelua normaaliin arkeen.”

Karila kehottaa harkitsemaan Sotungin lukiota varteenotettavana opiskelupaikkana urheilijalle ja valmennukseen haluavalle. Harjoituspaikkana on koulun liikuntatilat ja valmennus on monipuolista, eikä pelikavereiden merkitystä väheksytä.

”Ainakin koripallovalmennuksessa on hyviä ja ammattitaitoisia valmentajia. Mutta ennen kaikkea on kivoja pelikavereita”, Milja Karila tuumaa ja lähtee tekemään koreja.

HARJOITELLA VOI TOSISSAAN, VAIKKA ON PILKETTÄ SILMÄSSÄ

Opettaja Sami Saarikosken mukaan tammikuisena keskiviikkona koko opiskelijakööri ei ole kasassa, vaan tänään kentällä on vajaa miehitys.

”Meillä on 14 pelaajaa kentällä ja lisäksi pari opiskelijaa on vielä puntilla nostelemassa painoja.”

Kysymykseen, mitä kaikkea 75 minuutin valmennuksessa ehtii tehdä, valmentaja muotoilee vastauksensa seuraavasti.

”Peruskaava on sellainen, että aluksi 10–15 minuuttia on lämmittelyä ja aktivointia pallon kanssa. Sen jälkeen on yleensä jokin teema, esimerkiksi tällä kerralla on harjoiteltu leikkauspeliä. Teemaharjoittelua on noin 20–30 minuuttia ja loppuun jää vielä hyvin aikaa lyhyelle matsille. Tällä tavalla nämä tunnit yleensä sujuvat.”

Koripalloa pidetään herrasmieslajina, jossa pelaajat kunnioittavat vastustajaa ja itse peliä. Joskus pelaaminen kiinnostaisi enemmän kuin heittoliikkeiden tai kuljettamisen harjoittelu.

”Kyllähän sitä palautetta tulee omiin korviin, että pitäisi pelata enemmänkin. Toisaalta tässä aamuharjoittelussa on hyvä paikka kehittää omia vahvuuksia. Varsinkin pojat toivovat usein enemmän pelaamista ja vähemmän tätä kaikkea muuta. Yleensä täällä aamuharjoittelussa on jopa 15–30 opiskelijaa tai jotain siltä väliltä. Sitten kun kentällä on paljon porukkaa, olemme jakaneet, että ensin tytöt pelaavat tunnin ja sen jälkeen pojilla on oma vastaava vuoronsa. Nyt kun on pelaajia vähemmän, kaikki ovat salissa harjoittelemassa yhtäaikaisesti. Meitä on kaksi valmentajaa ohjaamassa ja opastamassa. Markus Vallila on mukana toisena valmentajana. Välillä ollaan kaikki yhdessä ja välillä taas peliryhmät voivat olla myös luokka-asteittain. Ryhmädynamiikka muuttuu siis erilaisissa kokoonpanoissa.”

Jatko-opiskelupaikkaa miettivää yhdeksäsluokkalaista Saarikoski rohkaisee tulemaan Sotunkiin ja valmennukseen mukaan.

”Jos on ajatuksena, että haluaa panostaa omaan lajiinsa, niin täällä Sotungin lukiossa on tähän hyvä mahdollisuus. Ei tämänhetkinen taso ole edes tärkein juttu, vaan merkittävintä on se, mitä on valmis tekemään oma kehittymisensä eteen. Täällä on taatusti hyvä meininki ja yhteishenki. Sanon aina, että harjoitella voi tosissaan, mutta ei tarvitse olla totinen, vaan saa olla pilkettä silmäkulmassa”, Saarikoski hehkuttaa. ■

SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi

KALMERIN TALVESSA KOULUVALMENNUSTA, OLYMPIALAISET JA PALJON MUUTA

Teksti: *Esa Partanen*
Kuva: *Kalmer Tramm*

Sotungin lukion hiihtovalmentaja Kalmer Trammilla on ollut erityisen kiinnostava valmennuskausi. Hän on tehnyt loistavaa työtään Sotungin hiihtäjien kanssa ja ollut Jasmi Joensuun valmentajana mukana olympialaisten hiihtokisoissa Val di Fiemmessa. Tietysti kauteen on mahtunut paljon muutakin sekä Jasmin että Vantaan Hiihtoseuran kaiken ikäisten hiihtäjien kanssa.

Olympialaisissa ja muissa suurkisoissa valmentaja ja urheilija ovat tehneet suurimman työn valmistautumisessa ja rutiinien luomisessa jo ennen kisatapahtumaa. Olympialaisissa Kalmerin rooli oli auttaa Jasmia henkisesti saamaan paras irti ja taistelemaan täysillä kisahiihdoissa ja muutenkin huolehtia, että urheilija saa rauhassa keskittyä kisaamiseen. Kisojen jälkeen Jasmi ja Kalmer analysoivat suoritukset ja tekivät suunnitelman tulevia kilpailuja varten. Paluu maailmancupiin ja muihin kisoihin tuli kuitenkin hyvin nopeasti olympialaisten jälkeen.

Kalmer on ollut Jasmi Joensuun henkilökohtainen valmentaja vuodesta 2019 alkaen. Tuona aikana Jasmi on lyönyt itsensä kunnolla läpi kansainväliselle huipulle. Kalmer koordinoi Jasmin harjoittelun ja kisaamisen kokonaisuutta, johon kuuluvat sekä maajoukkuetoiminta että henkilökohtainen valmentautuminen. Ne täytyy sovittaa mahdollisimman sujuvasti yhteen. Henkilökohtaista harjoittelua on enemmän ja siinä täytyy kontrolloida tarkasti, että harjoittelun kokonaisuus on tehoiltaan ja määrältään järkevää. Jasmin ympärillä on noin 10 henkilön tiimi, joten kokonaisuuden koordinointi on erittäin tärkeää. Osa harjoittelusta tapahtuu valmentajien kanssa ja osa harjoittelusta on itsenäistä ja sitä analysoidaan keskusteluilla Jasmin kanssa. Jasmin harjoittelussa melko isossa roolissa lajiharjoittelun lisäksi on ollut voimaharjoittelu, jolla haetaan tehoja hiihtoon. Kausisuunnittelun pohjana ovat harjoittelun tuntimäärät, jaksotus ja painotukset kehitettävissä ominaisuuksissa.

Kouluvalmennusta Kalmer on päässyt toteuttamaan Sotungin urheilupuiston hyvissä olosuhteissa. Uusi rullahiihtorata, jota ollaan laajentamassa tulevaisuudessa, on tuonut olosuhteisiin oman lisänsä. Urheilupuiston latuja lumetetaan ja ylläpidetään talvikaudella todella osaavasti. Lukiomme aamuharjoittelu rytmittyy viikossa kahteen lajiharjoitukseen ja yhteen voimaharjoitukseen. Lajiharjoittelu voi olla hiihtoa, rullahiihtoa tai sauvajuoksua ajankohdasta riippuen. Tulevana lukuvuonna uutena tavoitteena on rakentaa hiihtäjille yhdelle aamupäivälle mahdollisuus tehdä pidempi tehoharjoitus. Oleellista nuorille hiihtäjille on oppia ottamaan vastuuta urheilullisen elämäntavan toteuttamisesta, käsittelemään kokonaiskuormitusta kahden harjoittelun päivinä ja jakamaan kuormitusta viikon sisällä vaihtelevasti kauden ajankohta huomioiden. Samalla kasvatetaan luottamusta omiin voimiin ja kykyihin tulevaa hiihtouraa varten.

Kiitos Kalmer taas osaavasta työstäsi hiihtäjiemme kanssa! ■



Rovaniemi SM-kultaa pariviesti 2026, kuvassa Jasmi Joensuu, Eevi Tossavainen ja valmentaja Kalmer Tramm

ETÄLUKIO ON MAHDOLLISTANUT MONIA FUTISKOKEMUKSIA KENNYLLE



Teksti: *Esa Partanen*
Kuva: *Kenny Prince Ume*

Kenny Prince Ume on ehtinyt kokea futisurallaan jo monenlaista sekä Suomessa että ulkomailla ja on samalla pystynyt edistämään lukio-opintojaan kohti valmistumista. Sen on mahdollistanut Sotungin lukion opettajien joustavuus ja kyky auttaa opintojen järjestelyissä tarpeen mukaan. Kenny on myös suorittanut paljon opintoja etänä Sotungin etälukion tarjontaa hyödyntäen. Näin hän on voinut vapauttaa aikaa urheilulle ja saanut luotua itselleen hyvin sopivan viikkorytmin, joka tukee opiskelun, harjoittelun ja pelaamisen sujuvaa yhdistämistä.

Kenny tuli lukioon Käpylän Pallon pelaajana. Lukion ensimmäisen vuoden aikana hän sai mahdollisuuden siirtyä Turkkiin Karagumrukin akatemiaan. Puoli vuotta kansainvälisessä ympäristössä toi paljon kokemusta valmentajien kovasta vaatimustasosta, oman asenteen tärkeydestä ja tietysti kehitti lajiosaamista. Lisää kansainvälistä kokemusta Kenny sai tryout-jaksolla Kyproksella. Sen jälkeen aika Käpan yhteistyöseura NJS:ssä toi paljon peliaikaa, kokemusta ja hyökkääjälle tärkeitä onnistumisia maalinteossa miesten peleissä kakkosessa. Astetta kovempi haaste on edessä tällä kaudella, kun Kenny siirtyi Kuopion Palloseuran akatemiajoukkueeseen, joka pelaa ykkösessä. Samalla hän on saanut mahdollisuuden harjoitella seuran liigajoukkueen kanssa ja mitata omaa tasoaan Suomen parhaiden pelaajien kanssa. Tämän kauden tavoitteena Kuopiossa on saada paljon peliaikaa, kehittyä kokonaisvaltaisesti pelaajana ja tietysti tehdä paljon maaleja. Tulevaisuudessa Kennyn tavoitteena on pelata Veikkausliigassa ja ulkomailla vieläkin kovemmissa sarjoissa.

Jos opinnoissa kaikki menee suunnitellusti, Kenny valmistuu ylioppilaaksi nyt keväällä. Jatko-opinnoissa liikunta-ala kiinnostaa, mutta sitä ennen hän aikoo satsata muutaman vuoden täysillä futisuraansa. Onnea kauden peleihin koko Sotungin porukalta! ■



Sotungin lukion matkamessut järjestettiin tiistaina 12.5. liikuntasalissa. Messuilla esiteltiin jälleen lukuvuoden aikana tehtyjä matkoja.

Sotunki Maailmalla

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

Lukuvuonna 2025-2026 on jälleen tarjonnut ikimuistoisia reissuja maailmalla. Sotunkilaiset ovat tehneet matkoja niin Euroopan sisällä kuin kauempanakin maailmalla. Erasmus+ -rahoitetut ryhmämatkat suuntautuivat Hollannin Amstelveeniin, Italian Trevisoon, Itävallan Voitsbergiin, Kreikan Edessaan, Ranskan Le Mansiin, Saksassa Hampuriin ja Rheineen. Kulttuurimatkoilla käytiin Tukholmassa, Lontoossa ja Cambridgessä, World School-konferenssi oli tänä vuonna Vietnamissa. Erasmus+ -yksilövaihdoissa 13 opiskelijaa vietti kahdesta viikosta kuukauteen Italiassa, Itävallassa ja Espanjassa, yksi opiskelija jopa koko kevätlukukauden Bresciassa. Myös opettajia kävi Erasmus+ -työnvarjostuksessa ystäväkouluissamme Voitsbergissä ja Cádizissa.

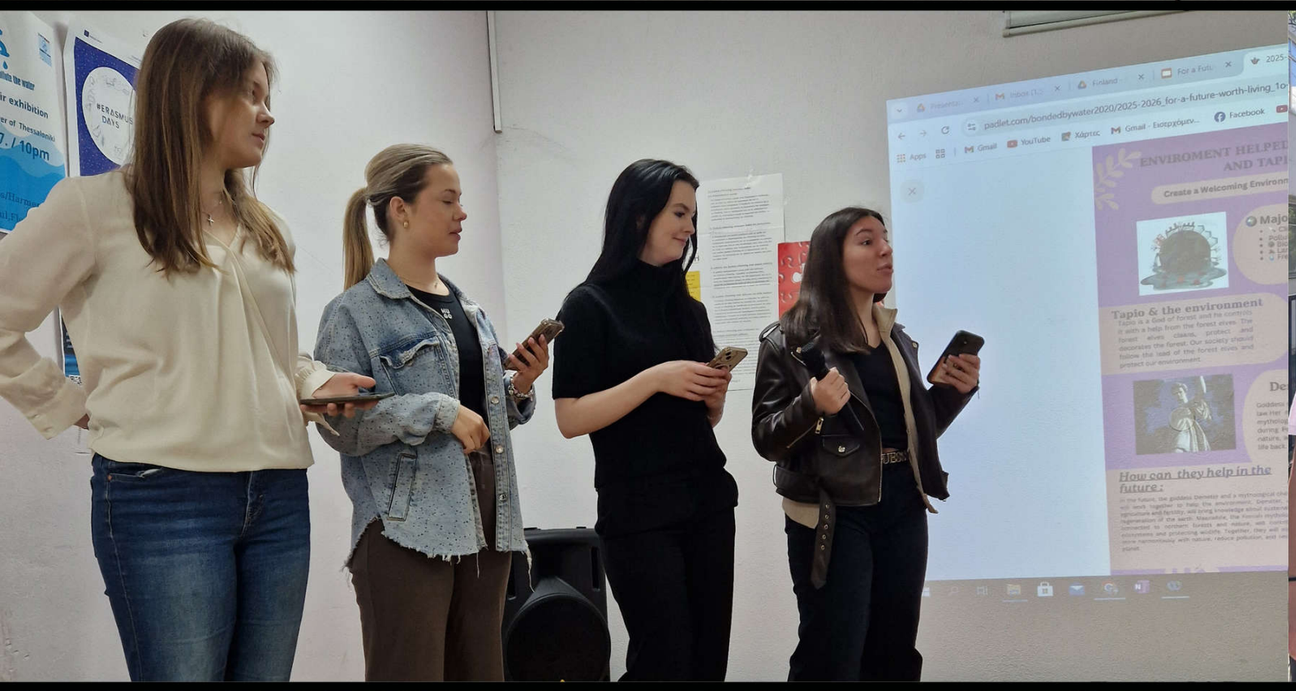
Saimme myös runsaasti vieraita eri puolilta Eurooppaa, niin opiskelijoita kuin opettajia. Opettajaryhmiä kävi tutustumassa kouluun ennätysmäärä, ja Erasmus+ -työnvarjostajia kävi lukuvuoden aikana peräti 34 opettajaa Italiasta, Espanjasta, Hollannista, Puolasta ja Romaniasta. Moni kehui Sotungin ilmapiiriä ja tiloja, olimme vierailijoiden mielestä "unelmakoulu"! ■

SOTUNGIN LUKIO ||| **VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026** ||| sotunki.fi

Erasmus+

MYYTTEJÄ PURKAMASSA EDESSASSA

Teksti ja kuvat: *Ulla Jäntti ja Matti Jussila*







Yhdeksän sotunkilaista opiskelijaa ja opettajat Matti ja Ulla viettivät kuusi päivää Pohjois-Kreikan Edessassa paikallisen lukion vieraina. Lukio oli aika pieni, vain reilu 250 opiskelijaa. Koulupäivät alkavat siellä kahdeksalta ja päättyvät kahdelta. Lounasta ei tarjota, mutta kioski ja omat evät auttavat. Digitaalisuus näkyy koulun arjessa vähemmän kuin Suomessa, mutta sehän ei vanhojen myyttien purkua haitannut.

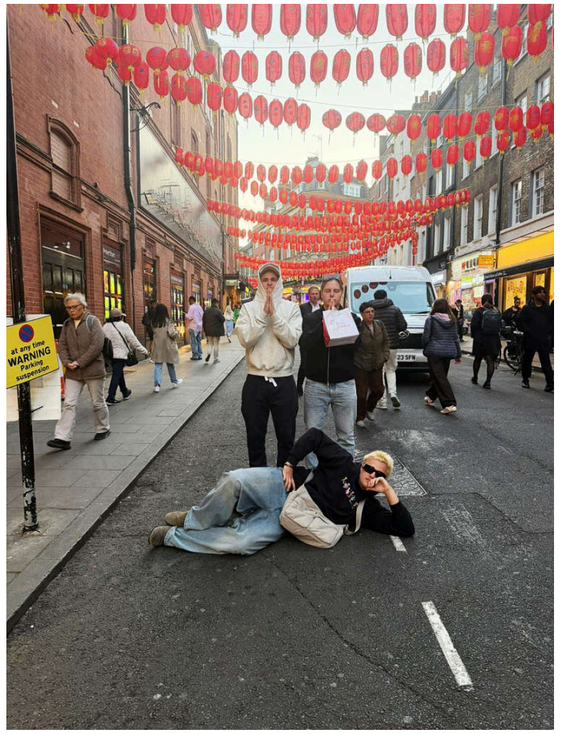
Jatkoimme Suomessa alkanutta kreikkalaisten ja suomalaisten myyttien vertailua ja tulkintaa. Tällä kertaa pohdimme sotimista, luontoa ja maahanmuuttoa jumalien ja myyttien näkökulmasta. Lisäksi kylvimme kuumissa lähteissä, kävimme vesiputouksella sekä ostoksilla ja Thessalonikin suurkaupungissa. Ihmiset olivat todella ystävällisiä ja vieraanvaraisia, ja ruoka oli todella maittavaa.

Opiskelijoiden mielestä matkan parasta antia oli yhdessäolo kreikkalaisten kanssa. Mukavan lisän toivat myös samaan aikaan vierailulla olleet norjalaistet. Myös me opettajat tunsimme suurta yhteenkuuluvuutta ulkomaisten kollegojemme kanssa. Suureksi suruksemme jouduimme jo kuuden päivän jälkeen palaamaan kotiin - räntäsateen kylmään syleilyyn. ■

KULTTUURIA JA TIEDETTÄ KEVÄISESSÄ LONTOOSSA

Teksti: *Anne Aavamaa ja Tuija Kae*
Kuvat: *Opintomatkan osallistujat*









Englannin kulttuurin ja tieteen opintomatka aurinkoiseen Lontooseen tehtiin 20.-26.4. Mukana oli 18 opiskelijaa sekä opettajat Tuija ja Anne.

Viikossa ehdimme nähdä ja kokea uskomattoman paljon! The Tower of London kuninkaallisine jalokivineen ja jännittävine tarinoineen oli mahtava aloitus viikolle. Museovierailut teimme The National Galleryyn, Natural History Museumiin, Science Museumiin ja British Museumiin. Westminster Abbey ja Buckinghamin palatsin portti tarjosivat sotunkilaisille näkymää kuninkaalliseen elämään.

Keskellä viikkoa teimme vierailun Cambridgeen ja sen ikoniselle yliopistoalueelle. Wau, mikä tunnelma ja historian siipien havina tuossa kauniissa ja viehättävässä yliopistokaupungissa onkaan! Camridgessä sotunkilaiset pääsivät nauttimaan jokiveneilystä (punting) kauniilla joella yliopistorakennusten lomassa. Siitä tuli menestys!

Boheemimpaa lontoolaista kaupunkielämää koimme Camden Marketin tunnelmallisilla kauppakujilla sekä Covent Gardenin aukiolla. Halukkaat pääsivät katsomaan uskomattoman upeaa Hamilton-musikaalia sekä valtavia Harry Potter – studioita.

Viikonloppuna oli urheilun vuoro; tunteikas ottelu Queens Park Rangersin ja Derby Countyn välillä oli todella autenttinen kokemus. Sunnuntaina meillä oli vielä mahdollisuus seurata hulppeaa Lontoon maratonia.

Mainittakoon vielä, että opiskelijat viihtyivät erittäin hyvin myös Oxford Streetin ostoskadulla! Ja mikäli haluat matkustaa Britteihin, hyvä ruokailuvinkki on Meal Deal! ■

Erasmus+

”GREENISH”

ERASMUS-MATKA AMSTERDAMIIN



Teksti ja kuvat: *Tuulia Sinervo Neuvonen*

Syksyn sateissa Sotungin lukiosta lähti 8 opiskelijaa ja 2 opettajaa viikon mittaiselle interrail-matkalle kohti Amsterdamin laitamilla sijaitsevaa Amstelveenia. Kuljimme monilla kulkuvälineillä Euroopan halki yrittäen valita mahdollisimman ilmastoystävällisen tavan matkustaa. Taipaleelle mahtui kommelluksia ja suunnitelmanmuutoksia mutta erityisesti monia hauskoja hetkiä.

Matkamme alkoi Helsingistä Katajanokan terminaalista. Lentokoneen sijasta menimme Helsingistä Tukholmaan laivalla yrittäen tehdä ekologisia ratkaisuja matkustamisen suhteen. Suomesta kun ei kulje junaa suoraan Eurooppaan, laskimme tämän jumbojettiä paremmaksi matkustusvaihtoehdoksi. Reissaajia yllätti, kun laskimme hiilijalanjälkeämme, että laiva ei päätä huimaavasti voita lentomatkustamista päästösäästöillään. Pienikin säästö kuitenkin kertautuu, kun mukana on kymmenen matkalaista.

Vietimme Tukholmassa päivän tutustuen kaupunkiin ja sen nähtävyyksiin. Opiskelijoita kiinnostivat erityisesti ostosalueet, ja opettajat vaelsivat vanhan kaupungin kaduilla. Tarkoitus oli illalla ottaa yöjuna Hampuriin Saksaan Tukholmasta, mutta tässä vaiheessa alkoivat ne kommellukset. Yöjuna Hampuriin oli peruttu. Seurasi viisi tuntia asemalla istuskelua, henkilökunnan selvittelyn seurailua ja matkatoimiston kanssa neuvottelua. Lopulta päädyimme jäämään Ruotsiin yöksi hotelliin ja ottamaan aamulennon Hampuriin. Se siitä vihreästä matkasta.

Aamulla opettajia riemastutti, että löytämämme hotelli teki yhteistyötä vihreän taksifirman kanssa. Pääsimme kentälle sähköautojen kyydissä – astetta vihreämpää kai sekin, kun julkisilla matka-aika olisi venynyt melko mahdottomaksi. Lento sujui mutkattomasti, vaikka pääsimmekin määränpäähän vasta alkuillasta. Ehdimme kuitenkin nauttia opiskelijoiden ja opettajien kesken yhteisen illallisen paikallisessa ravintolassa. Hampurissa yövyimme hostellissa, ja seuraavana aamuna suuntasimme kohti Amsterdamia – tällä kertaa onnistuneesti ja vihreästi junalla.

Saavuttuamme Amsterdamiin hollantilaiset host-opiskelijat ja opettajat olivat ottamassa meidät vastaan. Oppilaat yöpyivät host-perheissä loppuviikon ja pääsivät tutustumaan paikalliseen kulttuuriin ja ihmisiin. Tavallista enemmän aikaa vieneen matkustusmuodon vuoksi meillä ei ollut kuin muutama päivä aikaa olla Hollannissa, mutta majoittajamme olivat onnistuneesti sisällyttäneet päiviin paljon puuhaa. Tutustuimme Amsterdamissa moniin nähtävyyksiin samalla omaksuen hollantilaista kulttuuria. Aloitimme ensimmäisen kokonaisen päivän Hollannissa tutustumalla opiskelijoiden kouluun Amstelveenissa, pääkaupungin laitamilla. Vietimme ensimmäiset kaksi oppituntia opiskelijoiden tunneilla ennen kuin lähdimme tutustumaan Amsterdamin keskustaan. Keskustassa kävimme vaikuttavassa Anne Frankin talossa eläytymässä toisen maailmansodan tapahtumiin, söimme paikallista ruokaa ja saimme tutustua Hollannin kulttuuriin ja historiaan 5D-vr-ajelulla. Samaisen loppuillan hollantilaiset sekä suomalaiset opiskelijat viettivät pelaillen lautapelejä yhden host-opiskelijan luona.



Toisena ja samalla viimeisenä kokonaisena päivänä matkasimme Utrechtin kaupunkiin ja kävimme paikallisessa tuomiokirkon kellotornissa kumistamassa kelloista suurinta. Lisäksi ehdimme upeaan kasvitieteelliseen puutarhaan ja saimme opastetun kierroksen, josta erityisesti opettajat intoilivat. Opettajien jäädessä nuohoamaan puutarhan viimeisiäkin nurkkia hollantilaiset host-oppilaat olivat keksineet suomalaisille vaihto-opiskelijoille monenlaista tekemistä retken loppuajaksi. Kävimme yhdessä pakohuoneessa, josta pakenimme onnistuneesti. Kävimme myös ostoksilla ja pelasimme lautapelejä.

Opiskelijoiden yhteinen aika huipentui, kun menimme viimeisenä iltana yhdessä sushiravintolaan, jossa yllätykseksi tapasimme suomalaisen tarjoilijan. Viimeisenä päivänä tapasimme kaikki yhdessä Amsterdamin lentokentällä, jossa yhteinen taival päättyi suomalaisten suunnatessa kohti kotia.

Opimme paljon interrail-matkustamisesta ja kulttuureista kaupungeissa, joissa pääsimme vierailemaan. Matkaan kului aikaa, mutta ehdimme myös nähdä paljon. Sen aikana tuli myös mietittyä ilmastokysymyksiä useampaan kertaan kuin tavallisen arjen keskellä muistaisi. Hyödynsimme englannin, ruotsin sekä saksan kielen taitoja matkan aikana, ja kuulimme toki hollantiakin. Opimme paljon erityisesti Hollannin kulttuurista ja sen nähtävyyksistä. Huomasimme esimerkiksi, kuinka paljon ihmiset Hollannissa pyöräilevät ja kuinka kaupungit on siellä selvästi suunniteltu pyöräilijöiden ehdoilla. Amsterdam oli myös erittäin siisti kaupunki, ja Hollannissa toimi hyvin julkinen liikenne. Interrail-matka oli siis erittäin onnistunut, vaikka muutama mutka mukaan sattuikin. ■

Erasmus+

RANSKALAISEEN KOULULAITOKSEEN TUTUSTUMASSA

Teksti ja kuvat: *Ulla Jäntti ja Merja Kaskela*

Sotungin lukion ranskan opiskelijoiden kulttuurimatka Ranskaan 1.–7.10. alkoi kouluvierailulla Le Mansissa. Pääsimme tutustumaan Marguerite Yourcenar –lukioon ja lukiolaisiin. Ranskalaiset opettajat ja opiskelijat ottivat meidät ystävällisesti vastaan ja solmimme monia uusia tuttavuuksia sekä pääsimme vertailemaan ranskalaisen ja suomalaisen lukio-opiskelijan arkea. Mieleen jäi erityisesti, miten pitkiä ranskalaisten lukiolaisten päivät ovat, jopa klo 8 – 18! Ihmetystä herätti opiskelijoiden jaksaminen. Myös runsas lounasbuffetti yllätti. Opiskelijat joutuvat kuitenkin maksamaan lounaastaan 4,5 euroa päivässä. Luokissa ei näkynyt tietokoneita eikä kännyköitä, mutta muuten meno oppitunneilla tuntui ihan tutulta.

Oli hienoa päästä harjoittelemaan ranskan kielen puhumista ja ymmärtämistä käytännössä. Saimme myös mahdollisuuden kokeilla liikunnantunnilla seinäkiipeilyä, joka oli monelle suomalaiselle uusi ja mahtava kokemus. Hyvästit uusille kavereille olivat haikeat, päällimmäiseksi jäi mieleen koulun hyvä tunnelma ja ranskalaisten nuorten avoimuus.

Le Mansista matkasimme luotijunalla Pariisiin, jossa aurinko tervehti meitä, kun astuimme ulos junasta. Tutustuimme ranskalaiseen kulttuuriin ja kävimme katsomassa Pariisin tärkeimmät nähtävyydet, joista mahtavin ja mieleenpainuvin oli Eiffel-torni ja sinne kapuaminen, sekä upeat näkymät tornista. Kävelimme todella paljon ja totesimme Pariisin hyväksi kävelykaupungiksi, jonka kadut ovat kauniita. Iltaisin kaikkien jalat olivat hyvin väsyneet. Kulttuurimatka oli onnistunut, ja matkan jälkeen olemme täynnä uutta intoa ja motivaatiota jatkaa ranskan opintoja. Au revoir La France eli jälleennäkemisiin! ■

SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi



Vuoden 2025 WSIF Vietnamissa



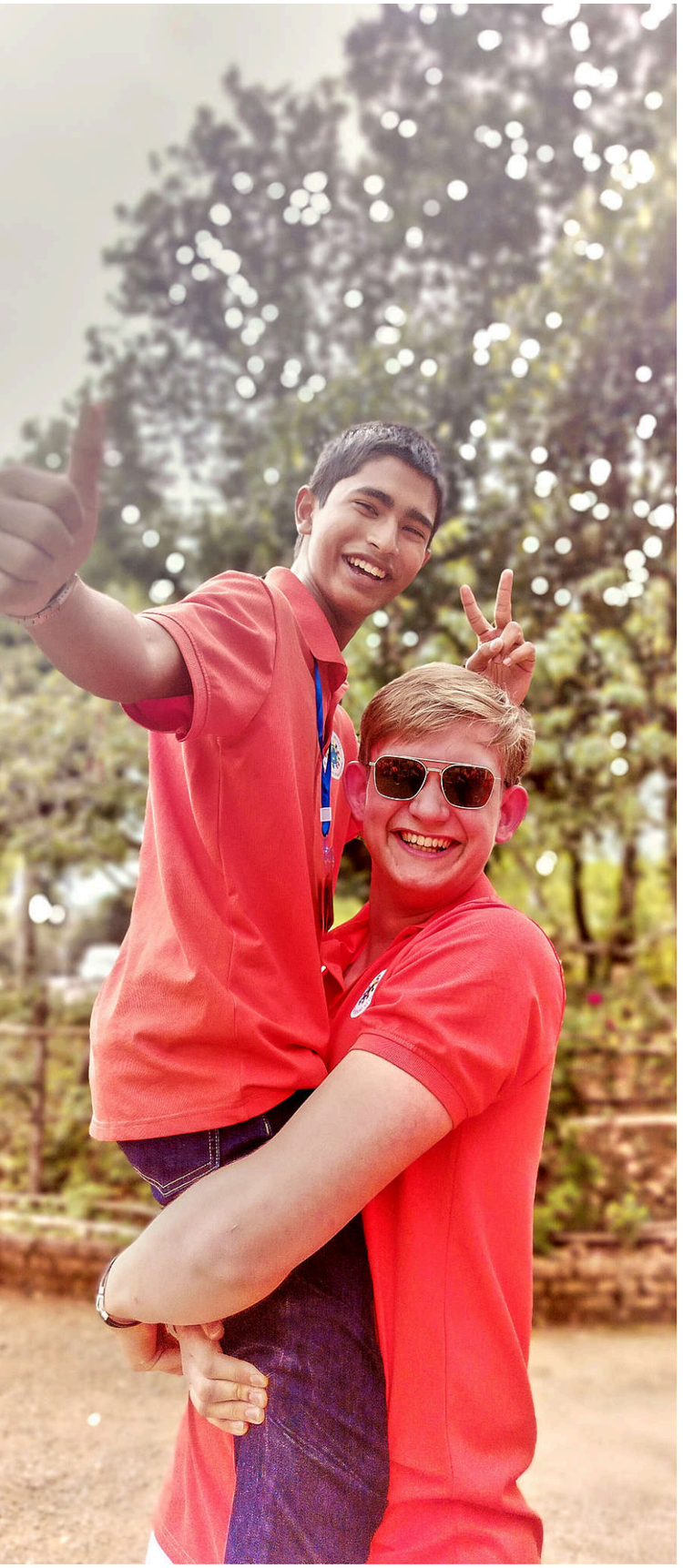
SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi

Teksti ja kuvat: *Juho Markkanen ja Oliver Kärkkäinen*

Vuoden 2025 World School International Forum tarjosi yhden elämämme hienoimmista kokemuksista. Nuoria ympäri maailmaa kokoontui yhteen tutustumaan ja verkostoitumaan. Sotungin lukion erityinen asema osana tätä tapahtumaa ainoana pohjoismaalaisena lukiona korosti vielä enemmän matkan erityisyyttä.







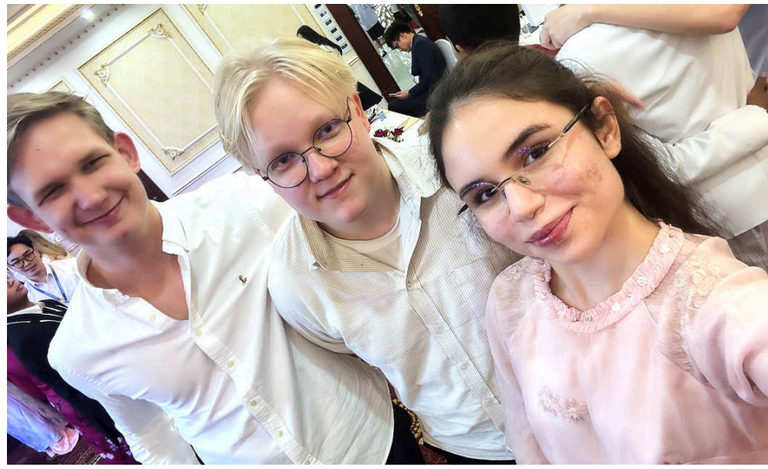
Saavuimme klo 6.00 paikallista aikaa Hanoihin yli 20 tuntia matkustamista takana päin ja sitä ennen vain parin tunnin yönet. Väsymys näkyi itse kussakin. Mutta odottamista oli vielä Hanoin päädyssä, kun passintarkastus kesti melkein kaksi tuntia. Väsymys ja tokkurainen olo pitivät laittaa syrjään, kun piti potkaista toinen päivä käyntiin. Lentokentältä pieni aamupala poskeen ja kohti hotellia pienelle levähdykselle. Ninna, Juho ja Kaisa jäivät huoneeseen lepäilemään, kun Oliver lähti kokeilemaan tietenkin hotellin saunaa.

Päiväunien jälkeen edustavammat vaatteet päälle ja kohti Newton Grammar Schoolia sekä avajaisseremoniaa. Tilausbussissa pääsimme tutustumaan ensimmäistä kertaa muihin delegaatteihin. Meidät toivotettiin tervetulleiksi kouluun ja opastettiin syömään lounasta muiden delegaattien kanssa. Lounaan jälkeen alkoi avajaisseremonia. Tanssi- ja lauluesityksiä, sekä puheita sisällään pitävä avajaisseremonia oli hieno. Hienoa oli myös tavata oma host ja päästä juttelemaan hänen kanssaan ensimmäistä kertaa. Avajaisseremonian jälkeen Juho, Kaisa ja Oliver valuivat host-oppilaidensa johdolla kohti omia kotejaan. Ensimmäinen ilta meni tutustuessa omaan host-perheeseen ja asettuessa aloilleen.



Pitkään kaivattujen hyvien yöunien jälkeen alkoi toinen päivä. Torstaina toisena päivänä kaikilla oli päällään World School-paita ja kiersimme busseilla ympäri Hanoita tutustuen kaupungin nähtävyyksiin. Kuuluisia nähtävyyksiä oli muun muassa Ho Chi Minhin mausoleumi ja Kirjallisuuden temppeli. Söimme paikallista ruokaa ja saimme tutustua rauhassa toisiimme. Tämä päivä tuntui tärkeältä, sillä tällöin saimme vain olla yhdessä ja tutustua.

Ensimmäinen viikko torstaista lauantaihin piti sisällään paljon tekemistä. Käsityökylässä savitöiden tekeminen ja erilaisten esitelmien esittäminen koulussa lisäsivät toimintaa paljon päiviin. Ninnalle nousi hetkellisesti kuumetta ja ehdimme jo pelätä pahinta lauantain musiikkiesityksemme takia. Onneksi Ninna sai kuumeen ruotuun ja esitys saatiin esitettyä. Sunnuntai saatiin viettää host-perheen kanssa. Moni kävi kuuluisalla Train Streetillä ja maistelemassa paikallisia ruokia. Sunnuntai oli leppoisa päivä aikataulutettujen arkipäivien keskellä.



Seuraavan viikon ensimmäiset päivät kuluivat Newton Grammar Schoolilla esitellen suomea ja kuunnellen muiden maiden esitelmiä. Vaikka päivät tuntuivat koululla rankoilta oli todella hienoa päästä kuuntelemaan niin monen eri maan kulttuurista. Mahdollisuus tutustua 17 eri maan kulttuuriin yhdessä huoneessa tuntui poikkeukselliselta. Vaikkakin kaikki edustivat eri kulttuureja tuntui silti siltä, että meitä kaikkia nuoria yhdisti jokin. Pienistä yhtäläisyyksistä kasvoi nopeasti yhteisöllinen tunnelma ja keskinäinen välittäminen.

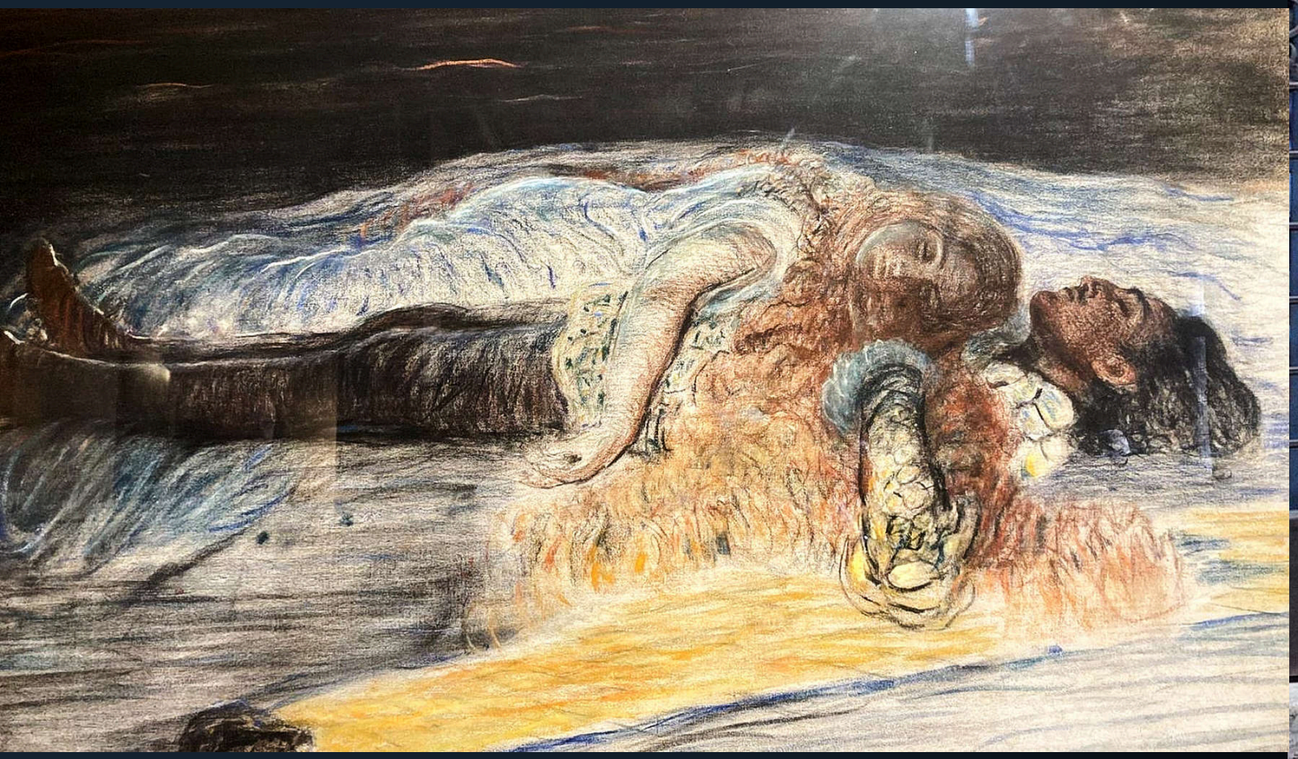
Viimeiset kolme päivää vietettiin Ha Long Bayssä tutustuen alueen nähtävyyksiin ja keskittyen yhdessäoloon. Tuk Tuk ajelut illalla kuunnellen ja laulaen lauluja yhdessä jäivät mieleen hienona muistona. Ylipäätänsä matkan hienoimpia hetkiä oli pienet ja yhdessä tehdyt asiat. Pikaiset korttipelit hotellin aulassa tai yhteislaulut laivalla loivat matkasta ikimuistoisen muiston. Arvostus ja ymmärrys toisia kohtaan antoivat kaikille mahdollisuuden toimia yhdessä. Käsitys maailmasta ja elämän mahdollisuuksista yhdisti kaikkia matkalla. Toivottavasti pääsen tapaamaan tuttuja matkalta mahdollisimman pian uudelleen. Nyt löytyy ystäviä ympäri maailmaa joiden luo palata. ■

Erasmus+

Teatteri ja kirjallisuus

YHDISTÄVÄT YLI KIELIRAJOJEN

Teksti ja kuvat: *Hanna Lekander, Laura Havimo ja opiskelijat*



SOTUNGIN LUKIO ||| **VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026** ||| sotunki.fi



Erasmus+ -yhteistyöopintojaksolla tutkittiin Shakespearen Romeo ja Julia -näytelmää kolmella kielellä: suomeksi, italiaksi ja englanniksi

Sanaton viestintä kantaa tunnetusti suurempaa merkitystä viestintätilanteessa kuin itse sanat, jotka lausutaan. Taide puhuu omaa kieltään, joskus paljolti sanatonta. Klassiset tarinat ovat yhteistä eurooppalaista kulttuurihistoriaamme ja tuttuja ainakin teemojen osalta useimmille. Kaikesta tästä nousi mielenkiintoinen mahdollisuus tehdä yhteistyötä italialaisen *Instituto Canossiano Madonna del Grappa* -lukion kanssa. Lukion teatterilinjalaisia tuli marraskuussa 2025 vierailulle Suomeen ja me kävimme vastavierailulla tammikuussa 2026 kahden opettajan ja kahdeksan opiskelijan voimin.

Yhteistyön tavoitteena oli työskennellä Shakespearen klassikkonäytelmien parissa. Halusimme kokeilla, miten kohtausten teema, tunnelma ja tapahtumat välittyvät, vaikka näyttämöllä puhutaan sekaisin suomea ja italiaa. Opiskelijat pääsivät myös kokeilemaan pukusuunnittelua sekä Suomessa että Italiassa. Italian matkan kohokohtiin lukeutui näyttämötaistelun perusteiden harjoitus sekä kaksikieliset demot yhdessä italialaisten opiskelijoiden kanssa koulun teatterilavalla pukujen, lavastuksen ja valojen kera. Suomessa samat demot esitettiin toukokuussa kokonaan suomen kielellä.

Yhteistyö oli onnistunutta ja lämminhenkistä. Kulttuurien kohtaaminen ja uudet toimintatavat avasivat ajattelua. Ystävyyksiä syntyi. Viikon varrella pääsimme paitsi näkemään italialaista lukioarkea myös vierailemaan Romeo ja Julia -näytelmän tapahtumapaikassa Veronassa sekä kulttuurikaupunki Venetsiassa.

Erasmus+



Alla opiskelijoiden kirjoittamia tunnelmia matkasta:

17.1. Sotunkilaiset ovat saavuttaneet Italian! Teatteriyhteistyön matka alkoi lauantaina aikaisin aamulla lennolla Amsterdamin kautta Venetsiaan. Matkatavarat päättivät yöpyä Amsterdamissa, mutta se ei sotunkilaisia pysäyttänyt. Sunnuntaina sotunkilaiset soluttautuvat Venetsian vilskeeseen!

18.1. Tänään teatterin porukka kävi päiväreissulla italialaisten saattamana Venetsiassa. Pääsimme ihailemaan kirkkaita vesiä, värikkäitä historiallisia rakennuksia ja monimutkaisia kanaaleja. Pitkän suunnistuksen jälkeen porukka löysi museovierailun pariin, jossa tutustuimme italialaiseen taiteeseen. Päivän kohokohtana oli yhteinen lounas Venetsialaisessa ristorantessa. Matkan päätteeksi yhteinen matka junalla vei takaisin hotellihuoneiden pariin.

19.1. Tänään tutustuttin italialaiseen kouluelämään Trevisossa ja huomattiin eroja ja yhtäläisyyksiä. Huomenna työskentely jatkuu Madonna del grappan koululla yhteisen teatteriprojektin parissa.

20.1. Tänään paikallisessa koulussa Sotunkilaiset valmistelivat kohtauksia italialaisten opiskelijoiden kanssa. Opiskelijat menivät ryhmissä harjoittelemaan kohtauksia kokeilemalla erilaisia työskentelytapoja. Jotkut pareista pääsivät treenaamaan kohtuksiaan lavasteiden kanssa. Päivän tunnelma oli hauska ja opettavainen. Huomenna pääsemme vierailemaan Veronaan.

21.1. Verona! Aikaisesta aamusta toivuttuaan tämä joukko italialaisvahvistuksineen tutustui oppaan saattelemana aurinkoisen Veronan tunnetuimpiin nähtävyyksiin Julian parvekkeelta Romeon ovelle. Kohtausharjoitteluja höystivät tunnelmalliset maisemat kirjavilla kaduilla ja aukioilla. Huomenna harjoittelu saa päätöksensä ja kohtaukset astuvat viimein lavalle!

22.1. Suomi-Italia-teatteriyhteistyö Trevisossa tuli tällä erää päätökseensä. Tänään nähtiin työparien demot, joita on työstetty sekä Suomessa että täällä Italiassa ja harjoiteltiin näyttämötaistelun perusteita. ■













Erasmus+

ERASMUS+ -PROJEKTI 2025-2026

SPORT AND MENTAL HEALTH

Teksti ja kuvat: *Projektiin osallistuneet opiskelijat Unna Honkatukia, Marina Mäntynen, Matias Viljanen, Tyyko Haapala, Sami Norilo, Raman Balajan, Anna Luht, Aleksi Suominen, Jere Toivonoja ja Nooa Kaukinen*



Projektin tarkoituksena on tutustua kansainvälisyyteen ja oppia kommunikoimaan englannin kielellä muiden kanssa. Tänä vuonna projekti tehtiin yhteistyössä Kopernikus-Gymnasium -nimisen saksalaisen lukion kanssa. Sport and Mental health -projektin tavoitteena on erityisesti tutustua urheiluun ja etenkin sen henkiseen puoleen. Saksalaiset saapuivat Vantaalle sunnuntaina 18.1. ja viettivät kanssamme noin viikon hauskojen aktiviteettien parissa. Suomalaiset puolestaan matkasivat Saksaan Rheineen 19.4. Projektissa olivat mukana suomalaisesta porukasta opiskelijat Marina, Unna, Anna, Tyyko, Sami, Matias, Aleksi, Jere, Raman ja Nooa sekä saksalaisesta ryhmästä opiskelijat Suvathi, Leonie S, Finja, Leonie B, Joel, Till, Florian, Teresa, Julia ja Frederik. Lisäksi mukanamme olivat suomalaiset opettajat Kirsi Kukkola ja Hilla Sainio sekä saksalaiset opettajat Frauke, Caroline ja Jessica.

SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi

OHJELMASSA SUOMESSA

Amazing race: Maanantai-iltapäivänä matkustimme saksalaisten kanssa Helsingin keskustaan. Vietimme päivän amazing racen parissa. Meidät jaettiin ryhmiin ja kiertelimme ympäri keskustaa tutustuen eri nähtävyyksiin ja otimme erilaisia ryhmäkuvia kohteissa. Saksalaiset pitivät erityisesti Tuomiokirkosta ja Oodista. Amazing race loppui Oodiin, jonka jälkeen jokainen teki omia juttuja perheiden kanssa.

Kuusijärvi: Olimme saksalaisten kanssa Kuusijärvellä keskiviikkona. Menimme sinne bussilla ja saksalaiset olivat innoissaan, mekin myös. Kun menimme sisään, olimme lähellä pukuhuoneita ja menimme sinne. Pukuhuoneessa jätimme kamat sinne ja menimme saunoihin. Saunassa oli semisti porukkaa, mutta ei liikaa. Sauna ja järvi tekivät hyvää ja saksalainen Joel innostui täysin. Hän oli eniten uimassa hyisessä vedessä. Uimisen ja saunomisen jälkeen menimme kotaan ja grillailimme ja söimme mahtavia eväitä. Ainoa miinus oli, että oli vähän kylmä. Ei haitannut. Kuusijärvi oli hieno kokemus myös suomalaisille, mutta etenkin saksalaisille.

Lätkämatsi + urheilumuseo: Oli sumuinen ja pimeä keskiviikkoilta, kun menimme saksalaisten vaihto-oppilaiden kanssa Tahto-urheilumuseoon. Sisällä oli lämmin ja rauhallinen tunnelma, ja katselimme yhdessä urheiluun liittyviä esineitä ja tarinoita. Juttelimme siitä, miten urheilu ei ole vain voittamista, vaan auttaa myös jaksamaan henkisesti..

Myöhemmin menimme katsomaan jääkiekko-ottelua. Hallissa oli aivan eri tunnelma – äänekäs ja jännittävä. Kaikki kannustivat yhdessä, ja saksalaisetkin innostuivat nopeasti mukaan.

Illan jälkeen tuntui, että olimme kokeneet jotain yhdessä. Jotain todella suurta. Suurempaa kuin pelkkä urheilu. Maailmaa mullistavaa.

Talviset urheilut: Torstaina aamusta olimme Sotungin kauniissa talvimaisemissa laskemassa pulkalla mäkeä. Saksalaiset olivat todella innoissaan talvesta ja lumesta, sillä heidän kotikonnuillaan ei ole talvisin paljoakaan lunta. Kilpailimme, ketkä laskevat tiiminä nopeiten kolme kertaa alas ja juoksevat ylös. Otimme myös yksilökilpailun, kuka laskee pisimmälle ja sekin oli erittäin mukava kokemus. Saksalaiset nauttivat ja suomalaisetkin tykkäsivät pulkkamäestä.

SOTUNGIN LUKIO ||| **VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026** ||| sotunki.fi



MATKA SAKSAAN

Saksassa isäntäperheessä asuminen: Erasmus-vaihtomme Saksaan kesti kuusi päivää, ja majoituin siellä isäntäperheessä. Kokemus oli erittäin positiivinen. Minulla oli oma huone, jossa sain rauhaa levätä ja viettää omaa aikaa pitkien päivien jälkeen. Se teki arjesta mukavaa ja tasapainoista.

Isäntäperheeni oli todella ystävällinen ja vieraanvarainen. He ottivat minut lämpimästi vastaan ja halusivat aidosti tutustua minuun. Vietimme yhdessä aikaa esimerkiksi syödessä ja keskustellessa, mikä auttoi minua tutustumaan paremmin saksalaiseen kulttuuriin ja arkeen.

Parasta kokemuksessa oli se, miten hyvin tulimme toimeen keskenämme, vaikka aluksi hieman jännitti. Viimeisenä päivänä hyvästely oli vaikeaa, koska olin ehtinyt kiintyä perheeseen lyhyessäkin ajassa. Kokemus jäi kuitenkin mieleen todella positiivisena, ja olen kiitollinen mahdollisuudesta asua isäntäperheessä.

Ryhmätyö koulussa: Meidät oli jaettu vaihtopariemme kanssa noin neljän hengen ryhmiin ja jokainen ryhmä sai oman urheiluun ja hyvinvointiin liittyvän aiheen, josta piti tehdä esitelmä sekä oma aiheeseen liittyvä urheilukokeilu. Meidän ryhmämme aiheena oli “happy chemicals” eli onnellisuuskemikaalit. Kerroimme mm. urheilun vaikutuksista dopamiinin ja endorfiinien erityksen aivoissa sekä laadimme urheiluharjoitukseksi urheilubingon, jossa tarkoituksena oli tehdä eri liikkeitä bingon saamiseksi. Muiden ryhmien aiheita olivat ainakin ryhmätyön merkitys, “mindful” -liikkuminen, ulkoilu ja luonnossa liikkuminen sekä resilienssi ja epäonnistumiset. Esitelmiä valmisteltiin Saksassa koulussa tiistaina ja urheilukokeilut suoritettiin keskiviikkona. Itse esitelmät pidettiin perjantaina ja jokainen ryhmä sai niiden päätteeksi raikuvat aplodit.

Urheiluaktiviteetit soutu ja kiipeily: Keskiviikkona kävimme suotamassa Ems-joessa. Soudimme neljäpaikkaisilla veneillä noin tunnin ajan. Aluksi saimme opetusta, kuinka soudetaan, minkä jälkeen meidät jaettiin pieniin ryhmiin ja menimme veneisiin. Joella alkuun opettelimme kunnolla soutamaan ja sitten soudimme jokea edestakaisin tunnin ajan. Lopuksi nostimme veneet ylös ja pesimme ne.

Perjantaina menimme kiipeilemään kiipeilypuistoon. Puistossa radat olivat puissa ja siellä oli eri vaikeustasoisia ratoja. Alkuun saimme valjaat ja hanskat, jotka puimme päälle. Sen jälkeen menimme katsomaan turvallisuusohjeet, minkä jälkeen saimme mennä kiipeilemään puihin vapaasti. Kiipeilimme noin kahden tunnin ajan, minkä jälkeen menimme takaisin koteihin.

Retki Münsteriin: Keskiviikkona menimme Münsteriin taas kerran myöhässä tulleella junalla. Opimme matkalla, että saksalaiset junat toimivat todella huonosti. Münsterissa kiersimme nopeasti ympäri ihan kivan näköistä kirkkoa ja kävimme sen sisällä. Tämän jälkeen menimme polkuveneisiin ja kävimme parissa kaupassa. Polkuveneillessä vastaan tuli lapsia, jotka huutelivat Six Seven. Kaupunki oli hieno, koska siellä oli suuri järvi ja siellä oli kauniita taloja.

Retki Kölniin: Torstaiaamulla lähdimme parin tunnin junamatkalle kahdeksan aikoihin aamulla Kölniin. Ensimmäisenä Kölnissä vierailimme Kölnin tuomiokirkolla ja kiipesimme sen torniin, joka oli yli 500 portaan korkeudessa. Huipulta näki Kölnin kaupungin lähes kokonaan. Kirkkovierailun jälkeen jatkoimme matkaa opastetulle kierrokselle Saksan urheilu ja olympia -museoon, joka sijaitsee keskustan läheisyydessä. Kierroksen jälkeen alkoi vapaa-aika, jonka kukin vietti omalla tavallaan esim. shoppaillen ja käymällä syömässä.■



Erasmus+

SOTUNGIN OPISKELIJOITA ALPPIMAISEMISSA ITÄVALLASSA

Teksti ja kuvat: *Mari Silvennoinen*





Neljätoista Sotungin lukion ja seitsemän etälukion opiskelijaa sekä kolme opettajaa olivat Erasmus+ matkalla keväisessä Itävallassa helmikuun lopussa. Matka Itävaltaan taittui aluksi lentäen Wieniin ja siitä junalla Graziin, joka on Itävallan toiseksi suurin kaupunki Steiermarkin osavaltiossa lähellä Slovenian rajaa. Yhteistyöoppilaitoksemme HAK / HAS sijaitsi noin 10 000 asukkaan Voitsbergissa, jonne Grazista on vajaan tunnin junamatka.

Matkalla mukana olleista opiskelijoista osa opiskelee Sotungin etälukiossa tutkintotavoitteisesti ja osa kaksoistutkintolaisina ammatillisen tutkinnon ohessa. Etälukiossa opiskeleville Atelle ja Otsolle hakemuksen hyväksyminen Erasmus+ matkalle oli iloinen yllätys. Molemmille Itävalta oli täysin uusi matkakohde. Ennen matkaa kuitenkin mietitytti erityisesti se, sattuuko reissulle mukaan samanhenkistä matkaseuraa. Uusiin ihmisiin, “huipputyyppeihin” tutustuminen oli kuitenkin molempien mielestä koko reissussa parasta. Sekä hostellin huonekaverit että itävaltalaiset opiskelijat, joiden kanssa tehtiin ryhmätöitä ja vietettiin vapaa-aikaa esimerkiksi nähtävyyksiin tutustuen ja keilaten saavat etälukiolaisilta vuolaita kehuja.

Matkamme teemana oli YK :n kestävän kehityksen tavoitteet, joista tehtiin projekteja yhteistyöoppilaitoksen opiskelijoiden kanssa. Vastuulliseen ruoantuotantoon tutustuimme esim. Schärdingerin meijerivierailulla, jossa pääsimme maistelemaan paikallisia juustoja. Iso osa matka-ajasta kului projektien työstämiseen ja esitysten hiomiseen. Mahdollisuus toteuttaa projekteja hyvin vapaasti samalla keskustellen paikallisten opiskelijoiden kanssa esimerkiksi koulukulttuurien eroista Suomen ja Itävallan välillä oli Aten ja Otson mielestä hyvin antoisaa. Vaikka Itävallan järjestelmä näyttäytyi hierarkkisena esimerkiksi siinä, miten opettajia puhuteltiin, niin toisaalta kuri oppitunneilla tuntui pojista löysemmältä kuin Suomessa.

Kielitaidon kehittäminen ja mahdollisuus päästä käyttämään englantia oli yksi keskeisimmistä syistä, miksi Atte ja Otso hakivat mukaan Erasmus+ matkalle. Molempia yllätti se, miten hyvin suomalaiset osaavat englantia. Englannin osaaminen ei Itävallassa ollut itsestäänselvyys, vaikka paikalliset nuoret osasivat sitä hyvin. Pojat eivät keksi yhtään hyvää syytä, miksi vastaaville matkoille ei kannattaisi hakea. Kielitaitoa ei ainakaan kannata epäillä. He olisivat mielellään viettäneet pidemmänkin aikaa matkakohteessa. ■

Erasmus+

11/10 PISTEEN ERASMUS+ MATKA CÁDIZIIN

Teksti: *Mari Silvennoinen*
Kuvat: *Saila Hakaniemi ja Aatos Auvinen*



Euroopan vanhin edelleen asuttu kaupunki Cádiz Luoteis-Espanjassa vastaanotti joukon Sotungin lukion opiskelijoita ja opettajia toukokuussa. Kaupunki vieraanvaraisine asukkaineen hurmasi ryhmämme ja arvioimme Erasmus+ -matkan 11/10 pisteen arvoiseksi.

Viikko Cádizissa täyttyi uusista kokemuksista, hyvästä ruoasta, upeista maisemista ja sydämellisistä kohtaamisista. Tutustuimme yhteistyökouluumme IES Fuerte de Cortaduraan ja osallistuimme oppitunneille paikallisten opiskelijoiden kanssa. Ensimmäisenä aamuna ilahduimme keskusradiosta kuuluvasta musiikista, jonka tahdissa siirryimme luokkiin. Oli kiinnostavaa nähdä, millaista koulunkäynti Espanjassa on ja, kuinka ystävällisesti opettajat ja opiskelijat ottivat meidät vastaan. Kouluviikon aikana tutuiksi tulivat myös sotunkilaisittain varhain alkavat koulupäivät ja isäntäperheistä mukaan saadut lounaspatongit.





Viikkoon sisältyi paljon yhteisiä aktiviteetteja espanjalaisten opiskelijoiden ja opettajien kanssa niin Cádizissa kuin sen lähialueella. Tutustuimme Cádizin vanhan kaupungin kapeisiin katuihin ja aukioihin Amazing Race -hengessä, joskin opiskelijat päättivät luopua itse kilpailusta ja tehdä kaiken yhdessä. Vahva yhteishenki olikin yksi onnistuneen matkamme mieleen painuneista asioista.

Rohkeutta ja sinnikkyyttä ryhmältämme vaadittiin surffaustunnilla, jossa tasapainoa ja kärsivällisyyttä koettelivat Atlantin aallot. Melontaretkeltä upeassa Sancti Petrissä opiskelijoiden mieleen jäi erityisesti rapu, joka piiloutui ryhmäämme kiven koloon. Vierailimme myös kukkulan laella sijaitsevassa Veherin kaupungissa, joka on valittu Espanjan kauneimmaksi kyläksi ja alueen lukuisista pitkistä hiekkarannoista mieleen jäivät erityisesti Bolonian hiekkadyynit. Myös opettajana oli ilo olla osana ryhmää, joka heittäytyi rohkeasti ja ennakkoluulottomasti uusiin kokemuksiin! ■



Ruotsalainen rantakäärme.



Tukholman yö laskeutuu nuorten ylle.

Tukholman taikaviikko

***Teksti ja kuvat:** Juha Hirvonen*

Heti vapputorvien vaiettua sotunkilaisten iloinen joukko kampesi laivaan kohti naapurimaamme pääkaupunkia – koulumme kansainvälisen toiminnan veteraani Kulttuurimatka Tukholmaan oli alkava.

Noustuamme maihin meren toisella puolella muuttui sää lähes heti eri aurinkoiseksi ja pysyikin sellaisena aina viikon loppuun asti, jolloin haikein mielin lähdimme kotimatkalla. Tukholman kevääseen heräävä kaupunkiluonto oli mykistävän kaunis varsinkin hotellimme vehreässä ympäristössä Södermalmin saarella.

Viikon ehdottomat kohokohdat olivat ainakin vierailupäivät kahdessa uudessa yhteistyökoulussamme Tyresö gymnasiumissa ja Bromma gymnasiumissa. Näitä käyntejä kovasti jännättiin ja odotettiin, ja ne täyttivät kaikki odotuksemme: suomalais- ja ruotsalaisnuoret ryhmäytyivät päivien aikana vaivatta ja kilpailivat sekaryhmissä mitä erilaisimmissa peleissä ja harjoitteissa. Kouluruoka oli ruotsalaiseen tapaan tavattoman hyvää, ja vierailujemme emännät ja isännät pitivät meistä sydänlämmöllä huolta. Vierailujen yhteydessä pelatut vaiherikkaat Suomi-Ruotsi-maaottelut päättyivät lopulta onnellisesti.

Tunteenpaloa ja villiä huumaa oli tarjolla Ruotsin pääsarjajalkapallon parissa, kun kävimme katsomassa paikallisseura Djurgårdenin ottelun arkkiviholliista IFK Göteborgia vastaan. Lähes samalle emootion tasolle päädyimme myös matkalaisten keskinäisten minigolfmestaruuskilpailujen ja Paintball- sekä sumopainiotatusten aikana.

Museovierailut ja esikaupunkiseikkailumme Amazing race Stockholm lavensivat kuvaa Tukholmasta valtaisan monipuolisena ja kiehtovana matkakohteena. Yhteisen juhlaruokailun äärellä ihastuttavassa Gamla stanissa kaikkea tätä kokemaamme pohdiskelimme viimeisenä iltana.

Suuret kiitokset matkamme tukemisesta apurahoin kuuluvat Pohjola-Nordenille ja Suomalais-ruotsalaiselle kulttuuriarahastolle. ■

Erasmus+





VANHAT KAVERUKSET YHDESSÄ TAAS

Teksti ja kuvat: *Juha Hirvonen*

Kuluneena lukuvuonna koulumme liki kolmekymmenvuotinen yhteistyö- ja ystävyyssuhde pohjoissaksalaisen Gebrüder-Humboldt-Schulen kanssa sai jälleen konkreettisen muodon, kun teimme Erasmus+-ohjelman mukaisen opiskelijavaihdon.

Tammikuussa Wedelistä kotoisin olevat opiskelijat opettajineen olivat vierainamme Sotungissa. Ohjelma oli erittäin monipuolinen ja aidon talviset olosuhteet loivat loistavat puitteet vierailun onnistumiselle. Kaikki keskeiset lumilajit laskettelusta luisteluun ja hiihdosta pulkkailuun tulivat tutuiksi saksalaisille. Helsingissä teimme opastetun kierroksen Olympiastadionilla, näimme pääsarjatason jääkiekkoa ja kylvimme Allas Sea poolissa. Päiväretki Tallinnaan laajensi yhteistä kokemustemme piiriä.

Maaliskuussa me sotunkilaiset teimme vastavierailun Wedeliin Hampurin kupeeseen. Tyypillisen ailahteleva hampurilaissää oli kuin taikaiskusta vaihtunut 15 asteen lämpöön ja leppeään alkukevään aurinkoon, kun vierailumme alkoi. Viikon aikana opiskelijamme asuivat Suomessa vierainaan olleiden saksalaisten nuorten kodeissa ja pääsivät näin läheltä näkemään saksalaista arkieloa.

Vierailun aikana tutustuimme saksalaisen lukion koulupäiviin ja saimme lisäksi nautiskella mielenkiintoisesta ohjelmasta. Suurina kohokohtina mieliimme jäivät Michael Jackson -musikaali Elbe-joen varren musikaalipalatsissa, vierailu HSV-jalkapallojoukkueen massivisella stadionilla, matka keskiaikaiseen Lüneburgin kaupunkiin sekä mahdollisuus tutustua pyörätuolikoripalloon ja myös pelata sitä itsekin.

Tämän kertainen opiskelijavaihto sujui kaikin puolin mainiosti. Elämään jäivät nuorten välille syntyneet uudet ystävyyssuhteet ja vierailujen lämpimät muistot. ■



SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi



Opiskelua, treenejä ja uusia kokemuksia Italiassa

Teksti ja kuvat: *Ann-Sofie Sinkko*

Ann-Sofie on kevätlukukauden pitkäkestoisessa Erasmus+-vaihdossa Sotungin ystäväkoulussa Italian Bresciassa.

Täällä on tullut koettua ja tehtyä paljon, ja arki on ollut aika erilaista kuin Suomessa. Olen jo oppinut puhumaan hieman italiaa, mikä helpottaa koulussa ja vapaa-ajalla. Treenaan täällä myös telinevoimistelua koulun ulkopuolella kuusi kertaa viikossa. Se on ollut minulle tärkeä osa arkeani ja myös erittäin erilaista kuin Suomessa treenaaminen.

Koulupäivämme alkaa aina täällä Italiassa klo 8.30 ja päättyy yleensä klo 13.10 tai joskus klo 14.00. Täällä ei ole kouluruokaa kuten Suomessa, vaan oppilaat voivat ostaa ruokaa kahvilasta tai tuoda omat eväät. Olen myös saanut käyttää koulussa hieman aikaa etälukioni tehtävien tekemiseen.

Olen huomannut, että täällä oppilaat puhuvat enemmän keskenään ja tuntemattomien kanssa kuin Suomessa, ja he oleskelevat usein myös isommissa porukoissa. Lisäksi täällä puhelimet täytyy laittaa koko koulupäivän ajaksi kaappiin, eikä niitä saa käyttää. Täällä koulussa on myös tiukemmat säännöt ja opettajia arvostetaan paljon.

Olemme käyneet koulun kanssa museossa, ja pian olemme lähdössä leirikouluun Predaiaan kahdeksi yöksi. Olen ehtinyt matkustaa täällä myös jonkin verran: olen käynyt Veronassa, Milanossa ja Gardalla, jonne myös muutimme. Bresciassa olen nähnyt monia paikkoja, ja mielestäni se on kaunis kaupunki.

Vapaa-ajalla vietän aikaa treenien lisäksi kavereiden ja perheen kanssa. Olen viihtynyt täällä hyvin ja oppinut paljon uutta sekä koulussa että arjessa. Lisäksi täällä on ollut tosi kivat ilmat ja lämmintä, mikä on tehnyt arjesta kivempaa. ■

LIIKUTTAJAT 2025-26

Teksti: *Kirsi Kukkola* ***Kuvat:*** *Kirsi Kukkola, Marko Alanen*

“Tää oli tosi hauskaa”, Hevoshaan eskarit sanoivat liikuttajien järjestämän tapahtuman jälkeen.

Viikkoja aikaisemmin liikuttajat olivat kokoontuneet suunnittelemaan päiväkotilasten liikuntatapahtumaa. Tällöin heitellään yhdessä ideoita, joista toimivimmat valitaan jatkoon. Sitten mietitään mitä välineitä ja kuinka paljon tarvitaan, ja mikä on paras paikka opetukselle. Toistojen määrät pyritään saamaan mahdollisimman suuriksi, jotta lasten liikuntataidot paranevat. Myös varsinaista ohjaamista mietitään yhdessä.

Pienempien päiväkotilasten ja ala-asteen oppilaitten kanssa tavoitteena on kehittää pääasiassa perusliikuntataitoja. Vanhuksille tarjotaan liikunnallisia virikkeitä hauskojen lajien parissa. Reinokengän heitosta on tullut iäkkäiden parissa perinne. Vierailujen ansioista liikuttajat ovat tutustuneet useisiin vanhuksiin, joista osasta on tullut enemmän kuin tuttuja. Vanhusten kanssa on myös tärkeää päästä ulkoilemaan raittiiseen ilmaan, sillä sekään ei ole aina mahdollista. Liikkumisen lomassa on myös hauska vain jutustella ja vaihtaa kuulumisia.

Päiväkotilasten ja vanhusten tapahtumien lisäksi vuoteen on sisältynyt move-testien mittaamista, Beat Saber -mestaruuskisa, avustamista väriestejuoksussa ja ala-asteen liikuntatunneilla. Koppipalloturnaus Vantaan Energia Areenalla oli tänä vuonna uusi tapahtuma. Yhteistyössä Vantaan liikuntapalveluiden kanssa järjestetty turnaus keräsi peruskouluikäisistä lapsista koottuja joukkueita tapahtumaan. Liikuttajien tehtävänä oli opettaa säännöt ja tuomaroida pelit.

Liikuttajia oli tänä lukuvuonna mahtava määrä mukana. Ohessa vuoden 2025-26 liikuttajat: Alisa, Berra, Emmi, Halla, Jere, Jesse, Johnny, Tilja, Milja, Oona, Venla, Marina, Nella, Patrik, Lilja, Max. ■







EX KERAVA ERVO

Teksti ja kuvat: Jukka-Pekka Laaksoranta ja Heidi Yliheljo



KERVO ERAVA -LAISET ESITTÄYTYVÄT

No niin, hyvää huomenta, päivää, iltaa tai yötä, mihin vuorokauden aikaan nyt luettekaan tätä arvon sotunkilaiset! Tänään olemme saaneet tänne haastateltaviksi pikakysymysten pariin tuoreet yhteisömme jäsenet, Jukka-Pekka Laaksorannan ja Heidi Yliheljon, tervetuloa!

JP: Sano vaan JP.

Heidi: Sano vaan Heidi.

Tämä selvä, tervetuloa joka tapauksessa!

Heidi: Thank you very much, tack så mycket und vielen Dank! Onpa upeaa olla täällä.

JP: Kiitos kiitos, on todella mukavaa olla täällä ja suuri kunnia liittyä seuraanne.

No sehän on mukava kuulla. Mutta asiaan, kertokaa lyhyesti itsestänne:

Heidi: Minä olen englannin ja ruotsin kielen opettaja (takataskussa myös saksan opettajan pätevyys) ja absoluuttisten lempparieni eli germaanisten kielten lisäksi, pidän kaikista muistakin kielistä ja olen esim. nuorena opiskellut mandariinikiinaa vuoden ajan. Oi niitä aikoja! Nykyään, kun ikääkin on hieman karttunut, keskityn enimmäkseen perheeni hoitoon, suhailen ympäri pääkaupunkiseudun urheilukenttiä kultaisen hohtavalla Toyotallani kyydissä yleensä 1-4 urheilijan alkua ja "lenkkeilen" kissani kanssa.

JP: Noh, minä olen historian, yhteiskuntaopin, uskonnon ja liikunnan opettaja, tällainen varhaiskeski-ikäinen keskivertotyyppi. Minäkin muuten ajan Toyotan farmariautolla ja perheeseen kuuluu vaimo sekä lapsi. Keskiluokkaisesta idyllistäni puuttuu vain kultainennoutaja.

Vai sellaista, vai sellaista, samankaltaista porukkaa. Kertokaa seuraavaksi hieman siitä, miten päädyitte opettajiksi juuri Sotunkiin?

Heidi: Hommahan meni niin, että oltuani n. 20-vuotta peruskoulussa aineenopettajana, totesin, että aika oli kypsä muutokselle. Palveltuani Keravan Keravanjoen koulussa suomalaisen täysi-ikäisyyteen oikeuttavan ajan, kuulin Sotungin kutsun vanhan, kunnon hiihtolatuni vierestä! Tartuin mahdollisuuteen työskennellä tässä upeassa ja urheilullisessa ympäristössä, johon solahdin kuin kala veteen, kiitos upeiden opiskelijoiden ja työyhteisön!

JP: Lyhyesti sanottuna tulen Sotunkiin yli kymmenen vuoden peruskouluopetustaustalla. Aloitin urani syvällä Kaakkois-Suomen erämaaseudulla, josta pikkuhiljaa siirryin kohti Kehä III:n rajoja. Sotunkia ennen minäkin työskentelin kolme lukuvuotta Keravalla, Kurkelan koulussa. Vaikka Kerava olikin varsin, noh, Kerava, päätin heti tarttua mahdollisuuteen työskennellä Sotungissa kun se ilmaantui.

Oukei, oukei. Koska sotunkilaiset ovat aktiivista porukkaa, kysytäänpä seuraavaksi harrastuksistanne. Eli mitäpä harrastatte?

Heidi: Olen entinen kilpaurheilija ja valmentaja, mutta nykyisin otan urheilun suhteen hieman rennommin. Panostan hyvinvointiini esim. tekemällä niitä pitkiä mindfulness-kävelyitä kissani kanssa, joskus kiipeän kuntoportaita hirveällä raivolla sekä huhkin salilla ja jos lunta on, niin hiihdän. Toinen mielenkiintoni kohde on aina ollut musiikki, olenhan ikuinen musiikkiluokkalainen, kuorolainen ja bändisoittaja. Lukeminen on myös rakas harrastukseni ja useimmiten minulla on jokin vieraskielinen kirja yöpöydällä odottamassa.

JP: Minä harrastelen kestävyysjuoksua meiningillä tavoitteena maraton kerran vuoteen, kuntosalilla käymistä, jalkapallon potkimista ja sulkapalloa. Lisäksi meluan kitaran ja basson kanssa parissa bändissä, touhu saattaa joskus kuulostaa jopa musiikilta. Tykkään myös katsoa sarjoja sekä elokuvia, ja luen kaikkea uutisista tietokirjojen kautta romaaneihin.

Jep jep, aktiivisia ihmisiä myös nämä ex-keravalaiset. Loppuun vielä kesäterveiset ja lukuvuoden 2026-2027 katsaus kaikille lukijoillemme?

Heidi: Toivotan kaikille lukijoille mitä parhainta kesää ja lämmin suositus: Lukekaapa kesälomalla jokin mielenkiintoinen kirja, tai kaksi, esim. riippumatossa. Lukeminen kannattaa aina ja rentouttaa mieltä! Rentouttavan kesäloman jälkeen jaksamme kaikki panostaa ensi lukuvuoteen täydellä teholla ja koemme varmasti ikimuistoisia hetkiä Sotungissa yhdessä!

JP: Eipä siinä, kohtahan se kesä jo tuleekin. Muistakaa levätä, nauttikaa sopivasti ja tehdään ensi lukuvuodesta taas paras lukuvuosi koskaan!

Kiitos kiitos, tämä tässä tällä erää. Ja takaisin yläkertaan. ■

Teksti ja kuva: Tiia-Riina Viinikainen

OPISKELUVALMENTAJAN KOKEMUKSIA SOTUNGISTA



Hyppäsin elokuussa 2025 osaksi Sotunkia ja jatkoin Heidi Lähtevänojan jalanjäljissä opiskeluvalmentajan tehtävää, joka oli perustettu Tikkurilan ja Sotungin lukioihin vasta vuotta aiemmin. Ennen opiskeluvalmentajana toimimista olen työskennellyt muun muassa s2-opettajana ala- ja yläkouluissa.

Sotunkiin oli uutena helppo tulla. Ilmapiiri oli rento ja välitön, ja minut otettiin lämpimästi vastaan heti ensimmäisestä päivästä alkaen. Huomasin nopeasti, kuinka Sotungissa sekä henkilökunta että opiskelijat ovat kaikki hyviä tyyppejä!

Opiskeluvalmentajan tarkoitus on tarjota matalan kynnyksen tukea opiskelijoiden opintojen edistymiseen ja hyvinvointiin. Autan muun muassa ajanhallinnassa ja opiskelun ja vapaa-ajan kalenteroinnissa, tehtävien aloittamisessa ja aikaansaamisessa, kokeisiin ja yo-kirjoituksiin valmistautumisessa, sopivien opiskelutapojen ja -tekniikoiden löytämisessä, motivaation ja jaksamisen ylläpitämisessä sekä stressinhallinnassa.

Kanssani voi varata kahdenkeskisen tapaamisen wilma-viestillä. Lähetän myös joka periodissa tapahtumakutsun, josta voi halutessaan napata itselleen sopivan tapaamisajan.

Teen tiivistä yhteistyötä opiskeluhuollon henkilöstön kanssa, ja työhuoneeni löytyy Ollila C:stä. Ollilaan on aamuisin ilo tulla, koska siellä on samaan aikaan rauhallinen ja seesteinen tunnelma ja tekemisen meininki! Arvostan kollegoitani, jotka välittävät aidosti opiskelijoista ja tarttuvat ripeästi toimeen, oli kyse sitten opiskelijan hyvinvoinnista tai vaikkapa yhteisten tapahtumien järjestämisestä.

Itselle antoisinta tänä lukuvuonna ovat ehdottomasti olleet tapaamiset opiskelijoiden kanssa. Kohtaamani lukiolaiset Sotungissa ovat lämminhenkisiä, ihanan avoimia, fiksuja, ja heillä on kykyä syvälliseen pohdintaan sekä oivaltavia näkemyksiä maailmasta ja ihmisyydestä laajemminkin. Minusta tuntuu, että opin itse aina jotain uutta kaikissa tapaamisissa.

Yksilötapaamisten lisäksi olen saanut olla mukana esimerkiksi oppitunneilla, läksykahvilatoiminnassa ja hyvinvointikahvien järjestämisessä. Kaikkea tätä olemme toteuttaneet hyvässä ja sujuvassa yhteistyössä, mikä on äärimmäisen arvokasta eikä suinkaan itsestäänselvyys.

Ensimmäinen lukuvuosi Sotungin lukiossa on mennyt vauhdilla, ja onkin kiva jatkaa jo tutuksi käynyttä tehtävää ensi syksynä. Edeltäjäni Heidi Lähtevänoja tiivisti Sotungin hengen sanoihin innostuneisuus, välittäminen ja rento joustavuus, enkä voisi olla enemmän samaa mieltä. Sotungissa tehdään asioita tosissaan mutta ei liian ryppyotsaisesti, ja se sopii ainakin itselleni oikein mainiosti. ■

Tutoreiden lukuvuosikatsaus

Teksti ja kuvat: *Kristina Tuominen*

Kulunut lukuvuosi oli tutoreille aktiivinen, yhteisöllinen ja monella tapaa uudistava. Tutortoiminnan keskeinen tavoite – uusien opiskelijoiden tukeminen ja koko kouluyhteisön hyvinvoinnin vahvistaminen – näkyi erityisesti ykkösten retkipäivässä sekä ysien avoimissa ovissa.

Tutorit olivat jälleen tärkeässä roolissa lukuvuoden käynnistyessä. Ykkösten vastaanotto, tutustumisleikit ja ykkösten retkipäivä loivat turvallisen ja rennon ilmapiirin, joka auttoi uusia opiskelijoita löytämään paikkansa lukiossa.

Lukuvuoden aikana tutorit järjestivät muutamia tapahtumia, ro-ohjelmaa, välituntiohjelmaa ja perinteisen ykkösten retkipäivän.

Tutorit toimivat vertaistukena niin opintoihin, hyvinvointiin kuin koulun käytäntöihin liittyvissä kysymyksissä. Moni tutoriksi hakeva ykkösvuoden opiskelija kertoi tutorien tuen helpottaneen siirtymää peruskoulusta lukioon. ■









Teksti: *Ronja Helenius*
Kuva: *Marko Alanen*

VIESTINTÄÄ, VAIKUTTAMISTA JA YHTEISÖLLISYYTTÄ



Lukuvuosi 2025–2026 oli opiskelijakunnan toiminnassa aktiivinen ja kehityspainotteinen. Hallitus toimi poikkeuksellisen pienellä kokoonpanolla, mutta yhteistyö on ollut tiivistä ja toiminta on sujui hyvin.

Vuoden aikana opiskelijakunnan hallitus on kehittänyt toimintaansa ja uudistanut käytäntöjään. Erityisesti kioskitoimintaa on parannettu lisäämällä uusia tuotteita ja huomioimalla opiskelijoiden toiveita. Opiskelijoiden mielipiteiden kuuntelemiseen on panostettu aiempaa enemmän.

Myös viestintää on kehitetty, erityisesti sosiaalisen median osalta, jotta opiskelijat tavoitettaisiin paremmin. Opiskelijakunnan edustajat ovat osallistuneet aktiivisesti koulun päätöksentekoon esimerkiksi johtoryhmän kokouksissa.

Toiminnan keskiössä on ollut yhteisöllisyyden vahvistaminen ja opiskelijoiden arjen parantaminen. Pienestä hallituksesta huolimatta toiminta pysyi aktiivisena sekä kehittyvänä. ■

VARIAN LUKIOPAJAT JA KAKSOISTUTKINTO: TUKEA JA YHTEISTYÖTÄ MUUTOSTEN KESKELLÄ



Teksti: *Laura Havimo*
Kuva: *Mauro Sanchez Gonzales*

MIKÄ KAKSOIS-TUTKINTO?

Varian ja Careerian opiskelijat voivat suorittaa kaksoistutkinnon Sotungin etälukiossa. Kaksoistutkinto tarkoittaa sitä, että opiskelija saa toisen asteen ammatillisen tutkinnon sekä ylioppilastodistuksen. Kaksoistutkinnon opiskelu vaatii itseohjautuvuutta ja sitkeyttä, mutta onnistuessaan opiskelijalle aukeaa ovet sekä jatko-opintoihin että työelämän mahdollisuuksiin samalla kertaa.

Varian kampuksilla järjestetään kerran viikossa lukiopajat, joissa voi tehdä etälukion tehtäviä ja kokeita sekä jutella omista opinnoista.

VARIAN KAMPUK-SILLA REMONTTEJA JA MUUTTOJA

Syksyllä 2025 avautui Varian Vehkalan uusi kampus, joka on ollut paljon esillä myös mediassa. Sinne on keskitetty enin osa Varian opiskelijoista. Samalla Hiekkaharjun toimipistettä remontoitiin ja osa opiskelijoista oli siirretty väliaikaisiin toimitiloihin.

Vuoden varrella Varian toimialat ovat siis muuttaneet suuntaan ja toiseen ja etälukion lukiopajat muutosten mukana. Myyrmäen kampuksen sulkeutuessa lukiopaja muutti sieltä Vehkalaan. Lukiopajat ovat palvelleet myös Koivukylän, Vehkalan ja Aviapoliksen toimipisteissä.

YHTEISTYÖ VANTAAN AIKUISLUKION KANSSA

Vantaan aikuislukion kautta lukio-opintoja on voinut opiskella lähiopetuksessa Vehkalan kampuksella. Aikuislukio tarjoaa varialaisille päiväopetuksessa kuitenkin vain tavallisimmat lukioaineet, ja useimmat reaaliaineet Varian kaksoistutkintolainen opiskelija opiskelee Sotungin etälukiossa.

Vuoden varrella yhteistyö ja viestintä ovat kehittyneet, ja malli toimii nyt jo melko jouhevasti kolmen koulun: Varian, Sotungin Etälukion ja Vantaan aikuislukion kesken.

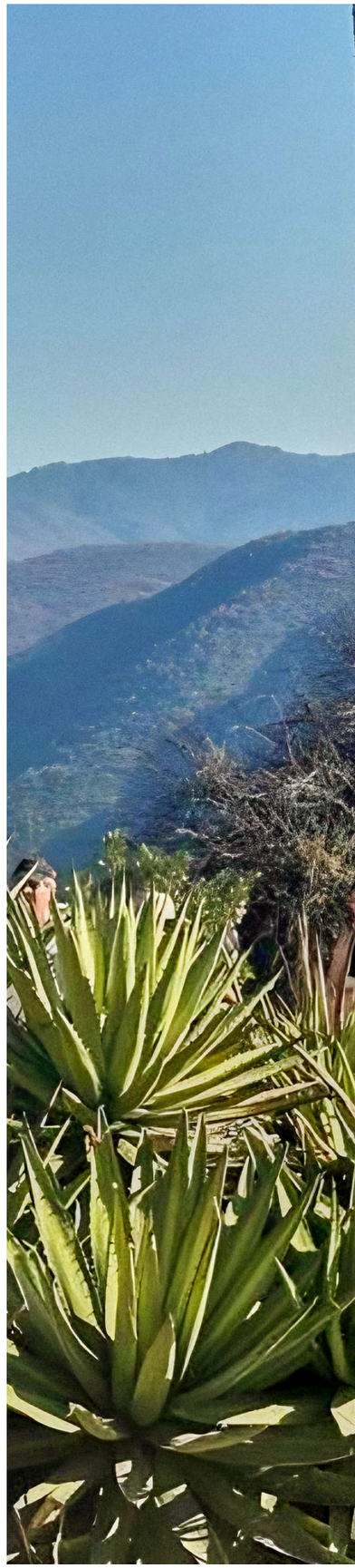
IT-OSAAJAKSI CAREE-RIASTA JA YLIOPPILAAKSI SOTUNGIN ETÄLUKIOSTA

Mauro Sanchez Gonzales valmistuu ylioppilaaksi Sotungin etälukiosta keväällä 2026 ja saa ict-alan perustutkinnon Careeriasta. Haastattelimme häntä valmistumisen kynnyksellä.

Kaksoistutkinto on hänen mukaansa hyvä juttu, jos ei ole varma, haluaako lukioon vai ammatillisiin opintoihin.Itsenäinen työskentely on sopinut hänelle hyvin. Aluksi hän kävi enemmän lukiopajoissa saamassa tukea, mutta myöhemmin pystyi opiskelemaan itsenäisesti, ja kävi pajoissa tekemässä lähinnä vain kokeet.

Osa oppiaineista on ollut helpompia, osa haastavampia. Fysiikan ja matematiikan opiskelu etänä on vienyt paljon aikaa. Matematiikka on kuitenkin ehkä tärkein oppiaine Mauron oman ammatillisen osaamisen kannalta, joten hän on halunnut panostaa siihen.

Mauro kiittelee etälukion kivoja opettajia, jotka auttavat aina, jos on ollut joku ongelma. ■





Behind the scenes: esityksen visuaalisuus ja markkinointi

Teksti: *Laura Havimo*
Kuvat: *Martta Niemi*

Lukioteatterin skenografia, eli lavastus ja puvut on aiemmin toteutettu osana teatteriproduktion muodostavia TEAS2- ja TEAS3-opintojaksoja. Esityksen visuaalinen maailma on täytynyt päättää ja esivalmisteluja tehdä jo ennen harjoitusjakson alkua. Devising-teoksissa visuaalisuus on muotoutunut harjoitusprosessin myötä, kaiken muun tekemisen lomassa. Esityksiä ei ole ehditty aina markkinoida kovin paljon ja ne ovat välillä jääneet näkemättä monelta omankin koulun opiskelijalta.

Sekä teatterin opiskelijat että me teatterin opettajat olemme toivoneet mahdollisuutta ottaa kunnolla aikaa toisaalta näyttelijäntyön harjoitteluun, toisaalta skenografiaan niin, että myös opiskelijat osallistetaan esityksen visuaalisuuden syntymiseen jo suunnitteluvaiheessa. Myös esityksestä ja Sotungin teatteritoiminnasta tiedottaminen on kaivannut lisää aikaa ja tekijöitä.

Tänä lukuvuonna järjestetty Behind the scenes -opintojakso kokosi yhteen tiiviin joukon uusia ja vanhoja lukioteatterilaisia, jotka halusivat oppia uutta puku- ja lavastussuunnitelusta sekä tapahtumamarkkinoinnista.

Opintojakson myötä Sotungin lukiota varten organisoitiin oma näytöksensä, jolloin useammat opiskelijat pääsivät näkemään näytöksen. Alueen yläkouluja tiedotettiin esityksistä, mikä sai koululaisnäytöksiä täyttymään. Opittiin tarjouspyynnön ja markkinointisuunnitelman tekoa, ja lukioteatterin someen saatiin monipuolisempaa ja säännöllisempää sisältöä. Julisteet saatiin hyvissä ajoin esille koululle sekä lähialueelle. Opintojakson parissa suunniteltiin myös käsiohjelmaa, joka palvelee katsojaa nyt entistä monipuolisemmin.

Jakso antoi opiskelijoille myös syvempää näkemystä teatterin eri osa-alueista ja siitä, miten ne toimivat yhteen. Oma taiteellinen suunnitteluosaaminen kehittyi, kun visuaalisia päätöksiä ehti kunnolla pohtia ja perustella. Harjoiteltiin taiteellisessa suunnittelutyössä tarvittavia työelämätaitoja, kuten omien ideoiden visualisointia ja esittämistä ohjaajalle ja tuottajalle. Jakso vahvisti myös ryhmän yhteishenkeä ja tiimityötaitoja entisestään.

Sekä Behind the scenes -opintojakson opiskelijat että muut lukioteatterilaiset ovat kiittäneet opintojakson tuoneen rauhaa, aikaa ja systemaattisuutta kaikkeen lukioteatteriin liittyvään työskentelyyn. Kun on aika harjoitella kohtauksia, voi tehdä sitä rauhassa. Ja kun on aika suunnitella pukuja ja lavastusta, tehdään sitä paneutuen täysillä. Kaikki tämä on esityksen etu. Tehty työ välittyy katsojillekin.■



HYVINVOINTIA ARJESSA – YHR:N VUOSIKATSAUS

Teksti: *Henriikka Haimila*
Kuvat: *Henriikka Haimila, Marko Alanen*

Lukuvuosi käynnistyi tuttuun tapaan uusien opiskelijoiden ryhmäytymispäivällä, joka järjestettiin tällä kertaa Kisakallion urheiluopistolla. Ryhmäytyminen on tärkeä osa opintojen alkua: se vahvistaa yhteisöllisyyttä, tukee kiinnittymistä opiskeluympäristöön ja tekee arjesta mielekkäämpää. Tänä vuonna mukana oli myös uusi opiskeluvalmentajamme Tiia, joka liittyi YHR joukkoon. Muihin opiskeluhuoltoryhmän jäseniin opiskelijat pääsivät tutustumaan heti ensimmäisten koulupäivien ja opotuntien aikana.

Syksyn aikana YHR osallistui koulutukseen, jossa käsiteltiin yksinäisyyttä ja vaikeasti havaittavaa kiusaamista. Koulutuksen pohjalta yhteisöllinen hyvinvointiryhmä valmisti opettajille ja opiskelijoille materiaalia, jota työstettiin yhdessä ro-tuokioissa. Näiden tärkeiden teemojen parissa jatketaan myös ensi lukuvuonna.

Perinteisten teemaviikkojen ja hyvinvointikahvitusten lisäksi syksyä rytmittivät erilaiset välituntiohjelmat. Luovuutta päästiin hyödyntämään muun muassa ystävänpäivä- ja joulukortteja askarrellessa. Hyvinvointiviikolla nostettiin esiin jaksamiseen liittyviä teemoja, ja abeille järjestettiin lukusuunnitelmapaja kevään 2026 kirjoituksiin valmistautumista varten.

Kevätlukukauden hyvinvointiviikkoa alettiin suunnitella hyvissä ajoin, ja sitä vietettiin viikolla 10. Mukana oli monipuolinen joukko yhteistyötahoja: Ohjaamo, Liikkuva opiskelu, Vantaan nuorisotyö, suun terveydenhuolto, Essy ry sekä Hakunilan seurakunta. Ohjelmaa toteuttivat myös tutorit ja OPKH, ja ro-tuokioissa pysähdyttiin pidemmän lukuhetken äärelle.





YHR toiminnassa keskeistä on näkyvyys ja helposti lähestyttävyys. Parhaiten tämä toteutuu siellä, missä opiskelijatkin ovat – arjen keskellä. Tänäkin lukuvuonna on ollut ilo kohdata koulumme opiskelijoita ja tehdä merkityksellistä työtä yhdessä YHR porukan kanssa. ■

Yhteisöllinen opiskeluhuolto on osa koulun arkea ja toimintakulttuuria. Sen tavoitteena on edistää opiskelijoiden hyvinvointia, oppimista, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Sen toiminnan tavoitteena on luoda turvallinen, terve ja viihtyisä opiskeluympäristö, jossa jokainen kokee kuuluvansa osaksi kouluyhteisöä.

Sotungin lukiossa yhteisöllisestä opiskeluhuollosta vastaa yhteisöllinen hyvinvointiryhmä (YHR). Ryhmään kuuluvat rehtori, aineenopettaja, erityisopettaja, opinto-ohjaaja, opiskeluhuollon asiantuntijoita (terveydenhoitaja, kuraattori, psykologi), opiskeluvalmentaja sekä vaihtuvia opiskelijaedustajia opiskelijakunnan hallituksesta.

SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi

ETÄKOEJÄRJESTELMÄ SMOWLIN ENSIMMÄISET TESTIT ETÄLUKIOSSA JA TIUKEMPI LINJA TEKOÄLYN KÄYTTÖÖN

Teksti: *Kristina Tuominen*

Neljännen periodin koeviikolla muutama etälukion opiskelija pääsi testaamaan etäkoejärjestelmä Smowlia etäkokeissaan. Testijakso toteutettiin valituilla opintojaksoilla, ja sen aikana kerättiin sekä teknistä dataa että käyttäjäkokemuksia. Jatkossa tavoitteena on, että opiskelija voi aina halutessaan valita etäkokeen, jolloin etälukion voi suorittaa yo-kokeita lukuun ottamatta täysin etänä. Smowlin käyttö auttaa näissä tapauksissa opettajia varmistamaan arvioinnin luotettavuuden.

Ensimmäiset tulokset osoittivat, että Smowlin valvontatyökaluilla voidaan lisätä etäopiskelun läpinäkyvyyttä ja tukea reilua arviointia. Opiskelijat suhtautuivat järjestelmään pääosin neutraalisti tai myönteisesti, kun sen käyttötarkoitus ja tietosuojaperiaatteet avattiin selkeästi. Opettajille Smowl tarjosi uuden välineen arviointitilanteiden varmentamiseen ja mahdollisten väärinkäytösten ennaltaehkäisyyn.

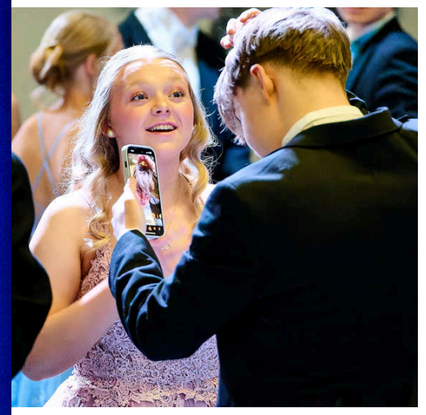
Samanaikaisesti tiukensimme linjaamme tekoälyn käyttöön liittyvissä kysymyksissä. Tekoälyavusteisten työkalujen yleistyminen näkyi opiskelijoiden tuotoksissa, mikä lisäsi tarvetta selkeille pelisäännöille. Päivitimme ohjeistuksen, jossa määritellään, milloin tekoälyn käyttö on sallittua, milloin se on kiellettyä ja miten opiskelijan tulee merkitä mahdollinen tekoälyn hyödyntäminen omassa työssään. Lisäksi opettajia tuettiin tunnistamaan tekoälyn tuottamaa sisältöä ja ottamaan se huomioon arvioinnissa.

Smowlin pilotointi ja tarkennettu tekoälylinja muodostavat yhdessä kokonaisuuden, jonka tavoitteena on vahvistaa oppimisen luotettavuutta, tukea opiskelijoiden omaa osaamista ja varmistaa tasapuoli-

Vanhojen tanssit 2026

Teksti: *Sami Saarikoski*
Kuvat: *Marko Alanen*







Vanhojen päivää vietettiin perinteisten tanssien merkeissä pe 6.2.2026. Tansseissa oli mukana 86 paria eli reilu 170 tanssijaa. Vanhojen tanssit tanssittiin tällä kertaa kahdessa paikassa. Päiväesitykset olivat Sotungin koululla ja iltaesitykset tanssittiin Lehtikuusen koululla. Päivän juontajana toimivat *Kaisa Ferm* ja *Juho Markkanen*. Iltaesityksessä musiikista vastasi *Vantaan puhallinorkesteri Louhi*.

Vanhojen päivän aikana esiinnyttiin lähialueen kouluille ja päiväkodeille. Iltajuhlassa Lehtikuusen koulun katsomot täyttyivät tanssijoiden lähisukulaisista ja ystävistä.

Päivän ohjelma koostui tutuista tansseista. perinteisten avaustanssin, kehruuvalssin, tangon ja wienervalssin lisäksi ohjelmassa oli vauhdikkaita esityksiä salty dog ragin ja fireman's dancen muodossa.

Oman tanssin suunnittelusta ja harjoittelusta vastasivat kakkoset itse. Omassa tanssissa oli nähtävissä tuttuja tanssikuvioita somen maailmasta. Esitys oli hauska ja sai suuret suosionosoitukset yleisöltä.

Koristeluryhmällä riitti kiirettä, kun tällä kertaa piti suunnitella ja koristella kaksi tanssipaikkaa. Katosta laskeutuvat valkoiset harsot saivat liikuntasalin näyttämään juhlalliselta.

Reilun kahden kuukauden ahkeran harjoittelun lopputuloksena syntyi varmasti kaikille vanhoille ikimuistoinen juhlapäivä. ■







SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi

Teksti: *Mari Silvennoinen*
Kuva: *Marko Alanen*

AVOIMISSA OVISSA RITTI: VIPINÄÄ





Torstaina 22.1.2026 Sotungin lukio toivotti 9. luokkalaiset sekä heidän huoltajansa tervetulleiksi tutustumaan lukion monipuolisiin mahdollisuuksiin ja aistimaan lukioelämän tunnelmaa. Tapahtumaan osallistui runsain mitoin oppilaita ja huoltajia niin lähialueen yläkouluista kuin kauempaa naapurikunnista.

Avoimissa ovissa 9. luokkalaiset pääsivät tutorien opastamina tutustumaan koulurakennukseen ja osallistumaan monenlaisiin toiminnallisiin tehtäviin, joita opettajat olivat luokkiin loihtineet. Tutuksi kävijöille tulivat niin lukion opettajat oppiaineineen kuin teatteri ja kv-mahdollisuudet. Urheilulinjasta kiinnostuneet tapasivat liikuntasalissa valmentajia ja auditoriossa oppilaat ja iltatilaisuudessa huoltajat saivat yleisinfoa lukio-opiskelusta.

Tilaisuuden täytti iloinen ja innostunut tunnelma, josta on kiittäminen kaikkia järjestelyihin osallistuneita! ■

SOLUROCK

Teksti: *Kaisa Vuolle*
Kuvat: *Marko Alanen*

Solurock-konsertti teki paluun tänä keväänä seitsemän vuoden tauon jälkeen. Edellisen kerran Solurock oli järjestetty vuonna 2019, mutta sitten koronavuodet katkaisivat yli 20 vuotta jatkuneen perinteen. Kolmena edellisenä lukuvuonna järjestimme kuitenkin pienimuotoisemmat Pop Up –konsertit musiikkiluokassa ja yläaulassa.

Solurock pidettiin tiistaina 28.4.2026 Sotungin lukion salissa. Konsertissa esiintyi ensimmäisenä ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoiden muodostama Sotunki House Band, jonka jäsenet osallistuvat MUS05-opintojaksolle. He esittivät kolme itse valitsemaansa kappaletta. Toisena esiintyi opettajien bändi Käärijän kappaleella Vantaalainen. Viimeisenä kuultiin abien bändiä. He esittivät neljä kappaletta, joista yksi oli bändin rumpalin Luka Heikkisen oma sävellys. Kolme abibändin neljästä jäsenestä suoritti tällä esiintymisellä musiikin lukiodiplomin konserttiosuuden.

Saimme kuulla todella upeita ja monipuolisia esityksiä taitavien muusikoiden esittäminä. Lukion tekniikkaryhmä hoiti loistavasti konsertin äänet ja valot.

Konsertti virkisti ja toi mukavaa vaihtelua normaaliin koulutyöhön. Kiitos kaikille esiintyjille ja tekniikkaryhmälle hienosta konsertista! ■

Sotunki House Band:
- *All Of Me*
- *On elämä laina*
- *I Still Haven´t Found What I´m Looking For*

Opebändi:
- *Vantaalainen*

Abibändi:
- *Left Behind*
- *(Don't Fear) The Reaper*
- *Cavarly Of The Condemned*
- *Fade to Black*















PIISPAN VIERAILU SOTUNGIN LUKIOSSA

Teksti: *Esa Partanen*
Kuvat: *Marko Alanen*

SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi





Maaliskuun puolivälissä saimme Sotunkiin arvovaltaisen vieraan, kun Helsingin hiippakunnan piispa, Teemu Laajasalo, seurueineen saapui koulullemme piispantarkastuksen merkeissä. Seurueeseen kuului sekä Helsingin hiippakunnan tuomiokapitulin että Hakunilan seurakunnan henkilöstöä. Piispantarkastuksen tarkoituksena oli tutustua Hakunilan seurakunnan toimintaan ja työntekijöihin, mutta samalla myös alueen muihin palveluihin, toimijoihin ja ihmisiin.

Vierailu käynnistyi esittäytymisillä, tarjoilulla ja koulumme esittelykierroksella, jota oli rehtorin kanssa toteuttamassa opiskelijamme Juho. Alkuseremonioiden jälkeen koko seurue kerääntyi liikuntasaliin, jossa piispa pääsi kisailemaan koripallossa opiskelijoidemme kanssa. Samalla liikunnanopettajamme Sami esitteli Sotungin urheiluvalmennusta ja sen yhdistämistä lukio-opintoihin. Niin vapaaheittoviivan takana kuin yleisössäkin nähtiin monia hymyileviä kasvoja, joten lukiomme hengessä toteutettu urheilullinen tilaisuus oli selvästi mieleinen kaikille osapuolille.

Välitunnilla piispa vieraili opettajainhuoneessa, jossa käytiin keskustelua opettajankoulutuksesta, uskonnonopetuksesta ja tietysti lukion arjesta. Lopuksi piispa osallistui vielä evankelisluterilaisen uskonnon oppitunnille, jolla hän kertoi opiskelijoille omista vaiheistaan ja työstään. Loistavan puhujan merkkinä voidaan varmasti pitää sitä, että älylaitteetkaan eivät tällä tunnilla houkutelleet nuoria. Opiskelijat kuuntelivatkin piispan kertomuksia herkeämättä ja käyttäytyivät muutenkin tilaisuudessa aivan esimerkillisesti. Nuoristamme sai jälleen kerran olla kertakaikkisen ylpeä! Lopuksi opiskelijat saivat esittää kysymyksiä piispalle, ja myös tähän osuuteen molemmat osapuolet heittäytyivät rohkeasti mukaan. Hyvien kysymysten ja syvällisten vastausten myötä saimme ehkä selville myös palasen elämän tarkoituksesta.

Olemme kiitollisia siitä, että saimme Teemu Laajasalon vieraaksemme havainnoimaan ihan tavallista ja oikeaa lukion arkea. Kaiken kaikkiaan piispasta välittyi erittäin älykäs, lämmin, maanläheinen ja ennen kaikkea ihmisläheinen vaikutelma. Upeiden sotunkilaisten ansiosta on vahvasti syytä olettaa, että samanlainen kuva välittyi piispalle ja hänen seurueelleen myös Sotungin lukiosta. ■



SOTUNGIN LUKIOTEATTERI ESITTÄÄ

William Shakespeare

JUHANNUSYÖN UNI

KOLMESSA VARTISSA

OHJAUS JA TEKSTIN SOVITUS: HANNA LEKANDER

Sotungin lukioteatterin vuoden 2025 näytelmä oli *William Shakespearen* klassikko Kesäyön uni. Sotungissa ”Juhannusyön uni kolmessa vartissa” -nimellä esitetty näytelmä on 450-vuotta vanha komedia rakkaudesta ja parin valinnasta. Shakespeare on tarkkanäköisesti havainnut ja tuonut esiin ihmisluonnosta kateuden sekä kopioinnin ja samaistumisen tarpeet. Nämä eivät ole muuttuneet mihinkään aikojen saatossa. ■

Rooleissa: *Kaisa Ferm, Anna Roque, Veeti Metsola, Amanda Allajar, Anna Jenu, Jonni Rantala, Tomi Kaukosuo, Emma Lammassaari, Samu Paksunen, Eeva Alhonen, Nuppu Hytönen, Juho Markkanen, Anna Luht*

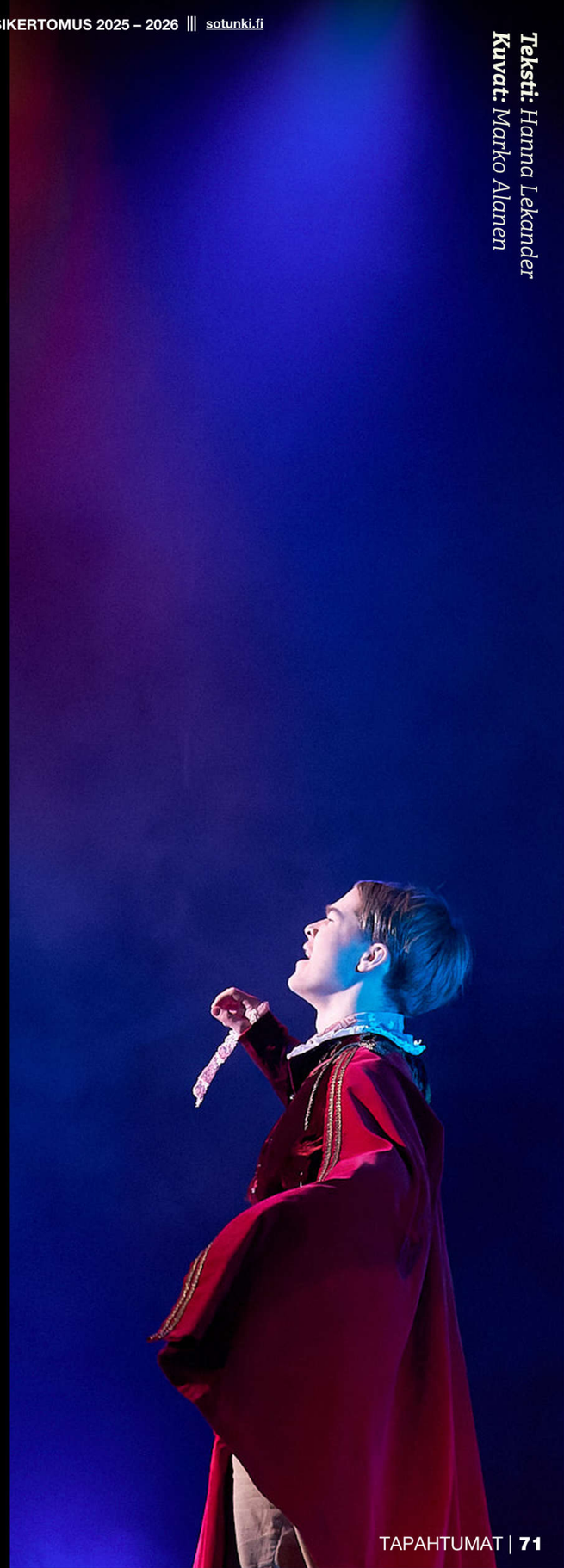
SOTUNGIN LUKIO ||| **VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026** ||| sotunki.fi

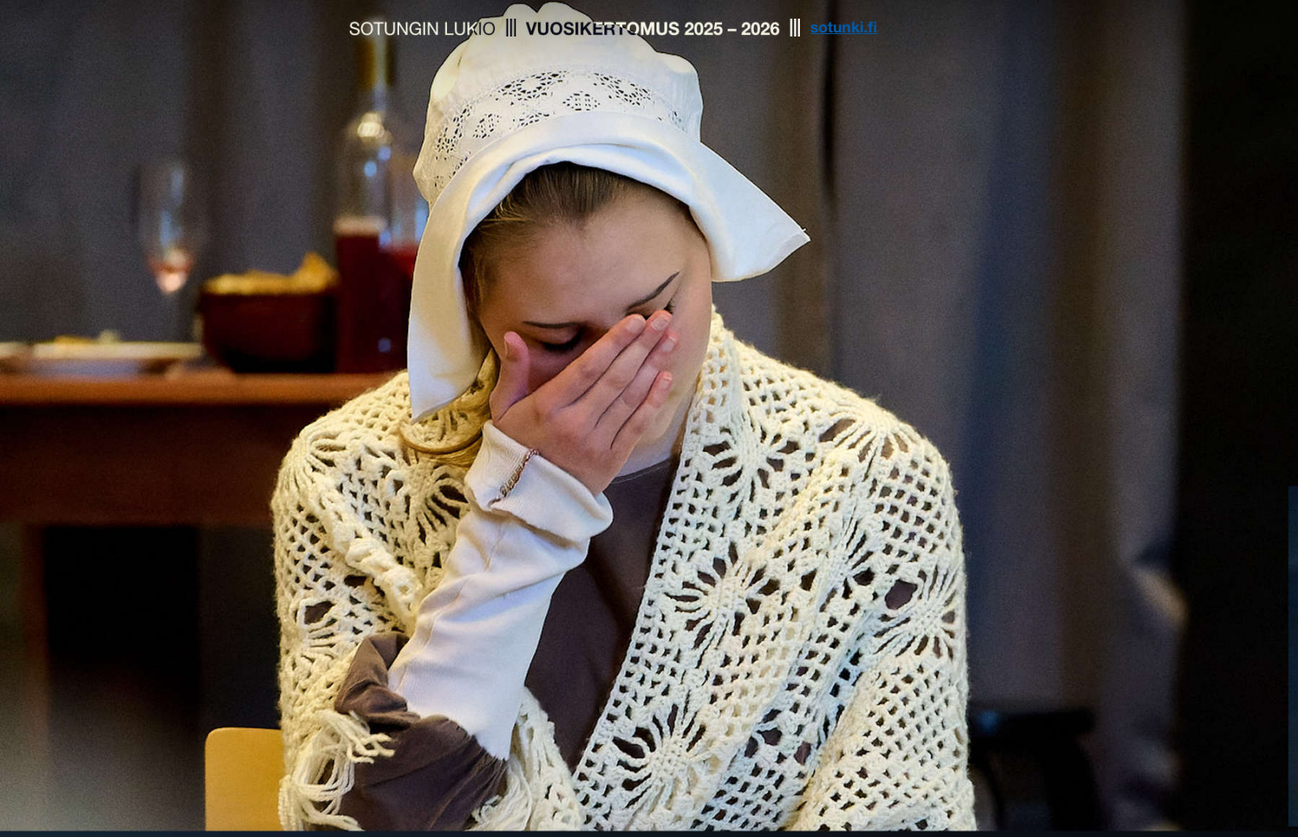






Teksti: *Hanna Lekander*
Kuvat: *Marko Alanen*





SOLU-TEATTERI



SOTUNGIN LUKIO ||| VUOSIKERTOMUS 2025 – 2026 ||| sotunki.fi





KOHTAUKSIA

Romeosta ja Juliasta

Toukokuussa Italian Erasmus-teatteriprojekti huipentui ”Kohtauksia Romeosta ja Juliasta” demonstraatioesitykseen. Tiukasta aikataulusta huolimatta kohtaukset saatiin kasaan puvustusta, lavastusta ja äänimaailman suunnittelua ja toteutusta unohtamatta.

Jokaiselle kohtaukselle varattiin vain yksi harjoittelukerta. Meille opiskelijoille tämä ei ollut ongelma eikä mikään, sillä repliikkien harjoittelu alkoi jo vuodenvaihteessa Italianmatkan yhteydessä. Kahden viikon sisällä demonstraatio olikin valmis yleisölle. Nopeaa, helppoa ja tyylikästä!

Projekti alkoi jo talvella italialaisten vieraillessa Suomessa ja meidän vieraillessa Italiassa. Lyhyestä reissusta huolimatta meillä oli tiivis porukka ja lukioteatterille ominainen mahtava yhteishenki josta kukaan ei jäänyt paitsi, ja juuri se tekee teatterimatkoista Sotungin lukion kv-matkojen kermaa! ■

Teksti: *Tomi Kaukosuo*
Kuvat: *Marko Alanen*

Sotunki
LUKIO JA ETÄLUKIO

Sotungintie 19,
01200 Vantaa

www.sotunki.fi

www.etalukio.fi

X:
@sotunginlukio

Instagram:
@sotunginlukio1

Facebook:
www.facebook.com/sotunki

www.facebook.com/etalukio

Vantaa