

## **P R E S S E M I T T E I L U N G**

**Nr. 097-10  
05.08.2010**

### **Unterrichtsbeginn auf 9 Uhr verlegen**

Nach den Ferien klingeln die Wecker für Kinder und Jugendliche zu nachtschlafender Zeit. In den Herbst- und Wintermonaten müssen sich die SchülerInnen im Dunkeln auf den Weg zur Schule machen und sind dabei nur eines: nämlich müde. Wissenschaftlich ist längst belegt, dass der Biorhythmus insbesondere von Jugendlichen nach einem späteren Unterrichtsbeginn verlangt. „Der Unterricht sollte in Bremen und Bremerhaven erst um 9 Uhr beginnen. Dann ist die Leistungsfähigkeit besser. Bisher werden SchülerInnen gezwungen, gegen ihren natürlichen Biorhythmus zu handeln. Der lässt sich durch frühes Aufstehen nicht überlisten. Ich spreche mich daher für einen späteren Unterrichtsbeginn aus“, erklärt die bildungspolitische Sprecherin Anja Stahmann.

Studien in den USA haben gezeigt, dass SchülerInnen bei einem späteren Schulbeginn nicht länger wachbleiben als vor der Umstellung. Sie kommen ausgeschlafener in den Unterricht. England, Spanien, Italien, Frankreich - viele Länder in Europa organisieren den Schultag ganz anders als Deutschland. Sie beginnen mit dem Unterricht erst um 9 Uhr, machen eine lange Mittagspause und haben dann Nachmittagsunterricht.

Auch bei einem späteren Unterrichtsbeginn sollten die Schulen ihre Türen früh öffnen. „Das kommt dann auch den Wünschen von Berufstätigen entgegen, die auf einen früheren Start der Schule angewiesen sind. In anderen Ländern habe ich gesehen, dass die Schulen sich mit dem späteren Unterrichtsbeginn für alle positiv verändern. Gemeinsames Frühstück in der Mensa, Klönen mit Freunden oder langsames Starten in den Tag ist nicht nur gesünder, es verbessert auch die Lernleistung“, so Anja Stahmann.

Auch rechtlich spricht nichts dagegen, dass Schulen den Unterrichtsbeginn nach hinten schieben. Schulen könnten zudem modellhaft ein verändertes Zeitmodell austesten.