

13.1.2025

Dnro 7744-2024
(00 01 02)**Vastaus valtuutettu Laura Rantasen ym. aloitteeseen kahdeksan aamuista luopumisesta yläkouluissa ja toisella asteella**

Valtuutettu Laura Rantanen ym. ovat 11.11.2024 tehneet aloitteen, jossa esitetään, että Turun kaupunki alkaa valmistella kahdeksalta alkavien koulupäivien muuttamista aikaisintaan yhdeksältä alkaviksi koulupäiviksi yläkouluissa ja toisella asteella. Aloitteessa viitataan Forssaan, jossa on päätetty siirtää peruskoulut alkamaan aamuyhdeksältä. Mukana on Forssan kaupungin koko perusopetus, ja kokemukset ovat aloitteen mukaan olleet hyviä.

Vastauksena aloitteeseen on todettava, että monet asiantuntijat ovat sitä mieltä, että lasten oppimisen ja jaksamisen kannalta olisi parempi, että koulu alkaisi vasta aamupäivästä tai edes myöhemmin kuin kahdeksalta. Kahdeksalta alkava koulupäivä on erityisen hankala yläkouluikäisille, koska murrosiässä biologinen rytmi myöhäistyy.

Teini-ikäisten yöunet ovat tutkitusti lyhentyneet ja aamuväsymys lisääntynyt. WHO:n koululaistutkimuksen mukaan vuonna 2022 Suomessa arviolta joka neljäs 7.-luokkalainen ja joka kolmas 9.-luokkalainen nukkui koulupäivinä korkeintaan 7 tuntia yössä. Arkisin lyhyitä yöunia nukkuvien yläkoululaisten osuus oli lähes kaksinkertainen vuoteen 2014 nähden.

Vaikka teoriassa myöhäisempi aamuherätys mahdollistaisi koululaisille pitemmät unet, tutkimusten valossa nuorten uni ei juuri parane. Myöhäisemmistä aamuista huolimatta lapset ja nuoret eivät nukkuneet sen pitempään eivätkä heidän opintasuorituksensa parantuneet.

Aukotonta ratkaisua nuorten väsymykseen kouluaamujen myöhäistäminen ei siis tarjoa. Nuorten ja lasten riittävän unen saannin kannalta keskeisempää on se, kuinka myöhään lapsi ylipäänsä käy nukkumaan arki-iltoina. Toinen tärkeä seikka on, että unirytmiksi pysyy säännöllisenä sekä arkena että vapaapäivinä.

Julkisuudessa on käyty runsaasti keskustelua lasten ja nuorten ruutuajasta ja myöhäisestä valvomisesta, joilla on kielteinen vaikutus lasten ja nuorten uneen ja keskittymiseen seuraavana koulupäivänä. Tutkijat suosittavat panostamaan etenkin nukkumaanmenon aikaistamiseen, jos lapsen ja nuoren yöunia halutaan pidentää. Haasteena on se, että nukkumaanmenon aikaistaminen on kotien ja lapsen tai nuoren vastuulla.

Kun kahdeksan aamuista luopumisesta on aiemmin keskusteltu Turussa, on huolta herättänyt se, mitä pienimmät koululaiset tekevät aamuisin ennen koulua vanhempien lähdettyä töihin. Eräät kunnat ovat ratkaisseet ongelman yksöis- ja kakkosluokkalaisten aamukerholla, jonne voi mennä jo kahdeksalta ennen koulun alkua. Turun kaupunki on kuitenkin taloudellisiin syihin vedoten päättänyt lopettaa peruskoulujen aamutoiminnan 1.8.2025 lukien.

Kouluaamujen myöhäistämistä arvioitaessa on huomioitava lisäksi se, että ammatillisessa koulutuksessa valmistaudutaan ja totutellaan tulevaan työelämään ja siellä oleviin työaikoihin. Työelämässä tapahtuva oppiminen alkaa



13.1.2025

Dnro 7744-2024

(00 01 02)

useassa yrityksessä jo klo 7, johon osa opiskelijoista tutustuu jo ensimmäisestä vuodesta lähtien. Lisäksi omat työelämälähtöiset oppimisympäristöt asiakaspalvelussa edellyttävät aloitusta usein viimeistään klo 8.

Turussa kasvatus- ja opetuslautakunta päättää lukuvuoden työajoista. Oppilaitoskohtaisista työajoista päättää peruskoulun tai lukion rehtori sekä ammatillisen koulutuksen osalta koulutuspäällikkö. Ennen päätöksentekoa kuullaan henkilökuntaa, oppilas- ja opiskelijakuntaa ja peruskoulun osalta myös vanhempainyhdistystä ja huoltajia.

Käytännön elämässä vaikuttaa siltä, että niiden turkulaisten oppilaitosten osuus, joissa koulutyö alkaa vasta klo 8.00 jälkeen, on lisääntynyt. Koulupäivän alkamisen myöhentämistä osaltaan on estänyt se, että koulupäivät yläkoulussa ja toisella asteella venyvät jo nyt klo 16:een asti, jolloin myöhäistämistä tapahtuisi myös klo 16:n jälkeen. Tällä puolestaan saattaa olla kielteisiä vaikutuksia nuorten harrastustoimintaan ja koulutyön sekä vapaa-ajan yhteensovittamiseen.

Joukkoliikenne on toivonut, että koulutyö voisi alkaa vasta klo 8.00:n jälkeen aamun ruuhkaisuuden välttämiseksi. Nykyään työelämä alkaa useimmilla samaan aikaan, joten bussilinjojen käyttöastetta voitaisiin näin tasata.

Kasvatuksen ja opetuksen palvelukokonaisuudessa ei pidetä perusteltuna, että koulutyön alkamisesta päätettäisiin keskitetysti, koska olosuhteet kaupungin eri osissa vaihtelevat melkoisesti. Rehtoreita ja koulutuspäälliköitä on valtuustoaloitteen jälkeen kahdesti muistutettu, että heidän tulee yhteisöissään arvioida sopivaa hetkeä siihen, milloin päivittäinen työ oppilaitoksessa alkaa.

Timo Jalonen
kasvatus- ja opetusjohtaja