

An einer Schule beginnt der Unterricht erst um 9 Uhr

Verwaltung plant einen **MODELLVERSUCH** ab Herbst 2020. Denn es ist bewiesen, dass Jugendliche, die länger schlafen können, bessere Leistungen bringen.

Morgens länger schlafen zu können, beschert laut wissenschaftlichen Forschungen vielen Schülern bessere Noten. Und mit der Pünktlichkeit klappt es auch besser, wenn der Unterricht frühestens um 8.30 Uhr beginnt. Die Stadt Nürnberg findet die Ergebnisse amerikanischer Studien so spannend, dass sie an einer Modellschule den späteren Unterrichtsbeginn erproben will. Im Herbst 2020 soll es losgehen.

Wer in der Pubertät steckt, kann abends erst später einschlafen als

Kinder oder Erwachsene. Das ist wissenschaftlich belegt. Morgens müssen Jugendliche eigentlich länger im Bett bleiben können, um auf das von Ärzten empfohlene Schlafensum von acht bis zehn Stunden zu kommen. Doch wenn der Wecker unerbittlich spätestens um 7 Uhr klingelt, weil der Unterricht um 8 Uhr beginnt, bekommen viele der 13- bis 18-jährigen deutlich weniger Schlaf.

Was sich auch in ihren Leistungen niederschlägt. In ihrem Bericht für den nächsten Schulausschuss fasst

die Verwaltung zusammen, was Forscher vor drei Jahren an amerikanischen Highschools herausfanden: Als dort der Unterricht statt um 7.50 Uhr erst um 8.45 Uhr begann, schlieften die Jugendlichen im Durchschnitt 34 Minuten länger und kamen auf knapp siebeneinhalb Stunden Nachtruhe. Was immer noch zu wenig ist. Ihre schulischen Leistungen wurden aber dennoch um über vier Prozent besser eingestuft. Sie waren pünktlicher in der Schule und hatten weniger Ausfalltage.

Nachdem FDP-Stadtrat Alexander Liebel im September den Antrag stellte, in Nürnberg an einer allgemeinbildenden Schule einen einjährigen Modellversuch zu starten, legt die Schulverwaltung in ihrem Bericht für den Schulausschuss noch eine Schippe drauf: Auszubildende für Markt- und Sozialforschung sollen mit dem Geschäftsbereich Schule eine Umfrage erarbeiten, um an Schulen abzufragen, ob und warum sie Interesse an einem späteren Unterrichtsbeginn haben. Den Schulen sollen in diesem

Zusammenhang wissenschaftliche Erkenntnisse zum Nutzen eines späteren Schulanfangs bereitgestellt werden. Anschließend können sich Schulen für das Modellprojekt bewerben. An der ausgewählten Schule wird in den Schuljahren 2020/21 und 2021/22 der Unterricht nicht vor 9 Uhr beginnen. Um berufstätige Eltern zu entlasten, soll es ab 8 Uhr ein Betreuungsangebot geben. Offen ist, ob nur eine komplette Schule oder auch einzelne Klassen an dem Versuch teilnehmen können. **möl**