

## **Valtuustoaloite Yhtenäiskoulun yläasteen koulupäivän aloitusajan muuttamisesta kokeiluna**

Kunnanhallitus 24.02.2025 § 32  
58/12.00.00/2025

Valmistelija

pormestari markku.koskinen@karkola.fi puh. 045 160 4164

Valtuutettu Matti Sallila luki SDP:n valtuustoryhmän alla olevan valtuustoaloitteen 17.2.2025 valtuuston kokouksessa koskien Yhtenäiskoulun yläasteen koulupäivän aloitusajan muuttamista kokeiluna.

### **Valtuustoaloite**

SDP:n valtuustoryhmä esittää, että lukuvuonna 2025-2026 käynnistettäisiin kokeilu siitä, että Kärkölen Yhtenäiskoulun yläasteelaisilla koulupäivä käynnistyisi aikaisintaan klo 9. Kokeilu tulisi toteuttaa mahdollisimman pienin kustannuksin. Kokeilun jälkeen suoritettaisiin tyytyväisyyskysely liittyen koulupäivän aikatauluihin, oppilaille ja huoltajille, ennen seuraavan lukuvuoden lukujärjestysten laatimista.

### **Kokeilu on tutkijan mielestä kannatettava**

Koulun myöhäisempi aloitusaika auttaa pidentämään unta jonkin verran, ja sillä on myönteisiä vaikutuksia nuorten jaksamiseen, sanoo professori ja unitutkija [REDACTED] Helsingin yliopistosta.

Koulun myöhäisempää aloitusaikaa on tutkittu paljon kansainvälisissä tutkimuksissa. Useat tutkimukset kertovat, että myöhäisemmät aamut hyödyttävät oppilaita.

Suurin merkitys niillä on nuorille, joilla on kaikkein myöhäisin unirytm. Myöhäiseen unirytmiiin vaikuttavat usein biologiset seikat, kuten elimistön sisäisen kellon jättäminen.

### **Forssan kokeilu 2024**

Forssa päätti siirtää peruskoulut alkamaan aamuyhdeksältä. Mukana on kaupungin koko perusopetus. Kokemukset ovat olleet hyviä.

Huomiot:

- aamun myöhästymiset ovat vähentyneet lähes puoleen
- myös aamupoissaoloja on ollut vähemmän
- oppilaista yhdeksän aamut toimivat hyvin.

Akvarellin koulun 9. luokkalainen [REDACTED] sanoo; Tuntuu, että olen keskittyneempi koulussa. Jaksan iltapäivälläkin paremmin, kun pystyn aamulla nukkumaan vähän pitempään,

Näillä perusteilla Kärkölen Demarit esittää, että yläasteen koulupäiviin liittyvän kokeilun valmistelu aloitetaan viipymättä.

Esittelijä	pormestari Markku Koskinen
Päätösehdotus	Kunnanhallitus päättää lähettää aloitteen sivistys- ja hyvinvointilautakunnan käsiteltäväksi.
Päätös	Päätösehdotus hyväksyttiin yksimielisesti.
Muutoksenhaku	Muutoksenhakukielto
Jakelu	aloitteentekijä sivistysjohtaja sivistys- ja hyvinvointilautakunta