

---

## Valtuustoaloite koulujen kahdeksan aamuista luopumiseksi

Kahdeksalta alkavat kouluamut ovat haitallisia erityisesti murrosikäisille. Tutkimusten mukaan aikaiset aamut lyhentävät nuorten nukkumisaikaa ja ne voivat heikentää suomalaisten osaamista.

Tutkimuksissa on osoitettu, että liian vähäinen uni liittyy heikkoon koulumenestykseen. Univaje vaikuttaa oppimiseen myös mutkan kautta. Päivällä opitut asiat vahvistavat paikkansa pitkäkestoisessa muistissa unen aikana.

Opetusministeriön työryhmä huomautti opetussuunnitelman uudistamisen yhteydessä vuonna 2015, että nuorten koulupäivän ei tulisi alkaa ennen aamuyhdeksää. Suomen Lukiolaisten liitto on vastikään esittänyt kahdeksan aamuista luopuista ja Helsingin yliopiston neurologian dosentti Markku Partinen on toistuvasti esittänyt koulujen alkamisajankohdan myöhäistämistä. Partisen mukaan myöhempää koulun alkua kannattaisi kokeilla ainakin peruskoulun ylimmillä luokilla.

Helsingin tulisi liittyä niiden edelläkävijöiden joukkoon, jotka ovat päättäneet luopua aikaisista aamuista lasten hyvinvoinnin parantamisen takia.

Me allekirjoittaneet esitämme, että kasvatuksen ja koulutuksen lautakunta ohjeistaa Helsingin kouluja suunnittelemaan koulupäivät niin, että aikaisista aamuista luovutaan.

Helsingissä 29.08.2018

Kari Emma (1 + 22)

Malin Petra

Vanhanen Reetta

Kousa Tuuli

Ohisalo Maria

Hamid Jasmin

Harjanne Atte

Vesikansa Sanna

Borgarsdottir Sandelin Silja

Månsson Björn

Said Ahmed Suldaan

Holopainen Mari

Kiesiläinen Mikko

Juva Kati

Arhinmäki Paavo

Stranius Leo

Kivekäs Otso

Alametsä Alviina

Diarra Fatim

Yanar Ozan

Nuorteva Johanna

Mutttilainen Sami

Sydänmaa Johanna