

## **Sachverhalt**

### **Unterrichtsbeginn dem Biorhythmus anpassen**

Wer selber Kinder im Teenageralter hat, kennt das Problem: Die Jugendlichen kommen am Morgen nicht in die Gänge. Das hat zu einem großen Teil biologische Gründe. Denn mit Beginn der Pubertät verschiebt sich der lichtabhängige Schlaf-wach-Rhythmus temporär nach hinten. Das heißt, Teenager schlafen abends später ein als Kinder und Erwachsene. Um dennoch genügend Schlaf zu erhalten, müssten Jugendliche morgens länger schlafen. Müssten, denn der Stundenplan in Schule und Lehrbetrieb macht das meist unmöglich. Deshalb wird seit Jahren darüber diskutiert, die erste Morgenlektion später beginnen zu lassen. Was «später» bedeutet, hat die amerikanische Fachgesellschaft der Kinderärzte schon 2014 in einer Empfehlung präzisiert: nicht vor 08:30 Uhr.

Wie sich spätere Anfangszeiten auf die Schülerinnen und Schüler auswirken, haben amerikanische Forscher in Seattle, Washington, u. a. an zwei High-Schools untersucht. Die Wissenschaftler machten sich zunutze, dass der Schulbeginn in der Stadt im Herbst 2016 um knapp eine Stunde nach hinten verschoben wurde – von 07:50 auf 08:45 Uhr. So konnten die Wissenschaftler der University of Washington in Seattle den Schlaf-wach-Zyklus von High-School-SchülerInnen des zweiten Studienjahres (10. Klasse) vor der Zeitumstellung mit demjenigen danach vergleichen. In der «Sleep more»-Studie aus Seattle sind die Verhältnisse laut den verantwortlichen Forschern besser. So hatte die Verschiebung der ersten Morgenstunde signifikante Effekte auf die Schülerinnen und Schüler. Der wichtigste: Die Jugendlichen schliefen im Durchschnitt 34 Minuten länger als vor der Umstellung. Sie kamen jetzt auf knapp siebeneinhalb Stunden, was laut Fachleuten in diesem Alter jedoch immer noch zu wenig ist.

Weitere positive Effekte: Die Schülerinnen und Schüler waren nach der Umstellung im Unterricht weniger schläfrig und ihre schulischen Leistungen wurden um 4,5 Prozent besser eingestuft. In einer der beiden High-Schools verbesserte sich zudem die Pünktlichkeit, und die Absenzen nahmen ab.

Betrachtet man die oben dargestellten positiven Effekte, stellt sich die Frage auch in Hinblick auf den Antrag der FDP (Herr Liebel) „Unterrichtsbeginn dem Biorhythmus anpassen (Modellversuch)“, ob man an Nürnberger Schulen einen späteren Schulbeginn realisieren sollte. Zuvor müssen jedoch die rechtlichen Rahmenbedingungen für eine solche Umsetzung ins Auge gefasst werden.

Diesbezüglich ist die Festlegung und Entscheidung über die Unterrichtszeit in § 19 (2) Bayerische Schulordnung (BaySchO) geregelt, welche besagt, dass die Unterrichtszeit durch die Schulleitung in Abstimmung mit dem Aufgabenträger im Sinne der Schülerbeförderungsverordnung (SchBefV) und dem Schulforum festgesetzt wird (siehe Anhang).

Bei einem späteren Schulbeginn und –schluss muss eben auch die notwendige Beförderung der Schülerinnen berücksichtigt werden. Laut § 1 SchBefV (siehe Anhang) ist diese durch den Aufgabenträger zu gewährleisten. Daher müssen vor der Durchführung eines Modellversuchs Abstimmungen mit der VAG getroffen werden.

Um geeignete Modellschulen zu finden, soll in Kooperation mit den Auszubildenden für Markt- und Sozialforschung der B4 und dem Geschäftsbereich Schule & Sport eine Umfrage durchgeführt werden. Die Erhebung soll aufzeigen, ob sich Schulen für die Teilnahme am Modellversuch interessieren, welche Schulen mitmachen möchten und welche Gründe für die Teilnahme am Modellversuch ausschlaggebend sind. In die Befragung sollen Ergebnisse aktueller wissenschaftlicher Studien zum Biorhythmus sowie zur Auswirkung eines später beginnenden Unterrichts auf die Leistungen der Schüler, deren Motivation und Aktivationsniveaus einfließen. Diese werden vom Geschäftsbereich Schule & Sport zur Verfügung gestellt. Damit können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Befragung klar das Ziel und den Nutzen der Erhebung nachvollziehen und werden ggf. motiviert, sich als Modellschule zu bewerben. Der Modellversuch umfasst:

- Unterrichtsbeginn an einer Nürnberger Schule werktäglich frühestens um 09:00 Uhr
- Unterrichtsende entsprechend später am Mittag/Nachmittag
- Schülerbetreuung werktäglich von 08:00 Uhr bis 09:00 Uhr
- Laufzeit: Schuljahr 2020/21 und 2021/22

Noch festgelegt wird, ob eine (komplette) Schule oder auch einzelne Klassen (ggf. verschiedener Schulen) am Modellversuch teilnehmen können. Allerdings spricht die aufwändige Stundenplangestaltung für eine einheitliche Anfangszeit der gesamten Schule. Grundsätzlich können an der Erhebung alle an einer Schule Tätigen einbezogen werden.

Geklärt wird noch im ersten Projektgespräch, ob die Befragung gestuft geplant werden soll: Z. B. wäre es ggf. sinnvoll, zuerst die Schulleitungen zu befragen, erst, wenn deren grundsätzliche Aufgeschlossenheit für den Modellversuch gegeben ist, in einer zweiten Stufe Schüler/-innen, Lehrkräfte, Eltern etc. Für die Auszubildenden der Markt- und Sozialforschung an der B4 ergeben sich folgende Anforderungen an die Umfrage:

- ✓ Recherche wissenschaftlicher Hintergrundinformationen; dazu enge Abstimmung mit dem Geschäftsbereich Schule Nürnberg

- ✓ Entwicklung eines geeigneten Fragebogens, abgestimmt auf die Zielgruppen
- ✓ Durchführung der Umfrage
- ✓ Darstellung der Auswertung und der Ergebnisse
- ✓ Präsentation der Ergebnisse

Unter Berücksichtigung der Unterrichtsschienen der Schülerinnen und Schüler an der B4 kann eine Auswertung im Blockunterricht im April 2020 erfolgen, sodass die Ergebnisse voraussichtlich im Mai 2020 präsentiert werden können.

## Anhang

### BaySchO § 19 Stundenplan, Unterrichtszeit

(2) <sup>1</sup>Der Unterricht wird in der Regel von Montag bis Freitag erteilt. <sup>2</sup>**Die Unterrichtszeit wird im Benehmen mit dem Aufgabenträger im Sinne des § 1 Satz 2 SchBefV und dem Schulforum festgesetzt.** <sup>3</sup>Aus besonderen Gründen und im Einvernehmen mit dem Elternbeirat, dem Schulaufwandsträger sowie dem Aufgabenträger im Sinne des § 1 Satz 2 SchBefV kann bis zu ein Tag im Schuljahr, an dem ein geregelter Unterrichtsbetrieb nicht mehr gesichert ist, für unterrichtsfrei erklärt werden, wenn gleichzeitig festlegt wird, wann der entfallene Unterricht zeitnah nachzuholen ist.

### Kommentar der BaySchO von Christian Richter (Carl Link Verlag)

„In Satz 1 wird einheitlich festgelegt, dass der Unterricht in der Regel von Montag bis Freitag erteilt wird. Ausnahmen, z. B. im beruflichen Schulbereich oder an Abendrealschulen bzw. -gymnasien, bleiben wie bisher möglich, sodass hier etwa Unterricht an Samstagen, Unterricht nur an einzelnen Wochentagen und/oder Blockunterricht weiterhin zulässig ist. **Die Schulleiterin/der Schulleiter setzt die Unterrichtszeit im Benehmen mit dem Aufgabenträger im Sinn des § 1 Satz 2 SchBefV und dem Schulforum fest.** Die Entscheidung über die Pausen trifft die Lehrerkonferenz nach Anhörung des Schulforums. Die Gremien können daher mitwirken, jedoch ist deren Zustimmung zur Durchführung der Maßnahmen nicht erforderlich.“

### § 1 Satz 2 SchBefV

<sup>1</sup>Die notwendige Beförderung der Schülerinnen und Schüler

1. öffentlicher Grundschulen, Mittelschulen und Förderschulen,
2. öffentlicher oder staatlich anerkannter Realschulen, Gymnasien, Berufsfachschulen – ohne Berufsfachschulen in Teilzeitform –, zweistufigen Wirtschaftsschulen und drei- bzw. vierstufigen Wirtschaftsschulen bis einschließlich Jahrgangsstufe 10,

3. öffentlicher oder staatlich anerkannter Berufsschulen bei Vollzeitunterricht,
4. öffentlicher oder staatlich anerkannter Realschulen, Gymnasien, Berufsschulen, Berufsfachschulen – ohne Berufsfachschulen in Teilzeitform –, Wirtschaftsschulen, Fachoberschulen und Berufsoberschulen, die wegen einer dauernden Behinderung auf eine Beförderung angewiesen sind,

ist durch den Aufgabenträger sicherzustellen. <sup>2</sup>Aufgabenträger ist bei Grundschulen, Mittelschulen und Förderschulen der Träger des Schulaufwands, im Übrigen die kreisfreie Stadt oder der Landkreis des gewöhnlichen Aufenthalts der Schülerinnen und Schüler.