

## **Valtuustoaloite**

### **Peruskoulun koulupäivän aloitusajan siirtäminen**

Me allekirjoittaneet esitämme, että Savonlinnan kaupungissa siirrytään peruskoulun koulupäivien aloitusajoissa malliin, jossa koulupäivä alkaa pääsääntöisesti aikaisintaan klo 9.00.

Muutos koskisi ensisijaisesti luokkia 5–9, mutta pitkien koulukuljetusmatkojen kouluissa aloitusaika olisi perusteltua soveltaa myös pienempiin oppilaisiin, jotta yhdelläkään oppilaalla koulukuljetus ei lähtisi ennen klo 7.30. Luokilla 1–4 on lyhyen kuljetusmatkojen kouluilla perusteltua myös 8.00 alkamisaika, jolloin vältytään aamupäiväkerho toiminnalta.

Tavoitteena on parantaa oppilaiden oppimisedellytyksiä, hyvinvointia ja koulupäivän aikaista vireyttä.

### **Perustelut**

#### **1. Nuorten fysiologia ja sisäisen kellon muutos murrosiässä**

Tutkimusnäyttö osoittaa, että murrosiän kynnyksellä ja murrosiässä nuorten vuorokausirytmisiiritys siirtyy luonnollisesti myöhemmäksi. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että nukahtaminen tapahtuu myöhemmin ja myös herääminen tapahtuu biologisesti myöhemmin.

Varhainen koulun aloitus aiheuttaa monelle oppilaalle kroonista univajetta, vaikka nukkumaanmeno olisi kohtuullinen.

#### **2. Univajeen vaikutus oppimiseen ja hyvinvointiin**

Riittämätön uni vaikuttaa tutkitusti:

- keskittymiskykyyn
- muistiin ja oppimistuloksiin
- mielialaan ja mielenterveyteen
- jaksamiseen koulupäivän aikana

Myöhäisempi koulun aloitus on kansainvälisesti tunnistettu keino parantaa nuorten hyvinvointia ja oppimisedellytyksiä.

#### **3. Turvallisuus ja koulukuljetukset**

Savonlinnassa koulumatkat ovat osalla oppilaista pitkiä. Tällä hetkellä osa koulukuljetuksista voi lähteä hyvin aikaisin aamulla.

On perusteltua tavoitella mallia, jossa:

- yhdelläkään oppilaalla koulukuljetus ei lähtisi ennen klo 7.30
- erityisesti pitkien etäisyyksien alueilla koulupäivän aloitus olisi klo 9.00

Tämä parantaa oppilaiden turvallisuutta, jaksamista ja arjen sujuvuutta.

#### **4. Kokemukset muualta**

Sekä Suomessa että kansainvälisesti myöhäisempi koulun aloitus on yhdistetty:

- parempaan koulussa jaksamiseen
- vähäisempään myöhästelyyn
- parempaan oppimistulokseen
- parempaan kouluhyvinvointiin

#### **5. Yhdenvertaisuus ja neuropsykiatriset näkökulmat**

Osa oppilaista tarvitsee erityisesti ennakoitavaa rytmiä, riittävää unta ja riittävää palautumista. Myöhäisempi koulun aloitus tukee myös:

- neuropsykiatrisia erityispiirteitä omaavia oppilaita
- kuormittumisherkkiä oppilaita
- oppilaita, joille riittävä uni on erityisen kriittistä toimintakyvylle

#### **Esitys**

Edellä olevan perusteella me allekirjoittaneet esitämme, että Savonlinnan kaupunki:

1. Valmistelee muutoksen siten, että peruskoulun koulupäivä alkaa 5–9 vuosiluokilla aikaisintaan klo 9.00.
2. Huomioi erityisesti pitkien koulukuljetusmatkojen alueet siten, ettei koulukuljetus lähtisi ennen klo 7.30.
3. Tekee tarvittavat lukujärjestys-, kuljetus- ja henkilöstöjärjestelyt muutoksen toteuttamiseksi.
4. Seuraa muutoksen vaikutuksia oppilaiden hyvinvointiin, oppimistuloksiin ja koulunkäynnin sujuvuuteen.

#### **Lopuksi**

Savonlinnan tulee olla kaupunki, jossa lasten ja nuorten hyvinvointi sekä oppimisedellytykset asetetaan keskiöön. Koulupäivän aloitusajan siirtäminen paremmin nuorten fysiologiaa vastaavaksi on konkreettinen, tutkittuun tietoon perustuva ja vaikuttava toimenpide.

Savonlinnassa 16.2.2026:

Jonne Tynkkynen ja muut aloitteen allekirjoittaneet valtuutetut.