



## **Utred fördröjd skolstart på morgnarna för gymnasieungdomar i Linköping, svar på motion (C)**

### **Förslag till bildningsnämndens beslut**

1. Utbildningskontorets förslag till beslut tillstyrks.

Förslag till kommunstyrelsens beslut:

1. Utbildningskontorets beslut tillstyrks.

Förslag till kommunfullmäktiges beslut:

1. Motionen avslås.

### **Ärende**

Motionären, Christoffer Rosendahl (C), anser att frågan om fördröjd skolstart för elever vid de kommunalt drivna gymnasieskolorna i Linköpings kommun utreds.

Motionären hänvisar till forskning från i huvudsak USA som visar att ungdomars sömnbehov på åtta timmar per natt tillgodoses bättre om skolstarten skjuten fram till klockan 08:30. Studien visade att de elever som fick sin skolstart förskjuten från 7:30 till 8:30 hade en bättre skolnärvaro och högre skolresultat.

I utbildningskontorets förslag till svar på motionen refereras till aktuell forskning om hur en senarelagd skoldag påverkar elevernas skolresultat. Svaret beskriver hur skoldagen såg ut på klass- och individnivå på tre av fem kommunala gymnasieskolor läsåret 16/17. Svaret redovisar konsekvenser för elevernas skoldag och personalens arbetsförhållande samt konsekvenser för verksamheter inom kultur och fritid.

---

Beslutsunderlag:

Motion (C), utred fördröjd skolstart på morgnarna för gymnasieelever i Linköpings kommun.  
Utred fördröjd skolstart på morgnar för gymnasieungdomar i Linköping, svar på Motion (C)  
(sep -17).docx

## Bakgrund

Motionären, Christoffer Rosendahl (C), anser att frågan om fördröjd skolstart för elever vid de kommunalt drivna gymnasieskolorna i Linköpings kommun bör utredas, och där det aktuella forskningsläget inom området utgör bakgrunden för utredningen. I motionen hänvisar motionären till forskning kring ungdomars sömnbehov samt studier som visar att framskjuten skolstart till klockan 08:30 ger 60 % av ungdomarna åtta timmars sömn per natt vilket i sin tur förväntas öka elevers närvaro och skolresultat.

## Forskning

Kyla L Wahlstrom har i sin forskning<sup>1</sup> studerat över 9000 elever på åtta High Schools i tre delstater i USA. Studien visar att på de skolor som börjar 8:30 eller senare får 60 % av eleverna minst åtta timmars sömn per natt. Ungdomar i tonåren som får mindre än åtta timmar sömn per natt riskerar att i betydligt högre utsträckning drabbas av bland annat depressionssymtom. Forskarna såg att studieresultaten hos eleverna i studien som började 8:30 eller senare presterade bättre i matematik, engelska och naturvetenskap. Sju av åtta skolorna som deltog i studien hade senarelagt skolstarten från 7.30 - 7.35 till 8:00 - 8:55. Forskarna såg att de elever i USA som börjar 8:30 eller senare visar fler positiva resultat än referensgruppen som började innan 8:30.

De svenska gymnasieeleverna skiljer sig från amerikanska elever i samma åldersgrupp på flera sätt. I forskningen hade eleverna samma skolstart varje dag, vilket skiljer sig mot elever i Sverige där eleverna börjar och slutar skoldagen vid olika tider under veckan. På vissa av skolorna i den refererade forskningen hade skolor en mycket tidig skolstart i utgångsläget, kring halv åtta, och efter senareläggningen började flera eleverna kring de tider som eleverna i Linköping gör idag.

Jan-Olov Larsson och Hans Smedje skriver i en artikel<sup>2</sup> att sömnbehovet och dygnsrytmen beror på barnets ålder, hälsa, individuella variationer samt hur aktivt individen varit under dagen. Sömnhormonet melatonin utsöndras på kvällen och hjälper kroppen med insomning. När puberteten närmar sig är inte melatoninutsöndringen lika kraftfull vilket i sin tur kan påverka ungdomars dygnsrytm. Vidare skriver de att det även finns sociala faktorer, ex. internet, som stimulerar ungdomar att vara vaken sent vilket leder till att många ungdomar är trötta på morgonen och dagen. Sömnstörningar är komplext och kan utlösas av både fysiska, psykiska och sociala orsaker.

---

<sup>1</sup> Wahlström, Kyla., Dretzke, B., Gordon, M., Peterson, K., Edwards, K. & Gdula, J. (2014). *Examining the Impact of Later High School Start Times on the Health and Academic Performance of High School Students: A Multi-Site Study*. Center for Applied Research and Educational Improvement. St Paul, MN: University of Minnesota.

<sup>2</sup> Larsson, J. & Smedje H. (2013) *Ungas sömn ofta en fråga om livsstil men inte alltid*. Läkartidningen 2013;110:CESL

## Lokaler och schema

Skollagen reglerar inte skoldagens start och slut. Enligt gymnasieförordningen har eleverna i gymnasieskolan rätt till ett visst antal undervisningstimmar samt att skolarbetet ska förläggas måndag till fredag, idag finns ingen reglering kring start- och sluttider. Det är redan idag möjligt för rektorer att förlägga undervisning senare vilket också många skolor gör med en eller flera sovmorgnar per vecka. Om skolan konstaterar att det föreligger ett stort problem med sena ankomster och trötta elever kan rektor besluta att schemalägga undervisningen senare på morgonen under förutsättning att eleverna får de timmar de har rätt till samt att det fungerar med lokaler och lärare.

Bildningsnämnden i egenskap av huvudman ansvarar för att utbildning genomförs i enlighet med bestämmelserna i skollagen, då skollagen inte reglerar skoldagens start och slut är det rektor som enligt 2 kap. 10 § som styr över skoldagens förläggning. Utifrån forskningen kommer förvaltningen tillsammans med rektorerna på de kommunala gymnasieskolorna lyfta frågan om fördröjd skolstart.

Förvaltningen har i uppgift att se över lokalutnyttjandet i förhållande till elevantal. På fyra av fem kommunala skolor är idag kapacitetsutnyttjandet mycket hög. Idag har gymnasieskolorna en schemaram måndag till fredag kl. 08:10-17:00. Cirka 30 % av eleverna har under vårterminen 2017 en senare skolstart än 8:30. Eleverna har i genomsnitt 1,5 dag var som de börjar 8:30 eller senare. En förskjutning av skolstart 20 minuter skulle kunna resultera i att vissa elever en eller flera dagar får en sluttid 17:20 eller senare. En stor andel av skollokalerna utnyttjas efter klockan 17 till fritidsaktiviteter av kultur- och fritidsförvaltningen och andra idrottsföreningar. En senareläggning av schemat skulle medföra en senareläggning av ungdomarnas fritidsaktiviteter vilket inte kan uteslutas skulle bidra till en förskjutning av ungdomarnas dygnsrytm.

Utbildningsförvaltningen har under läsåret 2016/17 mottagit synpunkter från elever och vårdnadshavare bosatta på landsbygden där de framför att eleverna får lång väntetid i skolan de dagar första lektionen startar senare än 8.10. Eleverna på landsbygden är ofta hänvisade till en buss som är anpassad till skolstarten 8.10, oavsett om de har en senarelagd skolstart. Bussavgångar på landsbygden anpassas efter grundskola och gymnasieskola samt arbetstider för vuxna inom arbete. Elever på landsbygden riskerar därför kommer inte vid en senareläggning av skolstarten ha möjlighet att nyttja tiden till extra sömn.

## Kommunala mål

I koalition för Linköpings övergripande mål för mandatperioden 2015-2018 anges:

En kommun med höga kunskapsambitioner och trygga uppväxtvillkor

I bildningsnämnden för budgetperioden 2016-2017 återfinns:

Alla elever i gymnasie- och gymnasiesärskolan ska nå gymnasieexamen

Alla elever i gymnasie- och gymnasiesärskolan ska utmanas i sitt lärande så att de når så långt som möjligt i sin utveckling  
Skolan ska vara en mötesplats som minskar segregationen

**Information eller förhandling enligt lag (1976:580) om medbestämmande i arbetslivet**

Information enligt 19 § MBL har skett den 5 september 2017.

Kommunledningskontoret

Utbildningskontoret

Paul Håkansson

Tor Andersson

Beslutet skickas till:  
Motionären  
Bildningsnämnden