

Motion till Österåkers kommunfullmäktige

Senarelägga undervisning för morgontrötta tonåringar.

Redan 2013 genomfördes ett forskningsprojekt på University of Minnesota med 9000 elever, där eleverna fick börja 50 minuter senare på morgonen. Resultatet blev att studieresultat och välmående ökade hos dessa elever.


”Det handlar inte om att ungdomarna är lata utan de är biologiskt. När man går in i puberteten så accederas hormontillväxten och hjärnan växer fortfarande vilket kräver mycket energi. Den biologiska klockans inställning förskjuts med en timme eller två, vilket gör det svårare att komma upp tidigt på morgonen”, berättar Torbjörn Åkerstedt, sömnforskare vid Karolinska Institutet.

Smedhagskolan införde sovmorgon för ca 13 år sedan och har bara positiva erfarenhet av detta. Skolverket säger att de är upp till varje rektor att bestämma när skoldagen ska börja, så länge man håller sig inom timplanen.

Med anledning av detta yrkar Sverigedemokraterna:

-Att Österåker provar detta på en eller två högstadielklasser.

För Sverigedemokrater Österåkers kommun



Anders Borelid

Gruppledare