

# Umfrage zum Unterrichtsbeginn

Sehr geehrte Eltern, liebe Schülerinnen und Schüler,

**Fast überall das gleiche Bild: Der Wecker klingelt viel zu zeitig und die Kinder wollen einfach nicht aus ihren Betten. Das Aufstehen fällt den Kindern besonders schwer, wenn das Bett kuschelig warm ist.**

Forscher haben herausgefunden, dass sich das Schlaf-wach-Verhalten mit dem Älterwerden verändert. Im Kindesalter wird das Schlafhormon Melatonin noch früh ausgeschüttet, wie viele Eltern aus eigener, leidiger Erfahrung wissen.

Das Gehirn braucht ausreichend Schlaf, um tagsüber neu gelerntes Wissen im Langzeitgedächtnis abzuspeichern. Wegen des frühen Unterrichtsbeginns schlafen die meisten Schüler zu wenig, Konzentration und Lernfähigkeit leiden, und das spiegelt sich in den Noten.

Im Ergebnis der Veranstaltung „open space“ erfolgt am Gymnasium Coswig eine Umfrage unter Lehrern, Schülern und Eltern, ob der Unterrichtsbeginn auf 8.00 Uhr festgelegt werden sollte. Bitte geben Sie, liebe Eltern, gemeinsam mit Ihrem Kind Ihre Stimme bis **26.03.2018** ab (Notiz im Hausaufgabenheft).

Der Klassenleiter wird die Ergebnisse dokumentieren. Nach der Auszählung werden wir auf der Homepage die Ergebnisse veröffentlichen.

Unterrichtsbeginn 7.40 Uhr	Unterrichtsbeginn 8.00 Uhr

Vielen Dank

#

Arbeitsgruppe Rhythmisierung