

Schule mit Gleitzeit

Schüler eines Gymnasiums in Nordrhein-Westfalen dürfen länger schlafen

ALSDORF. Andere Schüler könnten glatt neidisch werden: Oberstufenschüler des Gymnasiums in Alsdorf bei Aachen dürfen länger schlafen, wenn sie wollen. Sie können wählen, ob sie direkt zur ersten Stunde um 8 Uhr kommen oder zur zweiten gegen 9 Uhr.

Als erste Schule in Deutschland gehe das Alsdorfer Gymnasium auf die innere Uhr von Jugendlichen ein, sagt Chronobiologe Professor Till Roenneberg von der Ludwig-Maximilians-Universität München. Die ticke anders als bei Erwachsenen: Bei der Synchronisation mit dem Tag-Nacht-Rhythmus

geht die innere Uhr der meisten Jugendlichen etwa bis zum 20. Lebensjahr nach. Sie können erst später einschlafen. Müssen sie entgegen ihrer biologischen Uhr um acht in der Schule sein, entsteht ein „sozialer Jetlag“. Drei Viertel der Jugendlichen hätten damit zu kämpfen. Außerdem falle der wichtige Anteil des Schlafes, der das erlernte Wissen vom Vortag konsolidieren soll, weg. Die Wissenschaft fordert demnach seit Jahren einen späteren Unterrichtsbeginn.

Das wird auch in der Politik gehört. Für einen späteren Unterrichtsbeginn müsse es jedoch einen Wandel in der Wirtschaft geben, hatte Familienministerin Manuela Schwesig (SPD) schon im vergangenen Jahr dem „Spiegel“ gesagt. Nach Einschätzung von Eltern passe ein späterer Schulbeginn nicht zur Arbeitswelt.

Dass die „Gleitzeit“ in Alsdorf organisatorisch möglich ist, hängt mit dem besonderen Unterrichtskonzept zusammen, wie Schulleiter Wilfried Bock sagt. Unterrichtet wird nach dem Dalton-Plan (siehe Hintergrund). Neben den herkömmlichen Stunden können sich die Schüler pro Woche zehn Unterrichtsstunden selbst einteilen, um Aufgaben eigenständig zu lösen. Dabei arbeiten Schüler aus unterschiedlichen Klassen und Jahrgängen zwei Stunden am Tag bei einem Lehrer ihrer Wahl.

Wissenschaftler Roenneberg versucht herauszufinden, wie sich der Schlaf der Schüler durch die Umstellung verändert. Er hat die Einführung der „Gleitzeit“ wissenschaftlich begleitet. Das Ergebnis der Auswertung wird für Sommer erwartet. (dpa)

HINTERGRUND

Die Dalton-Pädagogik

Die amerikanische Lehrerin Helen Parkhurst (1887-1974) hat die „Dalton-Pädagogik“ aus der Not heraus entwickelt. Sie sollte Schüler zwischen vier und 14 Jahren in einer Klasse unterrichten, weshalb sie einen Unterrichtsplan entwarf, in dem Kinder möglichst selbstständig Inhalte erarbeiten. Die Schule in Alsdorf arbeitet seit 2005 in der Dalton-Tra-

dition und ist Vorreiter in Deutschland. Die Schüler können in sogenannten Dalton-Stunden selbst entscheiden, in welchem Fach sie selbstständig arbeiten wollen. Das wöchentliche Lernpensum ist vorgegeben. Schulen in den Niederlanden und Österreich arbeiten nach Angaben des Gymnasiums schon länger nach diesem System. (dpa)