

Kasvun ja oppimisen lautakunta 24.09.2025

Lausunto valtuustoaloitteeseen yläkoulujen kahdeksan aamuista luopumiseksi

Valmistelijat / lisätiedot:
Webb Jenny
Kentala Kaisa
Reimars Mia
Viljanen Nora
Lippo Asko
etunimi.sukunimi@espoo.fi
Puhelinnumero 09 816 21

Päätösehdotus

Esittelijä
Kasvun ja oppimisen toimialajohtaja Narvo-Akkola Merja

Kasvun ja oppimisen lautakunta antaa selostusosan mukaisen lausunnon valtuutettu Inka Hopsun sekä 25 muun kaupunginvaltuutetun 9.12.2024 jättämään valtuustoaloitteeseen koulupäivän yläkoulujen kahdeksan aamuista luopumiseksi.

Käsittely

Päätös

Selostus

Valtuutettu Inka Hopsu ja 25 muuta valtuutettua ovat jättäneet 9.12.2024 valtuustoaloitteen koulupäivien muuttamisesta aikaisintaan yhdeksältä alkaviksi koulupäiviksi kaikissa Espoon yläkouluissa.

Valtuustoaloitteessa todetaan, että Forssa päätti siirtää peruskoulut alkamaan aamuyhdeksältä. Mukana ovat kaupungin kaikki peruskoulut ja kokemukset ovat olleet hyviä. Koululaisten myöhästely aamuisin on vähentynyt lähes puoleen, aamupoissaoloja on vähemmän ja oppilaat ovat pirteämpiä ja jaksavat keskittyä paremmin koulutyöhön. Oppilaiden itsensä mielestä yhdeksän aamut toimivat hyvin ja he ovat kuvailleet jaksavansa keskittyä koulussa paremmin ja olevan virkeämpiä koulun jälkeenkin. THL:n tutkimusprofessori ja unitutkija Timo Partosen mukaan kouluaamujen myöhäistäminen voisi olla kannatettava kokeilu Suomen kouluissa laajemminkin. Useissa tutkimuksissa myöhemmin alkavien kouluaamujen on havaittu rauhoittavan koulun ilmapiiriä ja parantavan työrauhaa. Kun kahdeksan aamuista luopumisesta on aiemmin keskusteltu Espoossa Jyrki Kasvin aloitteesta, on huolta herättänyt se, mitä pienimmät koululaiset tekevät aamuisin ennen koulua vanhempien lähdettyä töihin. Toinen noussut kysymys, koski tilojen riittävyyttä, jos päivien porrastusmahdollisuus vähenee tunnilla. Tilojen riittävyys tällä hetkellä pitäisi selvittää. Forssa on ratkaissut pienten lasten yksinäisten aamujen ongelman ykkös- ja kakkosluokkalaisten aamukerhoilla, jonne on mahdollista mennä jo kahdeksalta ennen koulun alkua. Tässä aloitteessa

tätä huolta ei ole, sillä aloite on rajattu koskemaan vain yläkouluja. Tutkimusten mukaan nimenomaan teini-ikäiset hyötyisivät kahdeksan aamuista luopumisesta eniten. Me tämän aloitteen allekirjoittajat esitämme, että myös Espoo alkaa valmistella kahdeksalta tai 8.15 alkavien koulupäivien muuttamista aikaisintaan yhdeksältä alkaviksi koulupäiviksi kaikissa Espoon yläkouluissa.

Vastaus valtuustoaloitteeseen

Vastaus on valmisteltu yhteistyössä kasvun ja oppimisen toimialan esikunnan, suomenkielisen perusopetuksen tulosyksikön ja ruotsinkielisten sivistyspalvelujen kesken. Lautakuntavalmistelussa on kuultu kasvun ja oppimisen toimialan eri asiantuntijoita, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ja PK-seudun kaupunkien asiantuntijoita sekä Espoon perusopetuksen rehtoreita. Oppilaille järjestettiin mahdollisuus vastata kyselyyn koulupäivän aloituksesta ja sen myöhentämisen vaikutuksista. Kyselyyn vastasi yhteensä yli 3 600 viime lukuvuoden 6.-, 7.- ja 8.- vuosiluokkalaista. Valmistelun aikana lähetettiin lausuntopyynnöt luottamusmiehelle sekä Espoon kaupungin nuorisovaltuustolle. Lausunnot liitteenä.

Koulupäivän alkamisajankohdat yläkouluissa ja yhtenäisissä peruskouluissa keväällä 2025 ovat:

1. 08.00	2
2. 08.10	2
3. 08.15	17
4. 08.20	2
5. 08.30	10

Oppilaiden hyvinvointi

Hyvinvointinäkökulmasta katsottuna valtuustoaloite tukee Espoon kaupungin valtuustokauden tavoitetta olla oppimisen ja sivistyksen kärkikaupunki sekä kasvun ja oppimisen toimialan strategian ja KOTO-tarinan toteuttamista, jossa oppimisen perustana on hyvinvointi ja sen tukeminen.

Vuoden 2023 kouluterveyskyselyssä oppilailta kysyttiin väsymyksestä, uupumuksesta ja myöhästymisistä. Kyselyn mukaan espoolaisista 8.–9. vuosiluokan oppilaista uupumusasteista väsymystä koulutyöstä koki 37 % (v. 2021 38 %, v. 2019 33 %). Heistä 36 % nukkuu arkisin alle 8 tuntia (v. 2021 38 %, v. 2019 33 %). Myöhästymisiä heillä oli vähintään viikoittain 15 % (v. 2019 14 %).

Lainsäädäntö, perusopetussuunnitelma

Koulun tehtävänä on tukea oppilaiden oppimista, kehitystä ja hyvinvointia yhteistyössä kotien kanssa. Kouluyhteisö ohjaa ymmärtämään, että jokainen vaikuttaa toiminnallaan niin omaan kuin toistenkin hyvinvointiin, terveyteen ja turvallisuuteen. Oppilaita kannustetaan huolehtimaan itsestä ja toisista, harjoittelemaan oman elämän ja arjen kannalta tärkeitä taitoja sekä lisäämään ympäristönsä hyvinvointia.

Espoon perusopetuksen opetussuunnitelmassa oppilaan koulupäivä järjestetään niin, että siitä muodostuu oppilaan kannalta turvallinen ja eheä, oppituntien ja koulun kerhotoiminnan sekä mahdollisen iltapäivätoiminnan muodostama mielekäs kokonaisuus. Tämä tukee lasten tervettä kokonaiskasvua ja -kehitystä, lasten ja perheiden hyvinvointia sekä perusopetuksen tavoitteiden saavuttamista.

Lainsäädännön näkökulmasta koulutuksen järjestäjällä on autonomia koulujen alkamisaikojen säätämiseen. Laki määrittää tuntijaon, eli sen, montako oppituntia kutakin oppiainetta viikossa opiskellaan. Voimassa olevan Espoon suomenkielisen perusopetuksen tuntijaon mukaan 7–9 vuosiluokkien oppilaiden vähimmäistuntimäärä on 30, josta valinnaisaineet nostavat tuntimäärää 1–2 vuosiviikkotuntia ja Espoon urheiluluokilla opiskelevilla 2 vuosiviikkotuntia.

Perusopetuksen opetussuunnitelmaan kuuluu kaikille yhteisten aineiden lisäksi valinnaisia aineita. Valinnaiset aineet, kuten kielet ja taito- ja taideaineiden valinnaiset tunnit sijoitetaan usein koulupäivän alkuun tai loppuun, jolloin ne oppilaat, jotka eivät opiskele kyseistä valinnaista ainetta voivat aloittaa koulupäivän myöhemmin tai lopettaa sen aikaisemmin. Mikäli ensimmäiset tunnit alkaisivat vasta kello 9 se siirtäisi ensimmäisten ja viimeisten oppituntien alkamista tunnilla eteenpäin, koska perusopetuksessa ei oppilaalla saa olla työjärjestyksessä opetuksettomia tunteja koulupäivän aikana. Perusopetusasetuksessa on linjattu, että perusopetuksen kahdella ensimmäisellä vuosiluokalla oppilaan työpäivään saa kuulua enintään 5 oppituntia ja muina vuosina enintään 7 oppituntia.

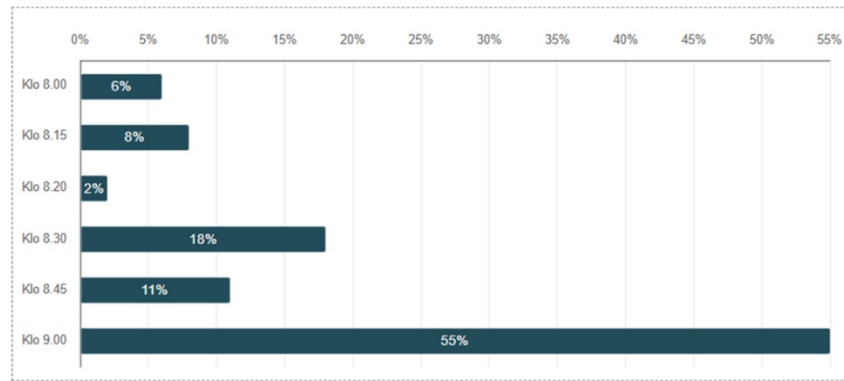
Oppilaskyselyn tulokset

Perusopetuksen 6.–8.-vuosiluokan oppilaille lähetettiin Wilman kautta kysely, jossa oppilaiden oli mahdollisuus vastata koulupäivän alkamisajan muuttamista koskeviin kysymyksiin. Kysely toteutettiin ajalla 9.-23.5.2025 ja vastaajien kokonaismäärä oli yhteensä yli 3 600 oppilasta.

Kyselyn perusteella yli puolet vastaajista (55 %) puolsi koulupäivien alkamista klo 9.00. Oppilaat kokivat koulupäivien myöhentämisen vaikuttavan positiivisesti hyvinvointiin ja jaksamiseen. Koulupäivän alkamisajan myöhentämisellä koettiin kuitenkin olevan heikentävä vaikutus vapaa-ajan toimintaan.

Mihin aikaan mieluiten aloittaisit koulupäiväsi?

Vastaajien määrä: 3595

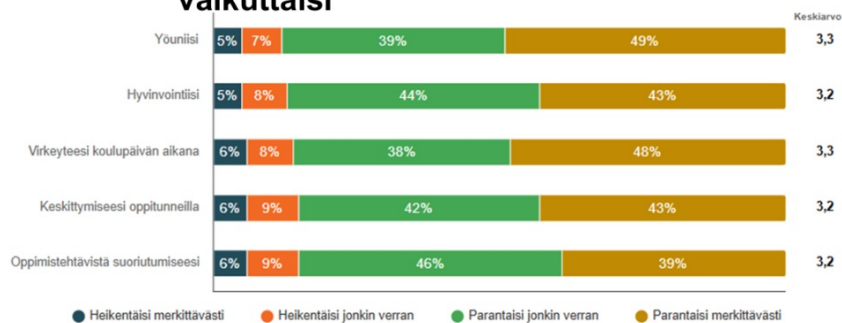


	n	Prosentti
Klo 8.00	207	5,7%
Klo 8.15	273	7,6%
Klo 8.20	68	1,9%
Klo 8.30	640	17,8%
Klo 8.45	413	11,5%
Klo 9.00	1994	55,5%

2

Miten mahdollinen koulupäivän aloituksen myöhentäminen vaikuttaisi

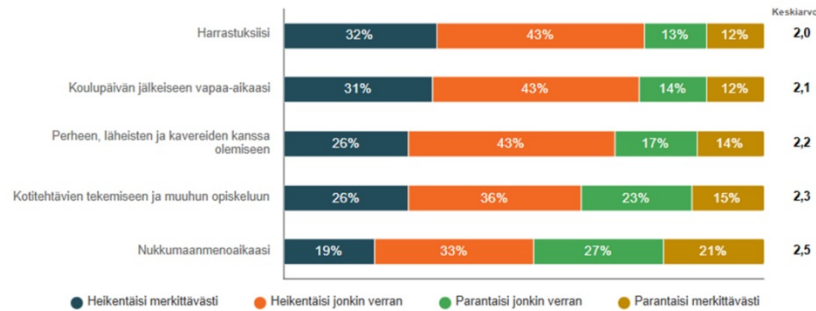
Vastaajien määrä: 3584



	Heikentäisi merkittävästi	Heikentäisi jonkin verran	Parantaisi jonkin verran	Parantaisi merkittävästi	Keskiarvo	Mediaani
Youniisi	5,1%	7,1%	39,0%	48,8%	3,3	3,0
Hyvinvointiisi	5,5%	7,5%	43,8%	43,2%	3,2	3,0
Virkeyteesi koulupäivän aikana	5,8%	8,0%	38,1%	48,1%	3,3	3,0
Keskittymiseesi oppitunneilla	6,1%	8,7%	42,6%	42,6%	3,2	3,0
Oppimistehtävistä suoriutumiseesi	5,8%	8,8%	46,1%	39,3%	3,2	3,0
Yhteensä	5,7%	8,0%	41,9%	44,4%	3,3	3,0

3

Miten koulupäivän myöhempi päättyminen vaikuttaisi



	Heikentäisi merkittävästi	Heikentäisi jonkin verran	Parantaisi jonkin verran	Parantaisi merkittävästi	Keskiarvo	Mediaani
Harrastuksiin	32,3%	42,7%	12,9%	12,1%	2,0	2,0
Koulupäivän jälkeiseen vapaa-aikaan	31,1%	42,9%	13,7%	12,3%	2,1	2,0
Perheen, läheisten ja kavereiden kanssa olemiseen	26,5%	42,6%	17,2%	13,7%	2,2	2,0
Kotitehtävien tekemiseen ja muuhun opiskeluun	26,0%	35,8%	22,7%	15,5%	2,3	2,0
Nukkumaanmeno-aikaan	19,5%	32,6%	27,0%	20,9%	2,5	2,0
Yhteensä	27,1%	39,3%	18,7%	14,9%	2,2	2,0

Avoimissa tekstivastauksissa oppilaiden useimmin ilmaisemat plussat, miinukset ja toiveet kompromissista

✓ Myöhäisempi aloitus – plussat:

- Lisää unta ja parempi keskittyminen.
- Parempi mieliala ja jaksaminen.
- Vähemmän stressiä aamuisin.

✗ Myöhäisempi aloitus – miinukset:

- Koulu päättyisi myöhemmin → vähemmän aikaa harrastuksille ja vapaa-ajalle.
- Vaikeuksia ehtiä treeneihin tai viettää aikaa perheen/kavereiden kanssa.
- Pelko unirytmien siirtymisestä myöhemmäksi ilman todellista hyötyä.

📌 Toiveet kompromissista:

- Aloitus klo 8:30–8:45 voisi olla hyvä kompromissi.
- Ei joka päivä myöhään, vaan muutamana päivänä viikossa.
- Tärkeää, ettei koulupäivät pitene liikaa iltapäivästä.

Mielipiteiden yleinen jakauma avoimien tekstivastausten perusteella

Oppilaista:

- Vastustaa myöhentämistä kokonaan: 40–45 %
- Kannattaa myöhentämistä, mutta ei pidempiä päiviä: 30–35 %
- Kannattaa myöhentämistä myös iltapäivän kustannuksella: 10–15 %
- Ei mielipidettä / ei vaikuta: 5–10 %

Henkilöstön ja rehtoreiden näkemys

Henkilöstöä edustava pääluottamusmies totesi lausunnossaan, että yläkoulujen aineenopetusmalliin ei sovi oppituntien myöhentäminen aamuista, sillä se siirtää oppitunnit aiempaa myöhemmäksi iltapäiväisin. Opettajat kokevat aamutunnit yleisesti hyvän työrauhan ja tehokkaan

oppimisen ajaksi. Yläkouluille on Espoossa asetettu linjaus, että koulupäivän tulee päättyä kaikilla yläkoulujen oppilailla keskiviikkoisin kuudennen tunnin jälkeen, jotta jokaisella oppilaalla olisi käytettävissä nk. harrasteaika koulutyötä tukeviin harrasteisiin, joita kaupunki tarjoaa nuorille runsaasti. Koulupäivän myöhentäminen vähentäisi myös opettajien yhteiseksi tarkoitettua suunnittelu-aikaa yhteistyössä kollegojen kanssa sekä seuraavaan päivään valmistautumiseen varattavissa olevaa aikaa.

Rehtoreilta sekä suomenkielisen perusopetuksen aluepäälliköiltä saatujen näkökulmien mukaisesti koulupäivän aloituksen myöhentäminen tunnilla tekee lukujärjestysten laatimisen haastavaksi, sillä oppilaiden lukujärjestyksissä yläkoulun aikana ei saa olla hyppytunteja. Yläkoulun oppilaiden määrä on Espoossa kasvussa ja monessa koulussa ollaan tilakapasiteetin ylärajalla jo nyt. Puuttuva aamutunti ruuhkauttaisi jo ennestään täyden yläkoulun lukujärjestyksen. Tämä vaikeuttaisi myös joustavien opetusjärjestelyiden ja oppilaiden tuen toteuttamisen.

Koulupäivän myöhentäminen aiheuttaisi lisävälipalatarpeen oppilaille, mikäli koulupäivä jatkuisi klo 17 saakka. Rehtoreiden näkemyksen mukaan myöhentäminen vaikuttaisi myös oppilaiden vapaa-aikaan, sillä tällä hetkellä harrastukset alkavat usein klo 16 tai klo 17 pääkaupunkiseudulla.

Koulupäivien aloitusaikojen muuttaminen muuttaisi myös rehtoreiden, koulusihteereiden, opetushenkilöstön, laitoshuoltajien ja vahtimestareiden sekä LUVN:n työntekijöiden työaikaa ja saattaisi osaltaan lisätä henkilöstön saatavuusongelmia.

Espoon nuorisovaltuuston lausunto

Espoon nuorisovaltuusto ei pidä lausunnossaan hyvänä ajatuksena muuttaa kouluaamuja alkamaan myöhemmin. Nuorisovaltuuston mukaan kello 9 aamut tarkoittavat myös myöhemmin loppuvia kouluaikoja. Tämä myöhäistäisi harrastuksien alkamisaikoja ja siten myös nukkumaanmeno-aikoja. Espoon nuorisovaltuusto ehdottaa, että koulun alkamisaikaa voitaisiin myöhentää enintään 15 minuutilla. Se olisi nuorisovaltuuston mukaan inhimillisempi vaihtoehto, sillä se helpottaisi pitkän matkan kulkijoita.

Pääkaupunkiseudun ratkaisut koulupäivien alkamisajankohtiin

Helsingissä ja Vantaalla on käsitelty vastaavia aloitteita. Helsingissä kasvun ja koulutuksen lautakunta päätti suositella syksystä 2019 alkaen peruskoulujen yläkoululaisten koulupäivien aloitusajankohtaa klo 8:30–9.00 välille. Edellä mainittu lautakunta totesi vastauksessaan, että huomioiden nuorten unentarpeesta ja koulukäynnin myöhentämisestä ovat tarpeellisia ja tarkoituksenmukaisia. Rehtorit, opettajat ja oppilaat osallistuvat koulukohtaiseen valmisteluun koskien koulupäivien alkamista huomioiden kuitenkin säädökset koulupäivien pituuksista.

Vantaalla asian käsittelyn yhteydessä yläkoulujen rehtorit eivät nähneet perusteita lähteä kokeilemaan koulun aloitusta klo 9.00.

Rehtorien näkemyksen mukaan koulun alkamisajankohdan myöhentäminen on hetkellisesti vähentänyt myöhästelyä, mutta ei ratkaise ongelmaa pitkällä aikavälillä. Myöhäisempi koulun aloitus ei välttämättä ratkaise nuorten väsymystä, vaan saattaisi johtaa entistä myöhäisempiin nukkumaanmenoaikoihin. Tämä lisäisi haasteita myös lukujärjestysten ja työjärjestysten laatimiseen.

Johtopäätökset

Johtopäätökset valtuustoaloitteeseen koulupäivien muuttamisesta aikaisintaan yhdeksältä alkaviksi koulupäiviksi kaikissa Espoon yläkouluissa:

1. Myöhempi koulunkäynnin aloittaminen tukisi murrosikäisten nuorten unirytmää. Riskinä on kuitenkin unirytmän siirtyminen edelleen myöhemmäksi.
2. Mikäli koulupäivien aloitusta siirrettäisiin yhdeksään, se vaikuttaisi merkittävästi koulupäivän jälkeiseen vapaa- ja harrastusaikaan.
3. Henkilöstön näkökulmasta työajan painottuminen pidemmälle iltapäivään tuo haasteita perheen ja työn yhteensovittamisessa.
4. Oppilaskyselyn yhteenvetona voidaan todeta oppilaiden toive koulun aloitusajan myöhentämisestä, mikä ei kuitenkaan saisi pidentää koulupäivää harrastusten ja vapaa-ajan kustannuksella.
5. Rehtoreiden näkemyksen mukaan koulupäivän myöhentämistä klo 9 alkavaksi ei voida toteuttaa lukujärjestysteknisistä syistä eikä koulun tilankäytön syistä.
6. Niissä yläkouluissa tai yhtenäiskouluissa, joissa on käytössä koulupäivän aloitus 8.30, kokemukset ovat positiivisia. Myöhempi aloitus klo 9 ei kuitenkaan enää toimisi tilojen riittämisen, iltakäytön, oppilaiden harrastusten ja henkilökunnan riittävyyden vuoksi.

Johtopäätöksenä kasvun ja oppimisen toimiala suosittaa yläkouluikäisten oppilaiden kouluille, että ne kokeilisivat koulupäivän aloittamista klo 8.30 kokemusten saamiseksi yhteistyössä oppilaiden ja huoltajien kanssa.

Kasvun ja oppimisen toimiala suosittaa osallistavaa keskustelua oppilaiden ja huoltajien kanssa arjen hallinnan taitojen jatkuvasta vahvistamisesta opetussuunnitelman perusteiden tavoitteiden mukaisesti, sekä oppilaiden kanssa virkistystä ja jaksamista tukevien toimintatapojen sisällyttämistä koulutyön arkeen.

Päätöshistoria

Liitteet

Oheismateriaali

- Ei julkaista, Nuorisovaltuuston lausunto valtuustoaloitteeseen koulujen alkamisajoista, sisältää henkilötietoja
- Ei julkaista, Rehtoreiden kommentit kun koulupäivä alkaa klo 8.30, sisältää henkilötietoja
- Lausunto_Espoon opettajat
- Oppilaskysely_saate rehtoreille
- Rehtorikysely

Tiedoksi