

# Wenn der Unterricht um 9 Uhr startet

Die Grundschule Freie Schule macht vieles anders – Sie ist die einzige in Braunschweig, die so spät den Tag beginnt

## ulbeginn 9 Uhr?



**zwoch zum späteren  
errichtsbeginn**

Wir morgens zur Schule? Darum ging es jetzt bei Redaktionbesuch in der Klasse in der Herzogin-Elisabeth in Braunschweig. In der Grundschule fangen sie nämlich um 9 Uhr an! Ich hingegen in meiner Schule, im 11. Jahrgang, jeden Morgen schon in der Klasse sein. Und du bist, bin ich oft schon nicht da. Das ist schon ein Unterschied. Warum erst um 9 Uhr? In Frankreich, Italien, und Spanien haben es vorgezogen. Auch Niederlande es möglich, erlaubt den Unterrichtsbeginn. In Braunschweig ist es bereits die Freie Schule den Unterricht erst um 9 Uhr zu lassen.

**Katharina Lohse**

**Braunschweig.** Wenn der Unterricht erst um 9 Uhr beginnt, dann ist für die allermeisten Kinder mindestens die erste, wenn nicht gar auch die zweite Stunde ausgefallen. Für die 80 Schülerinnen und Schüler der Grundschule Freie Schule im Östlichen Ringgebiet ist das hingegen keine Ausnahme. Für sie beginnt der Unterricht immer um 9 Uhr. Keine andere Schule in Braunschweig startet so spät.

Und das ist schon seit Gründung der Schule im Jahr 1985 so. Damals noch außergewöhnlicher als heute, wo das Land Niedersachsen den Schulen beim täglichen Start freie Hand lässt: Nicht früher als 7.30 Uhr soll der Unterricht starten, nach hinten gibt es zeitlich keine Vorgabe. „Zur Zeit der Gründung der Schule waren bei der Überlegung, erst um 9 Uhr zu starten, keine Erkenntnisse zum Biorhythmus ausschlaggebend“, sagt Christina Vierling, pädagogische Schulleiterin der Freien Schule. „Damals hat man es eher für den Familienfrieden gemacht.“ Eine Betreuung vor 9 Uhr, wie es sie heute gibt, habe es damals nicht gegeben.

Das hat sich mit der steigenden Zahl der Haushalte mit zwei Erwerbstätigen geändert. Waren vor der Wende laut Bundesfamilienministerium nur rund 50 Prozent der Frauen in Westdeutschland erwerbstätig, waren es dem Statistischen Bundesamt zufolge 2021 deutschlandweit rund 72 Prozent. Bei den Männern waren es in diesem Jahr rund 79 Prozent. Heute können die Kinder der Freien Schule schon um 8 Uhr zur Schule kommen. „Die Zeit bis 9 Uhr ist strikt dem Spielen vorbehalten“, sagt Vierling. „Hier fangen die Kinder morgens nicht an zu arbeiten. Wir wollen, dass sie spielen.“

„Spielen sei enorm wichtig, sagt die Schulleiterin. „Kinder verarbeiten dabei Erlebtes, sie üben sich in sozialen Beziehungen, handeln Regeln aus, erwerben Wissen über ihre eigenen Stärken und Grenzen, es fördert die Kreativität.“

Auch an diesem Tag des Besuchs in der Freien Schule sind die Kinder vor Unterrichtsstart ins Spiel vertieft. Einige reihen sich gegen 8.50 Uhr um den Kicker, ein Junge ist gerade erst reingekommen und sieht mit dicker Winterjacke und Mütze den anderen zu. Einer, der gerne früh in die Schule kommt, ist der zehnjährige Fredi: „Ich komme gleich um 8 Uhr in die Schule, damit ich Zeit zum Spielen habe. Am liebsten spiele ich Kicker, aber auch Fußball.“ Seine Mutter arbeitet in einer anderen Grundschule und muss um 7.50 Uhr los. Dann fährt er mit seinem kleinen Bruder zusammen zur Freien Schule.



Lilu (von rechts), Paulina, Gustaw, Fredi und Robin haben es sich im Foyer der Freien Schule gemütlich gemacht.

STEFAN LOHMANN/REGIO

ptargumente sind  
gere Schlafen, ein  
es Ausgeruhtheit  
die wegfallende  
ei. Und man kann  
esser planen.

Hauptargument sind  
e Schlafen, ein besseres  
sein und die wegfallende  
Dadurch kann man den  
esser durchplanen. Eltern  
tlastet, können dann al-  
re Kinder auch oft nicht  
Schule fahren. Dafür hat  
Schule eine gute Lösung

Und zwar können die  
nen und Schüler bereits  
in der Schule sein – und  
eit mit spielerischen Akti-  
d Lesen überbrücken, bis  
richt startet.

bst komme mit meinem  
ichen Frühstart eigentlich  
rt, aber ich finde, dass das  
der Freien Schule durch-  
chrittlich und gut durch-  
So lernen die Kinder viel-  
as entspannter, gewöhnen  
r an Selbstständigkeit und  
gement, wenn sie etwa  
mit dem Bus zur Schule  
a wird man außerhalb der  
genständiger und selbstbe-  
Und ich kann nachlesen,  
1 zwischen 9 und 12 Uhr  
aktivsten ist. Ich merke es  
enn ich in der Schule sitze.  
ur ein Problem: Wenn sie  
fängt, hört die Schule auch  
ff! Das bedeutet: weniger  
reffen mit Freunden außer-  
Schule. Und es heißt auch:  
Zeit für Sport und andere  
en, die auch mal völlig un-  
; von der Schule sind. Für  
nnte es also gern beim fr-  
chulbeginn bleiben. Und  
t vergessen: Geht's von der  
chule auf die weiterführe-  
le, ist auch da wieder der  
liche Frühstart angesagt.  
so später durchstarten, wo-  
ja reden können, dann bit-  
e.



Hier fangen die Kinder  
morgens nicht an zu  
arbeiten. Wir wollen,  
dass sie spielen.

**Christina Vierling** pädagogische  
Schulleiterin der Freien Schule



Bei den Aktionen lernt  
man viele andere Eltern  
kennen. Da entstehen  
Freundschaften.

**Holger Neddermeier** Vater zweier  
Schülerinnen der Freien Schule

Der neunjährige Robin kommt lieber erst um halb oder viertel vor 9 in die Schule. „Wenn wir am Frühstückstisch sitzen, können wir uns Zeit lassen“, sagt Robin. „Und wenn man mal abends länger aufbleibt, gibt es morgens keinen Stress.“ Auch für die zehnjährige Lilu war der späte Schulstart ein Grund, sich für die Freie Schule zu entscheiden. Ihre Freunde sind in die nahe gelegene Schule im Ortsteil gegangen. „Das wollte ich zuerst auch, weil die Schule nicht so weit weg ist“, sagt Lilu. Aber dann habe sie über das frühe Aufstehen nachgedacht und über die Hausaufgaben, die man in der anderen Schule fast jeden Tag bekomme – und die Entscheidung für die Freie Schule stand fest.

Auch manche Wissenschaftler wie Till Roenneberg, Professor für

Chronobiologie an der Ludwig-Maximilian-Universität München, sprechen sich für einen späteren Schulstart aus, insbesondere für Jugendliche: „Jugendliche vor neun zu unterrichten, ist ziemlich unproduktiv“, sagte er der Schweizer Publikation „WirEltern“. Denn bei ihnen Sorge die innere Uhr dafür, dass sie erst spät einschlafen können. Die Folge: Ein Formtief am Morgen. Die Chronobiologie ist ein Wissenschaftszweig der Biologie, der die zeitliche Organisation von physiologischen Prozessen und wiederholten Verhaltensmustern bei Organismen untersucht. Studien aus diesem Feld zeigen, dass der Konflikt zwischen biologischer Uhr und gesellschaftlicher Zeit zu einer chronischen Form von sozialem Jetlag führen kann. Eine Diskrepanz zwischen der eigenen inneren Uhr und

den Uhrzeiten, die von Schule oder Arbeitgeber vorgegeben werden. Welcher Chronotyp man ist, also Frühaufsteher, Nachttaube oder weder noch, ist genetisch festgelegt.

Die Freie Schule macht vieles anders. Es gibt beispielsweise keine Noten, die Lehrer unterrichten Klassen, in denen Erst- bis Viertklässler gemeinsam lernen. Und es gibt keine klassischen Unterrichtsstunden, sondern drei Lernphasen, von einer optional ist.

Für Holger Neddermeier, deren Töchter Paulina und Maya in die Freie Schule gehen, war die Mitbestimmung für die Schulwahl ausschlaggebend. Schon beim Kindergarten, einer Elterninitiative, sei ihm und seiner Frau das sehr wichtig gewesen. „Es ist gut und wichtig, enger dran zu sein, mehr mitzubekommen.“ Dabei gehe es keineswegs ums Reinreden oder Helikoptern, wie er sagt. Sie seien als Eltern selbst Teil der Schule, helfen, haben selbst mit einem Schlüssel Zugang.

Das Helfen ist fest organisiert. „Jeder Elternteil übernimmt 40 Arbeitsstunden im Jahr, davon zwölf Stunden im Putzdienst“, sagt Neddermeier. „Bei diesen gemeinschaftlichen Aktionen lernt man viele andere Eltern kennen. Da entstehen Freundschaften. Das ist ein Mehrwert.“

Die Schule hat anders als die meisten anderen Grundschulen keinen festen Einzugskreis. Früher seien sogar viele Kinder aus Dörfern am Elmrand in die Schule gekommen, sagt Vierling. Heute je-

doch kämen die Schülerinnen Schüler aus dem Braunschweig Stadtgebiet. Die Nachfrage Plätzen überschreite seit Jahre Angebot. 80 Plätze gibt es, auf vier Klassen. Es sind kleine Klassenverbände, die in der Regel zwei Pädagoginnen oder Pädagogen betreut werden. Die Entscheidung, ein Kind aufzunehmen abzulehnen, falle per Los, so Vierling. Allerdings müssten auch Voraussetzungen stimmen. Neben dem einkommensabhängigen Schulgeld müssen die Eltern auch bereit sein, Eigenes einzubringen.

Der frühe Schulstart hat Auswirkungen auf den Nachmittagsunterricht. Die dritte Lernphase, in der die Kinder frei wählen können, was sie machen wollen, endet um 14 Uhr nachmittags. Danach beginnt bis 14.30 Uhr. Danach beginnt Nachmittagsangebote bis 15 Uhr für dafür angemeldete Kinder organisiert in Trägerschaft der Freien Schule.

Und wie geht es für die Schen und Schüler nach der Schule weiter? Viele gingen in integrierte Gesamtschulen, sag Vierling. Eine Alternative zum weiteren Gymnasium. Aber es auch Kinder aufs Gymnasium die Realschule. Dort werden zehnjährige Viertklässler künftig freier Unterricht sein müssen. Und nur deswegen sagt die zehnjährige Paulina: „Ich wünschte, die Schule würde bis zur 13. Klasse gehen.“



Ich komme gleich um  
8 Uhr in die Schule,  
damit ich Zeit zum  
Spielen habe. Am  
liebsten spiele ich Kicker,  
aber auch Fußball



Wenn wir am  
Frühstückstisch sitzen,  
können wir uns mehr Zeit  
lassen. Und auch wenn  
man abends mal länger  
aufbleibt geht es



Um Viertel nach acht  
kommt mein Bus. Wenn  
ich den verpasse, kann  
ich den nächsten  
nehmen und komme  
immer noch pünktlich an.



Zuerst wollte ich in die  
Schule, in die meine  
Freunde gehen, weil sie  
nicht weit weg ist. Aber  
da kriegt man fast jeden  
Tag Hausaufgaben und



Ich muss morgens  
dem Bus fahren und  
auch umsteigen. Ab  
macht Busfahren Spaß  
Wenn es draußen  
dunkel ist, ist das