From: [redacted]>
Sent: Thursday, September 3, 2026 2:54 PM
To: Kancelaria <kancelaria@men.gov.pl>
Subject: Petycja w sprawie ustalenia późniejszej godziny rozpoczynania obowiązkowych zajęć w szkołach ponadpodstawowych

[redacted]

PETYCJA
w sprawie ustanowienia późniejszej godziny rozpoczynania obowiązkowych zajęć lekcyjnych w szkołach ponadpodstawowych

Do: Ministerstwa Edukacji Narodowej

Szanowni Państwo,

zwracam się z prośbą o podjęcie działań mających na celu zapewnienie uczniom szkół ponadpodstawowych odpowiednich warunków do uczestniczenia w zajęciach poprzez ustanowienie ogólnopolskich wytycznych dotyczących najwcześniejszej godziny rozpoczynania obowiązkowych zajęć lekcyjnych.
W szczególności zwracam się o rozważenie wprowadzenia zasady, zgodnie z którą obowiązkowe zajęcia w szkołach ponadpodstawowych nie powinny rozpoczynać się wcześniej niż o godzinie 8:00 – z uwzględnieniem aktualnej wiedzy dotyczącej snu i funkcjonowania młodzieży – o godzinie 8:30.

Obecnie przepisy prawa oświatowego nie określają jednej, ogólnokrajowej godziny rozpoczęcia zajęć edukacyjnych. Ministerstwo Edukacji Narodowej potwierdziło w odpowiedzi na wcześniejszą petycję dotyczącą późniejszego rozpoczynania lekcji, że szkoły posiadają w tym zakresie autonomię. Jednocześnie przy organizacji zajęć dyrektor szkoły powinien uwzględniać m.in. zasady ochrony zdrowia i higieny pracy oraz możliwości psychofizyczne uczniów.

W praktyce oznacza to jednak, że w niektórych szkołach zajęcia mogą rozpoczynać się już o godzinie 7:10.
Godzina rozpoczęcia lekcji nie jest jednak równoznaczna z godziną rozpoczęcia dnia ucznia.

Uczeń mieszkający w niewielkiej odległości od szkoły może potrzebować zaledwie kilkunastu minut na dotarcie na zajęcia. Uczeń mieszkający dalej, szczególnie korzystający z transportu publicznego, może natomiast potrzebować ponad godziny. W przypadku rozpoczęcia zajęć o godzinie 7:10 oznacza to, że część uczniów musi rozpoczynać przygotowania do szkoły około godziny 5:00, a czasami nawet wcześniej.

W moim przypadku lekcje rozpoczynające się o godzinie 7:10 oznaczają konieczność wstawania około godziny 5:00. Po tak wczesnym rozpoczęciu dnia moje możliwości psychofizyczne są znacznie ograniczone. Mam trudności z koncentracją, odczuwam silną senność i potrzebuję znacznie więcej czasu na wykonywanie podstawowych czynności. Pomimo podejmowania próby punktualnego dotarcia do szkoły zdarza mi się spóźniać.

Nie uważam, że sytuacje takie powinny być postrzegane wyłącznie jako problem z dyscypliną ucznia. Wczesna godzina rozpoczęcia zajęć może być szczególnie obciążająca dla uczniów, których miejsce zamieszkania wymaga długiego dojazdu.

Problem ten ma również podstawy w aktualnej wiedzy dotyczącej zdrowia i snu młodzieży.
Organizacje zajmujące się zdrowiem publicznym i medycyną snu wskazują, że młodzież potrzebuje odpowiedniej długości snu, a biologiczny rytm dobowy nastolatków naturalnie przesuwa się w kierunku późniejszego zasypiania i późniejszego budzenia się. Amerykańska Akademia Medycyny Snu zaleca, aby zajęcia w szkołach dla nastolatków rozpoczynały się nie wcześniej niż o godzinie 8:30.

Badania dotyczące późniejszego rozpoczynania zajęć wskazują również na zwiększenie długości snu uczniów, zmniejszenie senności w ciągu dnia oraz potencjalne ograniczenie spóźnień i nieobecności.
Jest to szczególnie istotne z punktu widzenia celu edukacji. Celem szkoły nie powinno być wyłącznie fizyczne pojawienie się ucznia w budynku o określonej godzinie. Uczeń powinien mieć również realną możliwość skupienia się, przyswajania informacji i aktywnego uczestniczenia w zajęciach.
Jedna godzina różnicy w rozkładzie zajęć może oznaczać dla ucznia znacznie więcej niż jedną godzinę różnicy w planie lekcji. Dla osoby dojeżdżającej do szkoły rozpoczęcie zajęć o 7:10 zamiast o 8:00 może oznaczać konieczność pobudki o 5:00 zamiast o 6:00, a więc utratę dodatkowej godziny snu każdego dnia.

W związku z powyższym zwracam się do Ministerstwa Edukacji Narodowej z następującymi postulatami:
1. Opracowanie ogólnopolskich wytycznych dotyczących najwcześniejszej godziny rozpoczynania obowiązkowych zajęć w szkołach ponadpodstawowych.

2. Rozważenie ustanowienia godziny 8:00 jako najwcześniejszej dopuszczalnej godziny rozpoczęcia obowiązkowych zajęć lekcyjnych.
3. Rozważenie docelowego przesunięcia najwcześniejszej godziny rozpoczęcia zajęć do 8:30, zgodnie z rekomendacjami organizacji zajmujących się zdrowiem i snem młodzieży.
4. Uwzględnienie czasu dojazdu uczniów do szkoły przy opracowywaniu zasad organizacji dnia szkolnego.
5. Uwzględnienie wpływu bardzo wczesnych godzin rozpoczęcia zajęć na sen, koncentrację, możliwości psychofizyczne, punktualność i frekwencję uczniów.
6. Przeprowadzenie analizy ogólnopolskiej dotyczącej godzin rozpoczynania zajęć w szkołach ponadpodstawowych oraz ich wpływu na funkcjonowanie uczniów.

Nie postuluję zmniejszenia wymagań edukacyjnych ani ograniczenia obowiązku nauki. Zwracam się o zmianę organizacji dnia szkolnego w taki sposób, aby uczniowie mieli realną możliwość uczestniczenia w zajęciach w stanie odpowiednim do nauki.

Uważam, że organizacja systemu edukacji powinna uwzględniać nie tylko liczbę godzin lekcyjnych, ale również porę, w której te godziny są realizowane, oraz rzeczywiste warunki, w jakich uczniowie muszą dotrzeć do szkoły i rozpocząć naukę.

Proszę również o poinformowanie mnie o sposobie rozpatrzenia niniejszej petycji oraz o podjętych w związku z nią działaniach.

Z poważaniem,

[redacted]