

# Rückabwicklung (teil-)gebundener Ganztagschule (NRW)?

**Beitrag von „s3g4“ vom 27. Oktober 2025 07:43**

## Zitat von Maylin85

Die Mittagspause ist das Allerschlimmste am Ganztag. Mein Körper schaltet da auf Mittagsschlafmodus und kommt auch nicht mehr raus.

Ich hatte bis zur Oberstufe meist 6 Stunden, später einmal wöchentlich 7. Nachmittagsunterricht gabs erst in der Oberstufe und beschränkte sich auf Sport und den SoWi Zusatzkurs, wenn ich mich richtig erinnere.

AGs sind ja freiwillig.

Wenn ich bis Nachmittags in der Schule bin, was in unserer Schulform die Norm ist, dann lasse ich entweder das Mittagessen weg oder essen nur eine Kleinigkeit. Ich verstehe den Mittagsschlaf bei Lehrkräften wirklich nicht. Das kann man sich auch wieder abgewöhnen, ihr seid doch keine Säuglinge.