

Escuelas Públicas de Greenwich
Investigación sobre un cambio en la hora de comienzo de la jornada escolar
Responsabilidad del comité directivo

10 de septiembre de 2015

Responsabilidad

El comité directivo encargado de explorar posibles cambios en el horario de comienzo de la jornada escolar, (SST por sus siglas en inglés), desarrollará e implementará un plan para investigar cuál sería el mejor horario para comenzar la jornada escolar que proporcione el máximo éxito académico y el mejor bienestar social y emocional de todos los estudiantes de las escuelas públicas de Greenwich. Actualmente las escuelas públicas de Greenwich están considerando seis opciones; cuatro de estas opciones se describieron en la encuesta sobre el cambio de horario de las escuelas públicas de Greenwich, (GPS por sus siglas en inglés), que se administró en la primavera del 2015. Cinco de las seis opciones están basadas en ejemplos reales de otros distritos escolares de los Estados Unidos. Estas cinco son las opciones que se usan con más frecuencia en los distritos que han cambiado o retrasado la hora de comienzo de la jornada escolar en el bachillerato o high school. El comité directivo ha añadido una sexta opción como producto de su investigación sobre el tema.

El comité directivo explorará y subrayará todos los condicionantes y las consecuencias presupuestarias de cada opción. Los estudiantes, el personal, los padres y la comunidad contarán con numerosas oportunidades para expresar sus opiniones sobre las diferentes opciones. El producto de esta investigación se verá reflejado en una recomendación a la Junta Directiva de Educación de Greenwich, (BOE por sus siglas en inglés), de cuáles serían las mejores horas de comienzo de la jornada escolar en todo el distrito. La recomendación podría enfocarse en una de las seis opciones, en otra solución o en la determinación de que el horario actual es el más efectivo.

Antecedentes y razón de ser

La pasada primavera, el Superintendente de las escuelas, Dr. William McKersie, estableció un comité para que llevase a cabo una encuesta para ver si entre los estudiantes de GPS, el personal y las familias existía un interés en cambiar los horarios de comienzo del día escolar en todo el distrito. Esta encuesta reveló que existía un gran apoyo a la propuesta entre los padres, los estudiantes y el personal que participó en ella. La encuesta se administró entre el 26 de mayo y el 5 de junio a los estudiantes de GPS en los grados 8-12, a todos los padres y al personal, y produjo un índice de respuestas de 37%, 42% y 61% respectivamente. La mayoría de los padres (75%) y estudiantes (77%) que respondieron están a favor de la investigación de un cambio en los horarios de comienzo. La mayoría de las respuestas del personal o bien estaban a favor del cambio (45%) o se mostraban indiferentes (20%).

Basándose en los resultados de la encuesta, Dr. McKersie indicó a la BOE en junio del 2015 que iniciaría una investigación para determinar el mejor horario de comienzo de la jornada escolar que proporcione el máximo éxito académico y el mejor bienestar social y emocional de todos los estudiantes de las escuelas públicas de Greenwich. El Dr. McKersie se comprometió a presentar a la BOE un documento de responsabilidad y un plan de trabajo para la exploración de este tema el 10 de septiembre de 2015 cuando la BOE se reuniese en su sesión de trabajo. Para facilitar esta labor, él indicó su intención de establecer un comité directivo formado por representantes de las escuelas y la comunidad. Los datos obtenidos en la encuesta los utilizará el comité directivo como una guía inicial sobre el nivel de apoyo de las posibles opciones y las áreas de preocupación existentes.

Un gran número de estudios ha documentado que el adolescente típico de los Estados Unidos se encuentra carente de sueño y patológicamente adormilado. Los estudiantes de bachillerato normalmente se van a dormir demasiado tarde y por lo tanto a la mañana siguiente les cuesta levantarse. Desde un punto de vista biológico, con el inicio de la pubertad, los adolescentes empiezan a experimentar un cambio en el ritmo del sueño reflejado en un retraso en las fases del sueño (el inicio del sueño y la hora de levantarse se producen en fases más tardías), esto se da como resultado de los cambios en los ritmos circadianos, cambios que están bien documentados científicamente. A pesar de la tendencia a creer que los estudiantes simplemente necesitan dormir más yendo a la cama más temprano, este retraso en los ciclos del sueño hace que ellos de manera natural prefieran irse a la cama más tarde que los niños más pequeños. Anteriormente esto se veía como una preferencia cultural, ahora se entiende como una respuesta biológica a la pubertad. Se recomienda encarecidamente que los adolescentes duerman nueve o diez horas cada noche para que se encuentren en perfecta forma y totalmente alertas. Aunque puedan existir otros factores sociales y medioambientales que afecten el patrón de sueño de los adolescentes, todo hace indicar que el empezar la jornada escolar tan temprano es un factor clave en la falta de sueño de los estudiantes de bachillerato.

Los niños en la fase de pre adolescencia aprenden mejor en las horas de la mañana al contrario que los adolescentes. No existen muchas investigaciones sobre un comienzo más temprano de la jornada escolar para los estudiantes más pequeños pero los pocos que existen muestran que los estudiantes de primaria no se beneficiarían en gran medida si empiezan el día escolar más tarde. Algunos expertos sugieren que el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de primaria no se vería afectado negativamente al comenzar el día escolar más temprano ya que ellos están más alerta en las primeras horas de la mañana que los estudiantes adolescentes (Hagenauer, M.H., Perryman, J. I., Lee, T. M., y Carskadon, M. A. "Adolescent Changes in the Homeostatic and Circadian Regulation of Sleep." *Developmental Neuroscience*, 314, pp. 276-284. 2009).

Un estudio en profundidad llevado a cabo en el 2014 por el equipo de The Children's National Medical Center's Blueprint for Change, señaló los efectos adversos de la carencia de sueño entre los adolescentes. El equipo, comisionado por las escuelas públicas del condado de Fairfax en Virginia, desarrolló un plan de acción después de evaluar cómo otros distritos escolares por todo el país implementaban con éxito el cambio de horarios. El estudio identificaba los

resultados y las consecuencias de la falta de sueño entre los adolescentes, tales como trastornos de humor y afectividad, atención, memoria, comportamiento y autocontrol. En particular, numerosos estudios muestran una correlación entre la falta de sueño y un rendimiento académico bajo en las etapas de secundaria, bachillerato y universidad; al igual que altos índices de absentismo o de llegar tarde a la escuela y una disminución en la motivación (Wolfson AR, Carskadon MA. Understanding adolescents' sleep patterns and school performance: a critical appraisal. *Sleep Medicine Review*. 2003; 7(6):491-506. y Curcio G, Ferrara M, De Gennaro L. Sleep loss, learning capacity and academic performance. *Sleep Medicine Review*. 2006;10(5):323-37).

Otros estudios documentan los efectos que la falta de sueño provoca en la salud de los adolescentes, entre estos se encuentra el aumento del uso de estimulantes, por ejemplo caféina o medicamentos, que se usan como remedio a la carencia de sueño de manera crónica. Esto podría aumentar el riesgo de consumo de drogas al final de la adolescencia y en la primera etapa de madurez. También se presenta un alto riesgo de accidentes de carro entre los adolescentes como consecuencia de manejar adormilado, y un aumento de lesiones al practicar deportes u otro tipo de lesiones debidas a la falta de sueño.

Un considerable número de investigaciones ha demostrado que retrasar el horario de comienzo del día escolar es una medida efectiva para combatir la falta de sueño crónica a la vez que proporciona una gran variedad de posibles beneficios para los estudiantes en términos de salud física y mental, seguridad y rendimiento académico. Estudios científicos han confirmado que retrasar el horario de comienzo del día escolar para los estudiantes de bachillerato, (High School), resultaría en un aumento de las horas totales de sueño, reduciría el índice de llegar tarde a la escuela y de absentismo, aumentaría moderadamente el resultado de los exámenes estandarizados, reduciría la depresión auto-diagnosticada y los accidentes automovilísticos (Danner F, Phillips B. Adolescent sleep, school start times, and teen motor vehicle crashes *Journal of Clinical Sleep Medicine*. 2008;4 (6):533-5).

Las tareas de SST incluyen pero no se limitan a:

- La formación de un comité directivo que explore el posible cambio y que incluya al personal escolar, a la dirección, a los padres y a los miembros de la comunidad.
- Incluir formalmente los puntos de vista de los estudiantes a través de grupos focales, entrevistas y otras maneras de contacto, a pesar de que los estudiantes no formarán parte del comité debido a sus horarios escolares, ya que el comité directivo estará trabajando primordialmente durante las horas de escuela.
- Tener en cuenta las seis opciones más utilizadas por los distritos escolares que ya han implementado el cambio de horarios.
- Considerar las implicaciones que la implementación de cada opción traería en términos de asignaturas ofrecidas, programas extracurriculares y participación, empleo de los estudiantes, cuidado de los estudiantes antes y

después de la escuela, transporte, estudio presupuestario y consiguientes modificaciones de programas, contratos y moral del personal y por último la competición por matrículas con las escuelas privadas del área.

- Identificar y resaltar los efectos concretos que un cambio supondría en el rendimiento académico y las ramificaciones sociales y emocionales de dicho cambio.
- Consultas con los distritos y con los expertos en educación que ya han implementado cambios en los horarios de comienzo del día escolar.
- Mantener un contacto exhaustivo con la comunidad a través de foros públicos, encuestas y otros medios con el objeto de involucrar y dar a conocer a los empleados y a la comunidad las opciones de cambio disponibles. (el comité directivo y el superintendente tendrán en cuenta las opiniones producidas en los foros públicos, encuestas, y otros medios).
- Poner al día de la labor de SST a la BOE y a la comunidad a través de la página Web de la BOE.

Miembros del comité y participación

Directora del proyecto-Cynthia Womack

Comité directivo

Tom Bobkowski- Director de Servicios de Seguridad Escolar

Jenny Byxbee – Representante de United Way/Coordinador de Servicios Juveniles

Janice Domiziano-Directora de Transporte

Sophie Dowling- Representante General de PTAC

Valerie Erde- Líder de Greenwich Chapter - Start School Later

Mary Forde- Directora de Directora de servicios de apoyo personal al alumno

Diane Chiappetta-Fox- Directora de Actividades Estudiantiles de GHS

Mary Stuart Freyberg-Representante de PTAC para GHS

Elana Gershon - Representante de PTAC para las escuelas secundarias

Anthony Giovannone- Supervisor de Contabilidad

Tom Healy- Directivo de las Escuelas Secundarias/GOSA

Jim Hricay- Director General de Operaciones

Gus Lindine- Director Atlético

Rick Piotrkowski –Directivo de Bachillerato/GOSA

Susie Ponce - Representante de PTAC para las escuelas primarias

Gene Schmidt- Directivo de las Escuelas Primarias/ GOSA

Bob Stacy- Director de Recursos Humanos

Carol Sutton- Representante de GEA

Bobby Walker- Director Ejecutivo de Boys & Girls Club

Chris Winters- Director de GHS

Progresión

1. Septiembre del 2015-Se presentará a la BOE el documento de responsabilidad y el plan de investigación
2. Octubre del 2015-Se presentará a la BOE las opciones viables con las implicaciones presupuestarias iniciales.
3. Octubre del 2015-Foros públicos con la comunidad y con los empleados sobre las opciones consideradas
 - Dos foros públicos con intérpretes en español (zona este y oeste)
 - Un foro para el profesorado
4. Noviembre del 2015- El superintendente realizará la recomendación de cambiar o no cambiar los horarios
5. Noviembre del 2015-Foros públicos adicionales con la comunidad y los empleados sobre la recomendación del superintendente
 - Dos foros públicos con intérpretes en español (zona este y oeste)
 - Un foro para el profesorado
6. Diciembre del 2015- La BOE vota para ver si se procede al cambio o no se procede al cambio.

SI SE RECOMIENDA Y SE APRUEBA EL CAMBIO

7. Desde enero hasta agosto del 2016- Planes intensivos para la implementación
8. Desde agosto del 2016 en adelante-Implementación de los nuevos horarios escolares
9. Desde agosto del 2016 en adelante-Actualizaciones dos veces al año de la efectividad de los nuevos horarios y de las consideraciones para modificaciones.