

Sơ Lược về Đề Nghị Giờ Chuông Reo

Các Trường Công Lập Quận Montgomery (MCPS) đang xem xét những thay đổi về giờ vào học và tan học—cũng được biết là giờ chuông reo—để bảo đảm là các học sinh, nhất là các học sinh trung học cấp III, có được giấc ngủ đầy đủ. Giám Đốc Học Vụ Joshua P. Starr đã đề nghị trường trung học cấp III vào học trễ hơn 50 phút, trường trung học cấp II vào học sớm hơn 10 phút và trường tiểu học giữ nguyên giờ vào học như cũ, nhưng kéo dài ngày học thêm 30 phút. Vào Ngày 8 tháng 10, 2013, Hội Đồng Giáo Dục Quận Montgomery đã biểu quyết ủng hộ kế hoạch của Dr. Starr để thu thập ý kiến cộng đồng rộng rãi và nghiên cứu về chi phí và ảnh hưởng điều hành của đề nghị này. Những thay đổi về giờ chuông reo có thể có sớm nhất là vào niên học 2015-2016.

Nhóm Công Tác Giờ Chuông Reo (Bell Times Work Group)

Đề nghị của Dr. Starr được dựa theo báo cáo của 2013 Bell Times Work Group. Nhóm đã được triệu tập vào tháng 12, 2012 và trải qua nhiều tháng nghiên cứu những báo cáo trong quá khứ về vấn đề này, kiểm lại những nghiên cứu mới nhất, nghe những nhà chuyên môn, và đưa ra những chọn lựa để Dr. Starr xem xét. Nhóm đã tổ chức những cuộc thăm dò ý kiến của các học sinh trung học cấp III và phụ huynh các em để xác định xem liệu có đủ nhiều quan tâm về giờ vào học trễ hơn hay không. Trong tháng Tám 2013, Dr. Starr đã nhận được báo cáo của nhóm tóm tắt những kết quả nghiên cứu về nhu cầu giấc ngủ của các thiếu niên và nghiên cứu khác về giờ vào học. Những kết quả chủ yếu từ bản báo cáo bao gồm những điều sau đây:

- Khi học sinh bắt đầu bước vào tuổi thiếu niên, cơ thể của các em thay đổi khiến cho các em không thể ngủ sớm như khi còn nhỏ, nhưng các em vẫn tiếp tục cần ngủ nhiều hơn người lớn.
- Trên toàn quốc, các nghiên cứu cho thấy các thiếu niên cần ngủ từ 8.5 đến 9.5 giờ đồng hồ mỗi đêm, nhưng chỉ có được trung bình là 7.6 giờ. Phù hợp với các nghiên cứu đã được công bố, các thăm dò ý kiến các học sinh trung học cấp III MCPS do nhóm công tác thực hiện cho thấy là các học sinh trung học cấp III MCPS ngủ khoảng bảy giờ một đêm, và đôi khi ít hơn.
- Ngủ không đầy đủ có ảnh hưởng tiêu cực đến những chức năng quan trọng của óc mà góp phần trong tiến trình học tập, bao gồm khả năng củng cố và ghi nhớ thông tin đã học trong ngày, ký ức hoạt động, và sự thực hiện trong những nhiệm vụ trừu tượng và phức tạp liên quan đến những chức năng cao hơn của óc.
- Thiếu ngủ nơi các thiếu niên được liên kết với tỷ lệ cao hơn của chứng béo phì và trầm cảm, mức độ thấp hơn về hăng hái và chú ý, và tỷ lệ tăng cao của các tai nạn giao thông.
- Khi các trường dời giờ vào học trễ hơn, nghiên cứu cho thấy là các em thiếu niên được ngủ nhiều hơn và không thức khuya hơn, như thường được tiên đoán.
- Khi các trường dời giờ học trễ hơn, nghiên cứu cũng cho thấy là các em thiếu niên lái xe ít liên quan đến tai nạn giao thông hơn.
- Thăm dò ý kiến 2013 của MCPS cho thấy là 70 phần trăm các phụ huynh của các học sinh trung học cấp III cảm thấy là trung học cấp III vào học "quá sớm," và 69 phần trăm muốn trường trung học cấp III vào học trễ hơn. Cùng cuộc thăm dò ý kiến này cho thấy là 63 phần trăm các học sinh trung học cấp III cảm thấy trung học cấp III vào học "quá sớm," và 54 phần trăm muốn trường trung học cấp III vào học trễ hơn.

Nhóm Bell Times Work Group đã đưa ra nhiều chọn lựa để Dr. Starr xem xét. Nhóm công tác cũng thúc dục học khu đưa ra một đề xướng để giáo dục học sinh và phụ huynh về sự quan trọng của giấc ngủ và những nguy cơ của việc thiếu ngủ.

Đề Nghị của Giám Đốc Học Vụ

Thời biểu giờ chuông reo hiện tại là như sau:

Cấp	Giờ	Thời Lượng trong Ngày
Trường Trung Học Cấp III	7 giờ 25 sáng–2 giờ 10 chiều	6 giờ, 45 phút
Trường Trung Học Cấp II	7 giờ 55 sáng - 2 giờ 40 chiều	6 giờ, 45 phút
Trường Tiểu Học Bậc 1	8 giờ 50 sáng–3 giờ 05 chiều	6 giờ, 15 phút
Trường Tiểu Học Bậc 2	9 giờ 15 sáng–3 giờ 30 chiều	6 giờ, 15 phút

Thời biểu giờ chuông reo theo đề nghị của Dr. Starr là như sau:

Cấp	Giờ	Thời Lượng trong Ngày
Trường Trung Học Cấp III	8 giờ 15 sáng–3 giờ 00 chiều	6 giờ, 45 phút
Trường Trung Học Cấp II	7 giờ 45 sáng–2 giờ 30 chiều	6 giờ, 45 phút
Trường Tiểu Học Bậc 1	8 giờ 50 sáng–3 giờ 35 chiều	6 giờ, 45 phút
Trường Tiểu Học Bậc 2	9 giờ 15 sáng–4 giờ 00 chiều	6 giờ, 45 phút

Có thể tìm thêm chi tiết trong báo cáo 2013 Giờ Chuông Reo có tại liên kết sau đây:

www.montgomeryschoolsmd.org/info/belltimesworkgroup/index.aspx

Tiếp Cận với Cộng Đồng và Phân Tích Tương Lai

Giai đoạn kế tiếp của tiến trình này được thiết kế để thu thập ý kiến qua những tiếp cận rộng rãi với các học sinh, nhân viên, phụ huynh và cộng đồng về đề nghị của Dr. Starr. Tiếp cận với cộng đồng sẽ bao gồm bốn buổi họp cộng đồng, buổi họp với những tổ chức cộng đồng, các cuộc thăm dò ý kiến, nhóm tiêu điểm, và các cơ hội khác để đóng góp ý kiến. Dr. Starr nhấn mạnh đến sự quan trọng của việc lắng nghe ý kiến từ toàn thể cộng đồng, luôn cả từ những người thường không tham dự trong các buổi điều trần công cộng và các buổi họp. Trong khi phỏng đoán tổn phí sơ bộ được đưa ra như là một phần của báo cáo của nhóm Bell Times Work Group, một phân tách chi tiết về tổn phí và ảnh hưởng điều hành của việc thay đổi thời biểu trường học cần phải được bổ sung.

Dr. Starr và Hội Đồng Giáo Dục nhìn nhận rằng thời biểu làm việc, thu xếp giữ trẻ, và thói quen trong gia đình có thể bị ảnh hưởng; vì vậy, thời gian biểu này bảo đảm là mọi người sẽ có cơ hội để đóng góp ý kiến và kế hoạch cho những thay đổi được đề nghị. Trong khi giờ vào học 7 giờ 25 sáng cho các học sinh trung học cấp III là lý do mà nhóm công tác được triệu tập, các học sinh trung học cấp II và tiểu học và gia đình các em, cũng như các thầy giáo và các nhân viên khác của MCPS tại mọi cấp trường học cũng có quan tâm đặc biệt về mọi thay đổi về giờ chuông reo và cần phải được lắng nghe.

Những ích lợi về sức khỏe của việc vào học trễ hơn cho các học sinh trung học cấp III rất đáng kể và đáng được xem xét kỹ lưỡng hơn nữa. Những người có liên quan khác sẽ muốn hiểu xem điều này sẽ có ảnh hưởng đến họ như thế nào và những lợi ích và thách thức sẽ là gì khi trẻ em trải qua suốt thời gian học tập ở MCPS.

Tóm Tắt Các Vấn Đề cho Các Trường Tiểu Học và Trung Học Cấp II

Trường Tiểu học

Cộng đồng trường tiểu học thường không muốn ngày học bắt đầu trễ hơn là hiện bây giờ. Để giải quyết những ưu tư này, bản đề nghị giữ nguyên giờ vào học không thay đổi nhưng kéo dài ngày học thêm 30 phút. Nhóm công tác muốn tránh mọi sự dòi lại về giờ vào học của tiểu học mà có thể tạo thêm nhu cầu giữ trẻ buổi sáng.

- MCPS đã có quan tâm từ lâu là ngày học của trường tiểu học của mình ngắn hơn là tất cả ngoại trừ một học khu tại Maryland. Học sinh và nhân viên tiểu học có thể hưởng lợi ích của thời gian giảng dạy phụ trội này. Thời gian phụ trội này sẽ được sử dụng ra sao sẽ là một phần của thảo luận trong nhiều tháng tới.
- Để cho giờ vào học của các trường trung học cấp II, cấp III và tiểu học cách nhau 30 phút, trong khi không có bất cứ trường nào vào học trước 7 giờ 45 sáng hay sau 9 giờ 15 sáng, thời lượng ngày học tại mỗi cấp độ cần phải như nhau để việc sử dụng xe buýt được tốt nhất.

Trường Trung Học Cấp II

Theo đề nghị, trường trung học cấp II sẽ bắt đầu 10 phút sớm hơn. Sự thay đổi này là cần thiết để tránh giờ vào học trễ hơn cho các trường tiểu học, trong khi vẫn duy trì đủ thời gian cho các xe buýt trường học để phục vụ tất cả các trường và hoàn tất lộ trình của xe. Phần lớn các xe buýt MCPS phục vụ ba hay bốn trường học trong cả buổi sáng và buổi chiều.

- Ý kiến phản hồi từ các phụ huynh và giáo chức tham gia trong các buổi đàm luận về giờ chuông reo cho thấy là gần như tất cả những người tham gia muốn trường học bắt đầu khoảng 8 giờ sáng. Đề nghị của giám đốc giúp việc sử dụng dịch vụ chuyên chở tốt nhất trong khi giữ giờ bắt đầu vào học cho cả trung học cấp II và cấp III càng gần 8 giờ sáng càng tốt.
- Lập luận để chọn trung học cấp II có giờ vào học sớm nhất được dựa theo nghiên cứu về giấc ngủ, mà cho thấy là các học sinh trung học cấp II nhỏ tuổi hơn (thường là học sinh Lớp 6 và 7) tương tự như học sinh trường tiểu học về mặt nhu cầu ngủ của các em và thường là có thể ngủ sớm hơn là các học sinh trung học cấp III. Các học sinh trung học cấp II lớn hơn (thường học sinh Lớp 8) tương tự như học sinh trung học cấp III về mặt nhu cầu ngủ của các em: tuy nhiên các học sinh lớp 8 không có chương trình học và sinh hoạt ngoại khóa nặng như các học sinh trung học cấp III. Vì vậy, sự điều chỉnh 10 phút cho giờ vào học này được mong đợi là có ảnh hưởng tối thiểu đến học sinh trung học cấp II.
- Thừa nhận rằng mỗi phần của cuộc thảo luận về giờ chuông reo đòi hỏi những thỏa hiệp, cộng đồng được yêu cầu hãy xem xét những lợi ích có bốn năm với giờ học bắt đầu 8 giờ 15 sáng cho trung học cấp III đánh đổi lấy giờ vào học của trung học cấp II sớm hơn 10 phút. Ý kiến sẽ được nhận từ những người có liên quan ở trường trung học cấp II để xác định ảnh hưởng của thay đổi này và để nhận diện các cách đối phó với những thách thức dự liệu.

Kế hoạch tiếp cận rộng rãi sẽ thu hút các học sinh, phụ huynh và nhân viên tại mọi cấp cũng như cộng đồng doanh nghiệp và các cơ quan địa phương mà có thể bị ảnh hưởng bởi sự thay đổi. Một khi tất cả các ý kiến đã được thu nhận và trọn vẹn tổn phí đã được xác định, một đề nghị chung cuộc sẽ được lập ra và thảo luận với Hội Đồng Giáo Dục Quận Montgomery vào cuối mùa xuân 2014.