



Rythmes des enfants et articulation des temps : Prendre en compte la globalité des temps de l'enfant

La prise en compte des besoins prioritaires et spécifiques des enfants et des jeunes est une des revendications premières de la FCPE.

Aménager leurs rythmes de vie c'est intégrer, dans leur globalité, tous les temps : temps familial, temps scolaire, temps périscolaire, temps personnel, temps libre. Ce dernier est un temps social et éducatif, favorisant l'autonomie, porteur de valeurs nouvelles et créateur entre les enfants de nouveaux rapports sociaux.

Si tout élève est un enfant, l'enfant n'est pas seulement un élève ! Il faut donc travailler sur le rythme de vie et d'apprentissage des enfants et des adolescents en incluant tous les temps de leur vie : familial, sociétal (sports, activités culturelles, rencontres avec les pairs...) scolaire, sommeil, restauration, inactivité... Il faut aussi dépasser l'intérêt des adultes, quels qu'ils soient, pour se concentrer sur l'intérêt de l'enfant et donc de l'élève.

Lorsqu'une discussion sur les rythmes scolaire et de vie est conduite au niveau local par les membres de la communauté éducative, mais également au delà de l'Ecole, chacun s'accorde à dire que l'intérêt des enfants n'est pas suffisamment pris en compte. Pourtant, dès que des solutions et des velléités de modifications apparaissent, tous les adultes concernés par cette problématique se révèlent incapables d'oublier leurs propres intérêts personnels et corporatistes pour se concentrer sur l'intérêt des enfants.

Le temps scolaire occupe un quart du temps de l'enfant dans une journée scolaire mais il occupe en fait à peine 10 % de son temps sur une année scolaire. Cependant, c'est autour de ces 10 % qu'est organisé l'ensemble de son emploi du temps, et au-delà celui de nombreux adultes, dans une très large amplitude horaire incluant les temps de transport, la garderie, la restauration scolaire, l'étude et les devoirs...

Ainsi, l'aménagement du temps de vie et d'apprentissage des jeunes doit relever d'une réflexion nationale menée avec tous les partenaires concernés. Les décisions doivent être prises au niveau national afin d'harmoniser ces temps sur tout le territoire.

▪ L'organisation quotidienne

L'âge de l'enfant est une variable première et essentielle dans l'approche qui doit être faite de ces rythmes.

L'organisation d'une journée respectueuse des rythmes de l'enfant tient compte des temps forts de vigilance, des temps de moindre capacité de concentration intellectuelle, et introduit des plages de repos et de sommeil.

La priorité doit être donnée à l'organisation de la journée.

La FCPE est favorable à toutes les expériences d'un aménagement équilibré du temps quotidien qui prennent en compte les rythmes chronobiologiques et chronopsychologiques des enfants et s'inscrivent dans un projet local.

Elle s'oppose à tout projet qui ne prendrait pas en compte prioritairement l'intérêt des enfants et contribuerait à renforcer les inégalités.

A l'Ecole maternelle, dans le cadre global, les rythmes individuels de chaque enfant doivent être pris en compte, ainsi les temps de sieste ne doivent être ni imposés ou au contraire rendus impossibles pour diverses raisons.

A l'Ecole élémentaire, le temps d'apprentissage journalier doit être inférieur à 5 heures maximum, la capacité de concentration des enfants de cet âge ne dépassant pas cette durée. Cela ne signifie pas que le temps de présence à l'Ecole ne puisse pas dépasser 5 heures. Il faut y inclure une réflexion sur le temps et les conditions matérielles de restauration, et sur le type d'activités proposées lors du temps méridien allongé et sur l'heure de début et de fin des cours. Notre réflexion devra s'appuyer sur les besoins et les potentialités locales.

La tranche horaire du début d'après-midi doit être consacrée à des activités de détente mobilisant une moins grande capacité d'attention, tant à l'école primaire qu'au collège.

Il faut que l'école primaire tout entière s'inspire de l'effort significatif réalisé dans les classes maternelles pour prendre en compte les besoins de repos des plus petits et pour favoriser des temps de détente et de relaxation collective.

En ce qui concerne le second degré, toujours pour respecter les capacités des jeunes mises en évidence par les chercheurs, le nombre d'heure de cours ne devrait pas excéder 6 heures par jour en collège et 7 heures par jour en lycée.

Tout cela doit être pensé en tenant compte des pics de vigilance identifiés par les chronobiologistes, qui sont les moments les plus favorables aux nouveaux apprentissages.

Au sein de la classe le temps doit aussi être géré afin d'éviter la fatigue et permettre une plus grande disponibilité des élèves. Pour cela il faut ajuster les temps de travail individuels, collectif, en classe entière, en petits groupes, et les temps de travail individuel. De plus, il faut ajuster les temps selon la nature des activités intellectuelles demandées, selon l'âge et les besoins des élèves.

Ainsi, il ne suffit pas de faire refaire les apprentissages d'une année à un élève qui ne les auraient pas acquis la première fois (solution du redoublement), comme si les difficultés scolaires n'étaient qu'une question de durée d'exposition à l'enseignement.

Concernant la pause méridienne, si dans le primaire elle dure entre 1 h30 ou 2 heures (aide individualisée souvent placée sur l'heure de déjeuner...), il n'en est absolument pas de même dans le secondaire ! Pourtant, le temps de la pause méridienne doit impérativement être de 90 minutes minimum si l'on veut respecter un temps de repas de 30 minutes et en temps de repos minimum.

Autant pour les élèves du primaire que du secondaire, il faut prendre en compte la durée réelle de travail. Les devoirs à la maison doivent impérativement être intégrés dans la réflexion sur les rythmes scolaires.

▪ L'organisation hebdomadaire

Dans le primaire :

Il n'est plus besoin de réexpliquer la nocivité de la semaine de quatre jours dénoncée de tout temps par la FCPE. L'Académie de médecine le souligne d'ailleurs : l'aménagement du temps scolaire en France « n'est pas en cohérence avec les rythmes biologiques de l'enfant ». Le constat est sans appel également pour l'IGEN, les chronobiologistes : la semaine de quatre jours dans le primaire épuise les élèves, ses conséquences en termes d'apprentissage sont regrettables : programmes alourdis devant être assimilés avec deux heures hebdomadaires de moins.

Il est possible de remédier à la rupture de rythme de sommeil et d'apprentissage imposée par le mercredi chômé et décriée par les spécialistes de la chronobiologie. Pour cela, il faut privilégier une organisation sur une semaine de 5 jours de classe consécutifs : du lundi matin au vendredi soir.

Dans le second degré :

Dans le second degré, le temps de travail des élèves ne doit pas dépasser les 35 heures hebdomadaires TTC (tout travail compris). Il pourrait être pertinent de présenter les grilles horaires sous une forme annualisée, l'organisation hebdomadaire étant alors de la responsabilité de l'établissement.

Là aussi, la réflexion doit être impérativement menée sur les temps de l'adolescent en commençant par les temps de restauration, de travail personnel, de sommeil, en particulier dans les périodes de préparation d'examens pour les lycéens.

Dans le second degré, un emploi du temps modulé concentrant sur une période déterminée certains apprentissages peut être envisagé afin de parvenir à une meilleure efficacité pédagogique en favorisant le travail transdisciplinaire en équipe.

▪ L'organisation annuelle

La France est l'un des pays d'Europe où le nombre de jours de classe est le plus bas mais également le plus concentré sur l'année (140 jours/an, pour près de 200 en Allemagne, Grande-Bretagne, Danemark, Italie).

Dans un souci de réussite de tous, le nombre de jours de classe doit donc être augmenté, et réparti plus harmonieusement tout au long de l'année. Les grandes vacances d'été doivent être diminuées et doivent entrer dans le zonage.

Il faut enfin respecter, pour tous, tout au long de l'année, l'alternance de 7 semaines de cours et 2 semaines de congés. Cette alternance correspond le mieux aux besoins de l'enfant. Les vacances d'automne ne durant actuellement que dix jours doivent donc être rallongées.

Concernant les départements et les territoires d'Outre-mer, la FCPE de la Réunion sollicite la Conférence afin de réfléchir à un calendrier climatique.

Une fois pour toutes, les adultes doivent se mettre tous ensemble en capacité de prendre les meilleures décisions concernant cette problématique. Un enfant fatigué par les exigences scolaires et sociétales, qui plus est concentrées sur un rythme inapproprié, est un élève stressé et non disponible pour les apprentissages. C'est évidemment d'autant plus vrai pour des enfants éloignés des exigences du système scolaire.

La FCPE réclame donc une organisation des rythmes scolaires, respectueuse des enfants et qui favorise la réussite de tous.

▪ Ressources documentaires

Publications :

«Les rythmes scolaires», hors série numérique des *Cahiers pédagogiques*, 111 pages, mars 2009. (http://www.cahiers-pedagogiques.com/article.php3?id_article=4329)

Dossier spécial sur les rythmes de l'enfant, *La Revue des parents* n° 362, février 2009.

« Les rythmes de l'enfant à l'épreuve du travail parental », Nadine Le Floc'h, *Loisirs éducation* (revue de la JPA) n° 417, mai-juin 2006.

Cahier n°46 de la lettre *La famille et l'École*, mai 2002, reprenant les actes du colloque « L'enfant, la vraie question de l'École » d'octobre 2001, dont certains articles sont en ligne sur le site du conseil scientifique de la FCPE (www.eduquerensemble.fr).

L'enfant, la vraie question de l'École, sous la direction de Hubert Montagner, éditions Odile Jacob, 2002. Ouvrage issu du colloque organisé par la FCPE en octobre 2001.

Ressources consultables en ligne :

De nombreux articles sur les rythmes de l'enfant sont consultables sur le site du conseil scientifique de la FCPE (<http://www.eduquerensemble.fr>) :

- *Rythmes biologiques et espaces chez l'enfant. Ontogénèse et régulations*, par Hubert Montagner.

- *Suppression du samedi matin : pour qui et pour faire quoi ?* par François Testu.

- *Présentation sommaire de propositions sur l'aménagement du temps scolaire à l'école primaire à partir des données de la chronobiologie et de la chronopsychologie*, par Hubert Montagner.

- *Samedi sans école : treize millions d'heures perdues*, par "Le club par l'École".

- *Les rythmicités psychologiques de l'enfant*, par François Testu.

- *L'aménagement du temps des écoliers*, par Guy Vermeil.

- *Temps scolaire, économie et société*, par Jacques George.

- *L'organisation et l'utilisation du temps scolaire à l'école primaire : enjeux et effets sur les élèves* par Bruno Suchaut.

Une rubrique complète figure sur le site de la FCPE nationale (<http://www.fcpe.asso.fr>) : http://www.fcpe.asso.fr/ewb_pages/d/dossier_fcpe2268.php

Autres sites :

Rubrique Internet consacrée à la journée du 18 mars 2009 « rythmes scolaires, un autre aménagement est possible » organisée à Paris par la FCPE, la JPA et le Réseau français des villes éducatrices : présentation de la journée, textes des interventions, interview des intervenants (à venir), textes officiels, diverses ressources documentaires... (<http://www.jpa.asso.fr/index2.php?goto=rythmes>).

« Respecter les rythmes de l'enfant pour l'aider à grandir », vidéo en ligne de Philippe Meirieu (source : Cap canal) (<http://www.jpa.asso.fr/index2.php?goto=rythmes>)

Donner du temps... au temps de l'élève, dossier de la conférence de presse du CRAP du 3 septembre 2008. (http://www.cahiers-pedagogiques.com/article.php3?id_article=3867)

Rapports officiels

L'Education nationale face à la réussite de tous les élèves, rapport de la Cour des comptes, mai 2010 (http://www.ccomptes.fr/fr/CC/documents/RPT/Rapport_education_nationale_reussite_tous_les_eleves_mai_2010.pdf)

Aménagement du temps scolaire et santé de l'enfant, rapport de l'Académie nationale de médecine, janvier 2010 (<http://www.academie-medecine.fr/detailPublication.cfm?idRub=26&idLigne=1768>).

Troisième note de synthèse sur la mise en œuvre de la réforme de l'enseignement primaire, IGEN, IGAENR, juillet 2009 (<http://www.education.gouv.fr/cid48791/ecole-primaire-troisieme-note-de-synthese-sur-la-mise-en-oeuvre-de-la-reforme-de-l-enseignement-primaire.html>)

Rythmes de l'enfant ; de l'horloge biologique aux rythmes scolaires, expertise collective de l'INSERM, avril 2001 (<http://www.ladocumentationfrancaise.fr/rapports-publics/054000291/index.shtml>)

L'aménagement des rythmes scolaires à l'école primaire, rapport de l'Inspection générale de l'Education nationale de janvier 2000. (<http://media.education.gouv.fr/file/07/2/6072.pdf>)

Autres

Interview de Luc Chatel à l'Express, le 24 août 2010 : « je vais d'ores et déjà signer une recommandation pour faire respecter une pause d'une heure et demie à l'heure du déjeuner -une meilleure respiration est nécessaire à la mi-journée. »
http://www.lexpress.fr/actualite/societe/luc-chatel-la-meritocratie-est-en-panne_914360.html