

## CONFERENCE DEBAT DEPARTEMENTALE SUR LES RYTHMES SCOLAIRES

Jeudi 16 décembre 2010 – Amphithéâtre de l'Université de Franche-Comté – Lons-le-Saunier

Monsieur MILVILLE, inspecteur d'académie, directeur des services départementaux de l'éducation nationale du Jura, ouvre la conférence débat à 18h 20 et remercie monsieur TESTU, professeur émérite en psychologie de l'université François Rabelais de Tours, membre du comité de pilotage de la conférence sur les rythmes scolaires d'avoir accepté d'en être l'animateur. Monsieur l'inspecteur précise que cette conférence débat se déroule dans le cadre de la conférence nationale sur les rythmes scolaires installée en juin 2010 par monsieur Luc Chatel, ministre de l'éducation nationale, de la jeunesse et de la vie associative. Il s'agit d'aborder la question de l'équilibre entre le temps de l'école, le temps de repos, les vacances, les activités sportives et culturelles.

Dans un premier temps, monsieur TESTU présente plusieurs éléments clés des recherches qu'il a conduites en prenant appui sur le diaporama en annexe de ce compte rendu. Dans un second temps, un débat s'engage avec le public.

Monsieur TESTU précise qu'il a deux fonctions : celle de chercheur et celle de président de l'association nationale Jeunesse au Plein Air.

Il rappelle que les cours du samedi matin ont été supprimés en 2008 par Xavier Darcos, alors ministre de l'éducation nationale, dans le cadre fixé par le Président de la République.

En outre, monsieur TESTU rappelle brièvement :

- qu'en 1882, Jules Ferry avait défini une semaine de classe de 30 heures sur 5 jours avec 2 jours de congé, le jeudi pour permettre l'instruction religieuse ainsi que le dimanche ;
- que Georges Pompidou, élu Président de la République en 1972, a supprimé les cours le samedi après-midi et a remplacé le jeudi par le mercredi vaqué. La semaine de classe est passée de 30 à 27 heures de cours.

Il précise que l'aménagement du temps scolaire n'a jamais été réalisé en tenant compte du rythme biologique et des besoins de l'enfant. Dès 1962, le rapport Debré - Douady mettait en évidence la fatigue de l'élève. Aucune suite n'a été donnée à ce rapport.

Monsieur TESTU ajoute que le débat est nécessaire. Il faut écouter et comprendre les besoins des adultes dans la société, il faut trouver un compromis.

Monsieur TESTU évoque les trois principaux rythmes biologiques et psychologiques qu'il convient de respecter prioritairement :

- *le sommeil*

Le sommeil est rythmique (phases de sommeil profond, léger et paradoxal). Il n'est pas facile de connaître pour chaque enfant la durée de sommeil nécessaire. Nous sommes inégaux devant le besoin de sommeil. La sieste est parfois nécessaire avant ou après le repas.

Dans la mesure du possible, tout doit être mis en œuvre afin de répondre au besoin identifié. Si un enfant ne dort pas suffisamment, il devient inattentif, agressif et nerveux ou apathique, ce qui ne favorise pas les apprentissages. Les parents sont responsables du sommeil de leur enfant : il convient de les sensibiliser à cette question d'une grande importance.

Monsieur TESTU souhaite qu'il y ait adéquation entre l'emploi du temps des parents et le rythme biologique des enfants. Des moyens spécifiques doivent permettre cette articulation.

– *les variations journalières de la vigilance et de l'activité intellectuelle*

Généralement, on remarque un niveau de performance élevé vers la fin de la matinée et au milieu de l'après-midi. Plus l'élève est jeune, plus il est performant le matin.

On remarque que la courbe est différente le lundi ; c'est un jour de perturbation rythmique. On observe une baisse des performances, notamment pour les enfants livrés à eux-mêmes le weekend ou dont les parents adoptent un rythme peu adapté à leurs besoins le samedi et le dimanche.

Il faut mettre en place des activités périscolaires et extra-scolaires, qui permettent d'établir une complémentarité favorable aux activités scolaires en favorisant le bien être et les capacités d'apprentissage des jeunes .

Il est recommandé d'alléger la journée pour les élèves les plus jeunes.

Le rapport PISA (programme international de l'OCDE pour le suivi des acquis des élèves) nous indique qu'il est urgent d'agir afin de favoriser la réussite de nos élèves.

Il est souhaitable que l'aide personnalisée soit apportée aux élèves au cours d'une demi-journée supplémentaire dans l'emploi du temps hebdomadaire. Conjointement, il conviendrait de mettre en place des ateliers pris en charge par des personnels formés.

– *Les périodes annuelles de faible résistance*

Alors que pour l'adulte, la période de l'année au cours de laquelle la fatigue est la plus marquée se situe entre la fin du mois de février et la fin du mois de mars, il en va tout autrement chez l'enfant : cette période se situe vers la Toussaint. Or les congés de Toussaint s'avèrent trop courts, d'autant que le premier trimestre de l'année scolaire est très long. Quinze jours de repos sont indispensables : une première semaine permet de se déshabituer du rythme scolaire, la semaine suivante favorise la détente. Il convient d'instituer une grande régularité dans le déroulement de l'année scolaire : sept semaines de cours doivent être suivies de deux semaines de congés. Si la durée de sept semaines peut être modulée (plus ou moins une semaine), il est impératif que les deux semaines de repos soient intégralement respectées.

Monsieur TESTU évoque la question des congés d'été : si la semaine de quatre jours ne constitue pas une organisation pertinente, la durée des congés d'été favorise le repos et la détente nécessaires après une année scolaire dense.

Il a fallu 30 ans pour que le respect de l'aménagement du temps de l'enfant fasse l'objet d'une attention particulière : les propositions du rapport Tabarot ont été approuvées à l'unanimité par la mission parlementaire.

### Questions - réponses

Question : avez-vous une préférence pour le mercredi ou le samedi matin ?

Réponse de M. TESTU : je n'ai pas de préférence, néanmoins le samedi matin favorise la relation enseignants - parents. Plus le weekend est long, plus les enfants issus de milieux défavorisés sont perturbés lors du retour à l'école.

Question : quelle réponse apporter aux difficultés scolaires ? Comment résoudre le problème des devoirs ?

Réponse de M. TESTU : la priorité est l'aménagement du temps de vie des élèves. Les devoirs doivent être intégrés au temps scolaire. Cela est plus compliqué dans le second degré, car les devoirs sont nombreux et le temps que les élèves y consacrent est trop important.

Question: les recherches que vous avez conduites mettent en évidence un pic de performance vers 11H30. Y a-t-il une variation selon l'âge de l'enfant ?

Réponse de M. TESTU : Cette observation est valable pour les élèves à partir du CE1. Ce n'est pas la même chose en maternelle, c'est irrégulier.

Question : faut-il envisager la possibilité d'allonger la matinée et de raccourcir l'après-midi ?

Réponse de M. TESTU : Non, car il faut ménager une pause méridienne.

Question : la prise d'un petit déjeuner a-t-elle une influence sur l'attention des enfants ?

Réponse de M. TESTU : Cela dépend des enfants. Il ne dispose pas d'éléments précis à ce sujet.

Question : les rythmes sont-ils les mêmes pour tous les enfants ?

Réponse de M. TESTU : la courbe n'est pas la même si l'on considère les enfants individuellement.

Question : quelle différence faites-vous entre premier et second degrés ?

Réponse de M. TESTU : la mission parlementaire n'a pas prévu d'évoquer la question des élèves du second degré mais la conférence l'a fait. En ce qui concerne les collèges, il faut éviter de déjeuner vers 11h00, moment de la journée qui coïncide avec le niveau d'attention le plus élevé. Les lycéens ont des journées trop longues.

Question : et le rythme des enfants de 2 ans ?

Réponse de M. TESTU : je ne peux me prononcer, en raison de la méthodologie qui est la mienne.

La question est reformulée.

Question : l'école est-elle adaptée aux élèves de 2 ans ?

Réponse de M. TESTU : Je dis, ainsi que Mme Agnès FLORIN, qu'il faut éviter de les scolariser dès lors qu'ils évoluent dans un milieu favorisé. Je suis opposé au jardin d'éveil car le personnel n'est pas formé pour prendre en charge des enfants de 2 ans alors que les professeurs des écoles le sont.

Monsieur l'inspecteur d'académie remercie monsieur TESTU de son intervention et souligne la liberté d'expression du chercheur qui n'engage pas l'institution. La conférence débat de ce soir est complémentaire de la conférence académique organisée à Belfort : à Lons-le-Saunier, la réflexion a été plus spécifiquement centrée sur l'élève et l'enfant alors qu'à Belfort, le débat a traité de l'ensemble des aspects liés à ce sujet .

La conférence débat se termine à 20H10.