



## **Les rythmes scolaires en question**

### **I. LES ENJEUX INSTITUTIONNELS**

De quoi parle-t-on quand on parle des rythmes scolaires ?

- Le rythme scolaire, c'est le rythme familial, professionnel.
- Nous devons nous questionner sur les rythmes sociaux que nous imposons aux enfants.
- Apprendre le rythme de la lenteur, c'est réajuster nos rythmes d'adultes.

#### **1.1 Enjeux**

Réfléchir à la manière dont notre école est un levier.

Dans la mise en place des nouveaux rythmes, ne pas ouvrir d'abord les paramètres techniques.

D'abord : - que voulons-nous pour les enfants ?

- comment mettre en œuvre l'ambition qu'on a pour eux ?

#### **1.2 Les rythmes scolaires dans le 1<sup>er</sup> degré**

- Quand il y a un 2<sup>nd</sup> degré, il faut aborder les rythmes sur l'ensemble scolaire.
- Au 1<sup>er</sup> degré, rythmes sur 4 ou 4,5 jours.
- Importance du rythme des apprentissages
- Prendre la réforme au sérieux quant à la question scolaire :
  - Les apprentissages
  - La prise en compte des plus fragiles
  - L'intérêt des enfants

Le décret permet une réflexion et de faire des choix quant à cette réforme. L'enseignement catholique n'a aucune obligation de l'appliquer. Par contre, cela nous oblige à fonder nos arguments par rapport à nos choix.

Chaque école doit déterminer sa propre décision en dehors de la DDEC. Il faut tenir compte de l'OGEC, de la mairie, des transports...

### 1.3 Points de repères qui peuvent servir à tous

- Donner la priorité à d'autres intérêts
- Avoir une concertation la plus large possible : rôle du Conseil d'Etablissement : lieu de dialogue et de la réflexion partagée.
- Se concerter entre écoles proches les unes des autres
- Prendre en compte tous les paramètres : KT en paroisse...
- Eviter le marketing à courte vue comme « ne pas entrer dans la réforme car on aura un surplus d'élèves... ».
- Donner du sens : avoir une pratique féconde, un rythme et des activités repensés.

## II. INTERVENTION DE L'UGSEL ( <http://ugsel.org>)

Quelques vidéos sont visionnées sur des expériences de rythmes différents: lycée Catherine Labouré et Ecole de Cidoine Trévoux.

### 2.1 Ecole de Cidoine : (vidéo disponible sur le site du SGEC)

Question qui se sont posées : Comment organiser le temps de 15h30 à 16h30 ?

Pratiquement, tous les enfants sont présents.

Lundi et Vendredi : activités sport...

Mardi et Jeudi : aide aux devoirs

Personnes qui interviennent : parents bénévoles, activités financées par l'APEL, Asem , quelques enseignants..

Très complexe à mettre en place, aspect financier (embauche d'une personne, intervenants à financer), l'espace (pour 12 élève maxi), espace classe utilisé.

Les limites : la maternelle : Coucher de 12h15 à 15h15. La maîtresse n'est pas là au réveil des enfants. Depuis l'aide aux devoirs, les parents ne s'investissent plus dans les devoirs de leurs enfants. APC faite sur un temps où les autres sont en ateliers.

Les points très positifs : travailler tous les jours, mettre les activités importantes le matin, crée un lien fort avec les élèves (savoir être, savoir faire, vivre ensemble), terminer après 15h30 : les enseignants ont le temps de travailler, de préparer leur classe et à 18h, ils ont une vie personnelle, les élèves ont du temps pour assimiler. Enfants moins fatigués, ouvre l'esprit sur l'extérieur.

## 2.2 Expérience en Mayenne

Milieu rural :65% des écoles ont moins de 5 classes, pour 30% d'entre elles ce sont les seules écoles du village.

3 principes pour la mise en place des nouveaux rythmes : s'harmoniser sur le territoire, avoir la capacité de s'adapter à chaque contexte, avoir une réflexion en Conseil d'Établissement.

La DDEC crée les conditions d'un dialogue. Les mairies financent.

Importance de ne pas faire du bricolage. L'engagement humain est colossal : beaucoup de rencontres, émergence de points de vue différents. Les chefs d'établissement sont aidés mais gardent leur liberté. Chacun met en place ce qu'il peut avec divers partenaires : APEL, OGEC, Chef d'établissement, tissu associatif.

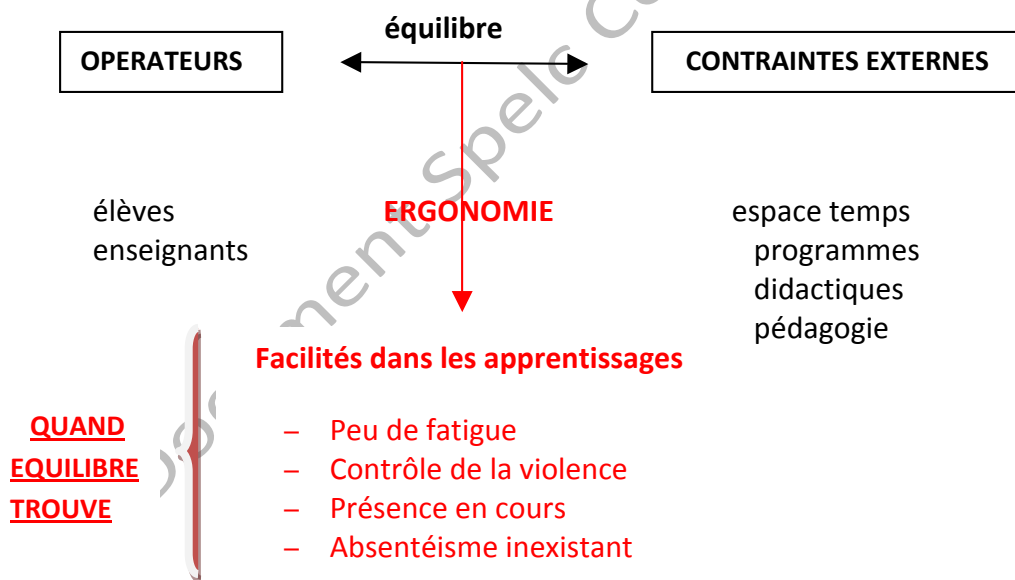
A Nantes, un comité de pilotage a été mis en place afin d'évaluer ce qui fonctionne ou pas.

### III. CONFERENCE DE NICOLE DELVOLVE

reussite-pour-tous.overblog.fr

[nicole.delvolve@orange.fr](mailto:nicole.delvolve@orange.fr)

#### 3.1 Approche ergonomique du travail scolaire



#### QUAND EQUILIBRE NON TROUVE

- Plus d'élèves en difficulté
- Perte de confiance en soi
- Peur d'apprendre

- Dysfonctionnements : dyslexie, dysorthographe...

**QUESTION** : QUE FAISONS-NOUS VIVRE A NOS ENFANTS POUR QU'ILS N'YARRIVENT PAS ?

Ce qu'on leur fait vivre développe des dys

**Ex** : travail de phonologie en maternelle : élève pas prêt → difficultés

Aménager les temps de l'élève,  
de l'enfant, de l'adolescent.

Aménager une séance efficace

**NEUROSCIENCES**

(mémoires, rythmes, émotions...)

} Evaluer par contrat de sens

Donner des outils aux élèves

Définir le contenu d'une culture  
commune sur les besoins des élèves  
avec les parents.

**3.2 Horloges biologiques**

3.2.1 Une structure temporelle

Le soir, on pèse plus lourd que le matin...car le cerveau régule

Le cadre temporel imposé n'abime t-il pas le rythme de l'enfant

Terminer la classe à 15h-15h30 : dommage car c'est la meilleur heure pour commencer les apprentissages. (**16h-17h** : meilleure heure.)

**Différents rythmes** :

Sur 24h : rythme circadien

Sur l'année : circannuel

Sur le mois : mensuel

} RYTHMES ENDOGENES

60 à 120 mn : ultradien

**Rythme circannuel** : le cerveau se met au ralenti en Décembre-Janvier-Février car moins de lumière, il ralentit donc l'activité. Ceci explique pourquoi on est davantage malade.

**Rythme mensuel** : pour la femme : 28 jours, pour l'homme 24 jours.

Nous connaissons une/des baisse(s) cérébrales au cours de la journée. Par exemple, on ne se souvient pas d'être passé à tel endroit. Les élèves ont fait leur exercice alors que d'autres n'ont pas encore trouvé la page.

**Conclusion** : le cerveau n'a pas la même disponibilité au cours de la journée.

### 3.2.2 Le sommeil nocturne

La nuit est constituée de cycles. La qualité du sommeil varie au cours de la nuit. L'enfant doit avoir une nuit suffisamment longue pour avoir les cycles de fin de nuit de sommeil où il y a du sommeil paradoxal, sommeil qui consolide les apprentissages de la journée.

Les capacités mnésiques du sujet humain ont une variabilité au cours de la journée.

Quels sont les risques quand la structure temporelle n'est pas respectée ?

### 3.2.3 La sieste

Chez les petits, le cerveau d'un enfant connaît une variabilité circadienne bi phasique.

Variabilité maximum le matin jusqu'à 8 heures. Le cerveau se réveille progressivement toute la matinée. 4 heures après l'éveil biologique, il rebascule en état de sommeil.

Il faut coucher les petits dès la fin du repas, celui-ci ne devant pas durer plus de 20 mn.

Le temps de sieste doit durer aussi longtemps que nécessaire comme la nuit.

Après la sieste, accueil des enfants qui se réveillent (15h-15h30) par des jeux. Il n'est pas nécessaire d'avoir une récréation. C'est le temps magique pour des ateliers.

En élémentaire, le creux se situe à la pause méridienne.

### 3.2.4 la variabilité diurne des capacités mnésiques

La mémoire explicite, conceptuelle, des savoirs est plus efficiente l'après-midi au-delà de 15h jusqu'à 18h que le matin.

La mémoire des automatismes est plus efficiente le matin que l'après-midi.

Il y a des risques quand la structure temporelle n'est pas respectée : l'enfant est souvent en état de stress. Quand le cerveau se calme, l'enfant s'endort.

### Efficacité du travail :

#### + Quand il y a classe le mercredi matin

<b>Lundi</b>	Mardi	Mercredi	Jeudi	<b>Vendredi</b>
<b>Il faut se remettre au travail</b>	<b>C'est mieux</b>	<b>C'est bien</b>		<b>Très difficile</b>

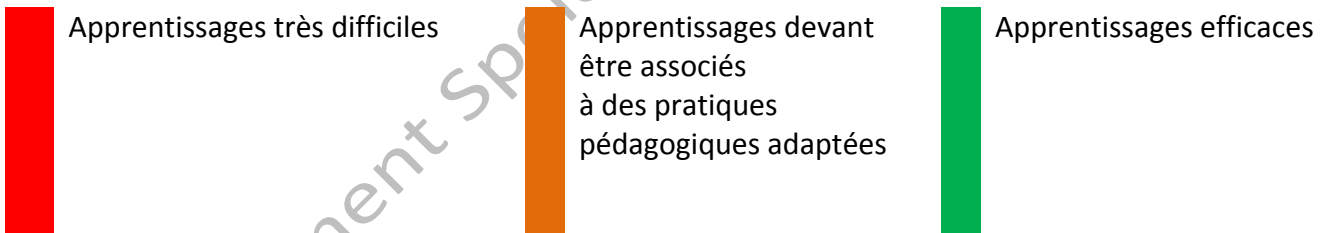
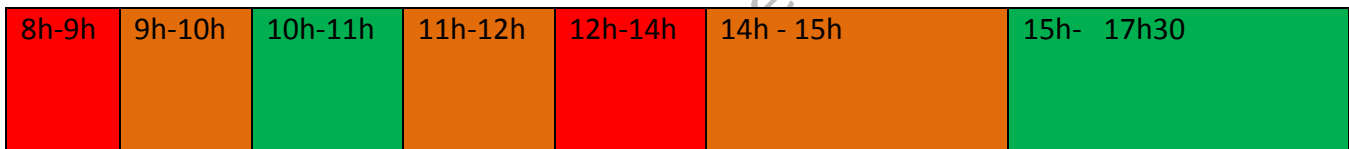
#### + Quand il y a classe le samedi matin

<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>	<b>Samedi</b>
--------------	--------------	--------------	-----------------	---------------

Tous les jours sont verts

La question qui se pose : comment amener un maximum d'enfants à la réussite ?

### Rythme sur une journée



### L'emploi du temps en maternelle

**Conceptualiser le temps et l'espace :** proposer un emploi du temps stable et répétitif sur la semaine.

**Se sentir en sécurité :** problème lorsque l'enfant se réveille avec un adulte qu'il ne connaît pas.

### L'emploi du temps en élémentaire

Proposer les maths à un moment où les élèves sont disponibles. A 8h30, faire du calcul mental...qui réveille la classe.

## L'emploi du temps en collège-lycée

Beaucoup de contraintes. Important d'installer des rituels pour permettre aux jeunes de se poser.

### Prendre en compte les autres besoins

Le plaisir d'apprendre

Besoin d'outils : comment apprendre une leçon (par ex)

Besoins affectifs : peur de la note, exigences des parents...l'adrénaline inonde la mémoire...l'élève arrête d'apprendre.

Besoin de sens : comprendre la culture commune

Besoins alimentaires : s'assurer que les élèves mangent. Proposer une collation en tout début de matinée en maternelle.

### Questions diverses

Cas des enfants prématurés : ils ont besoin d'une sieste jusqu'à 7-8 ans

Au collège, proposer des options entre 12h et 14h.

Remettre en cause la récréation systématique : certains sortent , d'autres restent dans la classe → classe plus calme.

Proposer la pédagogie par décrochage à tous les niveaux scolaires : primaire, collège, lycée

Modifier les objectifs : Apprendre à être élève

Comprendre les exigences du métier d'élève

Etablir des règles de vie

Apprendre à apprendre dès le cycle 2 : donner des outils aux élèves (voir socle commun européen)

Apprendre à gérer ses émotions

Former les parents

Revoir le contenu des réunions de parents et les faire dès la rentrée , il y a plus de parents présents. Plus tard, les parents se disent que les enseignants ont déjà une idée sur leur enfant.

#### **IV.RYTHMES EN QUESTION-REPERES EDUCATIFS**

Quelles sont les urgences ?

- Une école qui développe les talents
- Une école qui rassure, qui ralentit. La question que les parents se posent : « mon enfant sera-t-il dans ceux qui vont réussir ? »
- Une école qui donne du sens
- rééquilibrer les différents temps de la journée.

Clés d'aménagement du cours

D'abord, je veux que mes élèves travaillent quoi et qu'ils acquièrent quoi ?

On surcharge la séance sans penser au temps de l'élève , des enseignants.

Séance type

Un temps de découverte (rituel d'ouverture de séance par ex) surtout au 2<sup>nd</sup> degré.

Aménager du questionnement

Temps d'appropriation : prendre le temps de digérer la séance en reformulant puis y installer un temps de silence.

Temps de mise en activité des élèves

Docs : voir site du SGEC

Marie Catherine DOM