

# **DEBAT SUR LES RYTHMES SCOLAIRES**

**Collège Roy d'Espagne**

**25 novembre 2010**

A la question n°1, plus de 76% des élèves affirment être le plus en forme pour se concentrer sur leur travail entre 10h et 15h30. Les réponses à la question n° 2 corroborent ce constat puisque 56% des élèves affirment être le moins en forme entre 8h et 10h. Une majorité d'entre eux (70%) se sont prononcés contre une répartition de leur temps de travail qui privilégie des journées de travail moins longues et des vacances scolaires plus courtes. Ils sont également une majorité à souhaiter que les activités physiques et artistiques soient placées l'après-midi sur leur emploi du temps. Enfin, alors que les élèves se plaignent souvent de leurs journées chargées, il ressort du sondage que les activités extrascolaires se déroulent en soirée la semaine (71,2%).

**A partir de ces constats, le débat est lancé.**

Il n'est pas étonnant que les élèves soient fatigués car la gestion du temps sur 24h se pose pour toutes les familles. L'enfant est soumis au rythme familial qui n'est pas toujours en adéquation avec les rythmes biologiques. Il lui arrive souvent de se rendre à l'école sans avoir pris de petit déjeuner car, à l'heure à laquelle il se lève, il n'a pas faim. C'est vers 10h-11h que les enfants se plaignent d'avoir faim et sont par conséquent moins attentifs à leur travail. La fatigue est aussi le résultat d'un manque de sommeil. Alors que des études médicales ont démontré la nécessité de se coucher assez tôt (au plus tard à 21h), les témoignages des jeunes adolescents montrent qu'ils sont très nombreux à se coucher à une heure tardive (minuit) absorbés par les jeux vidéo, la télévision ou les différents forums de discussion sur internet. C'est ici le problème de la responsabilité des parents qui ne sont pas toujours vigilants ou exigeants quant au mode de fonctionnement de leurs enfants.

Les rythmes scolaires ne sont pas forcément responsables de l'échec des élèves si l'on considère que les bons élèves ont également souvent de nombreuses activités en dehors de l'école qui viennent s'ajouter à leur temps de travail.

La demande de placer les cours d'EPS l'après-midi pose le problème des infrastructures partagées avec plusieurs établissements. Cela paraît peu probable de l'appliquer compte tenu du manque des infrastructures sportives.

Quatre axes de réflexion ont servi à alimenter notre débat.

## **1- Proposer des mesures pour permettre une amélioration réelle des conditions de vie et d'apprentissage des élèves, donc une plus grande réussite de chacun**

Tout le monde s'accorde à dire que les conditions dans lesquelles les élèves travaillent sont primordiales pour la réussite.

Les cours en groupe sont plus productifs que les cours en classe entière. La gestion d'un groupe permet plus facilement à l'enseignant de canaliser les élèves et donc d'instaurer un climat plus serein qui contribue ainsi à réduire le stress et la violence. Les élèves reconnaissent être souvent stressés. La sérénité en classe permet une réelle cohésion du groupe et un investissement plus approfondi. L'alternance d'activités en groupe et en classe entière pourrait favoriser la réussite des élèves. Le changement des rythmes scolaires pour lutter contre l'échec scolaire n'aurait de sens que si les conditions de travail changent. Les difficultés de l'élève sont souvent dues à un manque de

concentration, d'où la nécessité de proposer différents types d'activité. Il est important de maintenir un nombre raisonnable d'élèves par classe (24 maximum).

Le temps de récréation est important. Une coupure suffisamment longue (20minutes) doit être expérimentée. Ce temps permet de se dépenser et donc d'évacuer le stress et l'agressivité.

A l'image des campagnes publicitaires pour la lutte contre le tabac, la violence routière, le sida, les différentes drogues, on pourrait concevoir des spots publicitaires diffusés par le ministère de la santé pour rappeler aux parents et aux enfants l'intérêt du sommeil. Un enfant qui ne dort pas assez est fatigué et ne peut donc pas se concentrer sur son travail. Les résultats s'en ressentent.

Prévoir une distribution de fruits à la récréation de 10h pour éviter l'hypoglycémie chez l'enfant et le sensibiliser par la même occasion sur les bienfaits des fruits

## **2- Les devoirs et leçons doivent-ils être intégrés dans le temps scolaire ?**

Les avis sur la question sont partagés.

Oui pour certains, par équité sociale car si certains élèves peuvent bénéficier d'un soutien scolaire à domicile, d'autres n'ont pas cette chance. On devrait pouvoir proposer cette aide au moins à ce type de public.

Oui pour le travail écrit, non pour les leçons à apprendre. Le travail de mémoire doit se faire en dehors du temps scolaire, en revanche on peut aider les élèves dans ce domaine en travaillant avec eux sur les différents types de mémoire (mémoire auditive, visuelle, écrite).

Non pour d'autres, car les pouvoirs publics ne peuvent pas tout prendre en charge.

Quoiqu'il en soit l'aide au devoir doit être précédée d'un temps de pause avec la possibilité de goûter pour être par la suite suffisamment attentif.

## **3- Quatre jours d'école, trois jours de congés, est-ce un bon équilibre ?**

L'ensemble des participants s'accorde à dire que cette proposition va à l'encontre de l'intérêt des élèves. Il faut éviter les coupures et privilégier la continuité pour maintenir la dynamique. On ne doit pas concentrer tout le travail sur quatre jours. Cela est en contradiction avec le débat lancé sur les rythmes scolaires.

## **4- Faut-il développer les activités culturelles à l'école ?**

Là aussi, les avis sont partagés.

Oui, mais sur quel temps ? Doit-on les intégrer dans les disciplines, par exemple le théâtre dans les cours de français ?

Non, tout ne doit pas passer par l'école. Il faut un temps pour le travail scolaire et un temps hors éducation nationale pour les activités culturelles. Il existe déjà de nombreuses structures qui proposent des activités culturelles. Il faut les renforcer.

# QUESTIONNAIRE SUR LES RYTHMES SCOLAIRES

CLASSE :

NOM :

PRENOM :

1- A quel moment de la journée te sens-tu le plus en forme pour te concentrer sur ton travail ?

Entre 8h et 10h ☐

Entre 10h et 12h ☐

Entre 13h30 et 15h30 ☐

Entre 15h30 et 17h30 ☐

2- A quel moment de la journée te sens-tu le plus fatigué(e) pendant ta journée de travail ?

Entre 8h et 10h ☐

Entre 10h et 12h ☐

Entre 13h30 et 15h30 ☐

Entre 15h30 et 17h30 ☐

3- Selon toi à quel moment les activités physiques (EPS) et artistiques (éducation musicale et arts plastiques) doivent-elles être placées sur ton emploi du temps ?

Le matin                      l'après-midi

Entoure ta réponse

4- Après l'école exerces-tu une activité ? Si oui, laquelle ? Précise le jour et l'heure.

5- Que penses-tu de la répartition suivante de ton temps de travail : journée de travail moins longue et vacances scolaires plus courtes ?

## SYNTHESE DU QUESTIONNAIRE SUR LES RYTHMES SCOLAIRES

| NIVEAU                  | QUESTION 1<br>+ en forme |                         |                       |              | QUESTION 2<br>- en forme |                |                 |                  | QUESTION 3     |                          | QUESTION 4                                                  | QUESTION 5              |                          |
|-------------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------|--------------------------|----------------|-----------------|------------------|----------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------|
|                         | A                        | B                       | C                     | D            | A                        | B              | C               | D                | MATIN          | APRES-<br>MIDI           | SOIR<br>M-A-M<br>W /E                                       | CONTRE                  | POUR                     |
| <b>6e</b><br><br>84     | 20                       | 40                      | 21                    | 3            | 49                       | 5              | 16              | 14               | 33             | 50<br><br>1 sans réponse | soir : 34<br>m-a-m : 15<br>w/e : 02                         | 54                      | 29<br><br>1 sans réponse |
| <b>5e</b><br><br>47     | 11                       | 19                      | 16                    | 1            | 28                       | 2              | 3               | 14               | 9              | 38                       | soir : 21<br>m-a-m : 13<br>w/e : 00                         | 36                      | 11                       |
| <b>4e</b><br><br>129    | 14<br><br>1 sans réponse | 56                      | 51                    | 7            | 74<br><br>1 sans réponse | 8              | 4               | 42               | 36             | 92<br><br>1 sans réponse | soir : 46<br>m-a-m : 19<br>w/e : 4                          | 104                     | 19<br><br>6 sans réponse |
| <b>3e</b><br><br>139    | 35                       | 67                      | 36                    | 1            | 73                       | 14             | 20              | 32               | 26             | 113                      | soir : 65<br>m-a-m : 11<br>w/e : 3                          | 85                      | 45<br><br>9 sans réponse |
| <b>TOTAL</b><br><br>399 | 80<br><br>20%            | 182<br><br><b>45,6%</b> | 124<br><br><b>31%</b> | 12<br><br>3% | 224<br><br>56%           | 29<br><br>7,2% | 43<br><br>10,7% | 102<br><br>25,5% | 104<br><br>26% | 293<br><br><b>73,4%</b>  | soir : 166<br>m-a-m : 58<br>w/e : 09<br><b>soir : 71,2%</b> | 279<br><br><b>69,9%</b> | 104<br><br>26%           |