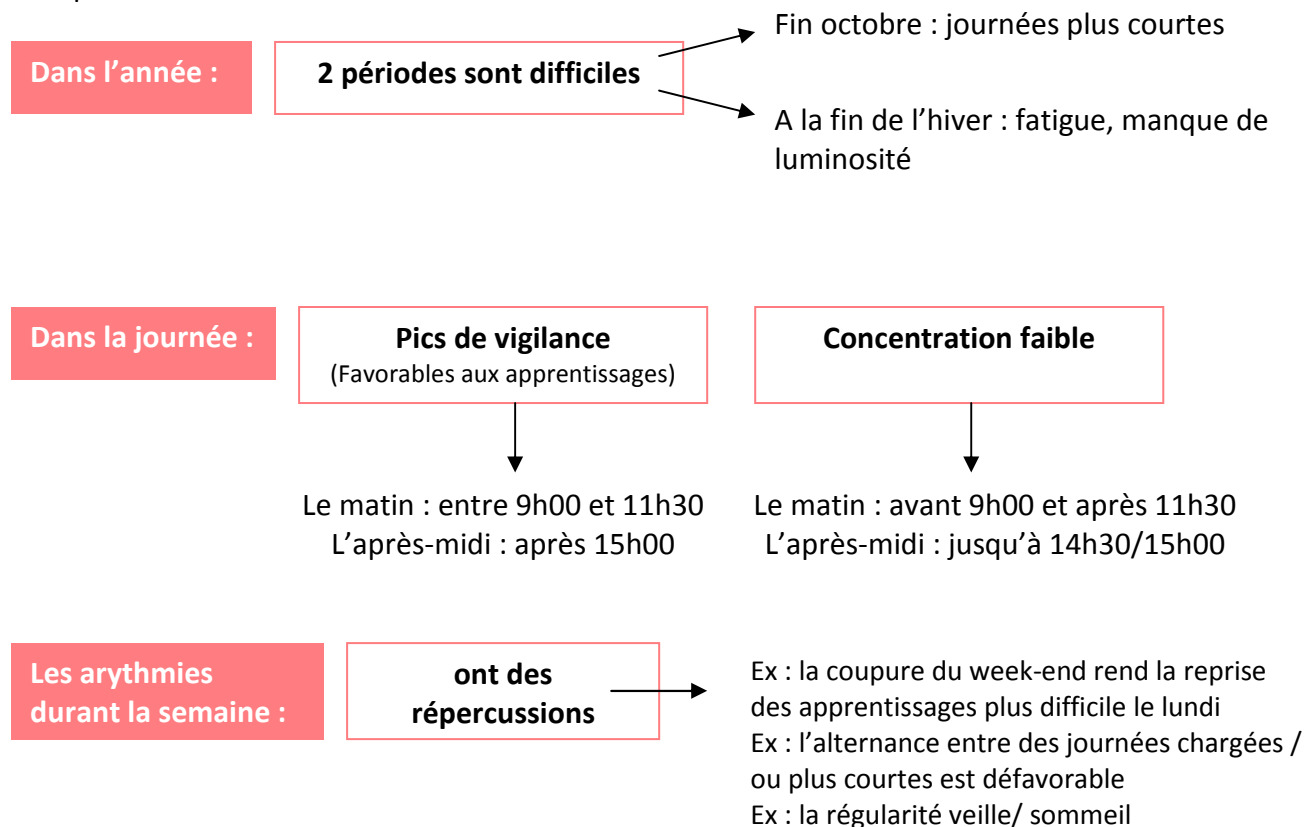


Rappel sur les rythmes chrono biologiques

Depuis les années 70, les travaux des chercheurs successifs (Alain REINBERG, Jacques TESTU, Hubert MONTAGNER, Jacques REVEL etc.) montrent que les individus sont soumis à des rythmes naturels, eux-mêmes modulés par des synchronisateurs naturels (saisons, jour, nuit ...) ou sociaux (vie sociale, professionnelle, temps scolaire etc.).

Quelques repères :



Pour réduire la fatigue tout au long de l'année et faciliter le travail d'apprentissage de l'enfant, il faut :

- apporter un maximum de régularité sur l'année en veillant aux moments les + difficiles
- placer au mieux les temps d'apprentissage dans la journée

Rappel sur les objectifs de la réforme

- détérioration des résultats scolaires en France dans les évaluations internationales comparativement à nos voisins européens (en France, les journées sont longues et concentrées sur peu de jours).
- améliorer les conditions d'apprentissage des élèves et contribuer à leur réussite par une nouvelle organisation de la journée et de la semaine scolaires (5h30/ jour, 9 demi-journées, 24h00 hebdo)
- favoriser la continuité éducative entre les temps périscolaires et scolaires et leurs complémentarités (PEdT).

Les temps d'activités périscolaires : vers un allongement significatif de la pause méridienne

Pour mémoire :

L'objectif principal de la réforme des rythmes scolaires vise à permettre aux enfants de mieux apprendre

- En répartissant les heures de classe sur un plus grand nombre de jours dans l'année (180 jours contre 144 auparavant)
- Et en privilégiant les moments de la journée où ils sont les plus attentifs et réceptifs.

Les horaires de l'école et des apprentissages – qui déterminent le temps périscolaire – doivent se rapprocher des 3 étapes suivantes :

① La réduction des heures sur une journée, en créant une 5^{ème} matinée d'école, plutôt placée le mercredi pour éviter une coupure dans le rythme de la semaine.

② Des horaires d'école propices aux apprentissages :
Démarrage vers 9H00 le matin et reprise vers 14H30-15H00 l'après-midi, permettant une pause de 2H30.

③ Une régularité des horaires scolaires sur la semaine.



Attention :

Il ne faut pas confondre **différents objectifs**.

La réforme, c'est :

Le raccourcissement de la journée d'école ou du temps d'école sur la journée.

La réforme, ce n'est pas :

Le raccourcissement de la journée de vie en collectivité de l'enfant.
Il s'agit de répondre à un besoin de garde des familles.

S'agissant des activités, **ne pas confondre** :

La mise en place d'un temps d'activités périscolaires adapté aux besoins de l'enfant.

L'organisation d'activités nombreuses et attractives aux yeux des adultes et des parents – souvent exigeantes et contraignantes en termes d'apprentissage. Cette formule est antinomique des résultats recherchés.

Les activités proposées sur le temps libéré doivent être **RESPECTUEUSES** du rythme de l'enfant, lui apporter du temps pour se ressourcer, respirer à son rythme pour être disponible au mieux sur les temps scolaires.

La réflexion doit porter avant tout sur l'intérêt de l'enfant et sa réussite éducative en privilégiant l'INTERET GENERAL et non pas sur les revendications personnelles (enseignants, parents, élus, intervenants) et les activités à proposer.

Zoom sur une pause méridienne allongée :

Exemples de communes appliquant cette organisation :

- Horaires proposées : 9h00 - 12h00 / 14h45 - 17h00.
- Organisation d'activités non contraignantes n'entravant pas les apprentissages scolaires de l'après-midi.
- 2 services de restauration : le 1^{er} (12H00) pour les plus petits avec départ à la sieste dès 13H00. Intégration des enfants déjeunant à la maison. Le 2^{ème} (12h45) pour les plus grands.
- Activités conduites entre 13h30 et 14H25.
- Activités prises en charge par des animateurs permanents, connus des parents, des enseignants et des enfants.
- La fin de l'école à 17h00 permet à certaines familles de récupérer leurs enfants dès la sortie de l'école (journée collective plus courte pour les enfants).
- Retour des enseignants positif sur les capacités d'attention matin et après-midi : les rythmes proposés sont plus adaptés pour les enfants qui ont des difficultés dans les apprentissages et la régularité sur la semaine est bénéfique (moins de fatigue). Les enfants sont plus attentifs, se repèrent mieux, sont moins agités et la semaine est plus confortable pour tous.

Avantages relevés :

- Rythmes d'apprentissage sont mieux adaptés aux temps de vigilance des enfants (attention et concentration).
- Intégration du temps de sieste pour les petits au temps périscolaire.

Freins à l'élargissement de la pause méridienne :

- Communication trop centrée sur l'offre d'activités périscolaires et pas suffisamment sur les besoins de l'enfant.
- Confusion entre le raccourcissement du temps scolaire et la journée de vie en collectivité.
- Pause méridienne peu intégrée à une réflexion éducative.

Les conditions pour une pause méridienne efficace :

- Une pause suffisamment élargie (minimum 2h15 / reprise après 14h15).
- Une réflexion collective sur le temps de sieste : articulation nécessaire entre les différents acteurs (ATSEM, enseignants, parents/assistants maternels). Démarrage de la sieste dès la fin du repas pour les demi-pensionnaires.
- Des conditions d'accueil et des espaces satisfaisants.
- Des activités adaptées au temps de pause méridienne : ateliers de détente, de temps calme, d'expression, activités « libres » mais organisées (lieux et espaces aménagés pour favoriser l'autonomie de l'enfant), jardinage, sorties dans la nature proche etc.
- Des animateurs formés et sensibilisés aux besoins des enfants.
- Une continuité et une complémentarité des différents temps (accueils périscolaires du matin et du soir, temps scolaire) : projet éducatif de l'accueil de loisirs / projet d'école.
- Des activités adaptées aux moins de 6 ans.
- Une bonne communication entre les acteurs.