

RÉFORMER LES RYTHMES SCOLAIRES ?

Selon les scientifiques spécialistes des rythmes de l'enfant, il faut adapter les rythmes aux rythmes biologiques des enfants. Et ce, quitte à chambouler l'année scolaire et les journées de classe des enfants.

En Fédération Wallonie-Bruxelles, un groupe de travail planche sur la réforme des rythmes scolaires. La Ligue des familles s'est réjouie de cette initiative. Elle veut aussi apporter sa pierre à l'édifice, car elle déjà cogité sur le sujet en y associant experts et acteurs de terrain. Alors, pour la Ligue des familles, comment faudrait-il réformer les rythmes scolaires ? Cela passerait par une réorganisation de la journée d'école. Elle serait allongée (jusqu'à 17 h), sans augmentation du nombre d'heures de cours. Le temps supplémentaire serait dédié à un allongement du temps de midi et des récréations (en phase avec les rythmes physiologiques des enfants) ainsi qu'à la réalisation des devoirs au sein même de l'école (gommant stress et inégalités liés à leur réalisation à la maison). Il y aurait aussi une réorganisation de l'année : le calendrier annuel alternerait sept semaines de classe et deux semaines de congé, avec un long congé de 7 semaines l'été.

Comme le rappelait Delphine Chabbert, directrice du service études de la Ligue des familles : « Depuis plus de 20 ans, on parle de changer ces horaires, décalés par rapport à la vie des familles d'aujourd'hui et qui sont contraires au rythme biologique de l'enfant. Et rien n'avance. Nous voulons remettre le débat sur le devant de la scène politique. Les enjeux sont importants,

il en va du bien-être des enfants, de faciliter la vie des parents, mais aussi de lutter contre l'échec scolaire. Comme le dit Bernard De Vos, Délégué général aux Droits de l'Enfant, il s'agit de 'faire rentrer l'école dans le 21^{ème} siècle'. » Et concrètement ? Il faudrait suivre le rythme idéal pour l'enfant, c'est-à-dire son rythme biologique en alternant sept semaines de cours et deux semaines de congés. La journée d'école idéale devrait itou tenir compte de l'horloge interne des enfants. Leurs performances et vigilance sont plus faibles en début de matinée pour atteindre un sommet de concentration entre 10 h et 11 h 30.

Après le repas de midi, les écoliers ont une nouvelle chute des performances jusqu'à environ 14 h, avant de reprendre du poil de la bête. Cette journée idéale, selon les experts des rythmes, correspondrait donc à une entrée en matière plus tardive après un temps d'accueil pour démarrer en douceur. Des activités culturelles et ludiques seraient données en début d'après-midi avant de reprendre les cours après 14 h 30. Il y aurait au final moins d'heures d'enseignement journalier, sans pour autant diminuer la qualité de l'enseignement.

Famille et école

Dans un rapport de janvier 2010, l'Académie française de médecine soulignait que la désynchronisation des

enfants, c'est-à-dire l'altération du fonctionnement de leur horloge biologique lorsque celle-ci n'est plus en phase avec les facteurs de l'environnement, entraîne fatigue et difficultés d'apprentissage.

Les chronobiologistes Robert Debré, Guy Vermeil, Hubert Montagner et François Testu ont, quant à eux, dans le cadre de leurs publications, formulé un certain nombre de préconisations. Il est question d'avoir une approche globale du temps de l'enfant en prenant compte la nature des trois temps qui composent les 24 heures de la journée. À savoir : les temps familiaux, les temps scolaires et les temps récréatifs, sociaux, associatifs, sportifs, artistiques, culturels passés en dehors de la famille et de l'école. Il faut aussi tendre vers un système d'alternance régulière des plages scolaires et des périodes de vacances. À cet égard, l'alternance dite « 7-2 », c'est-à-dire sept semaines de classe suivies de deux semaines de vacances, fait globalement consensus.

Enfin, il faut penser l'école comme un lieu de vie et d'éducation, au-delà du lieu essentiel d'instruction qu'elle constitue. Et ce, pour qu'elle permette à chaque enfant de révéler ses possibilités et ses aspirations grâce à des interactions complémentaires et une écoute mutuelle de l'ensemble des acteurs : enseignants, autres éducateurs, familles, collectivités locales, autres partenaires, notamment associatifs.