

ENSEIGNEMENT

Trop tôt, les cours en Belgique ?

Selon une étude américaine, les cours des écoles secondaires au pays de l'Oncle Sam commencent trop tôt. Quid de la Belgique ?

● **Rémy BERSIPONT**

Quid de la Belgique ?

L'adolescent a besoin de plus de sommeil qu'un adulte : entre huit et dix heures par jour selon les spécialistes. Un rythme de vie qui ne semble pas être compatible avec l'horaire de début des cours proposé par les écoles secondaires aux États-Unis. C'est en tout cas, ce que semble démontrer une étude publiée récemment par une chercheuse du CDC, l'organe de prévention et de contrôle de la santé au pays de l'Oncle Sam.

Pour arriver à cette conclusion, la chercheuse a déterminé l'heure idéale à laquelle les cours devaient commencer : 8 h 30. Elle a interrogé ensuite pas moins de 40 000 écoles sur leurs rythmes scolaires.

Le résultat est éloquent : à peine 17,7 pour cent des établissements américains commencent leurs cours dans une tranche horaire qui convient aux étudiants. La plupart des écoles aux États-Unis commencent en fait les cours beaucoup plus tôt aux alentours de 7 h 30.

Au-delà de son aspect technique, l'enquête provoque sa petite polémique aux États-Unis. Puisqu'elle souligne l'incompatibilité du système éducatif américain avec le rythme biologique des adolescents.

Du côté de notre pays, le système secondaire semble plus « en phase » avec les horaires des étudiants puisque la sonnerie des classes retentit dans la plupart des cas à 8 h 30. Cela ne signifie pas pour autant que tout est parfait.

« *La problématique existe aussi dans notre pays, explique Johan Verbraeken, somnologue à l'hôpital universitaire d'Anvers. Les adolescents utilisent de plus en plus les smartphones ou leur ordinateur avant d'aller dormir. Ce qui a deux conséquences. Ils sont dans de mauvaises conditions pour aller dormir et d'autre part, cela raccourcit fortement leur temps de sommeil.* »

Du côté de l'Association de parents de l'enseignement libre catholique (Ufapec), on partage l'analyse du médecin. L'organisation prépare d'ailleurs une étude sur la problématique.

« *La solution ne réside pas dans le fait de retarder le début des cours, avance Bernad Hubien porte-parole de l'organisation. Mais bien de donner des cours en matinée qui sont adaptés à la concentration.* »

Au cabinet de la ministre de l'Enseignement Milquet, on souligne que la question des rythmes scolaires sera abordée en temps voulu dans le cadre du pacte d'excellence et en collaboration avec les partenaires sociaux. ■