



# COMPTE RENDU DE LA CONFERENCE SUR LE RYTHME DES ENFANTS

Intervention de Mme CIOFFY Corinne, psychopédagogue et Mme Stéphanie De Bournonville, neuropsychologue le 05 novembre 2020 à la mairie de Vincennes via l'école des parents.

## Introduction :

Mme Odile Séguret a présenté cette conférence comme un moyen de donner des outils de réflexion pour faire son choix lors du vote du 23/11 au 05/12. Elle précisait qu'à ce jour aucune étude montrait la corrélation entre la réussite scolaire et l'épanouissement de l'enfant en lien avec le rythme scolaire.

## I - RYTHME SCOLAIRE EN FRANCE ET HISTORIQUE

C'est en France qu'il y a le moins de jour d'école.

### HISTORIQUE

Début du 20e siècle : Les rythmes d'école étaient basés sur les rythmes agricoles. Les enfants servaient de main d'œuvre. Ils avaient une journée de repos et une journée d'enseignement religieux. L'école était sur 5 jours.

1960 : Le découpage des zones pour favoriser le tourisme et limiter les encombrements sur les routes a débuté. C'était une volonté des parents, des acteurs du tourisme et de la protection sur les routes.

1990 : La semaine est à 5 jours d'école.

2008 : Les 35 h permettent de mieux profiter de l'enfant en rapport avec la semaine de 4 jours.

2010 : 4 rapports (académie de médecine, cour des comptes et la mission parlementaire) demandent l'abandon de la semaine à 4 jours qui montrent la rupture scolaire dans certaines zones.

2013 : C'est la réforme des rythmes scolaires, les écoles repassent à 4.5 jours.

2017 : L'assouplissement des mesures laisse libre les villes souhaitant revenir à 4 jours.

2018 : 87 % des villes sont repassées à 4 jours d'écoles par semaine.

## CLASSEMENT PISA

**LE CLASSEMENT PISA, résultats 2016**

Sciences		Lecture		Mathématiques	
Pays	Points	Pays	Points	Pays	Points
Singapour	556	Singapour	535	Singapour	564
Japon	538	Hongkong	527	Hongkong	548
Estonie	534	Canada	527	Macao	544
Taiwan	532	Finlande	526	Taiwan	542
Finlande	531	Irlande	521	Japon	532
Macao	529	Estonie	519	Chine	531
Canada	528	Corée du sud	517	Corée du sud	524
Vietnam	525	Japon	516	Suisse	521
Hongkong	523	Norvège	513	Estonie	520
Chine	518	Nouvelle-Zélande	509	Canada	516
Corée du sud	516	Allemagne	509	Pays-Bas	512
Nelle-Zélande	513	Macao	509	Danemark	511
Slovénie	513	Pologne	506	Finlande	511
Australie	510	Slovénie	505	Slovénie	510
Royaume-Uni	509	Pays-Bas	503	Belgique	507
Allemagne	509	Australie	503	Allemagne	506
Pays-Bas	509	Suède	500	Pologne	504
Suisse	506	Danemark	500	Irlande	504
Irlande	503	France	499	Norvège	502
Belgique	502			Autriche	497
Danemark	502			Nelle-Zélande	495
Pologne	501			Vietnam	495
Portugal	501			Russie	494
Norvège	498			Suède	494
Etats-Unis	496			Australie	494
France	495			France	493

Ce classement tente de comparer les pays par rapport à leurs performances scolaires et la diminution des inégalités sociales (en rapport avec l'école).

La France est en 26<sup>e</sup> position sur les performances scolaires et ne réduit pas ses inégalités sociales malgré un budget important.

En 2015, le classement PISA montre qu'il n'y a pas de différence dans le bien-être à l'école vis-à-vis des autres pays pour les adolescents de 15 ans.

### ETUDES

Il n'y a pas d'impact sur les performances en modifiant le rythme scolaire. Il semblerait que le débat puisse se porter sur la "qualité" d'enseignement et le nombre d'élèves par classe. (entendre par qualité, le programme et la manière de faire ce programme et non pas la qualité des enseignants eux même.)

Au-delà du rythme scolaire lui-même, la surstimulation des enfants tend à diminuer ses performances que ce soit à l'école ou à la maison. Il y a un gros enjeu financier dans les jeux éducatifs. Il faut se méfier du culte de la performance.

## **EXEMPLE DE LA FINLANDE**

L'école n'est obligatoire qu'à partir de 7 ans.

4 à 5h d'école par jour en élémentaire pour arriver à 30h par semaine en fin de scolarité.

Les temps se décomposent en 45 minutes d'apprentissage et 15 minutes de pause.

L'investissement national n'est pas plus élevé qu'en France.

On ne remarque pas de différence en fonction du niveau socio-économique des familles.

Il y a une grande autonomie des enseignants dans la pédagogie.

La classe avance quand le « groupe-classe » a compris.

La classe a un effectif beaucoup plus réduit qu'en France (20 maximum).

*Les intervenantes continuent alors leur exposé en se posant la question des critères qui pourraient faciliter l'apprentissage en lien avec le développement de l'enfant hors rythme scolaire (étant donné que rien n'a été prouvé dans la corrélation entre les performances scolaires et les rythmes scolaires eux-mêmes).*

## **II - DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT**

Il y a une multitude de développements (moteur, sensoriel, langage).

L'ordre va dépendre de chaque enfant, le cerveau « choisit ». L'apprentissage se fait par paliers. Par exemple, en phase d'apprentissage de la marche, un enfant diminuera son apprentissage du langage momentanément.

Les interactions humaines font grandir et murir beaucoup plus que les interactions virtuelles.

Tel apprentissage se fait à un âge « propre » mais cela ne veut pas dire qu'un léger retard est signe de troubles particuliers.

### **DEVELOPPEMENT CEREBRAL**

- Le cerveau du jeune enfant est plus fragile et plastique.
- Il y a un « élagage neuronal ». A force d'utiliser les mêmes circuits, ce circuit grandit, d'autant plus que ce circuit est encouragé. Au contraire, un circuit non utilisé va disparaître.

Métaphore : Un sentier dans les bois, à force d'être pris, peut devenir chemin, route, nationale, autoroute. Ce même sentier, s'il n'est pas utilisé, va tendre à disparaître.

**La répétition et l'entraînement permettent l'acquisition. L'entraînement permet l'erreur. L'erreur n'est pas négative, elle permet de revenir sur un point et d'apprendre à le dépasser.**

Attention néanmoins à la surstimulation, le cerveau a besoin de repos pour réfléchir et se poser.

## LES FONCTIONS EXECUTIVES

Dans le cerveau existent plusieurs zones. Le lobe pré-frontal permet le contrôle du comportement et la régulation des émotions. C'est le chef d'orchestre en quelque sorte.



Ce lobe se développe lentement, du début de la maternelle jusqu'à la fin de l'adolescence (pour certains auteurs peut aller jusqu'à 25 à 35 ans).

**Son immaturité est fonctionnelle : elle permet l'imitation et la répétition indispensables aux apprentissages.**

Cette immaturité explique aussi pourquoi l'enfant ne contrôle pas certains comportements : la frustration, la flexibilité, l'inhibition, faire plusieurs choses en même temps (donc consigne unique, la lecture commence à faire intervenir ce point).

## III - LES BESOINS FONDAMENTAUX DE L'ENFANT



Voici la pyramide des besoins à prendre en compte pour l'épanouissement de l'enfant afin de l'aider dans son apprentissage.

## 1- Besoins physiologiques et de sécurité

Il y a trois types de cerveaux :

- Le cerveau reptilien gère les fonctions vitales
- Le cerveau limbique gère les émotions. Les émotions sont essentielles à la sécurité (j'ai peur donc je fuis). Il traite les informations rapides.
- Le néocortex gère la fonction intellectuelle. Il se forme définitivement après 25 ans.

### **a) Le repos et le sommeil**

La fatigue est un signe de besoin de repos. En collectivité, il est plus difficile de pouvoir l'écouter.

Le corps et le cerveau se régénèrent lors du sommeil, de même que pendant les temps libres d'où l'intérêt de ne pas surstimuler son enfant. Il intègre les apprentissages aussi pendant ces temps.

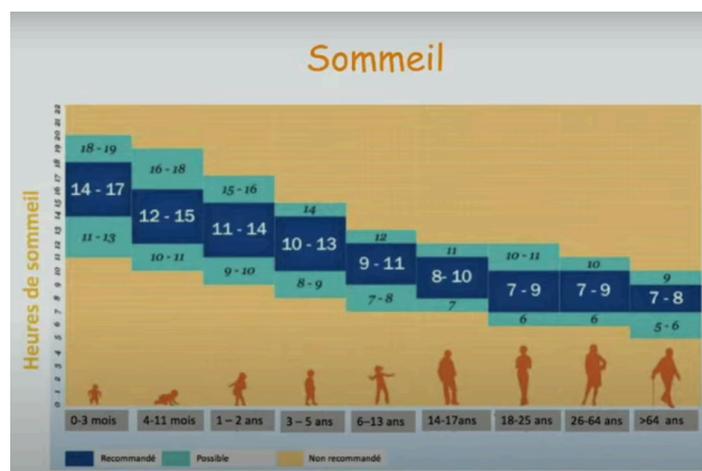
### **b) L'horloge biologique**

Elle est sur 24 heures et gère les hormones, les attentions ...

Le cerveau n'aime pas la surconsommation d'un comportement à un moment donné. Il est important de maintenir un rythme équivalent la semaine et le week-end.

Il faut éviter les siestes de fin de journée qui sont délétères pour l'entrée dans le sommeil ensuite, comme le sport trop tard.

### **c) Le sommeil**



Il y a 5 à 6 cycles de sommeil d'environ 90 minutes.

Léger (endormissement)

Profond (le plus long chez l'enfant)

Paradoxal (traite les souvenirs et les apprentissages)

A chaque âge correspond un temps de sommeil conseillé. Une étude montre que les enfants ont une dette d'une à deux heures de sommeil.

#### **d) La chronobiologie**

Sur 24H on constate un pic d'attention à 11H et à 15H30.

Sur une semaine, le lundi l'attention est réduite (à la suite de deux jours de repos) et lors de la dernière demi-journée de classe.

Sur un an on remarque des mois plus difficiles entre autres lié à la luminosité.

#### **e) L'attention**

On apprend mieux quand on aime. Exemple d'une maitresse (la classe de Madame Jennifer) qui traite toute son année sur le thème d'Harry Potter (maths, sciences, français etc.).

Les neurotransmetteurs aident à l'attention (Dopamine, Ocytocine, Sérotonine et Endorphine).

**LES PARAMETRES LES PLUS IMPORTANTS DANS LES CAPACITES D'APPRENTISSAGE SONT DONC LE SOMMEIL ET LA SECURITE AFFECTIVE.**

### **2 - Besoin de compétence : je me sens capable de ...**

On rebondit mieux en se sentant capable et cela passe par les expériences personnelles et l'acceptation de l'erreur. L'adulte a un rôle à jouer dessus.

La notion de la zone proximale de développement est : Quel est le prochain petit pas pour moi ?



Se donner des petits challenges pour arriver jusqu'au résultat final et pas chercher tout de suite le résultat final au risque de se décourager et ne plus se sentir capable.

### **3 - Besoin d'appartenance**

Se sentir aimé pour ce que je suis en un besoin vital.

#### **4 - Besoin de plaisirs : je me sens vivant**

Le plaisir passe par le jeu. Le jeu est donc important dans le développement. Il n'est pas à garder « si on a le temps ».

#### **IV - LES BESOINS DES PARENTS**

Il est important de respecter ses propres besoins pour bien écouter les besoins de son enfant. Prendre quelques 10 minutes pour soi permet d'être plus à l'écoute ensuite. On montre alors aux enfants l'importance de respecter ses besoins. Les besoins des adultes sont les mêmes que ceux des enfants.

#### **V - QUESTIONS REPONSES**

- Quel est le rythme scolaire des pays bien placés en termes de réussite scolaire ?

Singapour en première place.

Le rythme scolaire de la Finlande est sur 5 jours avec des périodes courtes de travail en journée plutôt regroupé le matin.

- La réussite des enfants est-elle seulement corrélée au rythme mais aussi du nombre d'élèves en classe ?

Le rythme n'est pas le seul paramètre. Le nombre d'élèves est lié. Le programme aussi, la manière de faire ce programme.

Le PISA n'est qu'une tentative de classement étant donné que tous les paramètres ne sont pas les mêmes.

- Y a-t-il une synthèse sur les rythmes scolaires ?

Les intervenants mettront en lien les sources et les études.

#### **Conclusion :**

Mme Séguret remercie les intervenantes et conclut sur l'intérêt de la connaissance du développement des enfants et de leurs besoins qui peuvent permettre de faire un choix concernant les rythmes scolaires. La discussion appartient aux parents maintenant.