

Les rythmes scolaires

Introduction

Au moment¹ où a été remis au Ministre le premier rapport de synthèse émanant de la Conférence nationale sur les rythmes scolaires, il paraît intéressant de faire le point sur ce sujet, de nouveau au premier plan des préoccupations éducatives et ministérielles. Pour autant la réflexion est en cours et les conclusions définitives ne seront connues qu'au cours des mois de mai et juin 2011.

C'est la raison pour laquelle ce dossier sera complété lorsque la commission aura rendu un rapport définitif.



© Myr MURATET / MAIF

Historiquement, les lois de 1882 fixaient la semaine scolaire à cinq jours, libérant le jeudi, pour l'éducation religieuse. Depuis, le jeudi a été remplacé par le mercredi, puis la possibilité a été donnée de reporter les cours du samedi au mercredi, libérant ainsi deux jours consécutifs en fin de semaine. Avec la semaine de quatre jours le rythme s'organise autour de deux jours de classe, un jour de repos, deux jours de classe, deux jours de repos.

Le système scolaire français compte l'un des plus grands nombres d'heures de cours en Europe et ces heures sont réparties sur un nombre de jours de classe parmi les plus bas, avec comme conséquence des journées de cours longues pour les élèves. Ce rythme génère fatigue et stress et a des conséquences sur les résultats des élèves et sur le climat des établissements scolaires.

Ce sont les raisons pour lesquelles, le ministre de l'Éducation nationale a installé le comité de pilotage de la Conférence nationale sur les rythmes scolaires le 7 juin 2010². Cette conférence doit aborder la question de l'équilibre entre le temps de l'école, le temps de repos, les vacances, les activités sportives et culturelles. Un premier pré-rapport a été remis le mardi 25 janvier au ministre de l'Éducation nationale, c'est le stade des propositions.

1. Janvier 2011.

2. Présidée par Christian Forestier, administrateur général du Conservatoire national des arts et métiers (CNAM).

L'organisation du temps scolaire : les textes

Le temps scolaire est régi par des principes nationaux qui déterminent le nombre de semaines de travail.

L'article L.521-1 du Code de l'Éducation précise : « l'année scolaire comporte au moins 36 semaines réparties en cinq périodes de travail, de durée comparable, qui sont séparées par quatre périodes de vacance des classes. Un calendrier scolaire est arrêté par le ministre de l'Éducation nationale pour une période de trois années. »

Le calendrier scolaire national est fixé par le ministère et obéit aux principes suivants :

- deux semaines complètes de vacances autour de Noël, en février et au printemps,
- des semaines civiles complètes : sauf particularités de dates de départ en vacances par zones et vacances de Toussaint,
- des vacances d'hiver et de printemps dont les dates varient selon les zones³,
- les mois de juillet et août entièrement libres d'enseignement avec parfois un léger empiètement sur le mois de juillet.

Afin de tenir compte de situations géographiques ou de circonstances susceptibles de mettre en difficulté le fonctionnement du service public d'enseignement, chaque recteur peut procéder à des aménagements du calendrier scolaire national pour un, plusieurs ou sous certaines conditions, tous les établissements d'un département ou d'une académie. Dans ce cas, la journée libérée de cours est impérativement rattrapée. C'est la raison pour laquelle un calendrier dérogatoire est mis en place.

En ce qui concerne le nombre d'heures hebdomadaire, à l'école **maternelle et élémentaire**, la durée de la semaine scolaire est fixée à 24 heures d'enseignement pour tous les élèves, organisées à raison de six heures par jour les lundi, mardi, jeudi et vendredi.

Sur proposition du conseil d'école, l'inspecteur d'académie peut déroger à l'organisation sur quatre jours de la semaine scolaire :

- sans porter sa durée à plus de 9 demi-journées,
- ni porter la durée des journées scolaires à plus de 6 heures,
- ni organiser des heures d'enseignement le samedi.

Au-delà des 24 heures d'enseignement hebdomadaires dispensées à tous les élèves, les enseignants consacrent deux heures par semaine à une aide personnalisée aux élèves rencontrant des difficultés d'apprentissage.

Pour les collégiens, les semaines comportent entre 25 et 28 heures de cours. **Au lycée**, selon la série et les options choisies, l'enseignement oscille entre 30 et 40 heures par semaine.

Chiffres clés

- **144** : le nombre de jours de classe par an en France, pour les écoles, le plus bas dans toute l'Europe. La moyenne dans l'OCDE^a est de 184 jours.
- **864** : le nombre d'heures de cours dispensées par an en primaire. La moyenne dans l'OCDE est de 769 heures.
- **35** : le nombre d'heures de cours / semaine que peut atteindre l'emploi du temps d'un lycéen

Source : Chiffres OCDE, 2008

a. Organisation de coopération et de développement économiques.

3. Zones A, B et C.

Et avant ?

- **1922** : les vacances d'été, d'une durée d'environ 1 mois, sont allongées de 15 jours pour permettre la participation des enfants aux travaux agricoles.
- **1959** : aménagement de l'année scolaire en trois trimestres équilibrés : 37 semaines de scolarité.
- **1969** : en primaire, la durée hebdomadaire de la scolarité passe de 30 heures à 27 heures.
- **1972** : mise en place de trois zones géographiques pour les vacances scolaires, sauf pour les vacances d'été.
- **1972** : la coupure hebdomadaire est avancée du jeudi au mercredi.
- **1980** : essai de calendrier en zones pour les vacances d'été.
- **1986** : principe de l'alternance 7 semaines de classe / 2 semaines de vacances (application durant un an puis retour à trois zones empêchant l'application de ce principe).
- **1989** : la loi d'orientation Jospin fixe pour objectif le rééquilibrage de la journée, de la semaine, de l'année.
- **1990** : en primaire, la durée hebdomadaire de la scolarité passe de 27 heures à 26 heures.
- **2008** : en primaire, suppression de l'école le samedi matin et abaissement de l'horaire hebdomadaire de 26 heures à 24 heures (+ 2 heures d'aide personnalisée pour une partie des élèves)

Textes de références

- Code de l'Éducation, article L.521-1.
- Décret n° 90-788 du 6 septembre 1990 modifié, relatif à l'organisation et au fonctionnement des écoles maternelles et élémentaires.
- Décret n° 90-236 du 14 mars 1990 fixant les conditions dans lesquelles le calendrier scolaire national peut-être adapté pour tenir compte de situations locales.
- B.O. n° 25 du 19 juin 2008 : aménagement du temps scolaire

Les rythmes scolaires : les apports de la chronobiologie

La chronobiologie est l'investigation de l'organisation temporelle des êtres vivants, des mécanismes qui la contrôlent et de ses altérations : c'est l'étude des rythmes biologiques. Les êtres humains sont porteurs de rythmes biologiques, physiques et psychologiques. Ils vivent dans un environnement qui, lui-même, est déjà rythmé par la nuit, le jour, les saisons.

Les rythmes biologiques correspondent à des variations des processus physiologiques et psychologiques. Ils sont présents dès la naissance, et se répartissent en trois catégories selon leur période : environ 24 heures (circadiens), inférieure à 24 heures (ultradiens ou rapides), supérieure à 24 heures (infradiens ou lents).

Les rythmes psychologiques peuvent être définis comme les variations périodiques des comportements, de l'activité intellectuelle et de la vigilance. Ces rythmes sont beaucoup plus marqués chez l'enfant : les études des variations des niveaux de vigilance et de performances en milieu scolaire montrent que l'activité intellectuelle des élèves fluctue au cours de la journée et au cours de la semaine⁴.

Ces deux types de fluctuations n'ont pas les mêmes causes. Les variations journalières sont surtout liées aux rythmes biologiques de l'enfant, tandis que les fluctuations hebdomadaires résultent davantage de l'influence de l'emploi du temps et des rythmes scolaires.

En ce qui concerne la journée, les études menées par de nombreux auteurs montrent qu'au cours de celle-ci, il y a deux alternances de temps forts et de temps faibles dans **l'attention** et la **capacité du traitement de l'information**. En réalité on observe une élévation des performances des enfants au fil de la matinée scolaire, suivie d'une chute après le déjeuner, puis à nouveau d'une progression de la vigilance au cours de l'après-midi.

4. Travaux effectués par Montagner, (1983,1984) ; Montagner et Testu, (1996) ; Testu, (2000).

En ce qui concerne la semaine, pour tous les élèves, quel que soit leur âge, la coupure du week-end semble se répercuter négativement sur le lundi en inversant la rythmicité intellectuelle journalière (coupures de rythme, couchés et réveils plus tardifs le week-end).

Dans un rapport, l'Inspection Générale de l'Éducation nationale^a s'interroge sur l'efficacité de la semaine de quatre jours.

« La suppression des cours du samedi matin et des calendriers décalés sur les vacances scolaires a conduit à la généralisation de la semaine scolaire sur quatre jours, non sans quelques difficultés. (...) Les conséquences du resserrement du temps scolaire se font sentir sur la fatigue des élèves et des enseignants. (...) De l'avis général des enseignants, le temps manque pour faire tout le programme d'enseignement, ce qui était d'ailleurs prévisible », poursuit le rapport. « L'année scolaire n'est plus que de 144 jours théoriques (quatre jours pendant 36 semaines), et 140 jours en fait, alors que la moyenne européenne est de 185 jours.^b »

Une des propositions avancées par les inspecteurs généraux : « L'évolution souhaitable de la situation n'est pas dans le retour au samedi matin, que personne ne revendique, mais dans la scolarisation du mercredi matin. »

a. Troisième note de synthèse sur la mise en œuvre de la réforme de l'enseignement primaire, note n° 2009-072, juillet 2009.

b. Regards sur l'éducation, OCDE, 2008.

Toutes les études⁵ menées montrent l'importance de l'application et de l'assimilation des données de la chronobiologie et de la chronopsychologie à l'école.

L'aménagement des rythmes scolaires : la lutte contre l'échec scolaire

L'aménagement du temps scolaire peut constituer un moyen de lutter contre l'échec scolaire. En effet le respect des rythmes biologique permet de respecter l'intégrité physique et psychique de l'élève, d'améliorer l'efficacité de l'enseignement, d'éviter une « inappétence scolaire » et un rejet d'un système où il se sent malmené.

Quelques pistes à investir :

- tenir compte de la rythmicité de la vigilance pour organiser la journée scolaire : réserver les créneaux horaires définis comme étant les plus favorables (fin de matinée, milieu d'après-midi) à des apprentissages nouveaux nécessitant de l'attention, et, à l'inverse occuper les moments les moins favorables à des activités d'entretien des connaissances ou à caractère plus ludiques et artistiques,
- ne pas placer en début de matinée ou en début d'après-midi des matières fondamentales qui nécessitent une vigilance et un déploiement des capacités cognitives important,
- repenser la planification hebdomadaire des emplois du temps. Cette réflexion étant valable pour la planification de toutes les disciplines scolaires, mais également pour le contenu de chaque discipline durant la semaine.

La Conférence nationale sur les rythmes scolaires

Le calendrier

- du 14 septembre au 5 décembre 2010 : consultations
- du 16 décembre au mois d'avril 2011 : restitutions
- à partir du mois d'avril/ mai 2011 : orientations et prises de décisions.

Cette conférence aborde la question de l'équilibre entre le temps de l'école, le temps de repos, les vacances, les activités sportives et culturelles. En réalité, l'objectif est de prendre les mesures qui conviennent pour améliorer les conditions de vie et d'apprentissage des élèves. C'est une consultation qui a largement ouvert le débat du niveau local au niveau national et international, en mettant en œuvre une plate-forme d'échange sur un site internet dédié (276 000 visiteurs et plus d'1,5 million de pages vues).

5. Montagner (1983, 1984) ; Montagner et Testu, (1996) ; Testu (2000)..

Un certain nombre de constats se sont dégagés parmi lesquels le fait que la journée était trop longue et fatigante, que l'année scolaire était déséquilibrée. Pour autant la question du financement a été abordée : il s'avère important que l'État et les collectivités puissent s'appuyer sur une évaluation des coûts avant de prendre des décisions.

Une mission d'information parlementaire a apporté son expertise sur le sujet. Elle a débuté ses travaux sur les rythmes scolaires dans le premier degré le jeudi 29 avril 2010 et un rapport de conclusion a été remis le 8 décembre 2010 : *les rythmes de la vie scolaire*⁶.

Dans le même temps, une expérimentation sur les rythmes scolaires et le sport a été menée dans un lycée de Meaux et a montré que la réorganisation du temps scolaire, avec (cours le matin et sport l'après-midi), permettait aux élèves de trouver un nouvel équilibre de travail et de s'investir davantage dans l'établissement.

Une centaine de collèges et lycées volontaires ont expérimenté ou expérimentent ce nouveau rythme scolaire dès la rentrée de septembre 2010. Dans la majeure partie des cas, les ressentis des enseignants semblent positifs.

Conclusion

La commission a rendu un premier rapport d'étape qui préconise de revenir à la semaine à 4 jours et 1/2 et de créer deux zones pour les vacances d'été avec une réduction de 15 jours du temps des vacances.

Il est à noter que même si ce pré-rapport ne fait que des propositions, il démontre comment ce sujet emporte de nombreuses conséquences quant à sa mise en œuvre concrète.

En effet la mise en œuvre des premières propositions implique de revoir l'organisation de la journée et de l'année, oblige à repenser les programmes d'enseignement, mais aussi l'organisation de l'élément perturbateur numéro un des fins d'années scolaires : le baccalauréat, puisque tout le mois de juin s'organise autour de lui et finalement aussi la réorganisation du service des enseignants... sujet complexe.

À l'heure actuelle, aucune décision n'a été prise par le Ministre. Les principaux « aménagements » ne devraient s'effectuer « qu'à partir de la rentrée 2013 ». Nous reviendrons sur ce sujet lorsque la commission aura rendu un rapport définitif.

Dossier réalisé au mois de février 2011 par Frédérique Thomas, professeur agrégée, docteur en STAPS, Université Blaise-Pascal, Clermont-Ferrand II.

À lire

- *Rythmes de vie et rythmes scolaires : Aspects chronobiologiques et chronopsychologiques*, François Testu, Masson, 2008.
- *Les rythmes de la vie scolaire : Rapport d'information*, Assemblée nationale, n° 3028, 8 décembre 2010, www.assemblee-nationale.fr

6. Rapport d'information, Assemblée nationale, n° 3028, 8 décembre 2010, www.assemblee-nationale.fr.