

# Si on propose des temps de sieste à des élèves de CM2, 30 % s'endorment spontanément, chiffre qui monte à 66 % dans les classes de CP

**Entretien avec Dominique Sénore**

Directeur de Cabinet de l'Institut de Formation Universitaire des Maîtres (IUFM) de Lyon.

*Établissement d'enseignement supérieur de l'Éducation nationale, L'IUFM gère cinq centres de formation à Lyon, Villeurbanne, Bourg en Bresse, Saint-Étienne et Vénissieux. Il prépare aux concours des métiers de l'éducation et assure la formation initiale aux métiers d'enseignant, de conseiller principal d'éducation, ...*

## **Comment émergent et se structurent les différents temps de l'enfant, temps des parents et temps des enseignants ?**

Historiquement, on ne s'est pas toujours posé la question du rythme de l'enfant. Lorsque Jules Ferry crée l'école de la République en 1882, il veut éduquer les enfants contre leur famille. L'école est le lieu de la connaissance et la famille le lieu de l'affectivité et de la subjectivité. A cette période, l'école de la République instruit. Elle enseigne la langue française contre les patois, contre les pressions religieuses et familiales. On ne s'intéresse pas aux enfants eux-mêmes. Il y a, par exemple, très peu de vacances scolaires, six semaines pour les enfants du primaire et quatre pour les enfants de maternelle. Mais, même l'augmentation des vacances n'est pas liée à une meilleure prise en compte du rythme des enfants. Après la première guerre mondiale, qui a fait beaucoup de dégât parmi la

population masculine, la France rurale agricole manque de bras. C'est pour cette raison qu'il y a eu une augmentation des jours de vacances, afin que les enfants puissent aider leurs parents, notamment durant les deux mois d'été, à l'époque des moissons.

## **Les vacances sont donc d'abord une concession de l'école faite au temps des adultes ?**

Au départ, oui. Elles recouvrent une dimension économique. C'est aussi ce qui apparaît dans les années 60. Les jeux olympiques de Grenoble en 1968 ont contribué à l'explosion des loisirs d'hiver, ce qui a conduit à la création des zones de vacances. Là encore, l'aménagement des temps scolaires ne répond pas à une réflexion sur les besoins de l'enfant mais à des enjeux économiques liés au tourisme.

## **Quand émerge réellement cette problématique d'un temps de l'enfant ?**

La question des rythmes scolaires n'est apparue que dans les années 1980 et pose un vrai problème dans la mesure où le rythme de l'enfant se heurte à des organisations différentes du temps des adultes. Aujourd'hui, par exemple, les 35 heures ont amené des pratiques nouvelles car les parents ont plus de temps libre. Ils souhaitent la libération du samedi matin. Mais eux-

mêmes, ne prennent pas vraiment en compte le rythme de leur enfant. A 70 %, les parents se disent satisfaits de la semaine de quatre jours. Mais cette réponse n'est pas dictée par les besoins des enfants tels qu'ils sont aujourd'hui repérés par les scientifiques, elle est fonction de leur propre satisfaction à faire coïncider le rythme de leurs enfants au leur. Les chronobiologistes et les chronopsychologues font le même constat : la journée d'un enfant, qui dure aussi 24 heures comme celle des adultes, est faite de temps scolaire, périscolaire (garderie, cantine, étude, etc.) et extra-scolaire qui sont des temps parfois contradictoires.

## **Comment s'articule avec le temps des enfants, le temps des enseignants, qui sont parfois aussi les parents d'élèves ?**

Dans le Rhône, les conseils d'écoles ont voté à 90 % la reconduction de la semaine des quatre jours. Mais il y a aussi beaucoup d'enseignants qui ont la nostalgie du samedi matin. C'était une demi-journée calme, tranquille, où l'on finissait ce qui avait été commencé dans la semaine. Une expérience a été menée à Lille avec des enseignants qui ont accepté de travailler six jours par semaine : les lundi, mercredi, jeudi et vendredi, il y a 4 h de classe le matin, le mardi 4 h le matin et 2 h

l'après-midi et 3 h le samedi matin. A ces 25 heures de classe se rajoutent 8 heures hebdomadaires d'activités gratuites, animées par des animateurs extérieurs venant du milieu associatif, prises en charge par la municipalité. Cela permet de mieux respecter le temps des enfants qui ne peuvent pas être réellement attentifs plus de 3 heures par jour. La semaine de 4 jours compacte la semaine de travail et casse les rythmes des enfants qui, souvent, se couchent plus tard le mardi, le vendredi et le samedi. Le week-end, ils vivent selon le rythme des parents et le lundi est un jour de rentrée très difficile pour eux.

Autre exemple, selon les chronobiologistes, pour que les vacances soient reposantes et que les enfants puissent s'adapter à un nouveau rythme, il faut deux semaines de congés. C'est pour cela qu'une semaine à la Toussaint, c'est insuffisant. Les enseignants constatent que les enfants reviennent fatigués, excités. Cette année, le premier trimestre a représenté environ 45 % de l'année scolaire !

#### **Comment harmoniser tout cela ?**

Les équipes pédagogiques y travaillent. Les écoles proposent des expériences, comme à Lille. Le plus important est d'augmenter le nombre de jours de classe, pour éviter de trop regrouper les heures car cela handicape les enfants les plus en difficulté.

**Les parents semblent préférer la semaine de quatre jours, parce qu'ils n'ont pas le même rythme que les enfants. Une fois informés des besoins des enfants, sont-ils prêts à adapter leur rythme à celui des enfants ?**

Pas toujours. C'est aussi un problème d'éducation et de choix qui relève de la vie privée.

On dit et on affirme que les enfants ont besoin d'un rythme différent, mais c'est difficile à appliquer à cause d'intérêts économiques divergents et aussi de l'intérêt des adultes, comme par exemple leurs loisirs ou leur vie sociale. Certains enfants se couchent tard et se lèvent très tôt. Ils sont fatigués. Si on propose des temps de sieste à des élèves de CM2, 30 % s'endorment spontanément, chiffre qui monte à 66 % dans les classes de CP. Et chacun sait qu'on ne force pas un enfant à dormir. Quand un enfant s'endort, c'est qu'il en a besoin.

**Les adultes aussi disent vouloir faire la sieste. Est-ce que finalement ce n'est pas normal d'être fatigué ?**

C'est normal d'être fatigué, mais il faut avoir les moyens de gérer cette fatigue. Les enfants ne peuvent être attentifs que 3 heures par jours. Comment gère-t-on ce temps où les enfants sont moins réceptifs ? Les équipes pédagogiques travaillent pour proposer d'autres activités (exercices d'entraînement, constructions, recherche documentaire, etc.).

**Puisqu'il faut bien décider du rythme scolaire, à qui cette décision doit-elle appartenir et quelle est la place des collectivités ?**

Actuellement, pour l'école primaire qui regroupe les classes maternelles et élémentaires, la décision revient à l'inspecteur d'académie, directeur des services départementaux de l'Éducation nationale. Mais le rôle des collectivités est aussi de se saisir de ces questions et de travailler avec les associations pour proposer des activités périscolaires. Cela pose la question du partenariat entre les professionnels qui s'occupent de la prise en charge éducative des

enfants. Doit-il y avoir continuité de cette prise en charge ? De 7 h à 18 h, qui s'occupe des enfants et selon quelles modalités ? Les temps périscolaires doivent-ils être aménagés avec plus de souplesse que les temps scolaires ? Il y a de plus en plus de plus de partenaires dans les écoles : intervenants en musique, sport, etc. L'instituteur ou le professeur des écoles, garant de tous les processus d'apprentissage, doit travailler en coopération étroite avec tous ces partenaires. Le politique doit également s'emparer de cette question pour un débat public. Qu'est-ce que l'école de la République ? Est-ce qu'une école égalitaire signifie "la même chose pour tous" ou "plus d'aide pour ceux qui ont le plus besoin d'être accompagnés ?" Et enfin, la question importante posée à tous est : comment saura-t-on qu'on a fait tout ce qu'on pouvait pour aider chacun et chacune en proposant un aménagement des temps et des espaces qui tiennent vraiment compte des besoins des "enfants-élèves" ?