



L'enfant et le temps scolaire

WEB

Dr Pierre Popowski, Montgeron (91)



Pour accompagner le mot « scolaire », nous avons décidé d'utiliser le mot « temps » plutôt que « travail » pour définir les tâches non rémunérées effectuées par les enfants en milieu scolaire et péri-scolaire, afin de ne pas les confondre avec le travail des enfants, fléau mondial de l'esclavage moderne à but lucratif. La bonne santé de l'enfant est nécessaire à son épanouissement personnel et scolaire. C'est pourquoi elle doit être suivie en parallèle et de façon coordonnée par les parents et les enseignants. Mais elle concerne, bien entendu, et peut-être au premier chef, le médecin traitant et/ou le pédiatre, qui ont un rôle fondamental dans l'accompagnement de l'enfant et sa famille au travers de tous les dangers qui guettent nos petits et nos jeunes dans leur insertion sociale et professionnelle.

À cet égard, l'organisation du temps scolaire doit avoir quatre objectifs :

- Améliorer les conditions d'apprentissage par des emplois du temps appropriés,
- Réduire la fatigue et les tensions de l'enfant,
- Instaurer une meilleure qualité de vie de l'enfant dans l'école,
- Mettre en place un suivi médical curatif et préventif qui ne se contente pas seulement de la mise à jour du calendrier vaccinal.

On doit donc continuer de s'interroger sur l'efficacité de notre système éducatif et de notre système de santé. Certes, il faut porter notre attention sur l'adéquation des temps : scolaire, périscolaire et extrascolaire et leur impact sur la santé des enfants, en lien avec les perturbations de leurs rythmes biologiques qui dépendent du type de calendrier adopté.

Mais il faut aussi adapter le temps et les connaissances des médecins aux nouveaux enjeux de la petite enfance et de l'adolescence, dans un espace mondialisé en proie aux mutations les plus démesurées.

Organisation du temps scolaire

Le temps scolaire est le temps pendant lequel l'enfant est confié à l'institution scolaire : enseignements + activités organisées par l'école.

Durée de l'année scolaire

La durée de l'année scolaire est de 36 semaines au moins. Le calendrier scolaire national, arrêté pour une période de 3 années, s'impose à toutes les écoles, sauf adaptations arrêtées par le recteur pour tenir compte des situations locales.

Les principes d'organisation de la semaine scolaire

Depuis la rentrée 2013, les principes généraux d'organisation du temps scolaire dans le premier degré sont les suivants :

- L'enseignement est dispensé dans le cadre d'une semaine de 9 demi-journées incluant le mercredi matin ;
- Tous les élèves continuent de bénéficier de 24 heures d'enseignement par semaine (3h30 par demi-journée maximum + 1h30 de pause le midi) durant 36 semaines ;
- La journée d'enseignement compte 5 heures 30 maximum et la demi-journée, un maximum de 3 heures 30 ;
- La durée de la pause méridienne ne peut être inférieure à 1 heure 30.
- L'année scolaire comprend 5 périodes de travail pour 4 périodes de vacances

Les activités pédagogiques complémentaires (APC)

Des activités pédagogiques complémentaires (2 h) sont mises en place pour des groupes restreints d'élèves et

s'ajoutent aux 24 heures d'enseignement hebdomadaire. Ces activités se déclinent soit sous la forme d'une aide aux élèves rencontrant des difficultés dans leurs apprentissages, soit sous la forme d'une aide au travail personnel ou de la mise en œuvre d'une activité prévue par le projet d'école, le cas échéant en lien avec le projet éducatif territorial.

L'organisation générale de ces activités pédagogiques complémentaires est arrêtée par l'inspecteur de l'éducation nationale de la circonscription, sur proposition du conseil des maîtres. Les dispositions retenues à ce titre sont inscrites dans le projet d'école.

Le temps périscolaire

Le temps périscolaire est constitué des heures qui précèdent et suivent la classe durant lesquelles un encadrement peut être proposé aux enfants scolarisés :

- période d'accueil du matin (avant la classe)
- période d'accueil du soir (après la classe) : études surveillées, accueil de loisirs, garderie...
- pause du midi

Qui gère le temps scolaire ?

L'Inspecteur d'Académie - Directeur Académique des Services de l'Éducation Nationale (IA-DASEN) :

- est le garant de l'organisation de l'enseignement scolaire dans le département,
- décide, pour chaque école, l'organisation du temps après analyse des avis des acteurs concernés.

L'Inspecteurs de l'éducation nationale (IEN) :

- dialogue avec le maire et les écoles,
- prend en compte les contraintes existantes,
- s'assure de la cohérence de l'aménagement du temps scolaire dans les écoles d'un même territoire,
- garantit le respect de l'intérêt des élèves.

Le Directeur :

- préside le conseil d'école qui peut transmettre un projet d'organisation du temps scolaire,
- effectue un travail coordonné avec l'IEN, l'IA-DASEN et le maire.

Des dérogations possibles au cadre général

Les déclinaisons dérogatoires de l'organisation du temps scolaire permettent de prendre en compte les spécificités des différents territoires, et à ces derniers, de mener à bien leurs ambitions éducatives. Le décret n° 2017-1108 du 27 juin 2017 relatif aux dérogations à l'organisation

de la semaine scolaire dans les écoles maternelles et élémentaires publiques permet un élargissement du champ des dérogations à l'organisation de la semaine scolaire dans les écoles maternelles et élémentaires publiques.

L'aménagement du temps scolaire : les rythmes de l'enfant¹

Le temps scolaire des enfants ne se déroule pas exclusivement sur le mode linéaire mais il associe à ce dernier le temps cyclique pour transformer la durée en **rythme**. Le rythme, c'est, d'une manière générale, une association intime de l'espace par la longueur d'onde et du temps par la fréquence suivant les lois simples du Nombre. Au lieu d'opposer spatialement les contraires, il les concilie temporellement par l'alternance. Les rythmes sont universels, et ils touchent, en particulier, tous les domaines de la biologie et de la médecine. L'étude des rythmes biologiques est une science appelée CHRONOBIOLOGIE : c'est l'étude de la structure temporelle des organismes, des mécanismes qui le gouvernent et le maintiennent et de ses altérations.

Les rythmes circadiens de l'enfant d'âge scolaire

Il est aujourd'hui reconnu que l'élève vit selon ses rythmes biologiques et/ou psychologiques, dans un environnement rythmé naturellement ou socio-culturellement. L'enfant EST rythmé et vit DANS les rythmes. Tout le problème consiste alors à tenter de concilier ces deux types de rythmicité, celui de la nature et celui de la culture, et à proposer des emplois du temps journaliers, hebdomadaires et annuels en harmonie avec les rythmes de la vie de l'élève. Une synchronisation entre rythmes humains et rythmes environnementaux est un impératif, sous peine de perturbations touchant les performances, certes, mais aussi la santé.

Chronopsychologie de l'enfant

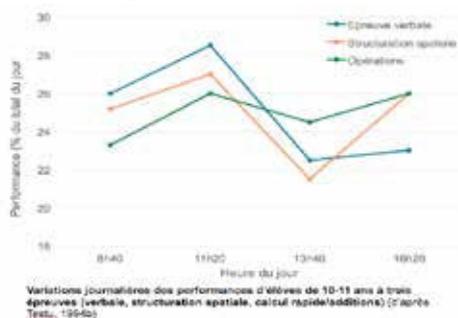
Les recherches en chronobiologie et en chronopsychologie de l'enfant portent généralement sur la rythmicité journalière. Rares sont celles qui sont consacrées à la semaine ou à l'année. Il est d'ailleurs curieux de constater que les réaménagements du temps scolaire sont surtout envisagés au niveau de la semaine, c'est-à-dire la période la moins étudiée !

Si l'on veut vraiment respecter les besoins de l'enfant, il faut d'abord s'attaquer à la journée, qui est bien trop longue pour les plus jeunes.

Il existe une courbe « classique » de fluctuation journalière de la vigilance et des performances intellectuelles chez l'enfant, tant sur les plans quantitatifs (scores bruts aux tâches

¹<https://www.education.gouv.fr/>

psychométriques) que qualitatif (stratégies de traitement de l'information). Cette courbe montre que **le niveau de performance s'élève du début jusqu'à la fin de la matinée, chute après le moment du déjeuner, puis progresse à nouveau dans l'après-midi**. Cette variation caractéristique semble témoigner d'une mise en adéquation des emplois du temps scolaires journaliers et hebdomadaires et des rythmes endogènes des enfants.



La désynchronisation des rythmes de l'enfant

Au cours de la semaine « traditionnelle », l'efficacité est plus faible le lundi et plus élevée le jeudi après-midi et le vendredi matin. Le lundi se caractérise également par une forte hétérogénéité dans les fluctuations, qui témoigne des différences inter-individuelles liées principalement à la plus ou moins grande facilité à oublier le « week-end » et à s'adapter de nouveau au temps scolaire.

Il existe des facteurs susceptibles de modifier les variations journalières de performances :

- **l'âge** : inversion de l'évolution journalière entre le cycle de maternelle et celui du primaire, atténuation des pics et des creux entre les cycles du primaire et du secondaire.
- **la nature de la tâche** : la mémoire à court terme est meilleure pour ce que l'on apprend le matin, la mémoire à long terme est meilleure pour ce qu'on apprend l'après-midi.
- **l'apprentissage** : la mémorisation du travail fait disparaître les fluctuations journalières des performances car il y a adaptation.
- **le niveau de l'élève** : les fluctuations journalières ne concernent que les élèves qui éprouvent des difficultés scolaires.

Homéopathie et scolarité

Il est tout à fait possible d'améliorer l'adaptation à la vie scolaire et les performances des enfants par un traitement homéopathique adapté. L'homéopathie agit en profondeur, sur le psychisme comme sur le physique.

Nous allons souligner quelques portraits caractéristiques, sachant que l'homéopathie nous ouvre un champ d'accompagnement de l'enfant extrêmement large.

L'enfant manquant de confiance en lui

Lac caninum : Dépréciation de soi-même, auto dévalorisation : « je suis nul » ; Sentiment d'avoir été méprisé. Trouble de l'appréciation de sa propre identité.

L'enfant distrait

Calcarea phosphorica : Vite fatigué par le travail intellectuel. Paresseux pour sortir du lit. Fait des erreurs de lecture, d'écriture, répétant les mots. Bâille beaucoup. Grande agitation.

Anacardium : Manque de concentration, manque de mémoire. Caractère mou et indécis. Mais explose en colères violentes. Est alors très grossier. Cruel. Lenteur de « lémurien ».

Zincum : Très distrait, à compréhension très lente tout en étant nerveux et agité. Il faut lui répéter souvent les choses. Lui aussi répète ce qu'on lui dit mais oublie tout de suite ce qu'il vient de dire. L'enfant crie et grince des dents durant son sommeil. Représente souvent un état d'aggravation de **Sepia** ou **Silicea**, lorsque l'enfant est soumis à des études prolongées, ou des veillées nocturnes qui dépassent ses possibilités. Un symptôme curieux : il ne peut se résoudre à se débarrasser des (vieilles) choses (par exemple son « doudou » à l'école).

L'enfant paresseux

Calcarea carbonica : Paresseux, têtu, maladroit et lent, craignant les moqueries. Peurs nocturnes. C'est le prototype du « harceleur », par jalousie ou sentiment d'infériorité.

Baryta carbonica : Paresseux. Très lent dans son travail. En retard dans son développement, en retard dans ses tâches. Se ronger les ongles. Il est considérablement amélioré par les psychostimulants (café...).

Graphites : Paresseux, hésitant, mais parfois tient tête se moquant des réprimandes. Gras, voire obèse, frileux, constipé, avec tendance à l'eczéma.

L'enfant sauvage

Sepia : Maussade. N'aime pas qu'on s'occupe de lui. Indifférence feinte, sans aucun goût pour le travail ni même pour les jeux. Et pourtant devient gai ou joyeux quand on l'entraîne dans le jeu ou qu'on ne lui réclame pas la performance. Il devient alors excellent par émulation car il a besoin de faire plaisir en montrant sa valeur, à condition qu'on ne le lui demande pas. Amélioré par la danse. La fillette est souvent un « garçon manqué », parfaitement adaptée à notre société où la « théorie du genre » n'a plus de place.

Natrum muriaticum : Déteste être dérangé ou touché. Repousse les caresses. Répond mieux à la fermeté qu'à la douceur. L'étude lui donne mal à la tête. Suite d'amour déçu. Tendance à ressasser des faits anciens.

L'enfant méchant, harcelé/harceleur

Selon une étude irlandaise² publiée en 2011 et commentée dans la revue *Exercer*, un quart des enfants de 9 ans subissent ou infligent des persécutions répétées et intentionnelles à l'école primaire. Et souffrir d'un handicap ou d'une maladie chronique serait un facteur de risque de persécution. Ce phénomène appelé « *bullying* » - terme anglo-saxon qui signifie intimidation, harcèlement - regroupe toutes les formes de persécutions répétées et intentionnelles que s'infligent les enfants entre eux : violence physiques, verbales, exclusions, cyber intimidations. Par définition, le harcèlement est la répétition de propos et de comportements ayant pour but ou effet une dégradation des conditions de vie de la victime. Cela se traduit par des conséquences sur la santé physique ou mentale de la personne harcelée. Selon l'approche statistique, le harcèlement touche 5 % des écoliers du CE2 au CM2. 6 % des collégiens. 4 % des lycéens.

La rubrique répertoriale peut être intéressante :

PSYCHISME – TOURMENTE ; tourmente-les autres : (10) *Agar.* alumn. atra-r. **CALC.** lach. oci-sa. pert. *Psor.* **ZINC.** zinc-i.

Quelques médicaments

Germanium : A subi un harcèlement moral à l'école. Difficultés à exprimer ses émotions. Dyslexie. Sentiment d'isolement, de ne plus être connecté entraînant culpabilité et dégoût de soi, comme pour **Lac caninum**. Fatigue chronique, impression de lourdeur.

Conium : Enfant au comportement querelleur, persécuteur, alternant avec des périodes de prostration où il rumine un chagrin silencieux.

Hepar sulfur : Trépigne de colère. Désir de faire mal, de mettre le feu. Joue avec les allumettes. Hypersensible à la douleur.

Hyoscyamus : Jaloux. Fera volontiers mal au petit frère ou à la petite sœur en faisant semblant de lui faire un câlin.

Stramonium : Violent. Prompt à frapper et à mordre.

L'enfant en « rupture » scolaire

Aurum metallicum : Colères terribles, spasmes du sanglot, puis « dépression ».

Lachesis : Impression d'avoir été abandonné ; pleure dès que sa mère le laisse ; troubles du sommeil, excitable ; ne supporte pas la striction.

Pulsatilla : Crampon, attaché à sa mère comme avec un cordon ombilical ; nostalgie d'un paradis perdu ; pleure, mais éminemment consolable.

Capsicum : Troubles apparaissant après un déménagement ; « nostalgie » de la maison.

Arsenicum album : Perte d'un être cher (« syndrome de l'enfant survivant ») ; deuil familial ; réveils nocturnes avec grande anxiété qui le tire de son lit.

Staphysagria : Colère silencieuse, frustration ; suite de rupture du couple parental.

Lycopodium : Absence du père ; autoritaire, coléreux ; vite rassasié.

Conclusion

La question de l'aménagement du temps scolaire est un sujet brûlant d'actualité. Il s'agit de proposer des emplois du temps journalier (en priorité), hebdomadaire, annuel, adaptés, pour favoriser le développement harmonieux de l'activité intellectuelle et physique des élèves, notamment ceux qui ne savent pas encore faire, car ce sont principalement les élèves confrontés aux difficultés qui présentent les fluctuations des facultés de concentration les plus marquées.

L'aménagement du temps scolaire constitue alors l'un des principaux facteurs contribuant à l'atteinte de la maîtrise des performances, et par conséquent, à la réussite scolaire et à l'insertion sociale.

La réduction de la « fracture sociale » passe par la prise en compte des besoins des enfants en situation d'apprentissage, la maîtrise des rapports conflictuels à l'école (harcèlement, absentéisme...) ainsi que la maîtrise du temps que l'enfant passe devant des écrans.

Pierre POPOWSKI

²O'Dowd T, Reulbach U. « Bullying » et maladies chroniques chez les enfants de 9 ans. *Exercer* 2011 ; 99 (supl3)