

# NOUVEAUX RYTHMES SCOLAIRES

## LES BONNES PRATIQUES EN MATERNELLE

Pour tous les écoliers, se lever tous les jours de la semaine à la même heure et avoir des journées d'enseignement allégées est fondamental. C'est ce que permet la réforme. Pour les élèves de maternelle, le respect des rythmes biologiques est essentiel, afin de faciliter les premiers apprentissages.

Certaines spécificités de la maternelle doivent toutefois être prises en compte. C'est pourquoi, sur la base des meilleures pratiques identifiées dans les différentes écoles qui ont adopté les nouveaux rythmes à la rentrée 2013, le ministère de l'éducation nationale recommande de porter une attention particulière sur quatre points :

**1** Respecter une **alternance équilibrée entre les temps d'activité et les temps calmes et de repos des enfants (sieste)**

**2** Aider les enfants à **se repérer dans les lieux de l'école et à identifier les adultes de l'école**

**3** Organiser avec un soin particulier **la transition entre le scolaire et le périscolaire**

**4** Adapter les **activités aux besoins des jeunes enfants**





## 1 Respecter une alternance équilibrée entre les temps d'activité et les temps calmes et de repos des enfants

**Le respect des cycles du sommeil de l'enfant est indispensable à l'école maternelle. La réforme des rythmes scolaires vise à mieux prendre en compte les besoins physiologiques de l'enfant et elle doit toujours respecter ses besoins de sieste.**

Si les besoins de chaque enfant sont variables, il importe de prendre en compte les besoins généralement constatés :

→ le temps de sommeil d'un enfant de 2 ans est environ de 13-14 heures et de 12 heures pour les enfants de 3 à 5 ans.

→ jusqu'à l'âge de 4 ans, la majorité des enfants a besoin d'un temps de sommeil dès la fin du déjeuner : une sieste d'une durée d'une heure trente à deux heures correspond à un cycle de sommeil et permet à l'enfant de se sentir reposé.

Le respect de ces besoins assure l'équilibre des enfants et leur permet d'être disponibles pour les apprentissages.

**Comme cela se pratique habituellement, il convient de coucher l'enfant après le repas sans attendre la fin de la pause méridienne. Il faut permettre aux élèves de dormir pendant une heure trente à deux heures pour satisfaire leur besoin de sommeil.**

**L'organisation de la sieste doit pouvoir se faire avec toute la souplesse nécessaire à la prise en compte des besoins de chaque enfant, qui évoluent entre 2 et 5 ans.** La sieste des élèves de 2 et 3 ans prime, sauf exception, sur d'autres activités.

Pour les élèves de **moyenne section**, elle n'est pas obligatoire, cela dépend des besoins de l'enfant (le mois de naissance, les habitudes familiales...) et peut évoluer durant l'année. Il peut être proposé un moment de repos, les élèves n'étant pas forcément couchés, mais pouvant être regroupés dans un endroit calme avec des activités d'écoute ou de lecture.

Pour les élèves de **grande section**, il n'y a pas de pratique systématique de la sieste. Un réveil progressif et échelonné peut permettre aux jeunes enfants un accès adapté, à leur rythme, aux activités scolaires de l'après-midi.

**Comme cela s'est toujours fait, on peut être parfois conduit à réveiller doucement un enfant si son sommeil se prolonge trop l'après-midi afin de ne pas compromettre son sommeil de la nuit.**

Enfin, comme cela est déjà recommandé, un enfant qui ne dort pas au bout d'environ 20 minutes doit pouvoir se lever tout en pouvant bénéficier d'un temps de repos qui n'est pas la sieste.

En veillant au sommeil nocturne de leurs enfants, les parents peuvent également agir pour qu'ils se sentent bien à l'école maternelle et pour les rendre plus disponibles pour apprendre. ■

## 2 Aider les enfants à se repérer dans les lieux de l'école et à identifier les adultes de l'école

### Les enfants ont besoin de se repérer dans les lieux de l'école.

La question se pose d'autant plus avec la réforme des rythmes car elle conduit les enfants soit à fréquenter davantage de lieux au cours des activités périscolaires, soit à utiliser des locaux scolaires hors temps scolaire. **Il convient de favoriser l'identification des lieux par les enfants et de préciser les règles d'utilisation de ces locaux selon les activités et les horaires.**

**Dans plusieurs académies, on a constaté de bonnes pratiques consistant à mettre en place une signalétique explicite dans les espaces de l'école afin que les enfants et les familles repèrent rapidement les lieux et les aménagements pour des temps et des activités différenciés.**



Par exemple, sur chaque porte des espaces de l'école figure le nom du lieu, sur les portes des classes le nom de l'enseignant et de l'ATSEM, voire leur photo ; tout particulièrement en début d'année, il peut être utile que des repères soient matérialisés au sol, des flèches de couleur ou des pieds, par exemple, pour guider les enfants vers la bibliothèque, le hall de sortie, les toilettes, la cour de récréation... Dans le même temps, on sera attentif à l'accompagnement des tout-petits pour lesquels symboles et codages n'ont pas encore de sens.

### Les enfants ont besoin d'identifier et de connaître les différentes personnes présentes dans l'école ainsi que leurs rôles et fonctions.

Avec les nouveaux rythmes, des intervenants, qui prennent en charge les activités périscolaires, peuvent s'occuper des enfants dans les locaux scolaires. Il est donc nécessaire que les parents et les enfants identifient et connaissent les différentes personnes présentes dans l'école, ainsi que leurs rôles et leurs fonctions.



Il faut penser en début d'année à présenter aux enfants les adultes de référence, ceux qu'ils vont retrouver à l'arrivée du matin, ceux avec qui ils vont manger... Il faut également présenter et expliciter le rôle du directeur.



Parmi les **bonnes pratiques identifiées**, on peut prévoir un **affichage d'école « type trombinoscope »** avec les photographies, les noms et les fonctions

des adultes. Pour structurer les repères et les installer dans la durée on peut reproduire cet **affichage dans la classe.**

**Les enfants ont aussi besoin de connaître les règles de vie de l'école, selon les temps et les lieux.** Selon que l'activité est scolaire ou périscolaire, les exigences et les contraintes peuvent varier : l'enfant peut avoir, ou pas, le choix de jouer, de participer ou non à une activité proposée par l'adulte, selon qu'il est en classe ou en activité périscolaire.

L'appropriation par les enfants de **règles bien identifiées et stables** selon les temps, les lieux et les personnes, contribue à faire de l'école un lieu d'autonomie et d'épanouissement dans lequel l'enfant peut évoluer en sécurité. **L'élaboration**

**et le partage de ces règles est, là encore, de la responsabilité des équipes pédagogiques et éducatives.**

Dans plusieurs académies, **des règlements et chartes pour les transferts de responsabilité dans le cadre des projets éducatifs territoriaux** (permettant, notamment, d'organiser la mutualisation des équipements) ont été mis en place de manière efficace.■



# 3


## Organiser avec un soin particulier la transition entre le scolaire et le périscolaire

**En lien avec la mairie, l'école doit veiller à la bonne articulation des temps scolaires et des temps périscolaires et aux transitions entre les activités. Il est de la responsabilité des équipes pédagogiques et éducatives de se concerter sur l'organisation des transitions.**

Les différents moments de la journée sont souvent confondus par les très jeunes enfants. **La nouvelle organisation des journées à l'école maternelle implique que les enfants identifient clairement les moments de transition d'une activité à une autre et distinguent notamment le temps scolaire et le temps périscolaire.**

 Les **bonnes pratiques identifiées** montrent qu'une **ritualisation du temps à l'école et des transitions entre les**

Lorsque des agents territoriaux spécialisés d'école maternelle (ATSEM) sont sollicités pour leurs compétences spécifiques et prennent en charge des ateliers périscolaires, il convient d'expliquer aux enfants la bascule vers le temps périscolaire.

 Il est aussi souhaitable d'organiser un usage partagé des locaux scolaires lorsque des activités périscolaires s'y déroulent. Dans un certain nombre d'académies, les réflexions se sont traduites par des **chartes relatives à l'usage des locaux et à l'organisation des temps de transition.**

L'organisation de ces différentes transitions participe aux réflexions habituellement conduites avec les représentants des parents d'élèves au sein du conseil d'école sur les moments d'accueil et de départ des élèves, sur l'entrée en classe après la coupure du week-end, la pause après déjeuner, le moment entre la sieste et la reprise des activités scolaires ou périscolaires...■

**En lien avec la mairie, l'école doit veiller à la bonne articulation des temps scolaires et des temps périscolaires et aux transitions entre les activités**

**différents moments** est indispensable pour aider l'enfant à construire ses repères dans le déroulement de la journée.

## 4 Adapter les activités aux besoins des jeunes enfants

En organisant différemment les temps scolaires et périscolaires, il est possible d'offrir des activités de loisirs et des activités culturelles à tous les enfants alors que seulement 20 % d'entre eux y avaient accès auparavant.

Cependant, l'enfant a besoin d'une alternance entre des temps d'activité (apprentissage, jeux...), des temps calmes et des moments de repos.

**Tout particulièrement à l'école maternelle, la succession des différents moments de la journée de l'enfant doit éviter un « empilement d'activités » qui pourrait être générateur de fatigue.**

### L'enfant a besoin d'une alternance entre des temps d'activité (apprentissage, jeux, etc.), des temps calmes et des moments de repos

Pendant le temps scolaire, les enseignants proposent en alternance des séquences d'activités, des moments de repos, des temps de jeux, essentiels pour les jeunes enfants. La durée des activités varie selon l'âge des enfants et le niveau de guidage de la tâche.



**S'agissant du temps périscolaire** dont la responsabilité relève des communes, les spécialistes soulignent, **pour les enfants de 3 à 5 ans, qu'il est souhaitable que les activités périscolaires soient adaptées à leurs capacités, qu'elles préservent des temps calmes ou de repos dont les enfants ont besoin notamment en maternelle**, et leur permettent de prendre le temps de jouer, d'observer, d'agir, de manipuler, de lire, de chanter, de rêver... et d'avoir aussi du « temps pour soi ». Comme pour les activités scolaires, la durée des activités

périscolaires et leur niveau de guidance peuvent être variables selon l'âge des enfants.



L'analyse des **bonnes pratiques constatées au niveau territorial** montre que ces temps périscolaires peuvent permettre aux enfants de bénéficier

de temps calmes ou de repos si cela correspond à leur besoin ou encore de participer à des activités adaptées (rejouer à des jeux appris en classe qu'ils aiment particulièrement ; en découvrir de nouveaux ; manipuler de nouveaux objets ; jouer avec de petits instruments de musique ; chanter ; réentendre leurs récits préférés, jouer à les mimer, à en reprendre les dialogues ; s'exercer avec des engins roulants, vélos, porteurs, tricycles, trottinettes ; réaliser des travaux manuels ou d'arts plastiques...).

**En lien avec la commune, une concertation régulière entre les équipes pédagogiques et les personnes prenant en charge les enfants sur le temps périscolaire est indispensable.** Il faut savoir réorienter, réaménager si nécessaire, les propositions en cours d'année, en fonction des besoins évolutifs et des intérêts des enfants. Les échanges d'expérience peuvent y aider. ■

La mise en œuvre de la réforme des rythmes à l'école primaire doit s'appuyer sur des collaborations entre tous les partenaires de l'école (enseignants, directeurs, ATSEM, parents, personnels communaux, intervenants, élus locaux, autres personnels de l'éducation nationale...). Ces collaborations et l'identification des bonnes pratiques permettent des adaptations progressives lorsque des questions sont soulevées comme c'est le cas avec l'école maternelle.

De nombreuses réponses ont été trouvées dans les différentes écoles et il importe de diffuser les meilleures pratiques identifiées sur le terrain. Ainsi, la question de la fatigue des élèves à l'école maternelle, qui ne date pas de la réforme des rythmes, trouve des réponses pratiques au travers des recommandations sur le respect des temps de sieste, l'organisation de la bonne transition entre les activités et l'offre de davantage de temps calmes ou d'activités adaptées pour les plus petits.

**UN RETOUR À LA SEMAINE DE 4 1/2 JOURS**

**DES ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES COMPLÉMENTAIRES**  
aide aux leçons, soutien aux élèves en difficulté, projet d'école, etc.

**DES ACTIVITÉS PÉRISCOLAIRES**  
dans le cadre de projets éducatifs

**29 janvier 2010**  
L'ACADÉMIE DE MÉDECINE publie un rapport préconisant, afin de tenir compte des rythmes biologiques de l'enfant, d'adopter une année scolaire de **180 à 200** jours

**DEPUIS LA RENTRÉE DE SEPTEMBRE 2013**  
**UNE ANNÉE de 180 jours de classe** contre seulement 144 auparavant

**TOUJOURS 24h** d'enseignement par semaine

**1,3 MILLION D'ÉLÈVES** bénéficient des nouveaux rythmes avant une généralisation à la rentrée 2014

**RYTHMES SCOLAIRES**  
Du meilleur temps pour apprendre à l'école

**LA RÉFORME DES RYTHMES SCOLAIRES PERMET DE :**

- PROGRAMMER** les enseignements à des moments où la faculté de concentration des élèves est la plus grande
- MIEUX RÉPARTIR** les heures de classe sur la semaine
- ALLÉGER** la journée de classe

CRÉDIT : Ministère de l'Éducation nationale - octobre 2013

Les parents doivent pouvoir s'adresser aux équipes pédagogiques et éducatives pour obtenir des informations complémentaires à celles qui leur sont transmises ou mises à leur disposition dans les locaux de l'école. **Une information claire et régulière des parents** est en effet utile pour que cette nouvelle organisation des temps de vie scolaire et périscolaire soit pleinement partagée au sein de la communauté éducative. ■