



ORTEJ

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Quelle organisation de l'offre scolaire dans le Lot ?

Parc des expositions du Grand Cahors, 01/10/2017

François TESTU

Professeur Emérite en Psychologie

Université François Rabelais de Tours

Président de l'ORTEJ



ORTEJ

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Les rythmes biologiques et psychologiques qu'il convient de respecter en priorité

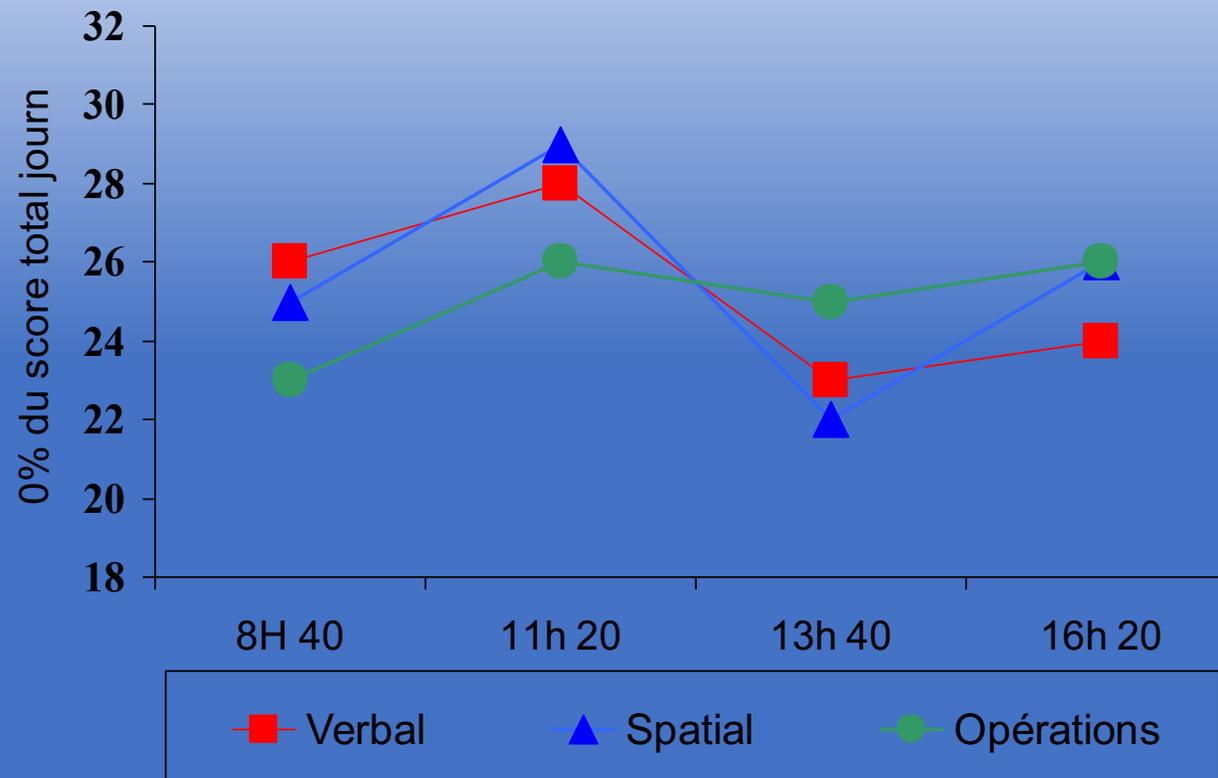
- Le sommeil.
- Les variations journalières de la vigilance et de l'activité intellectuelle.
- Les périodes annuelles de faible résistance.



ORTEJ

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Variations journalières de performances psychotechniques d'élèves de C.M.2.

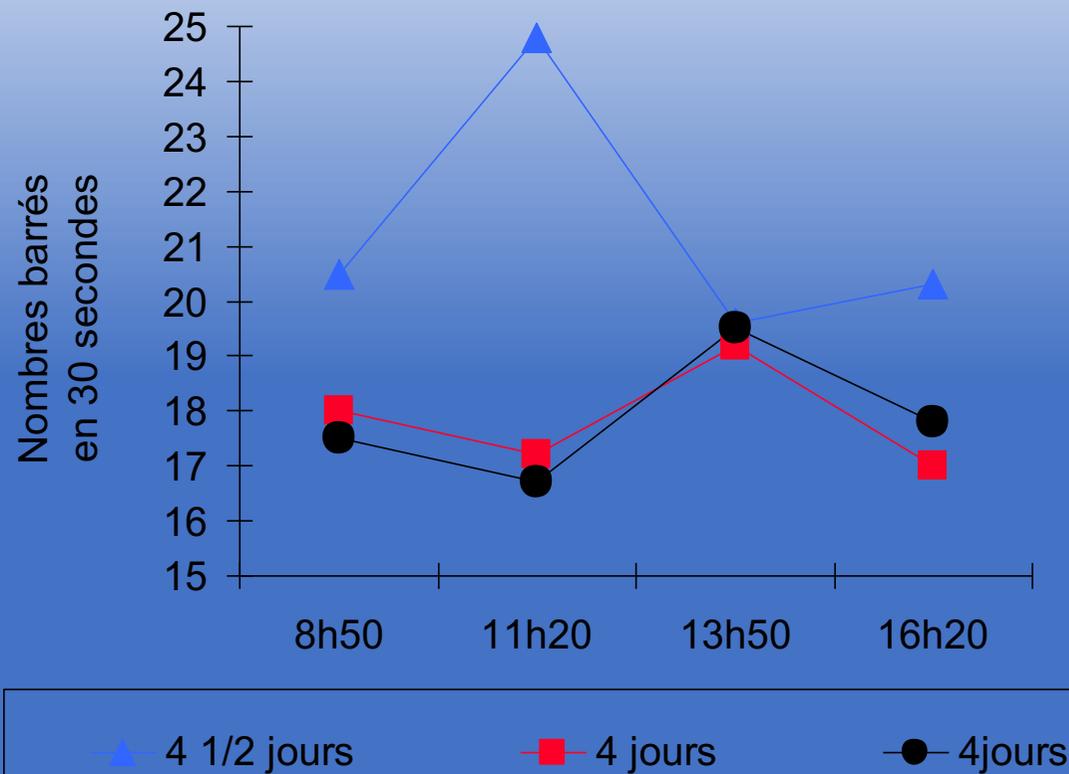




ORTEJ

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Variations journalières de la vigilance (6-7 ans) Epreuve de barrage de nombres





ORTEJ

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Quatre principaux enseignements que l'on peut tirer des recherches évaluatives de terrain:

- Les variations journalières des performances intellectuelles sont plus présentes chez les élèves qui ne maîtrisent pas la tâche.
- Les variations des processus cognitifs diffèrent selon l'âge de l'enfant.
- Les activités éducatives périscolaires et extrascolaires contribuent à l'épanouissement physique et psychique des jeunes.
- La semaine dite de 4 jours « secs » désynchronise la rythmicité journalière et affaiblit les performances.
- La libération du temps n'est pas obligatoirement synonyme d'épanouissement.



ORTEJ

Principales informations sur les activités périscolaires

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Pourcentage d'enfants de CM2 participant à diverses activités

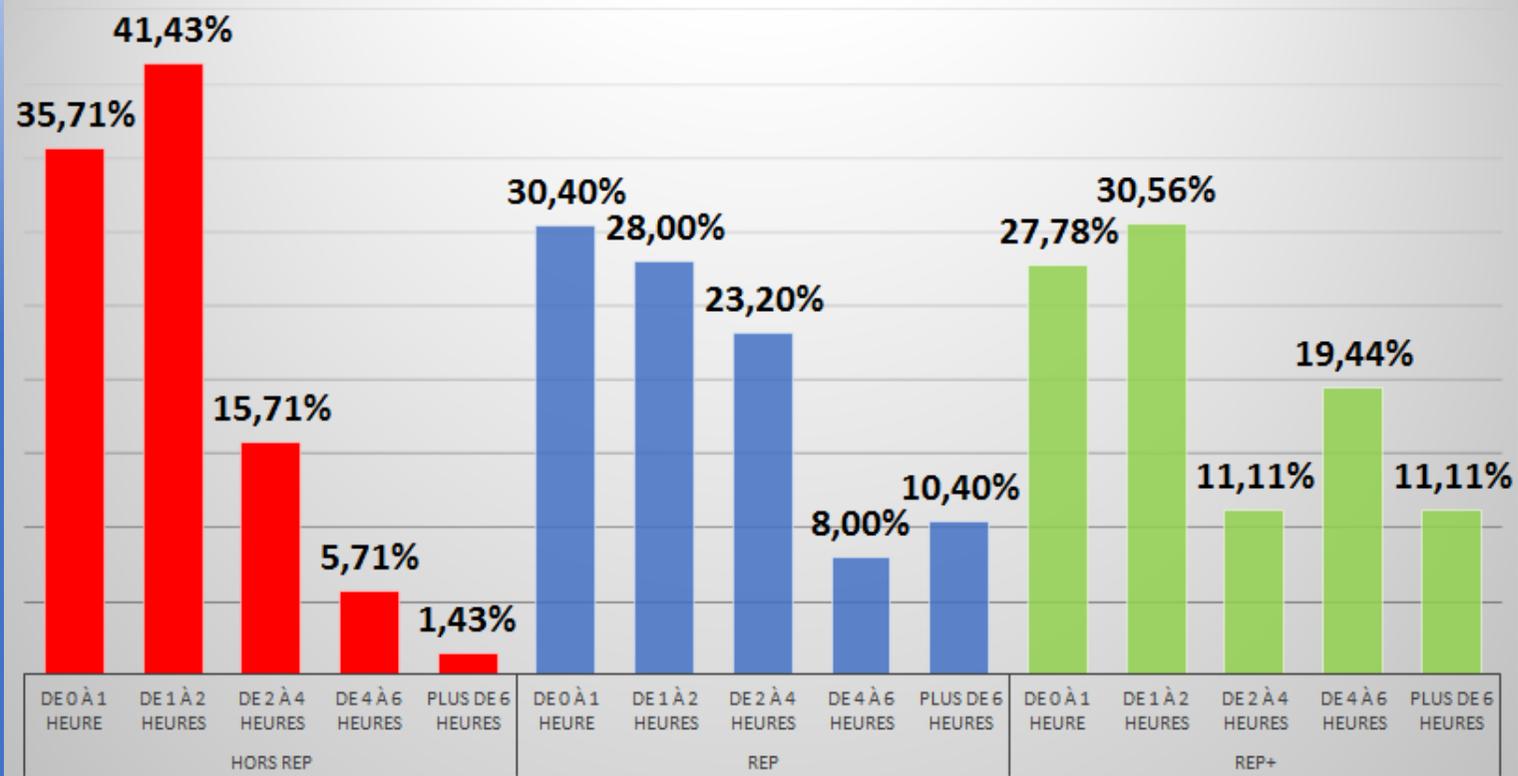
| Activités | Nombre d'enfants pratiquant ce type d'activités au moins une fois par semaine | |
|-----------------------------|---|-------|
| | Guadeloupe | Arras |
| Faire du sport | 35% | 28% |
| Lire | 9% | 9% |
| Écouter de la musique | 12% | 8% |
| TV ,tablettes, téléphone | 18% | 26% |
| Aller au cinéma | 5% | 5% |
| Faire de la musique | 3% | 3% |
| Dessiner | 9% | 9% |
| Aller chez des copains | 5% | 11% |
| Ne rien faire, rêver,autres | 3% | 1% |



ORTEJ

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Utilisation de la télévision les jours de classe et appartenance à un REP





ORTEJ

OBSERVATOIRE DES RYTHMES ET DES TEMPS DE VIE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Quelques recommandations :

- Alléger la journée scolaire.
- Respecter prioritairement les heures et les jours de meilleures performances.
- Respecter l'alternance 7 semaines de classe + 2 semaines de vacances.
- Maintenir la semaine de quatre jours et demi.
- Développer les structures et les activités éducatives complémentaires de l'école.
- Avoir un rythme de vie le plus régulier possible.