

## Qui-sommes-nous ?

L'ORTEJ a pour objectif principal de développer les échanges, les analyses, les évaluations et les recherches scientifiques concernant les rythmes de vie, les besoins éducatifs et le bien-être des enfants et des jeunes, mais aussi concernant les rythmes et le bien-être des parties prenantes de leur éducation (parents, enseignants, éducateurs et animateurs...). Animé des valeurs de laïcité, de citoyenneté, d'indépendance, de pluralisme et de rigueur scientifique, l'ORTEJ veut alimenter la réflexion et l'action de tous les acteurs du système éducatif afin d'améliorer de manière tenable la conciliation de ces temps de vie et la prise en compte de l'ensemble de ces besoins au bénéfice de l'enfant et de ceux qui participent à son éducation. En aidant l'ensemble des parties prenantes du système à la compréhension des enjeux concernant les temps de vie, les rythmes biologiques, psychologiques et sociaux, l'ORTEJ souhaite que l'élève soit mieux respecté et revienne plus que jamais au centre de l'École.



23 rue Lalande, 75014 Paris

[obsortej@gmail.com](mailto:obsortej@gmail.com)

### Ressources citées

1. Rapport Assemblée nationale, Rapport d'information 3028, Quels Rythmes à l'École ?, décembre 2012.

2. C. Leconte, H. Montagner, A. Reinberg, F. Testu, Y. Touitou (1994), Semaine de 4 jours à l'école : le réquisitoire des spécialistes des rythmes, Le Quotidien du Médecin, 5432.

3. Expertise collective, Rythmes de l'Enfant, de

l'horloge biologique aux rythmes scolaires, Inserm, 2001.

4. F. Testu (2008), Rythmes de vie et rythmes scolaires, aspects chronobiologiques et chronopsychologiques, Paris, Masson.

5. F. Testu (2015), Rythmes scolaires : de l'enfant à l'élève, Paris, Canopé.

6. F. Testu, G. Fotinos, Les impacts de l'aménagement du temps scolaire sur le climat des écoles et les rythmes de vie des enfants d'Arras (Rapport consultable sur <http://urlz.fr/6ppn>)

7. Évaluation des rythmes scolaires à la Guadeloupe (Rapport consultable sur <http://urlz.fr/6ppC>)

8. Enquête UNAF<sup>1</sup> auprès des familles sur la réforme des rythmes scolaires (consultable sur <http://urlz.fr/6ppN>)

9. Rapport Cartron (consultable sur <http://urlz.fr/6ppQ>)

10. Enquête AMF-Cnaf<sup>2</sup> (consultable sur <http://urlz.fr/6ppS>)

<sup>1</sup> UNAF : Union nationale des associations familiales  
<sup>2</sup> AMF-Cnaf : Association des maires de France-Caisse nationale des allocations familiales

D'autres documents sur notre site [ortej.org](http://ortej.org)

## 4 jours ou 4 jours et demi ? N'oubliez pas l'enfant !



Au moment où se déroulent de nombreux conseils d'école avec à l'ordre du jour l'organisation de la semaine scolaire, cette publication de l'ORTEJ apporte des éléments objectifs de réponse à tous ceux qui se questionnent : semaine de quatre jours ou semaine de quatre jours et demi ?

François Testu,  
président de l'ORTEJ



### Historique

## Comment le temps scolaire s'est organisé au fil du temps ?

L'analyse de la conception des emplois du temps nous amène à constater qu'ils ont principalement résulté des exigences politiques, religieuses et sociales de la société adulte. La mise en place de la coupure du mercredi, des vacances d'été, des vacances de février et de la semaine de quatre jours illustre cette démarche.

### La coupure du mercredi ?

L'école française est la seule au monde à proposer une journée de « congé » en milieu de semaine. Cette coupure de la régularité de vie de l'enfant, aujourd'hui le mercredi, autrefois le jeudi, correspond au « prix » que Jules Ferry dut payer pour que l'école française soit laïque et que les enfants puissent participer au catéchisme en dehors de l'école.

### Les vacances d'été ?

Elles n'ont absolument pas été créées pour « nantir » d'avantages supplémentaires les institutrices et instituteurs ! Il fallait remplacer aux champs, de juillet à octobre, les hommes partis au « front » pendant la Grande Guerre.

### Les vacances de février ?

Autrefois appelées *vacances de mardi gras*, elles sont portées à neuf jours et décalées d'une semaine, selon deux zones géographiques, à la suite des Jeux Olympiques de Grenoble en 1968. Le lobby du tourisme blanc était né.

### La semaine de quatre jours ?

En 2009-2010, la possibilité étant offerte, 95 % des écoles fonctionnent en semaine de quatre jours (1)\*. En 2013, cet aménagement était écarté.

(\*) Chaque mention entre parenthèses est en lien avec une des ressources citées en page 4.





2013

## Pourquoi quatre jours et demi ?

Avec la généralisation des emplois du temps scolaires allaient être plus respectueux de l'enfant, de son développement et de ses rythmes comportementaux et biologiques, conformément au *Rapport d'information de l'Assemblée nationale* sur les rythmes scolaires (1), adopté à l'unanimité.

La reconnaissance de la spécificité enfantine avait en effet conduit les adultes à débattre des « rythmes

scolaires ». Il fallait trouver en matière d'aménagement du temps scolaire le moins mauvais des compromis entre la satisfaction des besoins de l'élève et la réponse aux intérêts des adultes. Il s'agissait, d'une part, d'adapter les emplois du temps aux rythmes de vie des enfants et de favoriser ainsi la réussite scolaire, et, d'autre part, d'instaurer la complémentarité éducative.

Les décideurs avaient entendu la communauté scientifique (2).

L'avis des experts

### Que disaient les chronobiologistes et chronopsychologues ?

✓ La réussite scolaire peut être atteinte et améliorée en plaçant l'enfant dans un environnement respectueux de ses rythmes de vie (3).

✓ Les résultats vérifiables et reproductibles des recherches scientifiques en chronobiologie et chronopsychologie montrent que trois rythmicités doivent être respectées en priorité : l'alternance régulière veille-sommeil, les variations journalières de la

vigilance et de l'activité intellectuelle, les variations annuelles de moindre résistance. Ils indiquent que la semaine de 4 jours doit être bannie (4 ; 5).

✓ La semaine de 4 jours non seulement ne respecte pas les rythmes journaliers de l'activité psychologique et physiologique de l'élève mais, surtout, elle génère une baisse de la vigilance, voire

des comportements d'inadaptation à l'école.

✓ La semaine de 4 jours sans une politique socioéducative périscolaire et extrascolaire d'accompagnement accentue et allonge les effets perturbateurs du week-end sur l'adaptation à la situation scolaire. Cela se traduit par une désynchronisation des rythmes biologiques et psychologiques journaliers le lundi et vendredi après-midi. Cette désynchronisation est source de fatigue, de mauvaises performances et de désintérêt. Il ne reste que le mardi et le jeudi pour profiter d'une pleine écoute des élèves et, par là même, les surcharger des disciplines dites fondamentales.

✓ Accorder une demi-journée supplémentaire de « congé » n'est nullement profitable à des enfants livrés à eux-mêmes en dehors de l'école. La libération du temps n'est pas synonyme d'épanouissement, d'éveil et d'intégration. La semaine de 4 jours creuse le fossé entre ceux qui bénéficient d'activités périscolaires et ceux qui n'en bénéficient pas.

Vrai ou faux

## La semaine de quatre jours et demi en question...

Selon vous, la semaine de quatre jours et demi :

1. a des effets négatifs sur la vigilance et l'attention en classe. V – F
2. n'a pas d'impact positif sur le comportement des enfants. V – F
3. est source de fatigue. V – F
4. n'a pas d'impacts positifs sur le développement des compétences sportives et artistiques des élèves. V – F
5. n'a pas d'effet positif particulier pour les écoles en Rep. V – F
6. s'accompagne de nouvelles activités périscolaires sans intérêt... V – F
7. ... et dont les animateurs ne sont pas perçus comme compétents. V – F
8. a créé peu d'emplois. V – F
9. voit s'élever contre elle une majorité de parents. V – F

### Réponses

Toutes les affirmations ci-contre sont... fausses ! Il n'y a donc aucun argument objectif pour rejeter la semaine scolaire de quatre jours et demi au profit de la semaine à quatre jours. Différents rapports et enquêtes permettent même d'affirmer que la semaine de quatre jours et demi...

> n'a pas d'effets négatifs sur la vigilance et l'attention en classe, n'est pas source de fatigue, et a des impacts positifs sur le comportement des enfants, en particulier ceux des Rep (4 ; 5 ; 6 ; 7). Elle a des impacts positifs sur le développement des compétences sportives et artistiques des élèves (8).

> s'accompagne d'activités périscolaires considérées comme intéressantes et dont les animateurs sont perçus comme compétents (8).

> a créé bon nombre d'emplois (9 ; 10).  
> emporte l'avis favorable d'une majorité de parents (6).

