



DOSSIER

Nouveau tempo pour les écoliers

À l'issue d'une large concertation lancée en début d'année, la Ville de Bourg-en-Bresse a mis en place les nouveaux rythmes scolaires à la rentrée de septembre. Après un trimestre de classe, l'heure est au premier bilan et aux ajustements en lien avec tous les acteurs éducatifs.

Dossier préparé par Géraldine Bourgeay-Marin, Céline Crociani, Christelle Moiraud



→ QUESTIONS À



© Serge Buathier

Alain Bontemps

Maire-adjoint délégué à l'Action éducative et à la Jeunesse

→ **Comment se sont mis en place les nouveaux rythmes scolaires dans les écoles bourgiennes ?**

Comme cela avait été annoncé, cette réforme des rythmes scolaires est progressive. Elle se fera sur deux ou trois ans, en travaillant étroitement avec les parents et tous les acteurs de l'éducation. À Bourg, la concertation autour des nouveaux rythmes avait commencé dès janvier dernier pour travailler en amont sur cette mise en place et apporter les ajustements nécessaires. Et la concertation continue, même si la rentrée bourgienne s'est plutôt bien déroulée. Le Maire a rencontré les directeurs d'école et les représentants de parents d'élèves le 16 novembre. J'ai, quant à moi, vu les directeurs en octobre et je rencontre en ce moment les équipes enseignantes et les parents dans tous les conseils d'école de Bourg pour pointer les difficultés qui demeurent et procéder à des ajustements au cours de l'année et pour la rentrée 2014. Un comité de suivi des rythmes scolaires se met également en place avec la participation des enseignants, des intervenants municipaux, des parents et des élus.

→ **Qu'en est-il des ateliers périscolaires du soir ?**

Contrairement à certaines communes, Bourg disposait déjà, par le biais de son Contrat Éducatif Local, d'un large éventail d'activités culturelles, sportives et de loisirs proposées par la Ville. La transition s'est ainsi faite en douceur sur les ateliers du soir. Leur nombre est passé de 60 à 75 pour faire face à une petite augmentation des enfants accueillis à 16 h 15. Nous sommes restés sur des activités fiables, encadrées par des animateurs qualifiés. Nous travaillons sur des Projets Éducatifs De Territoire qui seront contractualisés avec chaque école à la rentrée 2014. Objectif : proposer aux équipes pédagogiques un large choix d'activités scolaires ou périscolaires, en partant des équipements gérés par la Ville ou des animateurs

et intervenants qu'elle met à disposition (à Bouvent, au musée de Brou, dans le Réseau de lecture publique...).

→ **Quid de l'accueil du matin et de la pause méridienne ?**

La Ville a décidé d'assurer l'encadrement des enfants le matin et pendant la pause de midi, de 11 h 45 à 14 h. Nous avons déjà ajusté les horaires pour mieux respecter le temps de la sieste pour les petits. Il reste un souci sur le retour à l'école pour les enfants de maternelle qui font la sieste mais ne mangent pas à la cantine. Ils peuvent être accueillis dès 13 h 30 mais que faire du grand frère ou de la grande sœur qui reprennent, eux, à 13 h 50 ? Cette question sera réglée très vite en lien avec chaque école. Sur le temps libre après la cantine (13 h 30-14 h), l'idée est de préparer progressivement les élèves à reprendre les cours. Dans certaines écoles, des initiatives originales ont vu le jour : des agents ont élaboré des projets de temps calme (cf page 14) pour aménager une transition entre la récréation et la reprise des cours.

→ **Comment réagissez-vous face aux remous que suscitent les nouveaux rythmes scolaires ?**

En tant qu'ancien enseignant, je suis persuadé que le retour à 5 matinées de travail (mercredi compris) représente un progrès en terme d'apprentissage mais aussi de bien-être des enfants. On sait que les enfants sont beaucoup plus concentrés et disponibles pour les apprentissages le matin que l'après-midi. Ceci nécessite néanmoins que les familles changent leurs habitudes, ce qui ne se fait pas du jour au lendemain. Au 1^{er} trimestre, il est normal que les enfants soient fatigués. Mais pourquoi, dans le même temps, demander plus d'activités ? Cette réforme soulève des réflexions de société. Elles révèlent de nouveaux modes de vie dans lesquels le sommeil des enfants est moins préservé qu'auparavant. Dès leur plus jeune âge, les enfants passent beaucoup de temps devant les écrans (cf page 15), sont moins concentrés pour les apprentissages et on s'aperçoit aussi dans certaines écoles, où l'on crée des ateliers de langage, qu'ils parlent moins ! C'est un enjeu colossal. ■

ACTIVITÉS PÉRISCOLAIRES

> **11 h 50, école Charles Péguy** – Les maternelles s'attablent tranquillement. Fergudan Telli, surveillante, explique : « Les petits ont plus de temps pour déjeuner cette année. C'est bien car ils ne mangent pas vite, il faut les aider, couper leur viande ». « Ils montent à la sieste vers 13 h, ajoute Katarzyna Catalano, Atsem. Six maternelles qui ne mangent pas à la cantine les rejoignent à 13 h 25, d'autres arrivent à 13 h 50 avec leurs grands frères ». Joëlle Depourtoux, agent de service au restaurant scolaire, souligne : « Nous avons environ 75 enfants par jour, sauf le vendredi où ils sont plus de 100, ce qui est beaucoup. » ■



© Serge Buathier

Petit temps de relaxation pour les élèves de grande section de Charles Péguy. On s'étire, on miaule, on se détend pour reprendre en douceur les cours de l'après-midi !

© Serge Buathier

> 13h20, école Charles Péguy – Chut... les élèves de grande section de maternelle arrivent avec le doigt sur la bouche et s'installent pour un temps de relaxation. Ils se frottent les mains et le front pour évacuer les soucis du matin et de la cantine. Par deux,



© Serge Buathier

ils se font de petits massages sur les bras, s'étirent comme des chats et miaulent en imitant leur enseignante Gaëlle Rolland. Dans une autre classe, Renaud Beliah, mène l'atelier musique avec les primaires. Ils écoutent des mélodies du Bénin, du Mali, d'Angola... et tentent de les reproduire avec des instruments : guitare, grattoirs, tambourins... Gaëlle Rolland, directrice de l'école,

explique : « avec l'allongement de la pause méridienne, nous sommes réorganisés. Deux enseignants participent au temps calme de 13 h 20 à 13 h 50. C'est un sas de reconcentration pour que les élèves reviennent en classe dans de bonnes dispositions pour l'après-midi ». ■

> 16 h 30, gare de Bourg

– Huit élèves de CP-CE1 de l'école du Peloux posent leur micro dans le hall de la gare. Accompagnés par Alexandra Negler, journaliste animatrice de l'atelier radio du soir et Brigitte, coordinatrice des CEL au Peloux, les élèves sont aujourd'hui sur le terrain pour interviewer des voyageurs. Kamil, Malaury, Elena se lancent et posent timidement leurs questions : « Où allez-vous ? Pourquoi ? Quelle chanson vous a le plus marqué ? Pouvez-vous chanter un petit air ? ». Les journalistes en herbe doivent penser à tendre leur micro, à ne pas faire tomber le magnéto et se heurtent parfois au silence des interviewés, surtout quand il faut pousser la chansonnette ! « Ça foutait les jetons mais je me suis bien débrouillé. C'est difficile de parler à des gens qu'on connaît pas » constate Adrien. ■



© Christelle Morraud

> 16 h 15, école Charles Perrault

– Les écoliers inscrits à l'atelier périscolaire pêche bouclent leurs cartables, goûtent avant de rejoindre les berges de la Reyssouze. Derrière la médiathèque Césaire les attend Frédéric Lardon, animateur et guide de la Fédération de l'Ain pour la pêche et la protection du milieu aquatique : « J'ai préparé les lignes et lancé les amorces pour que la pêche soit fructueuse ». À tour de rôle, les écoliers tiennent les cannes. Maiwenn, Ihab... débordent d'enthousiasme : « la première fois qu'on a pêché, on a tous attrapé un poisson » annonce fièrement Yacine. Et Hugo d'ajouter « ça fait du bien de se retrouver en pleine nature, ça calme ». Nelya explique : « pour avoir une touche, il faut être silencieux et concentré ». Après dix minutes de patience, un petit goujon mort à l'hameçon. La joie se lit sur les visages, mais pas question de s'exciter. Il faut remonter doucement la ligne. « Les enfants remettent les poissons à l'eau sans les abîmer après les avoir observés. Ils posent quantité de questions sur leurs modes de vie... Ainsi, ils comprennent mieux la nature et apprennent à la respecter », précise l'animateur. ■



© Géraldine Bourgeay-Martin

16h30, école Lazare Carnot

– « Si la vie me souriait, je deviendrais un clown », annonce Mimi Bressot, l'intervenante, à la petite dizaine d'élèves installés autour d'une table débordant d'objets insolites. Ce sera le thème de l'atelier arts plastiques du jour pour Lou, Adrien, Enola et leurs copains. Avec des canettes de soda vides, des tiges en plastique, des boîtiers de CD, des chutes de papier, un peu de colle et des crayons de couleur, ils vont devoir imaginer une tête de clown. À chaque séance, le sujet et les objets de récupération changent. « Ils laissent libre cours à leur imagination. À partir d'objets oubliés, usés, prêts à être jetés à la poubelle, je leur montre qu'on peut créer plein de choses, explique Mimi Bressot, chacun est libre d'utiliser ce qu'il veut comme il veut. Et en faisant des choix, on s'affirme ! ». ■



© Serge Buathier

APPRIVOISER LES ÉCRANS



© DR

Questions à Serge Tisseron, psychiatre, docteur en psychologie et auteur de nombreux ouvrages sur nos relations avec les images et les écrans. Ses travaux lui ont valu de participer à la rédaction de l'avis de l'Académie des Sciences "L'enfant et les écrans" (2013). Il a reçu un award le 6 novembre dernier à Washington remis par le Family Online Safety Institute.

> Comment les nouvelles technologies numériques sont-elles venues bouleverser les rythmes des enfants ?

Les jeux vidéo et les réseaux sociaux sont souvent accusés de dérégler les rythmes des adolescents. C'est vrai en partie, mais nous savons que les rythmes d'un adolescent sont physiologiquement déréglés par rapport à ce qu'ils sont chez l'enfant et chez l'adulte. Les technologies numériques ne font qu'amplifier le phénomène. Or très souvent, les parents dramatisent les conséquences des écrans à l'adolescence alors qu'ils les sous-estiment dans la petite enfance. En effet, la première machine à dérégler le rythme des enfants reste la télévision. Ils la regardent tard le vendredi et le samedi parce que, comme le disent leurs parents : « *Il n'y a pas école le lendemain* ». Mais l'enfant décalé deux jours dans ses rythmes ne peut plus s'endormir le dimanche soir. Et beaucoup d'enfants de maternelle et de primaire se révèlent incapables de travailler le lundi et le mardi parce qu'ils sont encore sous le coup de ce dérèglement.

> Comment aider les parents à mieux "gérer" les écrans ?

D'abord en aidant très tôt l'enfant à construire l'horloge intérieure qui lui permettra ensuite de s'autoréguler. Cela se fait d'abord en donnant des rythmes réguliers aux tout-petits, notamment pour les repas et le sommeil. Il faut aussi nommer le temps et l'anticiper, par exemple en disant : « *nous faisons ceci pendant une heure puis nous ferons cela...* ». Lorsque l'enfant de plus de trois ans est mis devant un écran, il est

Auteur de 3-6-9-12 Apprivoiser les écrans et grandir (Érès, 2013), Serge Tisseron fera une conférence sur Les tout-petits et les écrans, à l'invitation du Conseil général de l'Ain et des communautés de communes de Coligny et Treffort

> Jeudi 10 avril, salle des fêtes de Saint-Étienne-du-Bois à 20 h 30



également important que les parents le préviennent que c'est pour une durée déterminée et lui indiquent clairement quand cette durée est écoulée. Il apprend ainsi peu à peu à réguler ses temps d'écran. Mais cette capacité n'est jamais totalement construite, y compris chez l'adulte ! Les parents doivent donc contrôler le temps d'écran en établissant avec leur jeune des contrats. Après l'apprentissage de l'autorégulation, le second conseil que je donnerai aux parents est de stimuler les activités de création numérique de leurs enfants : dès l'âge de 4 ans, un enfant peut faire des photographies, et dès 6 ans, des petits films d'animation grâce à un logiciel en accès libre (Scratch), sans parler des adolescents et des films qu'ils font avec leur téléphone mobile. Enfin, après l'apprentissage de l'autorégulation et l'accompagnement des pratiques créatrices, le troisième repère utile aux parents est l'encouragement de l'alternance. Cela veut dire que l'enfant doit avoir des activités diversifiées, bien sûr, mais aussi qu'il est très formateur de faire alterner les moments où il est devant un écran et ceux où il parle de ce qu'il y a vu ou fait. Il mobilise ainsi alternativement son intelligence spatialisée qui est sollicitée par les écrans et son intelligence narrative. Mais quand trouver ce temps d'échange ? Il y a un moment parfait pour ça, le repas du soir pris en famille, à condition évidemment que ce soit sans télévision ni téléphone mobile ! ■



© Serge Buathier

La règle du 3-6-9-12

Pas de TV avant 3 ans car l'enfant construit ses repères spatiaux et temporels à travers les histoires qu'on lui raconte et les livres qu'il feuillette.

Pas de console de jeu personnelle avant 6 ans car l'enfant a besoin de découvrir toutes ses possibilités sensorielles et manuelles. Il est également préférable de favoriser les jeux (vidéo ou autre) à plusieurs, car cela permet à l'enfant de découvrir les règles du jeu social.

De 3 à 9 ans, évitons d'installer la télévision et l'ordinateur dans la chambre de l'enfant et veillons à limiter le temps passé devant l'écran.

Internet après 9 ans

Les réseaux sociaux après 12 ans mais refusons d'être son « ami » sur Facebook. À cet âge, l'enfant peut surfer seul sur la toile, mais il faut lui faire respecter des horaires, discuter avec lui du téléchargement, des plagiat, de la pornographie et du harcèlement.

À tout âge limitons les écrans, choisissons les programmes, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait, encourageons leurs créations.

Aide à la parentalité

Sur les quartiers Croix-Blanche, Pont-des-Chèvres, Reyssouze et Terre des Fleurs, des actions de promotion de la santé et de parentalité, soutenues par le Contrat Urbain de Cohésion Sociale (CUCS), le



© PhotoV

Réseau d'écoute, d'Appui et d'Accompagnement des Parents (REAAP) et l'Agence Régionale de Santé sont menées autour des rythmes de vie de l'enfant (alimentation et sommeil) depuis 2012. Habitants,

groupes scolaires, centres sociaux, haltes-garderies, espaces petite enfance, centres de loisirs, Protection Maternelle et Infantile et santé scolaire travaillent en partenariat et ont notamment élaboré des projets autour de la thématique de la santé. Sur la Croix-Blanche, groupes de paroles, expositions, débats... ont été organisés autour du rythme de vie et du sommeil de l'enfant. Sur Terre des Fleurs, l'action « Du plaisir dans l'alimentation » s'est déclinée autour d'ateliers cuisine, de rencontre-échange et d'un grand goûter festif. Côté Grande-Reyssouze, enquête sur le sommeil, rencontres-échanges, journée pyjama avec histoires sur le sommeil et sieste en plein air... ont notamment vu le jour.