

L'école maternelle et les rythmes scolaires

Recommandations



Dossier réalisé par les IEN Maternelle de l'Académie de Créteil, pour la prise en compte des rythmes scolaires respectueux des spécificités de l'école maternelle.

Quatre points demandent une attention particulière :

- Le respect d'une alternance équilibrée entre les temps d'activité et les temps calmes et de repos des enfants.
- L'aide apportée aux enfants afin qu'ils se repèrent dans les lieux de l'école et identifient les adultes de l'école.
- L'organisation minutieuse de la transition entre le scolaire et le périscolaire.
- L'adaptation des 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

A l'école maternelle, l'enfant a besoin d'une alternance équilibrée entre des temps d'activité, des temps de jeu, des moments de calme et de repos.

Le respect des cycles du sommeil de l'enfant est indispensable à l'école maternelle.

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, un enfant 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 (le mois de naissance, la demande des familles, etc.) 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 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.

Des éléments de chronobiologie :

- *A 8h30, heure classique d'entrée en classe, les élèves ont besoin de 30 à 60 mn pour développer une disponibilité optimale.*
- *De la même manière de 12h30 à 14h00, on constate une baisse de la vigilance qui n'est pas en lien avec le repas.*
- *La première heure de journée et de la mi journée ainsi que le temps périscolaire (fatigue de la journée) se prêtent moins à des activités nécessitant une forte concentration intellectuelle, il convient donc de tenir compte de ces données dans la construction de la journée de l'élève de maternelle.*
- *Dans le cadencement de la semaine, les lundis (après la rupture du week-end) et les après-midis semblent mieux convenir à des activités de réinvestissement, plus ludiques et autonomes.*
- *Le mardi, jeudi et vendredi matin se prêtent mieux à des activités nécessitant attention, concentration, il serait donc plus efficace d'y poser les nouveaux apprentissages.*

La sieste :

- *Les enfants qui mangent à la restauration scolaire sont couchés dans le dortoir sitôt le repas terminé. La sieste doit être positionnée aussitôt après le repas, sans attendre la fin de la pause méridienne et sans temps de récréation avant le coucher.*
- *Sous la responsabilité des communes, ce temps peut être inclus dans les NAP. Dès que le temps scolaire reprend, les enfants passent sous la responsabilité des enseignants.*
- *Si le personnel est différent entre le début et la fin de la sieste, prévoir une modalité formalisée de transmission avec notamment une liste des élèves présents qui sera affichée et transmise à qui de droit. Cette organisation doit être expliquée aux enfants. Veiller à ce qu'il y ait une continuité sur l'année, en évitant les roulements dans le planning des ATSEM.*
- *La présence de l'ATSEM sur tout le temps scolaire pour les TPS et PS est indispensable, une réflexion devra être menée avec les communes sur la répartition des temps de pause des ATSEM afin de s'assurer qu'une ATSEM est bien présente à la reprise du temps scolaire l'après-midi.*
- *Un cycle de sommeil de 1h30 à 2h00 suffit. Certains signes alertent l'adulte de la fin du cycle (les enfants bougent, se retournent). L'adulte veille à ce que les enfants n'entament pas un second cycle. Le réveil se fait en douceur.*
- *Pour des enfants de MS qui manifesteraient une grande fatigabilité en début d'année, un temps de repos peut être proposé. Pour les GS, le début d'après-midi sera un temps calme pour tous (écoute d'histoire, jeux musicaux).*
- *Pour les enfants qui dorment chez eux, des aménagements peuvent être prévus avec accueil l'après-midi, pour leur faire bénéficier des activités d'apprentissage. Il faut cependant éviter les arrivées « à la carte » en identifiant un temps spécifique pour le retour à l'école. Cette organisation sera présentée en conseil d'école et inscrite dans le règlement intérieur.*

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.

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 les 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 différenciées.

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, vers le hall de sortie, vers les toilettes, la cour de récréation... Dans le même temps, on sera attentifs à l'accompagnement des tout-petits pour lesquels photos, 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. 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, etc. 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 PEDT** (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.

Les différents moments de la journée sont souvent confondus par les très jeunes enfants. Les **bonnes pratiques identifiées** montrent qu'une **ritualisation du temps à l'école et des transitions entre les différents moments (notamment le temps scolaire et le temps périscolaire)** est indispensable pour aider l'enfant à construire ses repères dans le déroulement de la journée.

Il est de la responsabilité des équipes pédagogiques et éducatives de définir l'organisation des transitions. 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'explicitier 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 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 etc.

- *Les temps périscolaire et les temps d'école risquent de se confondre chez les jeunes enfants, il convient de ritualiser le temps et les transitions (photos, petites vidéos, images, illustrations...) afin qu'ils s'approprient l'emploi du temps. Ces traces peuvent être transmises aux familles, pour faciliter la compréhension des parents sur les alternances de ces temps et leurs spécificités.*
- *Quelques heures peuvent être utilisées en fin d'année et/ou en début d'année pour accueillir les parents et les futurs élèves afin de conforter une représentation juste des enjeux de l'école. Ces rencontres permettent de présenter les lieux, les personnes de l'école, de donner des repères sur les acquisitions attendues en maternelle (vidéos, productions d'élèves, échanges entre parents). Il faudra laisser les enfants et les parents explorer la classe.*
- *Les salles utilisées lors des activités périscolaires doivent répondre aux besoins des animateurs, dans le respect du fonctionnement de l'école. Pour cela il convient d'organiser une réunion et des temps de régulation, pour rendre lisible le fonctionnement de la salle et des matériels qui peuvent être communs aux activités scolaires et périscolaires. Leur utilisation devra être précisée, certains matériels restant spécifiques aux pratiques d'enseignement.*
- *Une concertation des équipes scolaire et périscolaire doit permettre de réfléchir sur une cohérence au niveau de l'hygiène et des mesures de sécurité : pratique des toilettes, du lavage de main, l'accessibilité ou non de certains espaces.*

4. Adapter les activités aux besoins des jeunes enfants

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.

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 etc, 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 leurs besoins ou encore de participer à des activités adaptées (rejouer à des jeux appris en classe qu'ils aiment particulièrement ; découvrir de nouveaux jeux ; 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, etc.).

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.

Organiser l'emploi du temps

- *Prévoir une alternance :*
 - *des formes de travail (collectif, groupe, individuel / situations orales ou écrites...)*
 - *des types d'activités (pour découvrir, chercher, structurer, consolider, s'entraîner, réinvestir...) qu'il faudra articuler le plus possible avec les APC.**Une vigilance particulière est recommandée en cas d'allongement de la matinée.*
- *Proposer des activités dont la durée est variable selon les âges, dans le respect des besoins spécifiques des élèves et le type d'activité : de 15 minutes en PS à 30 minutes en GS.*
- *Prendre en compte les moments de moindre vigilance des enfants (de 8h30 à 9h30 et de 12h30 à 14h00) et les aménager selon les besoins des élèves (pas d'activité à forte mobilisation de l'attention).*

Les récréations :

- *Durée : de 20 à 30 minutes par demi-journée (habillage / déshabillage et passage aux toilettes compris).*
- *Organisation et mise en œuvre :*
 - *pour les matinées de 3h30, deux temps de pause peuvent être prévus :*

- *un temps de récréation ;*
 - *un temps d'activités libres dans la classe ou dans un espace aménagé.*
- *pour les après-midis, pas de récréation :*
 - *si le temps de classe n'excède pas 2 heures ;*
 - *après la sieste.*

Eloigner le temps de récréation de la demi-heure précédant la sortie.

- *Les ATSEM sont mobilisés en priorité pour l'habillage et le déshabillage des PS, sans oublier que l'objectif d'autonomie reste visé.*

Le temps des APC :

L'attention se portera plus spécifiquement sur les élèves dont la pratique langagière doit être renforcée, ou ceux dont la fréquentation de l'écrit sous toutes ses formes est à développer.

- *La participation des élèves de TPS et PS est à réfléchir et à aménager pour répondre à leurs besoins spécifiques.*
- *Organisation et mise en œuvre :*
Il convient de les définir en fonction du projet global d'aménagement du temps. Les plages horaires de déroulement des APC peuvent être placées en début ou en fin de demi-journées. Les chronobiologistes signalent cependant que les débuts de demi-journées sont des moments de moindre vigilance. Ne pas positionner les APC en fin de matinée dans le cas de matinées de 3h30 ou d'une pause méridienne d'1h30.
Placer la sieste sur le temps et procéder à un accueil différé pour les enfants rentrant chez eux sur ce temps méridien, permet l'organisation des APC l'après-midi.
- *Afin de favoriser la relation de confiance et de rendre plus lisibles les apprentissages, les familles pourront être invitées à participer aux séances d'APC.*