

- Feunten,P,Janvier,B, Martinez,S, Menager,S, Leze,S, Perez,C, Sevre,S, Tillon,S,&, Charpentier,S.(1999). Rapport d'Etude des rythmes Scolaires à Bourges.France : Université François Rabelais, Tours.
13. Testu,F. (2000). Chrono-psychologie et rythmes scolaires. France : Masson 3éme éditions.
14. Testu,F, Clarisse,R, Janvier, B, Alaphilippe, D, Delorme-Blot,L, Le Floc'h, N,& Maintier,C.(2003). Etude des effets de l'aménagement du temps appliqué dans le groupe scolaire Sonia Delaunay.(Rapport d'étape première partie).France : Université François Rabelais,Tours.

-Bibliographie :

1. Fraisse, P.(1980), Elément de chronopsychologie. France : Le travail Humain.
2. Marouf, L. (2001). Variations journalières et hebdomadaires de l'activité intellectuelle de la vigilance chez les élèves de 3ème année secondaire, Thèse de Magistère, Université d'Alger2.
3. Marouf, L. (2008).Répercussion du mode d'organisation du temps scolaire sur l'attention, le sommeil, le comportement, durée de sommeil nocturne et les activités extra-scolaires chez les élèves du primaire (6ème année). Thèse de doctorat, Université d'Alger2.
4. Marouf, L., Douga ,A., Khelfane, R., & Tamdjiat, A. (2010).Impact des nouvelles mesures concernant l'utilisation du temps scolaire sur les performances scolaires des élèves dans le cycle primaire. Les cahiers de l'INRE ,25-41.
5. Marouf, L & Khelfane, R. (2011). Les rythmes scolaires un concept ambiguë. Educ recherche, 1, 33-40.
6. Marouf, L, Testu, F, Douga, A, Khelfane, R, & Tamdjiat, A. (2013). Etude des rythmes scolaires en Algérie (Rapport CRASC, Programme National de Recherche en Education PNR20, n°75/ 20).
7. Marouf, L.. (2014). Les rythmes scolaires en Algérie, Attention, Sommeil, Comportements en classe et Activités extra-scolaires. Allemagne : Editions Presses Académiques Franco-phones, ISSN 978-3-8381-7600-0.
8. Montagner, H. (1996). En finir avec l'échec à l'école ; l'enfant, ses compétences et ses rythmes. France : Bayard Editions.
9. Testu,F,. (1992). Rythmes et blouses, enquêtes et perspectives. France : Centre Régional de Documentation Pédagogique de Picardie, Le temps de l'enfant.
10. Testu,F.(1994). Chrono-psychologie et rythmes scolaires. France : Masson.
11. Testu ,F, Fostinos,G.(1996). Aménager le temps scolaire. France : Hachette livre.
12. Testu,F, Beaumard,M,Bouchet,P,Bremener,L,Bressan ,K, Charpentier,S, Clarisse, R,Daguenet,P, Davaillon,G,

midi.

- Heure de sortie : de 11h15 à 11H45 le matin et de 17h à 16h30 l'après midi.
- Respect de l'alternance travail-repos durant la semaine scolaire.
- Maintenir la coupure de la demi-journée du mardi.
- Ventiler la journée en proposant des emplois du temps en adéquation avec les exigences cognitives des enfants.
- Alléger le temps de travail hebdomadaire de 24 heures à 23 heures jusqu'à 21 heures selon l'âge des enfants scolarisés au primaire.
- ✓ Créer une vie scolaire au sein de l'établissement scolaire par:
 - La restauration des élèves au sein de l'établissement.
 - La création d'activités péri-scolaires au sein de l'école (accueil le matin avant la classe et l'après midi après la classe, avant et après le repas).
 - L'encouragement de pratiques d'activités extra- scolaires.
 - La mise en place effective de moyens de transport vers l'école et vers la maison.
- ✓ Associer l'association des parents d'élèves et les différentes associations culturelles et scientifiques à l'intervention au sein des écoles primaires et à l'élaboration du projet d'aménagement du temps scolaire. Cette intervention doit respecter les principes fondateurs de l'école publique algérienne par la conformité de leurs statuts aux textes réglementaires précisément concernant la gratuité de leurs actions.
- ✓ Prendre ces recommandations avec beaucoup de prudence au regard de leurs limites méthodologiques (âge des élèves, nombre d'élèves et d'écoles concernés par l'étude) de ce fait, il est nécessaire de mener d'autres études sur les rythmes scolaires à l'école algérienne chez les différents âges des enfants et différentes zones d'éducation afin de proposer un aménagement de temps scolaire en adéquation avec les rythmes propres aux élèves algériens.

établie par les recherches chronopsychologiques de (Testu). Dans le même sens, l'effet de la coupure de la demi-journée au cours de la semaine scolaire est bénéfique pour les élèves compte tenu de la régularité des durées de sommeil nocturne et la coupure du week-end permet de compenser la fatigue liée à la fin de la semaine scolaire.

Au regard des résultats obtenus au sujet des modes de vie péri et extrascolaires, on constate que l'emploi du temps proposé-imposé aux élèves âgés de 10-11ans ne constitue pas la seule entrave au développement harmonieux des élèves aux seins des établissements scolaires. L'inexistence de structures éducatives adéquates au sein de l'école algérienne voire même de la société ne permet pas l'épanouissement de l'enfant et le respect de ses rythmes physiologiques et psychologiques au contraire cela contribue à son déséquilibre psychologique et engendre des situations qui mènent vers l'échec scolaire.

Au terme de cette recherche, il s'avère que l'amélioration des performances du système éducatif Algérien passe nécessairement par le respect des rythmes biologiques et psychologiques des enfants algériens en leur proposant des emplois du temps plus adaptés à leurs exigences physiologiques et psychologiques en se basant sur les données chronopsychologiques et chronopsychologiques.

-Recommandations : les résultats obtenus témoignent de la nécessité de continuer la politique scolaire de l'aménagement du temps scolaire comme moyen de lutte contre l'échec scolaire, ceci doit impérativement prendre en compte les données chronobiologiques et chronopsychologiques relatives au respect des rythmes biologiques et psychologiques de l'élève et de :

- ✓ Repenser l'état de l'existant en matière de temps scolaire.
- ✓ Respecter la durée de sommeil nocturne (595 minutes pour la tranche d'âge 10-11 ans (Testu, 1994).
- ✓ Revoir l'organisation du temps scolaire ;
- Repenser l'heure d'entrée et de sortie des élèves âgés de 10-11 ans :
 - Heure d'entrée :de 8h à 8h45 le matin et de 13h à 14h 15 l'après

- **Emissions préférées** : Les programmes préférés par les élèves sont : les dessins animés, jeux, les séries, et les documents. Malgré cela, il est plus qu'important de préciser que les élèves vivent une vraie dichotomie entre la réalité de la société algérienne et la nature des programmes diffusés.

-**Discussion et interprétation des résultats** : Cette étude a pour objet d'évaluer les rythmes scolaires dans le système éducatif algérien. Les résultats obtenus dans cette recherche dégagent l'influence de l'emploi du temps proposée-imposé sur les facteurs physiologiques et psychologiques des élèves algériens.

Les résultats obtenus dans cette recherche chez les élèves dégagent un profil commun classique des performances journalières de l'attention : un niveau faible en début de matinée, une légère élévation en fin de matinée, une forte élévation en début d'après-midi et une légère baisse en fin de journée scolaire. Par ailleurs, ces mêmes résultats montrent une certaine stabilité des performances avec une tendance inverse du profil classique des variations journalières de l'attention au cours de l'après midi et identique au cours du matin de la journée scolaire.

Les fluctuations hebdomadaires chez les élèves âgés de 10-11 ans varient selon un profil commun ; une baisse le dimanche premier jour de la semaine à cause de l'influence négative de la coupure du week-end. Une légère élévation le lundi grâce aux efforts des enfants pour s'adapter à la situation scolaire, une forte élévation le mercredi. Puis une légère baisse de nouveau le jeudi dernier jour de la semaine scolaire algérienne.

En guise de conclusion, sur le plan journalier et hebdomadaire les performances des enfants âgés de 10-11 ans présentent une rythmicité journalière inversée en comparaison avec celle dite « classique » qui, selon Testu, « témoigne d'une relative adaptation de cet emploi du temps aux rythmes de vie de l'enfant » par conséquent, les performances des élèves étudiés dans cette recherche présentent une inadaptation à l'emploi du temps proposé-imposé.

Malgré l'heure d'entrée matinale (à 8 heures) des enfants à l'école algérienne, on constate que cela ne génère pas de perturbations du rythme veille sommeil ; ils dorment un peu moins que la moyenne

restent à ce jour insuffisants.

- **Auto-évaluation du temps de jeux journalier sur ordinateur :** la majorité des enfants déclarent utiliser l'ordinateur pour les jeux de 0 à 2 heures par jour et de 2 heures à 4 heures voir même plus de 6 heures chez quelques uns (X^2 Pearson (ddl :3)=232,34 ;S. (P=.000). Cette situation interpelle quand on sait que la charge journalière de travail scolaire est soutenue et que l'utilisation massive de l'ordinateur a des incidences négatives sur les enfants puisqu'elle engendre la fatigue et l'usure sur le plan physique et moral.

■Temps libres et télévision :

- **Auto-évaluation du temps de télévision journalier par jour de classe :** les enfants sont de gros consommateurs de télévision le jour de classe (X^2 Pearson (ddl :3)=302,84 ;S. (P=.000). L'étude menée par (Testu) démontre clairement l'universalité du problème de l'écoute télévisuelle surconsommée chez les enfants mais bien sur à des degrés différents.

Le souci majeur dans le système éducatif algérien est l'inexistence d'activités en dehors ou au sein de l'école, ce qui limite l'occupation des enfants algérien à l'écoute télévisuelle la majorité de leur temps libre.

- **Auto - évaluation du temps de télévision journalier par jour sans classe :** les enfants sont de gros consommateurs de télévision aussi le jour sans classe (X^2 Pearson (ddl :3)=76,75 ;S. (P=.000). Par ailleurs, les différences dans les pourcentages observées sont significatives (X^2 Pearson (ddl :3)=9.01 ;S. (P=.02), ce qui veut dire que la modalité d'organisation du temps scolaire influence la durée de l'écoute télévisuelle pendant les jours sans classe. Malgré cela, les enfants tentent en général de trouver une occupation et ça sera la télévision qui va la leur offrir. L'école algérienne livre ses enfants à la merci des programmes télévisés qui parfois remplissent leurs fonctions éducatives mais souvent cela réduit leur possibilité de vivre d'autres moments au sein de la famille. Certaines familles pour être plus tranquille placent la télévision dans la chambre des enfants sans contrôle, ce qui engendre des problèmes liés essentiellement à la santé mentale et physique de l'enfant et à la nature des programmes

temporel en attendant l'heure de retour à l'école le lendemain, c'est pour cela que certain élèves refusent parfois l'idée de la fin de la séance pédagogique en tentant de la prolonger devant le portail de l'établissement scolaire.

- **Accompagnement le plus fréquent pendant le temps libre :** les enfants ne diffèrent pas vraiment quant à l'accompagnement le plus fréquent pendant le temps libre. Malgré cela, on observe que les élèves sont assez souvent avec leurs copains pendant ces temps libres.
- **Sentiment d'ennui pendant le temps libre :** les réponses font apparaître l'ennui des enfants pendant le temps libre (χ^2 Pearson (ddl :1)=220,31 ;S. (P=.000). Malgré cela, les déclarations des enfants sont révélatrices de la situation psychologique en générale puisque les activités inventées par les élèves n'arrivent pas à combler le vide et l'ennui qu'ils ressentent pendant leur temps libre.
- **Appréciation des loisirs en général :** les enfants estiment que leurs loisirs sont nuls (χ^2 Pearson (ddl :3)=229,68 ;S. (P=.000). Malheureusement, l'école algérienne ne s'est pas alignée sur ce qui se fait dans des pays comme la France pour offrir à ces enfants des loisirs à la hauteur de leur attente. L'intérêt en instaurant un temps périscolaire est de permettre aux élèves de considérer l'école comme un lieu de savoir certes mais pas seulement aussi un lieu de rencontres et d'apprentissages pédagogiques et culturels. Ouvrir le champ de l'école aux initiatives associatives pourrait amortir la présence des personnels pédagogiques et aider à mettre en place un vrai projet de vie au sein de l'établissement scolaire.

■ Temps libres et utilisation de l'ordinateur :

- **Possession de l'ordinateur :** la majorité des enfants (67,2%) possèdent un ordinateur à la maison, en revanche, ils sont (32,8%) qui avouent ne pas en posséder (χ^2 Pearson (ddl :1)=35,14 ;S. (P=.000). Face aux technologies, les enfants algériens ne sont pas égaux ce qui repose la question d'égalité des chances face à l'apprentissage malgré les programmes initiés par l'état pour aider les familles nécessiteuses à posséder un ordinateur qui

- **Temps consacré aux leçons le Mardi** : les réponses obtenues montrent clairement l'investissement soutenu des enfants l'après midi du mardi afin d'apprendre leurs leçons (χ^2 Pearson (ddl :4)=81,14 ;S. (P=.000). Ce n'est pas le mode d'organisation du temps scolaire et le temps libre qu'il offrira qui vont décider du temps que les enfants consacreront aux leçons le mardi. Nous supposons que c'est cette coupure d'une demi journée qui place l'apprenant devant une charge soutenu de travail scolaire et qui finalement ne le coupe pas vraiment de l'ambiance studieuse. Evidemment, l'absence de structures adéquates et d'activités périscolaires poussent les enfants à se tourner vers l'étude jusqu'à parfois à l'épuisement.
- **Temps consacré aux leçons le jeudi** : les enfants s'investissent d'une manière soutenue afin d'apprendre leurs leçons(χ^2 Pearson (ddl :5)=124,19 ;S. (P=.000). Imposer une charge supplémentaire de travail scolaire après la classe, ne permet pas aux enfants de décrocher de la situation scolaire pour récupérer physiquement et psychologiquement. Ce n'est pas l'emploi du temps qui va offrir le temps et les moyens de le faire puisque les enfants consacrent plus de temps à l'étude qu'à se reposer même après avoir quitté l'école à 16h30.
- Temps consacré aux leçons le Week-end : le temps consacré aux leçons le week-end est très important (χ^2 Pearson (ddl :4)=74,83 ;S. (P=.000). La journée de la fin de la semaine (le week-end) est sensée permettre aux enfants de récupérer leurs déficits énergétiques soit sur le plan physique et biologique tel pallier le déficit du sommeil cumulé pendant la semaine scolaire, soit sur le plan psychologique comme pratiquer avec la famille des activités lui permettant de se reposer pour aborder de nouveau la semaine scolaire. Malheureusement, l'emploi du temps n'offre pas cette possibilité aux enfants algériens.

4-Loisirs et temps libres :

- **Temps libre par jour après la classe** : les pourcentages estimés par les enfants décrivent les heures libres qu'ils passeront à leur sortie de l'école (χ^2 Pearson (ddl :4)=544,36 ;S. (P=.000). Les enfants dès leur sortie de la classe se heurtent à un vide

à l'école qui va décider de la durée du dîner.

La restauration du matin, celle de midi ou celle du dîner sont vécues comme des temps rapides et expéditifs où l'objectif et la finalité est de s'alimenter non pas de créer une ambiance conviviale d'échange si nécessaire au développement harmonieux des enfants.

2- Temps extra-scolaire de l'enfant décrit par les enfants :

- **Activités de l'enfant en dehors du temps scolaire** : les réponses suggèrent qu'il existe un effet de l'emploi du temps proposé sur l'accessibilité aux activités privilégiées des enfants. En analysant de près les possibilités de tous les élèves, on relève l'inexistence d'un engouement pour les activités extra scolaires, les enfants algériens se débrouillent avec leurs parents et parfois seuls pour trouver une occupation après l'école. Malgré cela, ils n'ont rien à envier aux enfants français puisque comme eux leurs activités privilégiées sont : jouer, regarder la télévision, faire du sport et écouter de la musique (TESTU, 2003, p 136).
- **Lieux des activités extra-scolaires** : les résultats montrent les différents lieux des activités complémentaires pratiquées par les élèves. D'une manière générale, les enfants algériens en comparaison avec les enfants français se ressemblent puisque la moitié de ces derniers passent leurs temps libres chez eux, ils vont dans des clubs, chez des copains, à des cours et passent souvent leur temps libre dans la rue (TESTU, 1999, p 137). Mais c'est ce qu'offre la société algérienne en comparaison à la société française qui les différencient, en effet, par exemple l'école française possède un temps périscolaire qui va de l'étude aux activités encadrées par des associations ou par l'établissement scolaire, dispositif qui n'existe pas au sein de l'école algérienne.

3-Organisation du temps décrite par les élèves :

▪Accompagnement et temps consacré aux leçons :

- **La sortie de l'école :** la majorité des enfants rentrent chez eux après une journée scolaire. En revanche, ceux qui ne rentrent pas directement à la maison par contrainte restent dans la rue ou trouvent des occupations telles faire des achats ou aller chez des amis ou les grands parents en attendant la sortie des parents du travail, cette situation repose la problématique de la place de l'école dans la société algérienne.
- **Heures du dîner décrites par les élèves :** les enfants décrivent l'heure du dîner d'une façon très disparate qui varie entre 19 heures 30 minutes et 23 heures . Cette description révèle que la famille algérienne fixe l'heure du dîner à 20 heures, (41,8%) des élèves le révèlent. Les autres heures de dîner 19 heures et 30 minutes, 20 heures et 30 minutes, 21 heures ,21 heures et 30 minutes voire même 23 heures restent marginales avec des pourcentages assez faibles mais dénotent la possibilité de dîner plus tôt ou bien plus tard, ceci pourrait avoir des incidences sur l'heure de coucher et de lever des enfants. L'heure tardive de 23h 00 dénote l'existence de pratiques familiales qui vont à l'encontre de l'intérêt de l'enfant puisqu'elles ne respectent pas ses rythmes biologiques et psychologiques. Par conséquent, la durée de sommeil sera réduite ce qui aura des répercussions sur les performances physiques et psychologiques des enfants. Il existe des différences entre les indications des enfants quant à l'heure du dîner. Il s'avère que les pratiques des familles algériennes sont très différentes parfois vont dans le sens du non respect des rythmes biologiques des enfants ce qui engendre des répercussions négatives sur la vie de ces élèves. En revanche, Testu et son équipe ont montré qu'il n'y a pas de différences entre les pratiques familiales des élèves français du site témoin(école J.M. Carpentier) en comparaison avec celles des enfants du site expérimental (école Sonia Delaunay), les enfants français dînent entre 19 heures et 20 heures (Testu, 2003, p29).
- **Durée du dîner d'après les élèves :** les réponses des élèves au sujet de la durée du dîner (15 minutes) révèlent que les pratiques familiales algériennes ne reposent pas sur le respect du rythme biologique, ni psychologique ni même scolaire des enfants. Ca ne sera pas le réveil matinal par exemple exigé par l'entrée matinale

démontre ses insuffisances surtout en matière de la restauration. En effet, les enfants peuvent se trouver devant l'éventualité de ne pas se restaurer d'une manière équilibrée ce qui représente un grand danger sur leur santé mentale et physique et peut engendrer des troubles de comportements et de non vigilance au sein de la classe.

- **Les moyens de transport des enfants pour se rendre le matin à l'école:** Le moyen de transport des élèves pour joindre l'école est en premier lieu à pied (X^2 Pearson (ddl :1)=20.69 ;S. (P=.000). Quelques élèves se font raccompagner par voiture (X^2 Pearson (ddl :1)=141.55 ;S. (P=.000), d'autres utilisent le vélo(X^2 Pearson (ddl :1)=199,19 ;S. (P=.000) et d'autres empruntent le bus(X^2 Pearson (ddl :1)=226,40 ;S. (P=.000). Il faudrait signaler que le type de transport ne s'impose pas seulement à cause de la distance qui sépare l'école de la maison mais cela peut être le reflet de la volonté des parents ou celle des élèves eux-mêmes, la situation sociale et économique des parents, l'emplacement géographique de l'école... .
- **Heure de retour à la maison après la classe :**
- **Heure d'arrivée à la maison :** Les résultats montrent les heures disparates de retour des enfants à la maison. Ils se sont créé des occupations entre rester jouer dans la rue ou attendre la sortie des parents du travail à cause de l'inexistence des activités périscolaires dans le système éducatif algérien. Par contre, c'est le type d'aménagement proposé aux élèves français qui va nécessiter le recours à un accueil périscolaire avant le retour au domicile des parents. Ce qui veut dire que selon les enfants, lorsque ceux-ci sortent plus tôt, c'est un temps périscolaire qui commence (étude, activités) ou encore c'est peut être l'occasion de jeux ou de promenades seul ou en famille qui diffère le retour à la maison (TESTU, 2003, P 28). Le temps d'accueil collectif du soir appliqué dans le système éducatif français qui consiste à proposer des activités pédagogiques après la classe, étude par exemple permet aux enfants d'aborder leurs difficultés scolaires avec leurs pairs ce qui les aident à pallier leur échec scolaire.

l'école algérienne n'offre pas la possibilité de se rattraper au sein de l'établissement scolaire à cause de l'inexistence de structures de restauration, ces dernières auraient pu pallier les problèmes économiques que vivent certaines familles algériennes.

- **Durée du petit déjeuner décrite par les élèves :** Les enfants décrivent la durée du petit déjeuner d'une façon très disparate qui varie entre une minute et 50 minutes. Cela nous renvoie à l'ambiance qui règne au sein des familles algériennes ; le moment de restauration est purement et simplement un moment d'alimentation qui dure peu de temps, il est estimé en moyenne à 5 minutes. Cette estimation psychologique des enfants décrit leur vécu du petit déjeuner comme un moment expéditif et rapide, ce qui ne favorise pas l'échange indispensable au sein de la famille pour leur équilibre psychologique.
- **Restauration du midi :**
- **Lieu du repas du midi d'après les élèves :** les élèves innovent en matière de restauration qui à la maison(X^2 Pearson (ddl :1)=26,78 ;S. (P=.000) , qui à l'école (X^2 Pearson (ddl :1)=234,12;S. (P=.000) ou ailleurs(X^2 Pearson (ddl :1)=234,12 ;S. (P=.000). Les enfants peuvent se trouver devant l'éventualité de ne pas se restaurer du tout ou du moins pas d'une manière équilibrée du fait que certain parmi eux ne rentrent pas chez eux, en plus l'école n'offre pas la possibilité de pallier ce vide puis qu'il n'existe pas de structure de restauration collective.
- **Durée du repas du midi d'après les élèves :** Les réponses des enfants concernant la durée du repas de midi sont disparates. Cela varie d'une minute à 45 minutes. Cette estimation des enfants décrit la restauration en générale comme un moment d'alimentation rapide et expéditif. Cette ambiance qui règne au sein des familles algériennes ne favorise pas l'échange indispensable pour l'équilibre psychologique des enfants. Ce n'est pas le type d'organisation du temps scolaire (emploi du temps) qui influence l'avis des enfants mais c'est la réalité de l'organisation du système éducatif algérien en matière du temps scolaire qui consiste à trouver les structures suffisantes pour permettre à l'ensemble des enfants d'accéder au savoir. Cette politique de la quantité du savoir au détriment de la qualité de vie au sein même de l'école

tôt la maison pour rejoindre leur école quand leur cours démarrent à 8 heures, différemment aux élèves français du site témoin évalués par (Testu) et son équipe (rapport d'étape décembre 2003, p. 27) qui partent en moyenne 25 minutes plus tôt que ceux du site expérimental, ceci s'explique par l'aménagement de l'organisation familiale selon l'horaire des enfants sans recours massif à un accueil avant l'école le matin. En effet, les enfants français bénéficient de l'accueil avant l'école chose que les enfants algériens ne connaissent pas du tout puisque ce dispositif n'est pas prévu dans l'organisation temporelle de l'école algérienne, d'où l'arrivée à l'école des enfants juste à temps pour démarrer les cours, c'est la distance entre la maison et l'école qui va décider du temps d'arrivée des enfants algériens.

- **La distance entre l'école et la maison estimée par les élèves:** la carte scolaire définit un périmètre scolaire qui réduit le temps de déplacement domicile-école puisque les enfants doivent se rendre à l'école géographiquement la plus proche. Les écoles sont très proches du lieu de résidence des élèves puisque la distance estimée par eux est de (10 minutes). D'après l'enquête menée par la Jeunesse au Plein Air -qui est une confédération **laïque d'organisations** qui agit pour un projet de transformation sociale fondé sur des valeurs de **laïcité**, de **solidarité** et de **citoyenneté** (<http://www.jpa.asso.fr/>)- et l'observatoire régional de santé de Picardie, les élèves français ont estimé le trajet entre l'école et la maison à 9 minutes (actes du carrefour sur les rythmes de vies de l'enfant, 1992, P 35). La distance mesurée en minutes faite par les élèves n'est pas en accord avec le résultat précédent, ceci renvoie au vécu psychologique des enfants et leurs propres estimations temporelles. L'objectif est de relever la perception des enfants de la distance entre l'école et la maison non pas de la mesurer réellement et objectivement.
- **Prise du petit déjeuner :** Au regard de ces résultats, on observe globalement que les enfants algériens prennent un temps suffisant le matin pour s'alimenter avant d'aller en classe (χ^2 Pearson (ddl :1)=256,36 ; S. (P=.000). On peut s'interroger sur le vécu du moment de la prise du petit déjeuner comme un moment d'échange familial indispensable à leur équilibre surtout que

- Etude de la durée moyenne de sommeil chez les élèves âgés de 10-11ans:

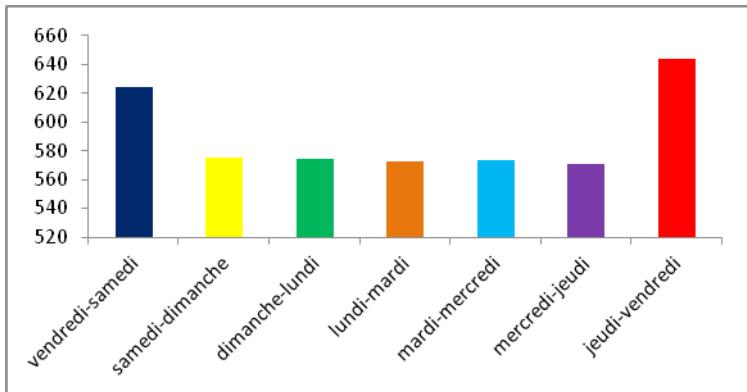


Figure n°03 : durées moyennes de sommeil chez les élèves âgés de 10-11ans

Les enfants scolarisés âgés de 10-11 ans dorment en moyenne (590 minutes) par nuit de la semaine ($F(6)= 12.93$; $P<.000.S$). En comparant cette durée moyenne avec celle dégagée par TESTU en 1994 pour la même tranche d'âge qui est de (595 minutes), on peut dire que ces enfants dorment moins que la moyenne. La nuit qui précède leur premier jour de classe, les élèves dorment (624 minutes) une façon d'appréhender le travail scolaire. Les nuits du samedi-dimanche, dimanche-lundi, lundi-mardi, mardi-mercredi et du mercredi-jeudi sont régulières et sensiblement de même longueur. La coupure au milieu de la semaine d'une demi-journée (demi-journée du mardi libre) se révèle bénéfique du fait que les enfants profitent pour se coucher à l'heure habituelle. Encore une fois les enfants vont subir la fatigue imposée par la charge horaire journalière, ils profitent du week-end pour compenser leur fatigue liée à la fin de la semaine et enregistrent leur nuit la plus longue avec une moyenne de (643 minutes).

- Etude des modes de vie péri et extra-scolaires :

1- Organisation du temps scolaire et extra-scolaire :

- Déroulement de la journée décrit par les enfants: les résultats montrent que les élèves quittent en moyenne (30 minutes) plus

▪Variations hebdomadaires de l'attention chez les élèves âgés de 10-11ans :

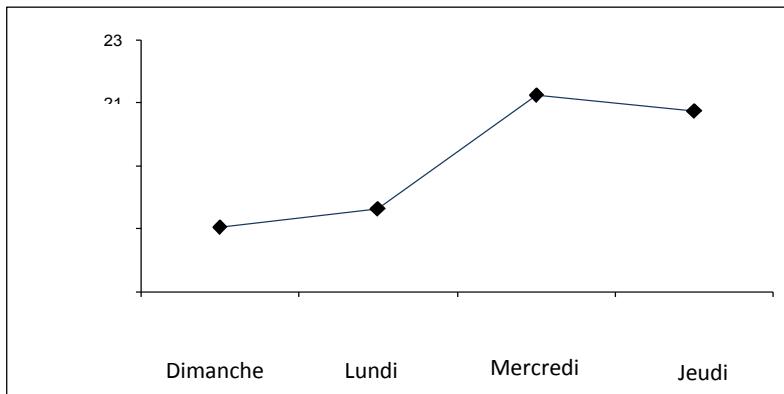


Figure n°02 : variations hebdomadaires de l'attention chez les élèves âgés de 10-11 ans

La figure n°02 montre les variations hebdomadaires de l'attention chez les élèves âgés de 10-11ans. Ces fluctuations hebdomadaires varient selon un profil commun ; un niveau bas le dimanche premier jour de la semaine à cause de l'influence négative de la coupure du week-end. Une légère élévation le lundi grâce aux efforts des enfants de s'adapter à la situation scolaire, une forte élévation le mercredi peut être expliquée par la coupure d'une demi-journée du mardi qui s'avère bénéfique. Puis on constate une baisse de nouveau le jeudi qui peut être expliquée par la fatigue accumulée pendant la semaine scolaire. Ces variations sont significatives ($F (3)=30.89$; $P<.00 S$).

Cette différence dans les fluctuations entre les jours s'explique par le phénomène de désynchronisation que subissent les élèves entre les rythmes scolaires (emploi du temps hebdomadaire) et leurs rythmes psychologiques et l'effet négatif du week-end.

d'évaluation à chaque enfant une grille de sommeil. Les parents devaient indiquer les heures de coucher et de lever de leur enfant pour chaque jour de la semaine d'évaluation.

- **Etude des activités extra-scolaires** : dans le but d'évaluer les activités extra-scolaires des élèves un questionnaire a été administré à la fin de la semaine d'évaluation collectivement en classe pour chaque élève.

-Résultats :

▪ Variations journalières de l'attention chez les élèves âgés de 10-11 ans :

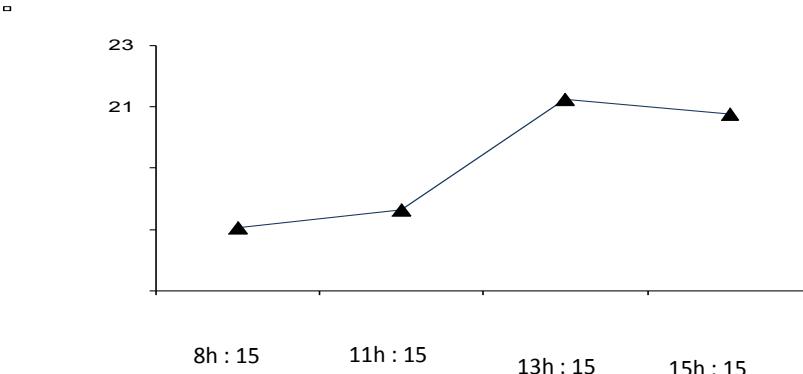


Figure n°01 : évolutions journalière de l'attention chez les élèves âgés de 10-11 ans

La figure n° 01 montre une certaine stabilité des résultats avec une tendance inversée du profil classique des variations journalières de l'attention chez les élèves âgés de 10-11 ans. Ces variations sont significatives ($F (3)=30.89$; $P<.00 S$).

hebdomadaires de performance à l'école algérienne.

-La sélection de l'échantillon : les sujets de cette étude ont été choisis dans deux wilayas du centre (Tizi-Ouzou, Alger) en fonction de deux critères l'âge 10-11 ans et le Niveau scolaire 5ème année primaire. Au total, 50 enquêteurs se sont déplacés sur terrain à Tizi-Ouzou et Alger le début du mois d'octobre 2013 afin de collecter les données sur les rythmes scolaires en décrivant l'attention, le sommeil et les activités extrascolaires dans 13 écoles adoptant le système de la simple vacation (8h-16h avec pause déjeuner de 12h à 13h, tous les jours ; dimanche, lundi, mardi demi-journée, mercredi et jeudi) ont été concernées par l'étude de terrain.

-Outils et techniques d'investigation :

- **Performances de l'attention :** en utilisant une épreuve qui se compose de 4 tests de barrages de nombres.
- **Etude du sommeil** par l'administration d'un questionnaire adressé aux parents et aux enfants âgés de 11 ans, comportant les heures de coucher, de réveil, de lever des élèves pour les nuits de la période d'évaluation.
- **Etude des activités extra-scolaires** par l'administration de questionnaires à des élèves de 10-11 ans en classe.
- **La collecte des données :** l'évaluation a eu lieu dans 13 écoles au cours de la semaine du 26 septembre au 03 octobre 2013 avec un protocole d'évaluation différent d'une étude à une autre :
 - **Etude des fluctuations journalières et hebdomadaires de l'attention :** afin d'évaluer les performances intellectuelles de l'attention les épreuves sont passées une seule fois par jour, pendant une semaine, selon (04) plages horaires et (04) jours de semaine comme suit : 8h 15, 11h 15, 13h 15, 15h 15/ Dimanche, Lundi, Mercredi, jeudi. Le déroulement des tests a été effectué collectivement et par écrit dans les classes avec l'emploi du temps habituel. Le temps de passation est de 30 secondes pour chaque épreuve.
 - **Etude du sommeil :** afin d'évaluer le sommeil chez les élèves, il a été distribué en fin de semaine qui précède la semaine

Ces fluctuations peuvent se moduler, voire disparaître sous l'influence de nombreuses variables : l'âge, la nature de la tache et le niveau scolaire (Testu, 1996). Testu a démontré que seules les performances des élèves faibles et des élèves moyens fluctuent ; les performances des faibles auraient même tendance, parfois, à être inversées de celles observées habituellement. Selon ces mêmes travaux la performance intellectuelle varie au cours de la semaine, le jeudi et le vendredi étant les jours de meilleures performances tandis que le lundi est le jour des moins bons résultats. Ces mêmes recherches ont mis en évidence les répercussions de l'emploi du temps proposé à l'élève sur l'évolution de sa durée moyenne de sommeil nocturne. A cet égard, des perturbations durables ont une forte probabilité d'influencer les aspects essentiels de la vie des élèves, leurs constructions intellectuelles et leurs résultats scolaires (Montagner, 1996).

En Algérie, des études chronopsychologiques regroupant l'attention, les comportements en classe, la durée du sommeil nocturne et les activités extrascolaires (Marouf 2008 ; Marouf ,Khelfane 2011; Marouf,Khelfane, Testu, Douga,Tamdjiat,2013 ; Marouf,2014) ont montré la nécessité de mener des études chronopsychologiques dans le système éducatif algérien car ces données chronopsychologiques constituent un corpus objectif de connaissances qui permet d'améliorer les conditions d'apprentissage et de réduire les tensions et la fatigue à l'école dans la perspective d'optimiser la situation éducative et de lutter contre la déscolarisation, l'échec et la déperdition scolaires.

Au regard de ces aspects théoriques, Quels sont les profils de variations journalières et hebdomadaires de l'attention de l'élève algérien scolarisé ? Quelle est l'évolution de la durée moyenne de son sommeil nocturne au cours de la semaine ? Quelles sont les activités extra-scolaires des élèves algériens?

- **Type de la recherche :** cette étude s'inscrit dans le cadre des études descriptives, elle s'appuie sur la méthodologie adoptée par TESTU lors de l'évaluation des aménagements du temps scolaire en France (Testu, 1994 ;Testu et al, 1999, Testu et al,2003). Cette recherche propose une évaluation chronopsychologique de l'influence du temps scolaire sur les variations journalières et

et extrascolaires, on a constaté que l'emploi du temps proposé-imposé aux élèves âgés de 10-11ans ne constitue pas la seule entrave au développement harmonieux des élèves aux seins des établissements scolaires. L'inexistence de structures éducatives adéquates au sein de l'école algérienne voire même de la société ne permet pas l'épanouissement de l'élève et le respect de ses rythmes physiologiques et psychologiques au contraire cela contribue à son déséquilibre psychologique et engendre des situations qui mènent vers l'échec scolaire.

Motsclés :Ecole, Education, Rythmescolaires, Attention, Sommeil, Activités extrascolaires, Echec scolaire, Chronopsychologie.

Introduction :

L'intersection des rythmes scolaires avec les rythmes biologiques et psychologiques de l'enfant est un sujet complexe et peu étudié. La chronobiologie et la chronopsychologie sont deux disciplines récentes qui tentent d'expliquer ces interactions. La chronobiologie étudie les rythmes circadiens et les rythmes circannuels, tandis que la chronopsychologie étudie les variations de l'activité et de la performance au cours de la journée. Ces deux disciplines ont permis de démontrer que l'organisation temporelle de l'environnement scolaire peut avoir un impact significatif sur la santé et le bien-être des élèves. Par exemple, une absence de routine ou de structure dans l'organisation du temps scolaire peut entraîner des perturbations dans les rythmes circadiens et circannuels de l'enfant, ce qui peut se traduire par des difficultés d'attention, de concentration et de performance scolaire. De plus, les rythmes scolaires peuvent également interférer avec les rythmes biologiques de l'enfant, tels que le sommeil et l'appétit, ce qui peut entraîner des problèmes de santé mentale et physique. Ainsi, l'optimisation de l'organisation du temps scolaire pour prendre en compte les rythmes biologiques et psychologiques de l'enfant peut contribuer à améliorer la qualité de vie et l'performance scolaire des élèves.

Etude Chronopsychologique à l'école Algérienne

Louisa MAROUF¹, Rachid KHELFANE¹, Ahmed DOUGA², François TESTU³

¹ Laboratoire Société-Education-Travail SET Université Mouloud Mammeri
Tizi-Ouzou, Algérie

²Université Alger2 Algérie, ³Université François Rabelais Tours, France

ملخص:

يتناول هذا المقال دراسة كرونونفسية أنجزت في إطار البرنامج الوطني للبحث (PNR) حول تقييم النظام التربوي الجزائري بدراسة التوقيت المدرسي والرسوب المدرسي. تضم هذه الدراسة كل من الانتباه والنوم الليلي والنشاطات خارج المدرسة و هي تدرج ضمن الدراسات الوصفية التي تعتمد على بطريقة الروائز لـ Testu . تظهر النتائج المتوصّل إليها حول أنماط الحياة داخل و خارج المدرسة أن جداول التوقيت المقترحة و/أو المفروضة على التلاميذ البالغين من العمر ١١-١٠ سنة لا تشكل العائق الوحيد لتنمية قدراتهم في المؤسسة التربوية فغياب الهياكل التربوية الملائمة في المدرسة الجزائرية بل حتى في المجتمع لا يسمح بتنمية قدراتهم واحترام وتيرتهم الفيزيولوجية و النفسية فهذا الوضع يساهم في عدم توازنهم النفسي مما يؤدي بهم إلى الرسوب المدرسي.

الكلمات المفتاحية: المدرسة، التربية، الوتيرة المدرسية، الانتباه، النوم، النشاطات خارج المدرسة، الرسوب المدرسي، ميدان الكرونوفسي.

Résumé :

Cet article porte sur une étude chronopsychologique réalisée dans le cadre du Programme National de Recherche (PNR). Il s'agit de présenter une évaluation du système éducatif algérien en matière de temps scolaire reliée à l'échec scolaire des élèves algériens. Cette recherche englobe l'attention, le sommeil et les activités extrascolaires, elle s'inscrit dans le cadre des études descriptives en s'appuyant sur la batterie de tests de (TESTU).

Au regard des résultats obtenus au sujet des modes de vie péri