

## Rapport adopté le 19 janvier 2010

### Aménagement du temps scolaire et santé de l'enfant

*Bull. Acad. Natle Méd, 2010, Tome 194, No 1, 107-122*

#### RAPPORT

#### Aménagement du temps scolaire et santé de l'enfant

Yvan TOUITOU\*\*, Pierre BÉGUÉ\*\*\*

*Au nom d'un groupe de travail\* de la Commission X (Maternité - Enfance - Adolescence)  
(19 janvier 2010)*

#### RÉSUMÉ

*L'Académie nationale de Médecine a constitué un groupe de travail chargé d'apprécier l'aménagement du temps scolaire sur la santé de l'enfant. Après avoir décrit l'organisation actuelle du temps scolaire en France dans la journée, la semaine et l'année, le rapport souligne 1) l'importance de la prise en compte des rythmes biologiques et psychophysiologiques de l'enfant dans toute réflexion sur cette question ; 2) la désynchronisation des enfants c'est à dire l'altération du fonctionnement de leur horloge biologique lorsque celle-ci n'est plus en phase avec les facteurs de l'environnement entraînant fatigue et difficultés d'apprentissage ; 3) le rôle néfaste à cet égard de la semaine dite de 4 jours sur la vigilance et les performances des enfants les deux premiers jours de la semaine liées à une désynchronisation liée au week-end prolongé ; 4) le rôle primordial du sommeil chez l'enfant car il permet un développement harmonieux de l'enfant, restaure les fonctions de l'organisme, permet de lutter contre la fatigue et favorise les apprentissages. A la suite de ce rapport, l'Académie nationale de Médecine émet à l'intention des pouvoirs publics et des parents des recommandations qui, en mettant l'enfant au centre de la réflexion, insistent sur les liens entre temps scolaire et santé de l'enfant.*

[www.academie-medecine.fr/detailPublication.cfm?idRub=26...](http://www.academie-medecine.fr/detailPublication.cfm?idRub=26...)