

# Adapter le rythme scolaire

1er et 2nd degrés

Structurer le temps



## Description

De nombreuses adaptations permettent d'ajuster les emplois du temps, les progressions pédagogiques, les modalités d'apprentissage pour proposer aux élèves fatigables des temps de scolarisation conciliant apprentissage et soin, en veillant à leur demander des efforts appropriés à leur état de santé.

## Pour en savoir plus

### Pourquoi ?

Les élèves en situation de handicap peuvent avoir besoin d'un aménagement du rythme scolaire. On doit distinguer la fatigue de la fatigabilité. Si la fatigue est occasionnelle et conjoncturelle, c'est-à-dire liée à des circonstances et des types d'activités reconnus comme coûteux en énergie, la fatigabilité est, elle, un état permanent consécutif à des troubles, et qui ne peut pas toujours être mis en relation avec des efforts visibles. On peut comparer certaines personnes malades et/ou en situation de handicap à des athlètes de haut niveau : le quotidien pour beaucoup relève de l'exploit physique.

La fatigabilité pour certains élèves constitue une véritable limitation de l'activité et de la participation à la vie scolaire. Cette fatigabilité peut être physique et cognitive. Dans certains cas, il s'agit d'épuisement, de lassitude extrême, de découragement... Dans ces situations, la fatigue physique et la fatigue mentale ne sont plus dissociables.

Il peut arriver que les élèves concernés s'endorment régulièrement en classe, semblent démotivés, peu attentifs, alors qu'ils sont avant tout épuisés.

### Comment ?

#### Adapter l'emploi du temps de l'élève

On peut décharger en partie l'emploi du temps de l'élève en inscrivant des temps de soins ou de rééducation sur des temps scolaires lorsque l'élève est suivi par un Sessad. Cette organisation des soins sur temps scolaire ne doit pas conduire à la suppression complète d'un enseignement, ce qui mettrait en jeu le parcours de l'élève.

Les horaires peuvent être pensés en fonction des contraintes de déplacement de l'élève (arrivée un peu plus tardive par exemple si l'élève vient avec un taxi, entraînant un début des cours en deuxième plage du matin pour la classe si cela est possible).

Il s'agit pour l'ensemble de l'équipe éducative d'organiser l'emploi du temps de l'élève de manière individualisée (en cohérence avec les préconisations inscrites dans le projet d'accueil individualisé – PAI – ou le projet personnalisé de scolarisation – PPS). Cela se fait sous l'impulsion et la responsabilité du référent de scolarisation, du chef d'établissement ou du directeur d'école. L'équipe de suivi de scolarisation (ESS) est l'instance qui doit l'organiser.

### Mettre à disposition de l'élève son emploi du temps individualisé

Beaucoup d'élèves en situation de handicap ont des emplois du temps complexes et chargés, du fait de l'alternance des temps de classe et temps de soins. Il est donc nécessaire, en particulier pour ceux qui ont des difficultés à se repérer dans le temps, de leur fournir un emploi du temps mentionnant les temps de classe, les séances de rééducation, les horaires de récréation, de repas... de façon à ce qu'ils puissent s'y référer à tout moment. Selon l'âge et le niveau scolaire de l'élève, cet emploi du temps pourra comporter images, photos, pictogrammes de lieux, de personnes...

L'emploi du temps journalier, le programme du jour permettent à tous les élèves de se repérer dans le temps proche, il peut être établi par l'enseignant ou par des élèves responsables de cette tâche en début de journée, en s'aidant d'un emploi du temps hebdomadaire. L'élève en situation de handicap peut de la même façon avoir son propre emploi du temps journalier avec les soins – en ajoutant éventuellement et selon les capacités cognitives des pictogrammes, des photographies, les prénoms et/ou la fonction des partenaires de soins.

rogramme du jour per-  
pérer dans le temps  
seignant ou par des élè-  
en début de journée en  
bdomadaire. L'élève en  
même façon avoir son  
r avec les soins (en  
les capacités cognitives  
ms et / ou la fonction

Accueil
Activités
Etude
Géomé

L'image représente un emploi du temps (Programme du jour) présenté dans un tableau à une colonne : accueil, activités repères ; étude de la langue ; récréation ; géométrie ; kiné ; déjeuner. Les cases récréation et déjeuner sont colorées, les autres sont accompagnées de pictogrammes ou illustrations.

Exemple d'emploi du temps.

### Répartir les activités au sein de l'emploi du temps selon leur coût cognitif et physique

Une réflexion doit être menée en concertation avec l'élève pour répartir au mieux les activités selon leur coût cognitif et physique et la fatigue potentielle de l'élève.

Il est généralement intéressant de proposer les activités demandant le plus d'efforts le matin, et à distance des temps de rééducation. En effet, ces temps de soins sont des séances individuelles (ex : orthophonie, kinésithérapie, ergothérapie...) où l'élève est très sollicité. Les temps scolaires coûteux en énergie peuvent par exemple être l'abord de notions nouvelles, l'élaboration de textes, le développement d'une argumentation ou certaines activités de raisonnement mathématique.

En fin de journée et a fortiori en fin de semaine (le vendredi après-midi), il est souvent préférable de proposer des activités moins coûteuses en énergie et de privilégier les disciplines où les élèves se sentent plus à l'aise. Les choix réalisés pour les élèves en situation de handicap sont fréquemment profitables à l'ensemble de la classe.

Il s'agit par exemple de mettre un travail au propre, recopier, faire une lecture « plaisir », dessiner, participer à une activité orale...

Il faut aussi réfléchir de façon spécifique pour positionner de manière optimale les créneaux hebdomadaires d'EPS, par une concertation entre enseignants en conseil de cycle, et si possible avec les rééducateurs intervenant auprès des élèves concernés (kinésithérapeute notamment).

### **Alterner les types de tâches**

Alterner activités orales et écrites, activités de manipulation et activités plus directement centrées sur l'abstraction (résolution de problèmes, questions rédactionnelles de lecture...), exercices classiques et exercices plus ludiques (éventuellement présentés sur tablette ou ordinateur).

Réviser, répéter, se détendre contribuent à l'efficacité de l'apprentissage.

### **Proposer des activités courtes, régulières et ritualisées**

Privilégier des séances de travail, courtes mais fréquentes sur un même thème, allège l'effort d'adaptation des élèves fatigués et favorise le maintien de leur attention.

Les rituels scolaires sont indispensables pour les élèves, quel que soit leur âge. Ils aident à développer la socialisation et facilitent les apprentissages. Leur variété est extrême et les rituels sont des repères essentiels pour les élèves dont la scolarisation est fragmentée.

### **Proposer du travail en binômes ou en petits groupes**

Le travail en binômes ou en petits groupes, à condition que le niveau sonore de la classe reste modéré, est un moyen à la fois de stimuler des élèves fatigables et d'alléger leur effort par la répartition des tâches possibles : l'un écrit, l'autre corrige ou est rapporteur de son groupe par exemple. Ce type de dispositif favorise le développement de compétences psychosociales pour des jeunes qui ont de plus grands risques d'être coupés de leur groupe de pairs.

### **Respecter la lenteur de l'élève en situation d'apprentissage**

Laisser du temps aux élèves concernés pour réfléchir avant de répondre (éventuellement les informer à l'avance qu'on va les interroger), pour parler en veillant à ce qu'ils soient respectés de leurs camarades, pour agir : écrire, compter, manipuler, dessiner...

### **Faire participer tous les élèves aux temps forts de la vie de la classe**

Concevoir l'organisation de l'emploi du temps de la classe et celui de l'emploi du temps individualisé des élèves concernés pour que ces derniers puissent le mieux possible participer aux moments forts de la vie de la classe : sorties, projets pédagogiques collectifs (spectacles et expositions réalisés par les élèves).

Quand la participation en présentiel de certains élèves n'est pas possible, anticiper les modalités de son implication (envois de photos, vidéos, implication par un travail à distance...).

### **Adapter aussi les temps périscolaires**

L'emploi du temps doit dans son ensemble viser à limiter la fatigue de l'élève : sorties de cours décalées pour éviter les bousculades dans les couloirs, suppression des temps d'attente au restaurant scolaire...

### **Réduire les effets d'une absence**

Préparer une absence annoncée (hospitalisation, intervention chirurgicale...). On peut parfois faire travailler l'élève à l'avance sur des notions qui seront abordées plus tard avec la classe, selon des modalités individualisées.

Prévoir des heures de soutien au retour d'une absence.

Ne pas sous-estimer le retentissement psychologique (anxiété, angoisse, dépression) lié à ces événements qui non seulement provoquent une absence de l'élève mais souvent aussi une moindre disponibilité pour les apprentissages en aval et/ou en amont de leur survenue.

### **Proposer des modes pédagogiques alternatifs**

Remplacer certains enseignements collectifs par des heures de soutien.

Renforcer pendant une période donnée certaines disciplines moins coûteuses en énergie cognitive ou physique, ou privilégier des matières où l'élève se sent à l'aise.

### **Penser les aménagements des rythmes comme évolutifs**

Ces aménagements sont à revoir régulièrement en fonction de l'évolution de l'état de santé de l'élève.

### **Conclusion**

L'aménagement des rythmes scolaires est un facteur de réussite essentiel car il conditionne la disponibilité aux apprentissages des élèves en situation de handicap ou malades.

### **Ressources**

Site [Tous à l'école](#) consacré à la scolarisation des élèves malades > rubrique « Rendre l'école accessible ».