

**Table 3**

L'organisation du temps scolaire et bien être chez les élèves algériens -approche chronopsychologique-

Louisa Marouf , LSET, UMMTO, Algérie  
Rachid Khelfane, LSET, UMMTO, Algérie

## **L'organisation du temps scolaire et bien être chez les élèves algériens -approche chronopsychologique-**

Professeure MAROUF Louisa , Professeur KHELIFANE Rachid  
Laboratoire Société-Education-Travail SET Université Mouloud Mammeri de Tizi-Ouzou, Algérie  
Email : Louisamarouf@yahoo.fr/ rachidkh67@yahoo.fr

### **Résumé**

La communication porte sur une étude chronopsychologique réalisée dans le système éducatif algérien. Il s'agit de présenter une évaluation de l'organisation du temps scolaire précisément de l'emploi du temps et de son impact sur le sommeil nocturne au temps de la pandémie de la COVID-19. Cette recherche se base essentiellement sur l'approche chronopsychologique qui suppose que l'épanouissement de l'élève passe par le respect des rythmes chronobiologiques et chronopsychologiques des apprenants.

L'étude a été réalisée durant la pandémie de la COVID-19 qui a installé une certaine sidération chez tous les chercheurs dans le monde de l'éducation, des concepts nouveaux ont vu le jour : confinement, distanciation sociale, cours en ligne... Temps éducatif, Temps familial, Temps scolaire, tous ces temps cloisonnés par leurs espaces bien définis avant le confinement, deviennent un même temps figé dans un même espace qui est la maison, le chez soi (Marouf, 2020).

Au regard des résultats obtenus après avoir administré le questionnaire de (TESTU) adapté à l'Algérie par Marouf (2008) , la durée de sommeil nocturne des élèves varie au cours de la semaine scolaire, elle est très élevée le week-end (nuits du jeudi -vendredi et du vendredi - samedi, pour pallier la fatigue et l'épuisement accumulés en revanche, cette même durée baisse pendant les autres nuits à cause de la charge de travail au cours de la journée scolaire. Dans le même sens, proposer un emploi du temps très particulier lié aux dispositions de la lutte contre la Covid-19 a mis les apprenants algériens devant une rythmicité hebdomadaire du sommeil nocturne irrégulière. On a constaté que l'emploi du temps proposé-imposé aux élèves âgés de 10-11ans ne permet pas de réduire les inégalités entre eux face à l'acquisition du savoir et à leur épanouissement et leur bien-être au sein de l'école. Enfin, le confinement généré par la covid-19 a démontré ce que nous savons déjà ; que la santé physique et psychologique des enfants passe par un espace bien défini qui est l'école, le chez soi reste une source de bien-être et d'équilibre sociale mais ne peut se substituer à celle-ci (Marouf,2020). Proposer un emploi du temps -même en temps de crise- doit respecter les données chronobiologiques et chronopsychologiques et par conséquent assurer le bien-être physique et mental des enfants en situation scolaire.

**Mots clés :** Rythmes scolaires, emploi du temps, Sommeil nocturne, Pandémie COVID-19, inégalités au sein de l'école, bien-être.

## **-Bibliographie :**

1. Lasli ,o., Noufel, D. Marouf, L. (2017). *Approche chronopsychologique et chronobiologique du bien être dans l'école Algérienne -Cas des écoles du sud Algérien (Sahara) - . colloque international le bien être dans l'éducation. Paris, France.*
2. Marouf, L., Khelfane, R. Testu, F. (2013). *Chronopsychology assessment of the type of time organization applied in Algerian schools. International psychological applications conference and trends, 26-28 April 2013, Madrid Spain. Published in Lisbon, Portugal, by W.I.A.R.S. www.wiars.org, 2013, ISBN: 978-989-97866-0-8 © 3.*
3. Marouf, L., Khelfane, R. (2013). *Etude des rythmes scolaires en Algérie. Colloque International du Ripsydeve « Actualité de la psychologie du développement et de l'éducation ». Université Toulouse2, France.*
4. Marouf, L., Khelfane, R. Douga, A & Testu, F. (2014). *Durée de sommeil nocturne chez l'élève algérien -Etude chronopsychologique-. Revue Sciences Humaines N°42, Tome B. Publication de l'Université CONSTANTINE 1, ISSN :1111-505X*
5. Marouf, L. (2014). *Les rythmes scolaires en Algérie Attention, Sommeil, Comportement en classe et Activités extra- scolaires. Presses académiques Francophones PAF . Allemagne ISBN :978-3-8381-7600-0*  
*L'organisation du temps scolaire et bien être chez les élèves algériens -approche chronopsychologique-*  
*Professeure MAROUF Louisa , Professeur KHELIFANE Rachid*  
*Laboratoire Société-Education-Travail SET Université Mouloud Mammeri de Tizi-Ouzou, Algérie*  
*Email : Louisamarouf@yahoo.fr/ rachidkh67@yahoo.fr*  
*Résumé*
6. Marouf, L., Khelfane, R. (2016). *Etude de l'organisation du temps scolaire et extrascolaire des élèves Algériens âgés de 10-11ans . 18ème congrès international de l'Association Mondiale des Sciences de l'éducation AMSE. Université Anadolu , Eskisehir, Turquie.*
7. Marouf, L., Khelfane, R. (2016). *Rythmes scolaires en Algérie : Variations journalières et hebdomadaires de l'attention. 18ème congrès international de l'Association Mondiale des Sciences de l'éducation AMSE .Université Anadolu , Eskisehir, Turquie.*
8. Marouf, L. (2020). *Pandémie COVID-19 : impacts et perspectives de recherche dans le domaine éducatif . Contribution. Observatoire des rythmes et des temps de vie des enfants et des adultes. <https://www.ortej.org/>.*
9. Testu, F. (1994). *Quelques Constantes dans les fluctuations journalières et hebdomadaires de l'activité intellectuelle des élèves en Europe. Enfance, N°4. France.*
10. Testu, F. (1994). *Les rythmes scolaires en Europe. Enfance, N°4. France.*
11. Testu, F. Fostinos, G. (1996). *Aménager le temps scolaire. Hachette livre.*
12. Testu, F. Clarisse, R. (1999). *Time of day and day of week effects on mnemonic performance. Chronobiology international, n°16(4).*
13. Testu, F. Clarisse, R. Janvier, B. (1999). *Rapport d'Etude des rythmes Scolaires à Bourges. Université François Rabelais, Tours. France.*
14. Testu, F. (2000). *Chrono-psychologie et rythmes scolaires. Masson 3ème éditions. Paris.*
15. Testu, F. Challamel, M.J. Clarisse, R. Lévi, F. Laumon, B. Touitou, Y. (2001). *Rythmes de l'enfant, de l'horloge biologique aux rythmes scolaires, expertise collective. Institut National de Santé et de la Recherche Médicale. Les éditions INSERM. France.*
16. Testu, F. Fontaine, R. (2001). *L'enfant et ses rythmes : pourquoi il faut changer l'école. Calmann-Lévy. France.*