

تنظيم الزمن الدراسي لمستوى التعليم الابتدائي في الجزائر

زعموم شهيرة، أ.د. معروف لويزة

مخبر مجتمع تربيه عمل جامعة تيزي وزو

ملخص: من خلال هذا المقال سنحاول تسليط الضوء على أهم الدراسات التي أجريت في الجزائر حول تنظيم الزمن الدراسي لمستوى التعليم الابتدائي، والمنجزة في إطار المعاهد والجامعات وبرامج البحث بهدف إبراز أثر تنظيم الزمن المدرسي على أداءات الانتباه والسلوكيات داخل القسم ومدة النوم الليلي بتبني نمط التغيرات اليومية والأسبوعية للدراسات الدولية والمحلية لهذه الأداءات عند التلاميذ الجزائريين. وذلك بالنظر فيما إذا كانت أداءات انتباه التلاميذ وسلوكياتهم ومدة نومهم الليلي متكيفة مع التوقيت المبرمج لهم أم لا. ولقد بينت نتائج جميع الدراسات المتناولة في المقال أن الزمن الدراسي المقترح والمفروض لا يحترم الوتيرة البيولوجية والنفسية للتلميذ ما يؤثر على نموه الفكري والجسمي والمهاري وما يجعله في حالة رسوب مدرسي.

الكلمات المفتاحية: الزمن الدراسي، النوم الليلي، الانتباه، السلوك داخل القسم

- Résumé: cet article présente une synthèse des études menées en Algérie sur les rythmes scolaires dans le primaire d'après les résultats obtenus dans les études universitaires académiques ou les recherches réalisées dans le cadre des instituts ou des programmes de recherche afin de montrer l'effet du temps scolaire sur l'attention, le sommeil nocturne et les comportements en classe. Toutes ces études ont montré que le temps scolaire ne respecte pas les rythmes biologiques et psychologiques de l'élève, ceci a un impact sur ses performances intellectuelles et le met devant une situation d'échec scolaire.

Mots clés: temps scolaire, attention, sommeil nocturne, comportement en classe

-Abstract: This article reviews the studies conducted in Algeria about School Time. We based our research on the results found in academic studies or those conducted within the institutes and research programs; these studies are intended to show the effect of school time on learners' attention, nocturnal sleep, and behavior in the class. The results we have reached in our investigation have shown that school time does not meet the biological and psychological rhythms of learning, and does not allow learners' development putting them in a position of school failure.

Key Word : school time, attention, nocturnal sleep, behavior in the class.

- مقدمة: يشكل موضوع تنظيم الزمن المدرسي لتلميذ المدرسة الجزائرية أهمية بالغة في المنظومة التربوية، لا باعتباره رهانا استراتيجيا فحسب، بل حلقة أساسية من حلقات إنجاح المنظومة، هذه الأخيرة التي تجعل من المتعلم نقطة ارتكاز تصب فيها كل البرامج التعليمية الموجهة إليه. والمدرسة الجزائرية لا تكون رائدة إلا بنجاحها في التحكم في مجرياتها، خاصة من ناحية الزمن وتسيير المواقيت بطريقة تجعل التلميذ يتعلم في أحسن الظروف الممكنة التي تسمح له بالنجاح في مساره الدراسي. والنجاح الفعلي في تنظيم الزمن الدراسي لا يتحقق إلا بالاستناد إلى ما توصلت إليه البحوث في ميدان علم النفس وعلوم التربية أبرزها ميداني الكرونوبولوجية والكرونونفسية.

حدد مفهوم الزمن الدراسي، من منظور العلماء والباحثين المنتمين لميدان الكرونونفسية والوتيرة المدرسية، كما ذكر تعوينات وأبركان (1999)، على أنه يتمثل في الأطر الزمنية التي تنظم العمل المدرسي والتي تكون محددة مؤسسيا وتشريعيا، أو أن تكون محددة داخل القسم، إذ تتضمن

هذه الأطر التوزيع النظامي للأيام والأسابيع وساعات العمل المدرسي، كما تتضمن التوزيع الزمني الذي يقوم به المعلم بالنسبة لأعمال التلاميذ وسير الدروس والتمارين والتقييم (أورد في: تعوينات، 2014).

ورد في المجلة الوطنية للبحث في التربية (2011، ص7)، أنه يمكن النظر إلى الزمن الدراسي حسب الباحثين من وجهين:

■ الأول: يتمثل في كمية الحجم الساعي اليومي والأسبوعي والسنوي الرسمي وتوزيعه.

■ الثاني: يتمثل في نوعية التعليم الممنوح للتلميذ من خلال علاقة مضامين أنشطة التعليم بتعلمات التلاميذ. وعليه، فإننا نقيس فعالية الزمن الدراسي على التلاميذ من خلال الربط بين المدة الإجمالية لزمن دراستهم ونجاحهم. بينما يرى (Montagner)، أنه لا معنى لتنظيم الزمن الدراسي إلا إذا ارتكز على دعامتين:

■ الأولى، تتجلى في قاعدة تعاقب النهار والليل بتناسب مدة النهار مع مدة الليل المنظمين للوتيرة البيولوجية للإنسان، لأنه عامل طبيعي.

■ الثانية، تتجلى في عدم التعارض مع الوتيرة البيولوجية للطفل/التلميذ، مهما كان عمره ومحل إقامته وفئته الاجتماعية وثقافة عائلته، ولذا فهو عامل ضروري.

وفي تقرير لنفس الباحث يطالب فيه بإصرار ضرورة تقليص الزمن الدراسي، حيث يعتبر أن التراكم اليومي للأنشطة البيداغوجية وسوء تسيير الزمن الدراسي سببا في الفشل الدراسي للتلاميذ وكذا تدني قابلية النجاح لديهم. وينطلق في ذلك من كون "أوقات القوة" و"أوقات الضعف"، الوتيرة

السريعة والوتيرة البطيئة مثل وتيرة القلب والتنفس أو وتيرة الانتباه تتناوب دوريا خلال 24 سا. وبالنسبة للأطفال فلا يمكنهم أن يبقوا بنفس طاقة قدرتهم في (الاستيعاب أو التذكر) لوقت طويل (6 ساعات في اليوم مثلا) (أورد في: Le Floc'h, 2011).

وانطلاقا من هذه الحقائق، يقترح (Montagner) تنظيمًا للزمن الدراسي يبنّي على تغيير الجدول الزمني اليومي والأسبوعي على أساس احترام وتيرة حياة الطفل/التلميذ. مقدما بذلك اقتراحا ساعيا مناسباً يتراوح من (5 ساعات إلى 5 ساعات ونصف عمل، ومن ساعة واحدة إلى ساعة ونصف راحة). وهو نفس ما يقترحه معظم الباحثين المختصين في المجال دوليا أم وطنيا وعلى رأسهم (ل. معروف، ر. خلفان، أ. دوق، ع. تامجيات، أ. تعوينات...).

- معطيات الكرونوفسقية والكرونوبولوجية:

1- ميدان الكرونوبولوجية: يرى (Robert 2002) أن ميدان الكرونوبولوجية في عهده الأول اهتم بالعالم النباتي الحيواني وكانت لديه نظرة ضيقة في تفسير الظواهر، ثم امتد للعالم الإنساني. إذ عرفه (1949) Kleitman: "على أنه الميدان الذي يعمل على دراسة التغيرات الكمية المنتظمة والدورية للأنساق البيولوجية على مستوى الخلية، النسيج، البنية، الجسم أو المجتمع (أورد في: 2009, Basin, Courdoisy, Deniaud, Denous). الأمر الذي مكن الاعتراف بوجود التواترات البيولوجية التي لها علاقة بتغيرات الأداءات. وقد بين Koch (1987) أن التغيرات البيولوجية تتخذ أزمنة مختلفة من اليوم تخضع هذه

الأخيرة لنظامي نوم-يقظة حيث أن سرعة دقات القلب وضغط الدم وتعداد التثاؤب تكون مرتفعة ما بين الساعة التاسعة والتاسعة والنصف خلال الفترة الصباحية. وتلعب فترة الفراغ بين الفترتين الصباحية والمسائية دورا في ارتفاع سلوكيات عدم اليقظة، وعلى هذا الأساس فإن التواترات البيولوجية تؤثر في الأداء والتعلم، وبالتالي فإن البحث عن العلاقة الرابطة بين التواترات البيولوجية والسلوك ضرورية Testu (2000).

2- ميدان الكرونونفسية: في عام (1980) أظهر الباحث السيكولوجي Paul Fraisse أن: "سلوكات الإنسان لا يمكن لها أن تفسر في ظل سياق التواترات البيولوجية فحسب، بل يجب دراسة وتيرة السلوك بحد ذاتها، ولتحديد خصائص هذه الدراسات يقترح استعمال مصطلح الكرونونفسية في ذلك" (أورد في: Boujon & Quairreau, 1997). ويعود الأصل في هذه التسمية إلى Fraisse (1980) التي عرفها على أنها: "علم دراسة السلوك والوتيرة المدرسية وتغيرات النشاط الفكري وهي جوهر ميدان التواترات المدرسية" (أورد في: Testu, 2008). وبالتحديد فهو يسمح بمعرفة أفضل للتغيرات الدورية للنشاطات المعرفية و/أو الجسمية في أماكن العمل المصنع المكتب ومراكز المراقبة أو المدارس (أورد في: 2015 , Testu). ولقد بين نفس الميدان حقيقة وجود فترتين زمنيتين هامتين خلال اليوم عند الطفل تتمثل في بداية اليوم المدرسي وبداية الفترة المسائية (Marouf (2014. كما يعمل على وصف تغيرات الخصائص السيكولوجية للفرد في إطار السياق الزمني لها، بالافتقار بثلاث أنماط دورية متمثلة في: دورة التغيرات تحت يومية (infradiens)، دورة التغيرات السيركيومية

(circadiens) ودورة التغيرات فوق يومية (ultradiens) التي تسمح بجمع المعطيات والحصول على مختلف المقاييس الخاصة بدراسة السلوك في مدة زمنية معينة (Boujon & Quairreau 1997).

وبفضل ميدان الكرونونفسية التجريبية أصبح اليوم من الممكن القول أن الوتيرة المدرسية للطفل تشهد تغيرات خلال اليوم والأسبوع والسنة، ما جعل الأبحاث التجريبية في ميدان الكرونونفسية منذ ظهورها إلى يومنا الحالي تنصب حول وتيرة حياة الطفل في الوسط المدرسي وذلك بمعية ميدان الكرونوبيولوجية، بهدف الدراسة التجريبية للتغيرات الدورية اليومية والأسبوعية للانتباه وسلوكيات التلاميذ داخل القسم في علاقتهما بوتيرة النوم. وهذا ما نصبو إلى معرفته من خلال الدراسات الجزائرية حول تنظيم الزمن الدراسي المنطوق إليها في هذا المقال.

جدول يبين الدراسات الجزائرية الخاصة بالوتيرة المدرسية

الباحث والسنة	الدراسة	المستوى التعليمي	العينة	النتائج المتوصل إليها
معروف ل، مقيدش ش، مقيدش ن، خلف الله، ناوي، المعهد الوطني للبحث في التربية، 1997	تهيئة الوتيرة المدرسية في المدرسة الأساسية واقع وأفاق	السنة الثالثة ابتدائي 8-9 سنوات	94 تلميذ نظام الدوامين لدراسة النوم، 80 تلميذ نظام الدوام الواحد ونظام الدوامين لدراسة الانتباه	بعد تطبيق روائز شطب الرموز والحروف ومسائل رياضية تبين من خلال النسب المئوية أن هناك اختلاف بين تلاميذ نظام الدوام الواحد والمتمدرسين في نظام الدوامين.
معروف ل، خلفان ر، دوقة أ، لكل ع، المعهد الوطني للبحث في التربية، (2001-2002-2003) (PNR3/09/15/24/99)	التغيرات اليومية والأسبوعية لأداءات التلاميذ وتعديل الوقت المدرسي في المدرسة الأساسية	المرحلة الابتدائية	تلاميذ التعليم الابتدائي	تم بناء روائز شطب الأرقام لدراسة الانتباه واستبيان موجه للأولياء لدراسة النشاطات خارج المدرسة، وتوصلت النتائج إلى أن الوتيرة المدرسية في الجزائر تشهد تغيرات يومية وأسبوعية بفعل جدول التوقيت المدرسي الذي لا يحترم الوتيرة البيولوجية والنفسية للتلميذ ما تجعله يصارع التأخر الدراسي الدائم.

معروف لـ، جامعة الجزائر 2، (2008)	أثر نمط تنظيم الوقت المدرسي على كل من الانتباه والسلوك ومدة النوم الليلي والنشاطات خارج المدرسة عند تلاميذ المرحلة الابتدائية	السادسة ابتدائي	189 تلميذ بالنسبة (للانتباه، مدة النوم الليلي، النشاطات خارج المدرسة) و 10 تلاميذ بالنسبة للسلوك	تغير أداات الانتباه يوميا وأسبوعيا ومدة النوم الليلي أسبوعيا حسب نمط تنظيم التوقيت المدرسي، وتراجع مدة النوم في عطلة آخر الأسبوع باعتبارها الفترة التي ينام فيها التلاميذ أكثر كما تبين ان تلاميذ نظام الدوامين يتكيفون مع الحالة المدرسية مقارنة بالتلاميذ المتدربين حسب نظام الدوام الواحد خلال اليوم. بينما نلاحظ تكيف أحسن لتلاميذ نظام الدوام الواحد مع الحالة المدرسية خلال الأسبوع مقارنة بتلاميذ نظام الدوامين. وبينت النتائج أن عدم احترام الوتيرة النفسية والفيزيولوجية للتلميذ يؤدي إلى الرسوب المدرسي.
معروف لـ، خلفان ر دوقة أ، تمجيات ع، المعهد الوطني للبحث في التربية، (2009)	تأثير الإجراءات الجديدة الخاصة باستعمال الوقت المدرسي على الاداءات المدرسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية	الخامسة ابتدائي	176 تلميذ خاص بالانتباه، 16 تلميذ خاص بالسلوك، 129 تلميذ خاص بالنوم الليلي، 173 تلميذ خاص بالنشاطات خارج المدرسة	يختلف الملمح اليومي للانتباه عن الملمح الكلاسيكي حيث أنه يشهد انخفاض الأداء على الساعة الثامنة ثم ارتفاع على الساعة الحادية عشر، ومساء يبقى على نفس الارتفاع إلى غاية الساعة الرابعة. أما بالنسبة للملمح الأسبوعي فيشهد انخفاضا في الأداء يوم الأحد نتيجة التأثير السلبي لعطلة آخر الأسبوع ثم يرتفع باقي أيام الأسبوع. كما توصلت النتائج إلى ارتفاع سلوكيات عدم الاهتمام وكثرة الحركة في نهاية الفترة الصباحية وانخفاضها في آخر الفترة المسائية، وكذا ارتفاعها خلال الأسبوع المدرسي بينما سلوكيات عدم اليقظة تشهد انخفاضا خلال اليوم المدرسي وعند المقارنة بين المؤشر اليومي والمؤشر الأسبوعي للانفصال عن الحالة المدرسية فإن التلاميذ يتكيفون مع الحالة المدرسية خلال اليوم المدرسي أحسن من الأسبوع المدرسي. أما بالنسبة للنوم الليلي فينام التلاميذ بصورة منتظمة ليالي الدراسة بمتوسط (583) دقيقة خلال الأسبوع المدرسي، وفيما يخص النشاطات خارج المدرسة فظروا لعدم وجود مرافق خاص بالنشاطات داخل وخارج المدرسة فإن ذلك يؤدي إلى عدم القيام بها مما يؤدي إلى عدم الترفيه والملل للذات لا يساعدان التلميذ في التعلم بطريقة فعالة.
معروف. ل، خلفان.	تأثير التوقيت المدرسي	السنة الخامسة	أجريت الدراسة في	تأثير جدول التوقيت المدرسي على العوامل

الفيزيولوجية والسيكولوجية للتلاميذ الجزائريين. كما توصلت إلى ملامح يومي للانتباه مطبق للملمح الكلاسيكي من حيث انخفاض الأداءات اليومية للانتباه مع بداية الفترة الصباحية ثم ارتفاعها بقليل مع نهاية الفترة، لترتفع بقوة في فترة ما بعد الظهر ثم انخفاضها بقليل في نهاية اليوم الدراسي، ونفس الشيء بالنسبة للملمح الأسبوعي فهو مطابق للملمح الكلاسيكي، بحيث تنخفض الأداءات يوم الأحد نتيجة التأثير السلبي لانقطاع عطلة نهاية الأسبوع، وارتفاع محسوس بالاثنتين بفضل جهود التلاميذ في التكيف مع الحالة المدرسية، وتبلغ أقصى ارتفاع بالأربعاء ثم تنخفض مجددا بقليل يوم الخميس بسبب التعب الناتج عن نهاية الأسبوع المدرسي. للتأثير الإيجابي لانقطاع نصف يوم الثلاثاء خلال الأسبوع المدرسي على التلاميذ في تعديل فترات النوم الليلي وعطلة نهاية الأسبوع تسمح بهضم التعب المرتبط بنهاية الأسبوع المدرسي. وبالنسبة للنشاطات داخل وخارج المدرسة فنظرا لغياب الهياكل التربوية المناسبة في المؤسسات التعليمية وفي المجتمع الجزائري فإن ذلك لا يسمح بتنمية واحترام تواترات الطفل الفيزيولوجية والنفسية ما قد يقود التلاميذ إلى الرسوب المدرسي.	13 مؤسسة تعليمية ابتدائية	ابتدائي	على التغيرات اليومية والأسبوعية على الانتباه النوم والنشاطات خارج المدرسة لدى التلاميذ البالغين من العمر 10-11 سنة دراسة ميدانية في ولايتي الجزائر وتيزي وزو	ر، دوق، أ، تسو، ف، تمجيات، ع، مركز البحث في الأثروبولوجيا الاجتماعية والثقافية، (2013)
عند المقارنة بين ملامح التغيرات اليومية والأسبوعية للسلوكات داخل القسم بين تلاميذ ولاية الجزائر وتلاميذ ولاية غرداية وبالرجوع إلى المؤشر الإجمالي لسلوكات عدم التكيف ظهر بأن تلاميذ ولاية غرداية متكيفين مع الوضعية المدرسية مقارنة بأقرانهم المتمدرسين بولاية الجزائر، وهذا ما يبين بأن نظام الدوام الواحد المطبق على تلاميذ ولاية غرداية لا يحترم وتيرة التلاميذ النفسية والبيولوجية.	08 تلاميذ مع إلغاء تلميذين بسبب إضراب	الرابعة ابتدائي	تأثير نظام الدوام الواحد على التغيرات اليومية والأسبوعية للسلوكات داخل القسم لدى التلاميذ البالغين من العمر 9-10 سنوات. دراسة مقارنة بين ولاية الجزائر وولاية غرداية	معروف، لعسلي (2016) جامعة مولود معمري تيزي وزو

معروف، لعللي، معروف، نوفل 2016 جامعة مولود معمري تيزي وزو	تأثير نظام الدوام الواحد على التغيرات اليومية والأسبوعية للسلوكات داخل القسم والنوم الليلي عند تلاميذ المستوى الابتدائي البالغين من 9-10 سنوات. دراسة مقارنة بين ولاية الجزائر وولاية غرداية	الرابعة ابتدائي	408 تلميذ خاص بالنوم الليلي و8 تلاميذ لدراسة السلوك	تأثير الموقع الجغرافي على التغيرات اليومية والأسبوعية للسلوكات داخل القسم والنوم الليلي عند تلاميذ المستوى الابتدائي.
وعلي لامية، مولود معمري تيزي وزو (2017) جامعة	تأثير التوقيت المدرسي على كل من الانتباه والنوم الليلي عند تلاميذ المدرسة الابتدائية. دراسة مقارنة بين النظام العام والنظام الخاص	السنة الخامسة ابتدائي	196 تلميذ	الإدعاءات اليومية للانتباه لدى التلاميذ المتمدرسين حسب النظام العام تتبع ملمح كلاسيكي ما يدل على تكيف هؤلاء التلاميذ مع التوقيت المدرسي عكس تلاميذ النظام الخاص بينما التغيرات الأسبوعية فقد أظهرت النتائج أن تلاميذ النظام الخاص أكثر تكيفا مع الحالة المدرسية مقارنة بتلاميذ النظام العام. بينما نتائج متوسط مدة النوم الليلي فهي منخفضة بالنسبة لكلا النظامين رغم الفروق الكائنة بينهما. وعموما توصلت الدراسة إلى عدم احترام مدة النوم الليلي مع اضطراب وتيرة نوم-يقظة لدى الطفل المتمدرس في كلا النظامين.
إمساعدان ماسيسليا (2018) جامعة مولود معمري تيزي وزو	دراسة الوتيرة المدرسية للانتباه ومدة النوم الليلي والسلوك داخل القسم لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي دراسة مقارنة بين ولايتي تيزي وزو وتمنراست	السنة الخامسة ابتدائي	331 تلميذ خاص بالانتباه والنوم الليلي و08 تلاميذ لدراسة السلوك داخل القسم	الأداءات اليومية للانتباه لدى التلاميذ المتمدرسين في السنة الخامسة ابتدائي بولاية تيزي وزو تتغير حسب النمط الكلاسيكي المعترف به عالميا عكس الأداءات اليومية للانتباه لدى التلاميذ المتمدرسين في ولاية تمنراست مع وجود فروق طفيفة من حيث الملح الأسبوعي ما بين التلاميذ المتمدرسين في ولاية تيزي وزو والتلاميذ المتمدرسين في ولاية تمنراست. وبالنسبة لمدو النوم الليلي فقد تبين أنها أكبر من تلاميذ ولاية تمنراست طيلة أيام الأسبوع. أما فيما يخص السلوك فقد تبين ان التلاميذ المتمدرسين في ولاية تمنراست يتكيفون أحسن مع الحالة المدرسية يوميا وأسبوعيا مقارنة مع تلاميذ ولاية تيزي وزو. وتوصلت مجمل الدراسة إلى تأثير العوامل المناخية والاجتماعية والثقافية في الوتيرة المدرسية للتلميذ الجزائري.

- تحليل وتفسير نتائج الدراسات الجزائرية حول تنظيم الزمن

الدراسي لمستوى التعليم الابتدائي: تشير معظم نتائج الدراسات المتناولة في الجدول أعلاه إلى ضرورة احترام الوتيرة النفسية والفيزيولوجية لتلميذ المدرسة الجزائرية ولا يتحقق ذلك إلا من خلال إعداد وتنظيم جدول توقيت مدرسي وبرنامج مدرسية ملائمة أو بالأحرى مراعاة تواترات الانتباه والنوم والسلوك داخل القسم لدى تلاميذ التعليم الابتدائي، وكذا طرح مشكل التغيرات اليومية والأسبوعية لهذه التواترات وما يترتب عنها من عدم توافق التلاميذ مع الوضعية المدرسية، والتي تعد من بين أسباب تفشي ظاهرتي التسرب والرسوب المدرسيين، وذلك قصد التغيير من واقع الوتيرة المدرسية للطفل في البيئة الجزائرية، وهذا ما تؤكد عليه دراسة مشروع بحث من نوع البرنامج الوطني للبحث (PNR) سنة 2000 الذي أنجز حول الوتيرة المدرسية في الجزائر من طرف كل من (معروف لـ، خلفان ر، دوقة أ، لكحل ع)، لدى تلاميذ التعليم الابتدائي من حيث أن أداءات هؤلاء التلاميذ تشهد تغيرات يومية وأسبوعية بفعل جدول التوقيت المدرسي الذي لا يحترم الوتيرة البيولوجية والنفسية للتلميذ ما يجعله يصارع التأخر الدراسي الدائم. وهذا ما أثبتته الدراسات المنقادة من طرف (Ebbinghaus (1914, Gates (1915, 1916 Winch (1917 أن الأداءات الفكرية للتلاميذ تشهد تغيرات يومية وأسبوعية في الوسط المدرسي (أورد في: Laumon, (Levi, Clarisse, Challamel, Testu, Touitou, 2001).

أثبتت دراسة (خلفان، معروف لـ، 2013) فيما يخص التغيرات اليومية والأسبوعية لأداءات الانتباه والنوم والنشاطات خارج المدرسة لدى

التلاميذ البالغين من العمر 10-11 سنة في ولايتي الجزائر وتيزي وزو، أن الملمح اليومي للانتباه يشهد انخفاضاً مع بداية الفترة الصباحية ثم ارتفاعاً بقليل مع نهاية الفترة، ليبلغ أقصى ارتفاع في فترة ما بعد الظهر ثم يتراجع بقليل في نهاية اليوم الدراسي، ونفس الشيء بالنسبة للملمح الأسبوعي حيث تتخفف الأداءات يوم الأحد نتيجة التأثير السلبي لانقطاع عطلة نهاية الأسبوع، ثم ترتفع يوم الاثنين بفضل جهود التلاميذ في التكيف مع الحالة المدرسية، وتبلغ أقصى ارتفاع بالأربعاء ثم تتخفف مجدداً بقليل يوم الخميس بسبب التعب الناتج عن نهاية الأسبوع المدرسي. وبالنسبة للنوم فإن التأثير الإيجابي لانقطاع نصف يوم الثلاثاء خلال الأسبوع المدرسي على التلاميذ في تعديل فترات النوم الليلي وعطلة نهاية الأسبوع تسمح بهضم التعب المرتبط بنهاية الأسبوع المدرسي. أما النشاطات داخل وخارج المدرسة فنظراً لغياب الهياكل التربوية المناسبة في المؤسسات التعليمية وفي المجتمع الجزائري فإن ذلك لا يسمح بتنمية واحترام تواترات الطفل الفيزيولوجية والنفسية ما قد يقود التلاميذ إلى الرسوب المدرسي. وبالتالي فإن جدول التوقيت المدرسي يؤثر على العوامل الفيزيولوجية والسيكولوجية للتلاميذ الجزائريين.

وفي نفس السياق، أكدت الدراسات العديدة في مجال الوتيرة المدرسية أن أطفال لتعليم الابتدائي والتابعين لنمط أربعة أيام يعانون من نقص اليقظة ويسلكون سلوكيات غير متكيفة مع الحالة المدرسية كما أنهم ينامون أقل من التلاميذ القائمين على نمط أربعة أيام ونصف، حيث يصحب هذا التنظيم انعكاس التطور اليومي لليقظة وكذا انعكاس التزامن بين وتيرة المحيط

والوتيرة الخاصة بالطفل ويؤدي هذا الانقطاع إلى عدم القيام بنشاطات خارج المدرسة (Testu, 2008). كما تبين من خلال الأعمال التي قام بها (Testu, 1994)، على وجود تغيرات يومية للانتباه وقدرة معالجة المعلومة، من خلال دورتين من الزمن المترجمة في أوقات خصة وأخرى عقيمة. وتوصلت مجموعة من الأبحاث الأوروبية المتتالية لتطور الأداءات الفكرية للتلاميذ خلال اليوم على ملمح تغير الأداءات مطابق للملمح الكلاسيكي لـ (Gates, 1916)، حيث ترتفع اليقظة في الصباح، ثم تشهد انخفاضاً ما بعد فترة الغذاء، لتعاود الارتفاع من جديد ما بعد الظهر. فبديهي أن يكون مستوى اليقظة ضعيفاً على (8سا-9سا)، لأن سلوك التلميذ في هذا الوقت يكون في حالة (تثاؤب-وهن-هدوء-أحلام اليقظة-غياب الاستجابة عند النداء) مثلما يحدث عندما تحين ساعة النوم على (21سا-22سا) مساءً أين ترتفع وتيرة نبض القلب؛ ويضيف (Lacey, 1960) أن أغلبية التلاميذ نحو (9سا) هم أقل انتباهاً (أورد في: Testu, 2008).

وعلى نفس المنوال، بينت دراسة معروف (2008) حول التغيرات اليومية والأسبوعية للسلوك داخل القسم لدى تلاميذ السنة السادسة ابتدائي أن التلاميذ المتمدرسين حسب نظام الدوامين يتكيفون أكثر مع الحالة المدرسية خلال اليوم مقارنة بنظام الدوام الواحد، بينما خلال الأسبوع نلاحظ العكس حيث أن تلاميذ النظام الدوام الواحد يتكيفان أكثر مع الحالة المدرسية مقارنة بتلاميذ نظام الدوامين. وفي نفس الإطار، أوضحت دراسة كل من (معروف لـ، خلفان ر دوقة أ، تمجيات ع، 2011) حول تأثير الإجراءات الجديدة الخاصة باستعمال الوقت المدرسي على الاداءات المدرسية لدى تلاميذ

المرحلة الابتدائية، أن سلوكات عدم الاهتمام وكثرة الحركة تشهد ارتفاعا في نهاية الفترة الصباحية وانخفاضها في آخر الفترة المسائية، وكذا ارتفاعها خلال الأسبوع المدرسي بينما سلوكات عدم اليقظة تشهد انخفاضا خلال اليوم المدرسي وعند المقارنة بين المؤشر اليومي والمؤشر الأسبوعي للانفصال عن الحالة المدرسية فإن التلاميذ يتكيفون مع الحالة المدرسية خلال اليوم المدرسي أحسن من الأسبوع المدرسي. وهو يقارب ما بينته دراسة كل من (Dubois et coll., 1992 ; Testu, 1994) أن تغيرات سلوك التكيف مع الوضعية المدرسية، ملاحظة داخل القسم ومؤكدة من خلال الأداءات المقاسة باختبارات سيكوتقنية. وأن مدة ونوعية النوم الليلي واليومي على ارتباط وثيق بتكيف السلوكات مع المحيط المدرسي، وفي بعض الأحيان بمستوى اليقظة والأداءات الفكرية (Dotto, 1994 ; Nesca et Koulack, 1994 ; Billon-Descarpentries, 1997 ; Randazzo et coll., 1996 ; Batejat et coll., 1999). وفي البعض الآخر ترتبط بالأطفال باختلاف أعمارهم وأصولهم الجغرافية. وهذا يدل على أن أي نقص في النوم المفروض يمكن أن يؤثر على السلوكات المدرسية (أورد في: Testu, 2000).

كما بينت جميع الدراسات التي أنجزت على مستوى الأبحاث الجامعية الأكاديمية مثل دراسات (معروف، نوفل 2016؛ معروف، لعسلي 2016؛ معروف، إمسعودان 2018) حول التغيرات اليومية والأسبوعية للانتباه ومدة النوم الليلي والسلوك داخل القسم بين الجزائر وغرداية- بجاية وأدرار- تيزي وزو وتمنراست بحيث أن هذه المتغيرات تختلف حسب المنطقة

الجغرافية حيث نلاحظ أن الملامح تختلف من منطقة لأخرى وهذا ما يؤكد تأثير هذه العوامل على أداءات التلاميذ. وعلى نفس المنوال، نجد أن العديد من الدراسات الحديثة، تشير إلى وجود فروق ذات دلالة في أوقات النوم لدى الأطفال المتدربين في الأقسام التحضيرية الثانية CM2 حسب الأصل الاجتماعي (Testu, Clarisse, Janvier, 1999) والجغرافي (Testu, 1994 ; Testu et coll., 1995). كما أنها اهتمت بأوقات النوم الليلي وبساعات النوم والاستيقاظ عند الأطفال. وذلك بمعالجة متوسط مدة النوم لدى الأطفال بموجب المنتمين إلى مدارس منطقة التربية الأولوية (Zone d'Education Prioritaire) أو غير المنتمين إليها (hors ZEP) بالمقارنة بين ساعات نوم واستيقاظ أطفال مدارس كلا المنطقتين يوما بعد يوم لمدة أسبوع. وتوصلت نتائج الدراسة إلى: رداءة الأداءات الخاصة باليقظة وبالانتباه الانتقائي بالاثنتين في كلا المنطقتين، وهذه الردائه تعود إلى عدم اليقظة والاستعداد الكامل للدوام على الساعتين الثامنة والتاسعة صباحا، وزيادة شدة التعب ما بعد الغذاء، إلى جانب تأثير عدد النشاطات خارج المدرسة لعطلة نهاية الأسبوع، وهذه النشاطات على علاقة بالوسط الاجتماعي-الثقافي للطفل والتي لها تأثير على نومه. (أورد في: Clarisse, Le Floc'h, Alaphilippe, Faget-Martin, 2011 ; Feunteun Kubiszewski, Maintier, Testu, 2011).

وفي نفس السياق، يضيف (Testu 2000) أن مدة النوم الليلي حسب المحيط الاجتماعي والجغرافي الذي ينتمي إليه التلاميذ، يقدر بـ (595 دقيقة) عند الأطفال المنتمون إلى منطقة التربية الأولوية والبالغين من العمر

(10-11 سنة)، و(586 دقيقة) بالنسبة لغير المنتمون إلى منطقة التربية الأولية. بينما الأطفال المنتمون إلى المحيط الريفي والبالغين من العمر (6-7 سنوات) تقدر بـ(658 دقيقة)، و(645 دقيقة) بالنسبة للأطفال المنتمون إلى المحيط الحضري. أما فيما يخص أطفال الريف البالغين من العمر (10-11 سنة) فإنهم ينمون (615 دقيقة) مقابل (595 دقيقة) بالنسبة للأطفال القاطنين في المدينة. بينما الأطفال الإسبانين البالغين من العمر (6-7 سنوات) فمدة نومهم تقدر بـ (610 دقيقة) مقابل (645 دقيقة) بالنسبة للأطفال الفرنسيين. وينام الأطفال الإسبانين البالغين من العمر (10-11 سنة) مدة (565 دقيقة) مقابل (595 دقيقة) بالنسبة للأطفال الفرنسيين.

- **خاتمة:** بفضل جهود المعهد الوطني للتربية المتبلورة بفضل الباحثين في مجال الوتيرة المدرسية منذ (1997) إلى غاية السنوات الأخيرة أمثال (معروف، خلفان، دوقة، تامجيات، لكحل، أبركان، مقيدش)، إلى جانب إسهامات بعض الباحثين الدوليين أمثال: (Testu , Clarisse, Le Flo'ch, Meite) أصبح اليوم من الممكن النداء بتغيير واقع الوتيرة المدرسية للطفل الجزائري باصلاح الزمن الدراسي اعتمادا على ما توصلت إليه نتائج الأبحاث في الوتيرة البيولوجية والنفسية للطفل في تجانسها مع الوتيرة المدرسية ومراعاتها عند القيام بأي إصلاح كان. وبموجب هذه الأرضية نأمل بتغيير الواقع التربوي الذي يواجهه التلاميذ يوميا في المحيط المدرسي نظرا لإجبارية خضوعهم للعبء الساعي

والكمي لجدول التوقيت والرزنامة المدرسية التي باتت ترهقهم نفسيا وجسميا وعقليا أكثر مما هي تكونهم وتتجهم بيداغوجيا.

-قائمة المراجع:

- 1- إمسعودن، م. (2018). دراسة التوتر المدرسية: الانتباه، مدة النوم الليلي والسلوك داخل القسم لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي، دراسة مقارنة بين ولاية تيزي وزو وولاية تمنراست. رسالة دكتوراه في علوم التربية، جامعة تيزي وزو.
- 2- تعوينات، ع. (2014). التوتر التعليمية-التعليمية. <http://educapsy.com/etudes/rythmes-scolaire-56>
- 3- معروف، ل وخلفان، ر ودوقة، أ وتمجيات، ع. (2009). تأثير الإجراءات الجديدة الخاصة باستعمال الوقت المدرسي على الاداءات المدرسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. المجلة الوطنية للبحث في التربية، المعهد الوطني للبحث في التربية، وزارة التربية الوطنية.
- 4- معروف، ل ودوقة، أ وخلفان، ر ولكحل، ل. (2001). التغيرات اليومية والأسبوعية لأداءات التلاميذ وتعديل الوقت المدرسي في المدرسة الأساسية. البرنامج الوطني للبحث في التربية والتكوين (PNR3)، رمز المشروع: 09/15/24/99، تقارير بحث المعهد الوطني للبحث في التربية. وزارة التربية الوطنية.
- 5- معروف، ل ولعسلي، وو نوفل، ج. (2016). دراسة كرونوفسية للانتباه والسلوكات داخل القسم لدى تلاميذ المستوى الابتدائي البالغين من العمر (7-10) سنوات، دراسة مقارنة بين الشمال والجنوب. مجلة مجتمع تربية عمل، مخبر مجتمع تربية عمل، جامعة مولود معمري تيزي وزو، 01، 119-128.
- 6- معروف، ل ومقيش، ش ومقيش، ن وخلف الله، س ونوي، خ. (1997). التوتر المدرسية وتعديلها في المدرسة الأساسية. تقارير بحث المعهد الوطني للبحث في التربية. وزارة التربية الوطنية.

- 7- معروف، ل. (2008). أثر نمط تنظيم الوقت المدرسي على كل من الانتباه والسلوك ومدة النوم الليلي والنشاطات خارج المدرسة عند تلاميذ المرحلة الابتدائية (السنة السادسة رسالة دكتوراه في علوم التربية، جامعة الجزائر، الجزائر).
- 8- الوتيرة المدرسية. (2011). مجلة بحث وتربية، 01، 07. المعهد الوطني للبحث في التربية.
- 9- وعلي، ل. (2017). تأثير التوقيت المدرسي في كل من الانتباه ومدة النوم الليلي عند تلاميذ المدرسة الابتدائية، دراسة مقارنة بين النظام العام والنظام الخاص. رسالة دكتوراه في علوم التربية، جامعة تيزي وزو
- 10- Basin, M., Coudoisy, M., Deniaud, L., & Denous, C. (2009). *Les troubles du sommeil*. Université d'angers, France.
- 11- Boujon, C., Quaireau, C. (1997). *Attention et réussite scolaire*. Paris : Dunod
- 12- Clarisse, R., Le Floc'h, N., Alaphilippe, D., Faget-Martin, E., Feunteun, P., Kubiszewski, V., Maintier, C., Testu, F. (2011). *Regard croisés sur les rythmes de vie des enfants de l'école élémentaire Doisneau la chapelle sur Erdre. Rapport d'étude (2010-2011)*, université de Tours, France.
- 13- Laumon, B., Levi, F., Clarisse, R., Challamel, M.J., Testu, F., & Touitou, Y. (2001). *Rythmes de l'enfant de l'horloge biologique aux rythmes scolaires. expertise collective. inserm (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale)*. France.
- 14- Le Floc'h, N. (2011). *Les rythmes scolaires*. Revue EducRecherche, Institut National de Recherche en Education, 01, 60.
- 15- Marouf, L. (2010). *Etude chronopsychologique de l'attention chez les élèves algériens âges de 11 ans*. Revue Dirasset fi el oloum el insania oua el ijtimaiya, université d'Alger, 15, 19-56.
- 16- Marouf, L. (2014). *Les rythmes scolaires en Algérie. Attention, Sommeil, Comportements en classe et activités extra-scolaires*. France : Presses Académiques francophones.
- 17- Testu, F. (2000). *Chronopsychologie et rythmes scolaires*. Paris : Masson.

18- Testu, F. (2015). *Rythmes scolaires, de l'enfant à l'élève*. Paris : Canope-Eclairer.