

Convention citoyenne sur les temps de l'enfant

Cahier d'acteur



EN BREF

Les propositions formulées dans ce cahier d'acteur sont le fruit de la réflexion collective menée par un groupe de travail pluridisciplinaire, impulsé et coordonné par le CNOSF, associant chercheurs, médecins, sportifs de haut niveau, enseignants, dirigeants de fédérations sportives (notamment de sport scolaire), élus locaux et parents d'élèves.

Nous proposons une réforme sociétale majeure, centrée sur l'intérêt de l'enfant et lisible pour les familles :

**Faire terminer la journée
scolaire à 16h pour tous.**

Cette (r)évolution des rythmes permettrait à nos enfants de pratiquer plus de sport (et d'activités culturelles) au quotidien pour améliorer leur santé et favoriser leur épanouissement et leur réussite éducative.

Contact : Presse@cnosf.org

Cahier d'acteur déposé par : Le Comité National Olympique et Sportif Français

Qui sommes-nous et quel est notre rôle ?

Association loi 1901 reconnue d'utilité publique, le CNOSF représente le Comité International Olympique (CIO) en France. En sa qualité de **représentant de 111 fédérations et membres associés, 162 000 clubs, 3,5 millions de bénévoles, 15 000 sportifs de haut niveau et 17 millions de licenciés**, il est aussi l'interlocuteur privilégié des pouvoirs publics et de la société civile sur toute thématique intéressant collectivement le sport français.

NOS CONSTATS

Quelle est notre vision de l'organisation actuelle des temps des enfants en France ?

Un constat alarmant

Le pays n'est pas assez conscient du **danger sanitaire** dans lequel se trouve notre jeunesse aujourd'hui. Nous sommes face à un réel problème de santé publique lié à **l'inactivité physique, à la sédentarité et à la dépendance aux écrans**. C'est une « **bombe à retardement sanitaire** » : nous préparons des générations en mauvaise santé. Le professeur François Carré, cardiologue et médecin du sport, le dit : « *Nos adolescents de 15 ans préparent leur infarctus à 30 ans* ». L'ANSES a récemment montré que **49% des 11-17 ans présentent un risque sanitaire très élevé**, avec un dépassement simultané de deux seuils : plus de 4h30 de temps d'écran/jour, et moins de 20 mn d'activité physique/jour !

Les données de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) corroborent ces constats sous un angle complémentaire, lui aussi préoccupant : si rien ne change, en 2050, **1 enfant sur 3 sera**

obèse et deux tiers d'entre eux se battront toute leur vie contre le surpoids.

Et, de leur côté, les données de Santé Publique France montrent parallèlement que la **santé mentale de nos adolescents se dégrade** : plus de la moitié des jeunes (51% des collégiens et 58% des lycéens) font état de difficultés psychologiques ou somatiques récurrentes¹ ; 14% des collégiens et 15% des lycéens présentent un risque important de dépression. Une tendance lourde, accentuée par la Covid-19.

Relevons ensuite que le modèle français d'éducation contribue à accentuer la **sédentarité à mesure que les jeunes avancent dans leur scolarité** : les enseignements se déroulent dans la classe et assis, et ils augmentent au fil du curriculum alors que le temps d'enseignement de l'EPS régresse, passant de 4h en 6^{ème} à 3h en 5^{ème}, puis 2h au lycée. Dans ce contexte, **37% des 6-10 ans et 73% des 11-17 ans n'atteignent pas les standards d'activité physique** recommandés par l'OMS. Et l'entrée au collège correspond au début de l'érosion de la pratique en club sportif, notamment chez les filles : le taux de licence est de **60% à 12 ans** mais de **30% à 18 ans**.

Pour les enfants, c'est une énorme perte : ils ne bénéficient pas des bienfaits du sport sur leur **santé physique** (après six semaines d'entraînement, un collégien regagne 5% de ses capacités cardio-respiratoires²), sur leur **santé cognitive** (l'activité physique contribue à la

¹ Santé Publique France. « Etude EnCLASS ». 2020.

² Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques. « Grande Cause Nationale 2024. Bouge 30 minutes chaque jour ! ». 2024.

plasticité cérébrale nécessaire pour mémoriser et analyser³ et à la construction de l'intelligence) mais aussi sur leur **équilibre** et leur **sociabilisation** : le sport est vecteur **d'inclusion**, il est un outil **d'apprentissage des valeurs citoyennes**, du respect de l'autre, de la coopération et du dépassement de soi. Et il est source de **plaisir** : pour 89 % des collégiens, il permet de s'amuser et 83 % le voient comme une occasion de passer de bons moments avec ses copains et de s'en faire de nouveaux⁴.

Dernier élément du diagnostic, **la situation française est singulière** : la France a le **temps d'instruction annuel le plus important** des pays de l'OCDE (864h v. 800h en moyenne), mais est aussi l'un des pays avec le **nombre de semaines d'école le moins élevé** (36 semaines par an contre 38 en moyenne), avec 16 semaines de vacances par an contre 13,5 en moyenne dans les autres pays. Ce **volume annuel élevé, concentré sur moins de semaines de travail, donne mécaniquement des amplitudes journalières très importantes**, avec un 8h30-16h30 répandu dans le primaire et des variations dans le secondaire allant parfois jusqu'à 8-18h au lycée.

C'est pour se donner une chance de corriger ces constats que nous proposons une grande réforme sociétale : **la sortie des classes à 16h au plus tard pour tous les enfants** permettant, sans changer de modèle, **un équilibre plus harmonieux entre les temps de l'enfant** (scolaire, périscolaire, extrascolaire). En continuant à s'appuyer sur tout ce que l'école apporte d'essentiel, il s'agit d'ouvrir plus largement, en complément, un temps extrascolaire lui aussi propice à l'épanouissement de notre jeunesse et qui peut être bien mieux structuré et mieux accompagné qu'aujourd'hui dans notre pays, **dans l'intérêt des enfants** et avec une vraie valeur ajoutée pour **toutes** les familles.

Le changement est possible, d'autres l'ont entrepris : **aux Pays-Bas**, la journée scolaire s'achève entre 15 h et 16 h. **En Finlande**, une politique gouvernementale a permis, en lien avec des choix éducatifs forts, de faire passer entre 2002 et 2018 la proportion de jeunes qui font au moins 1h d'activité physique par jour de 18 % à 35 % chez les garçons, et de 12 % à 29 % chez les filles⁵.

NOS PROPOSITIONS

Quels sont les axes de propositions et idées que nous portons à la connaissance de la Convention citoyenne ?

Avant d'évoquer le cœur de cible de notre recommandation, une précision concernant les **jeunes hauts potentiels sportifs** : un cadre rénové et des aménagements significatifs ont déjà été mis en place depuis plusieurs années ; l'enjeu maintenant est d'aller jusqu'au bout. Nous insistons ainsi sur l'importance que soient tenus les engagements pris en 2023 de **multiplier par trois les places en sport-études**, pour les faire passer à 30 000 places, afin que chaque jeune ait une formule à horaires aménagés (fin des cours à 13h ou 14h) à proximité. Ce dispositif, consacré par la loi (loi du 2 mars 2022, art. 19) et déjà accessible à 19 400 élèves, est un véritable atout pour leur double réussite, scolaire et sportive, et leur épanouissement.

Pour tous les autres élèves, du primaire au lycée, la réforme que nous proposons consiste à garantir une sortie des cours à 16h au plus tard (sans modifier les équilibres trouvés sur le rythme du mercredi). L'objectif : permettre à tous les jeunes de notre pays d'avoir chaque jour accès à un ensemble d'activités extrascolaires. Du sport (indispensable !), sur lequel cette contribution est centrée, mais aussi des activités culturelles ou artistiques, **selon leurs préférences et les choix qui seront faits par les familles**.

Libérer du temps extrascolaire pour permettre plus d'activités physiques et sportives pour nos enfants

En préambule, nous rappelons notre attachement à ce que soient sacralisés les volumes horaires d'EPS, dispensés par des enseignants bien formés et qui représentent une composante fondamentale des programmes de l'Éducation Nationale. Au primaire, cet enseignement doit rester complété par les 30 minutes d'Activité Physique Quotidienne : de l'activité positionnée librement dans la journée et pour laquelle les enseignants doivent être davantage formés et soutenus, notamment par des intervenants extérieurs s'ils le souhaitent.

La réforme que nous proposons, avec la préservation des mercredis et la sortie de classe anticipée à 16h les autres jours de la semaine, s'appuiera dans le champ sportif sur **deux piliers** qui comptent parmi les forces du modèle sportif français :

- les **associations de sport scolaire** (USEP, UNSS et UGSEL⁶), dont le travail et l'expertise éducative sont reconnus et dont le potentiel est considérable. Nous devons réussir à les démultiplier dans le premier degré, et inciter les familles à y inscrire leurs enfants en faisant

³ Conseil scientifique de l'éducation nationale. « Activité physique, fonctionnement cognitif et performances scolaires : niveau de preuve et grade de recommandation ». Février 2022, n°6.

⁴ INSEE. « France, portrait social – Édition 2020 ». 03/12/2020.

⁵ Leur recette : l'EPS représente un tiers du nombre total de cours après le finnois, la littérature et les maths ; les transports actifs pour venir à l'école sont encouragés (vélo, marche) ; pour chaque tranche de 45min de cours, 15min de pause sont conçues comme des moments actifs.

⁶ USEP : Union sportive de l'enseignement du premier degré. UNSS : Union nationale du sport scolaire. UGSEL : Union générale sportive de l'enseignement libre.

mieux connaître cette pratique complémentaire de la pratique en club sportif.

- **Les clubs de nos fédérations sportives** qui, par leur diversité, proposent un large éventail d'activités physiques et sportives.

Le temps scolaire libéré permettra aux 162 000 clubs sportifs qui maillent le territoire national d'accueillir des jeunes sur **de nouvelles plages horaires**, dès 16h30, avec 2 ou 3 rotations jusqu'à la fin de journée. L'organisation sur davantage de créneaux de pratique sportive favorisera **une bonne répartition du temps des éducateurs sportifs et un lissage de l'utilisation des équipements sportifs**.

Le départ anticipé à 16h pour tous aura pour autre avantage de permettre la **massification des schémas de transport** avec les collectivités territoriales. Des solutions de minibus sportifs ou de covoiturage (permises par la lisibilité d'organisation offerte aux familles, dont tous les enfants sortiront à 16h) pourront compléter l'offre.

Cette organisation conduira nos clubs à s'affirmer encore davantage qu'aujourd'hui comme des espaces de socialisation, des lieux de vie au cœur desquels les enfants pourraient avoir accès, avant ou après leurs créneaux de pratique sportive, **à des activités ludo-éducatives complémentaires** (ex : lecture, dessin/peinture, jeux extérieurs, jeux de société, pratique des échecs, etc.)⁷.

Comment y arriver ?

La sortie à 16h pour tous implique l'**optimisation des emplois du temps scolaires en limitant les heures creuses** et en tenant compte des contraintes de salles et d'options. Les efforts d'optimisation seront certainement un peu plus importants pour les lycéens et pourraient nécessiter une rentrée anticipée de quelques jours à la fin du mois d'août permettant la réduction des journées sans toucher au volume des enseignements obligatoires.

Cette réforme s'inscrira dans le cadre d'une **approche partagée** et d'une **gouvernance à la fois volontariste et adaptée**, associant l'Éducation Nationale et les partenaires sociaux, le mouvement sportif, les collectivités territoriales, mais aussi les parents d'élèves (et leurs représentants), qui apprécieront de se voir proposer un meilleur accès pour leurs enfants à des activités épanouissantes et bien encadrées, de nature à réduire leur exposition aux écrans et à améliorer leur état de forme. **Deux outils de planification et d'animation** des politiques publiques existent déjà pour orchestrer cette organisation collective, mais sont peu utilisés : les Plans sportifs locaux (art. L. 113-4 du Code du Sport) et les Projets Éducatifs Territoriaux (PEDT, art. D.521-12 du Code de l'Éducation). Il faut s'en saisir pleinement !

Le mouvement sportif sera au rendez-vous de cette réforme en **diversifiant et massifiant son offre de pratiques** dès 16h30, avec une mobilisation de ses forces vives pour un accueil de qualité, une accélération du recrutement et de la formation des éducateurs sportifs et la bonne coopération de tous les acteurs de la continuité éducative. Là où subsistent des zones déficitaires en équipements sportifs notamment, les clubs sportifs gagneront à pouvoir être accueillis dans les équipements localisés au sein des établissements scolaires ; les préfets et les recteurs sont d'ailleurs incités à mettre en place les conditions de ce « partage d'équipements »⁸. Il faudra créer les bons espaces de discussion, de mutualisation et de décision sur l'utilisation cohérente des équipements sportifs.

Enfin, et cette condition sera absolument essentielle pour que cette réforme soit une réussite et bénéficie à tous les enfants : aucun d'entre eux ne doit se voir barrer l'accès au sport pour des raisons financières. Une **tarification sociale des activités physiques et sportives doit donc être mise en place, avec une vraie démarche partenariale** à laquelle le CNOSF et les fédérations ont vocation à prendre toute leur part. A cet égard, nous souhaitons, en premier lieu, rappeler l'importance du **rétablissement du pass Sport pour les 6-13 ans**⁹.

~*~

GARANTIR UNE SORTIE DES COURS A 16H EST UNE REFORME QUI MET L'INTERET DE L'ENFANT AU CŒUR DES PREOCCUPATIONS. Lui donner accès à d'autres espaces de socialisation, en relais de l'Éducation nationale, à des opportunités régulières de **prendre soin de son corps, de son esprit** et l'accompagner dans **son rôle de citoyen en construction par l'accès à de nouveaux centres d'intérêts**, c'est lui donner des outils supplémentaires de réussite et d'épanouissement. Cette réforme repose sur **une nouvelle coopération à instaurer entre institutions** qui se coordonnent localement pour mettre en œuvre les bons aménagements, avec souplesse et pragmatisme mais autour du cap clair des « 16h pour tous ». Elle aurait par ailleurs de nombreux effets positifs, notamment sur le développement du tissu associatif sportif et culturel (nouveaux créneaux, nouveaux usages, nouveaux emplois), **vecteur essentiel de lien social dans tous nos bassins de vie**.

⁷ Des discussions ont été engagées avec la Caisse des dépôts et des consignations pour faciliter de tels aménagements, comme cela a pu être fait en appui d'EduRénov, programme d'action national dédié à la rénovation énergétique du bâti scolaire. En termes d'encadrement, les demandes portées par la Fédération Léo Lagrange (membre du CNOSF) sur le BAFA et le BAFD permettraient de fluidifier la coopération entre les ressources humaines du sport et de l'animation.

⁸ Circulaire du 8-9-2025 portant sur l'ouverture des équipements sportifs des établissements scolaires et d'enseignement supérieur pour la rentrée 2025

⁹ Le pass Sport est un soutien financier de l'État à hauteur de 50€ pour s'inscrire dans un club, notamment à destination des familles les moins favorisées, titulaires de l'Allocation de Rentrée Scolaire. En 2025, il a été supprimé pour les 6 – 13 ans.