

100 dossiers documentaires pour l'école primaire

gestesprofessionnels.com

47- Ergonomie scolaire et éducative

JANVIER 2021

Un petit message fait toujours plaisir !
jacques.Fraschini@ac-nancy-metz.fr

Quelques premières interrogations	3
Qu'est-ce que l'ergonomie scolaire ?	
Pourquoi l'ergonomie pour les enfants et les jeunes est si importante ?	
Éducation nationale : à quand une nouvelle posture ?	
Pourquoi transformer sa salle de classe ?	
Comment sensibiliser les enfants à l'ergonomie ?	
Prescriptions institutionnelles	3
Le poids des cartables	
Quelques premières aides	4
Dans les métiers de l'éducation, les postures et le bruit créent des troubles spécifiques	
Les événements déclencheurs de troubles musculosquelettiques	
Critères ergonomiques : aménagement de la classe.	
Une recette magique de la salle de classe parfaite, qui reste à tester	
Mobilier scolaire en fonction du degré de scolarité de l'élève	
Des meubles dynamiques favorisent l'alternance des différentes positions assises	
Devoirs et école à la maison : conseils ergonomiques pour bien installer votre enfant	
Des sangles larges et courtes : l'ergonomie pour bien choisir un cartable en primaire	
Ressources institutionnelles	5
L'éclairage	
Acoustique et enseignement	
Outils et matériels	6
Fournitures Scolaires Ergonomiques	
Formations	6
M'TONDOS ECOLE : la prévention en milieu scolaire.	
Histoire(s) de l'ergonomie en sept vidéos	
Pratiques de classe	6
La prévention des lombalgies en milieu scolaire	
Projet Classes flexibles	
Un cours d'ergonomie pour apprendre aux enfants à prendre soin de leur dos à Saint-Lô	
Et cette vision de la classe devient virale !	
Événements	7
Le prix Jean Prouvé	
Rapports, enquêtes, études	7
Le projet " La salle de classe, pour mieux se porter et mieux travailler "	
Blogs et Forums	7
Siège ergonomique enseignant	
Contributions	7
Pour une approche ergonomique de l'activité enseignante / R. Amigues	
Pour une école inclusive. L'ergonomie au secours de tous à l'Ecole / N. Delvolvé	
Comme discipline, l'ergonomie a trois domaines de spécialisation / École branchée	
Approche ergonomique de l'intégration d'élèves en situation de handicap / F. Grimaud et F. Saujat	
Ergonomie à l'école : zéro pointé ! / vousnousils	
Mémoires et thèses	8
Éléments de bibliographie	8

Quelques premières interrogations

Qu'est-ce que l'ergonomie scolaire ?

« L'ergonomie scolaire et éducative se propose d'optimiser l'organisation de l'ensemble du processus éducatif pour qu'il soit adapté aux besoins des élèves. » [afpssu](#) « Englobant l'ensemble des facteurs du processus éducatif, elle a pour objet à la fois les rapports au travail de l'élève et de l'enseignant, l'équipement et le matériel utilisés, le milieu, mais aussi les conditions temporelles et sociales dans lesquelles les projets éducatifs se déroulent. Cette définition souligne le caractère original et complexe de la démarche ergonomique dans le champ de l'activité humaine. » [em-consulte](#)

Pourquoi l'ergonomie pour les enfants et les jeunes est si importante ?

« La combinaison des pauvres mobilier scolaire, cartables lourds et le manque de causes d'exercice 48% des adolescents se plaignent de douleurs au dos après l'école primaire. La raison : à un jeune âge, la colonne vertébrale est encore facilement déformée par over- et Fehlbelastung pourquoi il est extrêmement vulnérable. De plus, la puissance musculaire n'est pas complètement développée. Pour ces raisons, l'ergonomie est une question très importante pour les enfants. » [anedulhome](#)

Éducation nationale : à quand une nouvelle posture ?

« Membre de l'Association Française de Promotion de la Santé Scolaire et Universitaire, Cathy Bonnetty a constaté dans les écoles fréquentées par ses propres enfants « à quel point les conditions de travail sont révoltantes. En Élémentaire beaucoup d'enfants ne disposent que de bureaux fixés aux chaises. Un mobilier d'un seul bloc qui contraint les plus petits à avoir le bout des fesses sur le bord de l'assise et les plus grands à se plier en deux. » [vousnousils](#)

Pourquoi transformer sa salle de classe ?

« Comment changer la salle de classe quand les habitudes ont près de 4 siècles !!! Questionnons les élèves sur leur ressenti. » [padlet](#)

Comment sensibiliser les enfants à l'ergonomie ?

« Pour sensibiliser votre enfant à l'ergonomie physique, vous pouvez commencer par passer ensemble en revue ces 5 règles de base. Expliquez à votre enfant qu'en faisant les bons mouvements, il se sentira bien dans son corps et sera plus fort. » [azergo](#)

Prescriptions institutionnelles

Le poids des cartables

« Le poids du cartable est une question de santé publique pour nos enfants : je souhaite que les établissements scolaires s'emparent de cette question, dès à présent, dans le cadre de la prévention du mal de dos en milieu scolaire. » [education.gouv](#)

Quelques premières aides

Dans les métiers de l'éducation, les postures et le bruit créent des troubles spécifiques

Les risques liés à la posture. « Pendant leur journée de travail, les enseignants sont le plus souvent en position debout face aux élèves. La position debout prolongée génère un risque d'atteinte rachidienne et de troubles circulatoires. Lorsqu'ils veulent s'asseoir, les chaises sont rarement adaptées, ce qui occasionne des contraintes articulaires au niveau du rachis cervical et dorsolombaire (au niveau du dos), et également au niveau des membres supérieurs (épaules-coudes-poignets). » Les risques liés à l'environnement sonore. « Les bâtiments sont très rarement adaptés au niveau de l'ambiance sonore. En effet, les matériaux utilisés lors des constructions souvent anciens, et sont sources de réverbération des sons. Les enseignants doivent alors forcer sur leur voix pour être entendus par les élèves. Cela crée de la fatigue et des troubles orthophonistes (dysphonie, atteinte des cordes vocales). De plus, travailler dans le bruit est stressant et peut à long terme entraîner des troubles de l'audition et du stress. » [autonome-solidarite](#)

Les événements déclencheurs de troubles musculosquelettiques

« On retrouve notamment les gestes suivants : - se pencher au-dessus des tables basses / - être assis sur des chaises d'enfants / - être à genoux sur le sol ou sur des tables basses. Tout laisse à penser que les pratiques d'enseignement modernes ont maximisé le problème. Les enseignants et les autres acteurs dans les écoles maternelles et élémentaires passent aujourd'hui peu de temps assis derrière leur bureau. Ils sont encouragés à interagir plus étroitement avec les élèves, notamment dans les classes de maternelle ou d'enfants en bas âge. Ces professionnels sont donc naturellement amenés à se pencher au-dessus des enfants ou vers les petits, lorsque ces derniers sont assis devant des tables basses, par exemple. » [ergofrance](#)

Critères ergonomiques : aménagement de la classe.

« Dans cette photo d'une classe, nous remarquons que les critères d'ergonomie sont pris en compte. À premier abord, la classe paraît agréable et lumineuse avec des couleurs douces, des meubles amovibles et des espaces de travail multiples. Elle offre une variété de sièges aux élèves et ils peuvent choisir où s'installer de manière confortable. Nous supposons qu'il y a plus d'options possibles que d'élèves. Un tel aménagement donne à l'élève la liberté de choisir l'espace de travail qui convient le mieux à ses besoins selon la tâche demandée. L'élève a également l'autonomie de favoriser une position dans laquelle il va écouter, apprendre, ou travailler. Il peut être sur un bean-bag, sur une chaise, sur un coussin, sur un tabouret, sur un ballon ou au sol. » [nohataha](#)

Une recette magique de la salle de classe parfaite, qui reste à tester

« Peindre un pan de mur avec un beau bleu / Disposer quelques plantes vertes / Exposer vos élèves à la lumière naturelle / Afficher les projets en cours des élèves / Privilégier des tables et des chaises faciles à déplacer / Ajouter des espaces de travail collaboratifs / Étouffer les bruits (faux plafond, cylindres en mousse de mélamine suspendus, etc.) » [profpower](#)

Mobilier scolaire en fonction du degré de scolarité de l'élève

Tableau récapitulatif avec les différentes tailles et hauteurs d'assise en fonction du degré de scolarité des élèves. [axess-industries](#)

Des meubles dynamiques favorisent l'alternance des différentes positions assises

« Assise active : travail à la table. L'orientation vers l'avant est favorisée par une surface d'assise dynamique inclinable. Le dos peut ainsi mieux se redresser, le bassin est stabilisé. En même temps, l'élève est assis tellement à l'avant qu'il n'utilise pas le dossier.

Assise passive : position détendue pour l'écoute. La surface d'assise dynamique s'adapte automatiquement au déplacement du poids du corps vers l'arrière. Le dos est soulagé, ce soulagement de la position permet aux disques intervertébraux, aux muscles et aux ligaments de se reposer.

La meilleure position de travail : le changement continu. Outre un changement continu de la position d'assise, favorisé par des chaises à surface d'assise dynamique, l'alternance entre la position assise et la position debout prend également une importance de plus en plus significative à l'école aujourd'hui. » [vs.de](#)

Devoirs et école à la maison : conseils ergonomiques pour bien installer votre enfant

« Dans de nombreux cas, pour être à proximité de ses parents, l'enfant fait ses devoirs dans la cuisine, mais il est alors installé à une table trop haute et sur une chaise trop grande pour lui, les jambes ne touchant pas le sol. La cuisine, le canapé ou même le sol de la salle à manger peuvent vite se transformer en salles de classe, ce qui est bien pour la créativité, mais beaucoup moins pour la santé de l'enfant. Malheureusement, les bonnes pratiques pour bien s'installer et éviter les douleurs sont rarement enseignées aux enfants et souvent méconnues des parents. » [azergo](#)

Des sangles larges et courtes : l'ergonomie pour bien choisir un cartable en primaire

« Un cartable avec des bretelles larges est parfait car le poids de son contenant est mieux réparti. Bien positionnées sur les épaules, elles permettent d'éviter les frottements. Attention cependant à leurs longueurs : des sangles trop longues augmentent le poids du cartable en tirant sur les épaules, accentuent la cambrure du dos et provoquent d'importants problèmes de dos (...) » [enfant.com](#)

Ressources institutionnelles

L'éclairage

« Si l'on se réfère aux préconisations actuelles en matière d'éclairage, on constate que beaucoup d'installations de salle de classe méritent d'être repensées. Lors de nos visites, nous avons constaté qu'une attention toute particulière était à accorder aux tableaux, supports essentiels de l'aide mémoire pédagogique. De larges zones sont soit trop sombres, soit trop brillantes et donc difficilement lisibles. » [ac-orleans-tours](#)

« Cette note d'information est destinée à apporter quelques recommandations liées à l'éclairage des locaux scolaires. Sont aussi traitées quelques données liées à la vision des enfants et des adultes. Elle a été réalisée grâce au concours de médecins, d'infirmières et d'agents chargés de la mise en œuvre de l'Académie. » [ac-orleans-tours](#)

Acoustique et enseignement

« Dans cette note d'information, sont évoqués les effets que peut avoir une mauvaise acoustique sur la santé et le bien être des adultes et également les influences sur la pédagogie, les deux étant liés puisqu'un message oral mal perçu par l'élève sera pénalisant pour celui-ci mais également pour l'enseignant avec divers troubles liés à la voix et à l'audition ainsi qu'une accumulation de fatigue. » [ac-orleans-tours](#)

Outils et matériels

Fournitures Scolaires Ergonomiques

« Nous vous suggérons du matériel avec des zones grip antidérapantes et empreintes préformées pour guider le positionnement des doigts, des grandes équerres avec préhension amovible, des ciseaux sans effort. » [materieldys](#) « Plus de 2000 outils ludo-éducatifs innovants et sécurisés » [hoptoys](#)

Formations

M'TONDOS ECOLE : la prévention en milieu scolaire.

Cette formation vous permettra de : - acquérir les connaissances et moyens nécessaires à l'intervention au sein de l'école / - maîtriser les notions ergonomiques de la station assise / - acquérir des outils pour offrir une réponse aux problèmes rencontrés. [itmp](#)

Histoire(s) de l'ergonomie en sept vidéos

1- L'émergence : L'ergonomie comme nouvelle science et technologie / 2- La conceptualisation : l'essor des concepts et méthodes en ergonomie / 3- La pratique : le développement d'un métier / 4- La démultiplication des domaines de l'ergonomie / 5- L'institutionnalisation : la création des organisations de support et de développement de l'ergonomie / 6- L'essaiage : la diffusion et l'internationalisation / 7- Prospective : perspectives sur le futur de l'ergonomie. [canal-u.tv](#)

Pratiques de classe

La prévention des lombalgies en milieu scolaire

« La transmission des connaissances aux écoliers se limite à une approche de l'anatomie de la colonne vertébrale. L'essentiel de l'intervention porte sur l'acquisition de bonnes pratiques gestuelles et posturales. Cet apprentissage concerne les mouvements de redressements en position assise (et le port du cartable), qui seront abordés de façon ludique avec de gros ballons, mais qui sont reproductibles sur les chaises en classe. L'objectif est de les sensibiliser tous durablement, en 55 minutes de cours. Pour cela, le préventeur utilise des outils pédagogiques qui sont préparés à l'avance. » [mtondos](#)

Projet Classes flexibles

« L'ergonomie de la salle de classe contribue à améliorer l'environnement pédagogique. Pour retrouver le plaisir d'apprendre et de travailler, les chaises et les tables deviennent mobiles. Les espaces de circulation évoluent en zones de travail pensées par l'enseignant. Des micro-espaces apparaissent pour travailler seul, en groupe, partager ou encore accueillir les parents. Ainsi les nouvelles pratiques, pédagogie différenciée, classe inversée, projet éducatif, se lient intimement avec les achats de mobilier et les usages numériques. » [archiclasse](#)

Un cours d'ergonomie pour apprendre aux enfants à prendre soin de leur dos à Saint-Lô

« Comment bien faire ses lacets ? En adoptant la posture du "chevalier servant" indique Jean-Charles Pican aux élèves d'une classe de CE2 de l'école primaire de Saint-Sauveur à Saint-Lô. Le but de cette position : éviter de se plier en deux pour faire ses lacets, une position inconfortable pour le dos. » [france3-region](#)

Et cette vision de la classe devient virale !

« Sur Instagram, de nombreux enseignants partagent leur expérience d'aménagement flexible. Voici quelques idées de hashtags à suivre : #classeflexiblefr, #enseigner autrement, #flexibleseating ou encore #flexibleseatingclassroom. On attend vos photos maintenant ! » [classe-de-demain](#)

Événements

Le prix Jean Prouvé

« Le Prix Jean Prouvé propose aux écoles de design françaises et aux designers professionnels de repenser le mobilier scolaire. Cette nouvelle approche est axée vers le confort et le bien-être des élèves dans une école en mutation. » [education.gouv](#)

Rapports, enquêtes, études

Le projet " La salle de classe, pour mieux se porter et mieux travailler "

« Son objectif : examiner l'impact que l'aménagement de la salle de classe peut avoir sur la santé et le travail des élèves. Dans le cadre d'un volet de ce projet, des facteurs ergonomiques (éclairage et couleur, climatisation et aération, bruit, sol et mobilier) ont été optimisés, en tenant compte des avancées dans le domaine des sciences du travail et des progrès de la technique, et ont été expérimentés dans deux salles de classe réelles d'une école primaire de Dresde et d'une école secondaire de Hennef. » [kan.de](#)

Blogs et Forums

Siège ergonomique enseignant

« Qu'utilisez-vous en classe? C'est vrai qu'en feuilletant les catalogues, il existe des sortes de tabouret à roulettes pour enseignant. Est-on en droit de demander un peu plus de confort (conditions de travail) ? » [forums-enseignants-du-primaire](#)

Contributions

[Pour une approche ergonomique de l'activité enseignante](#) / R. Amigues

« Le but de cet article est de proposer un cadre pour analyser le travail enseignant laissé dans l'ombre par une recherche en éducation dont les présupposés pédocentriques orientent les travaux davantage vers l'activité de l'élève que vers les gestes professionnels des professeurs. Une première partie présentera rapidement un panorama de ces recherches et une seconde partie présentera une approche ergonomique qui, pour analyser le travail réel du professeur, fait appel à des critères et des références autres que ceux qui permettent de caractériser habituellement l'action professorale.»

[Pour une école inclusive. L'ergonomie au secours de tous à l'École](#) / N. Delvolvé

« En conclusion, faisons-en sorte que l'école soit réellement inclusive grâce à l'approche ergonomique des situations scolaires et l'amélioration des conditions de vie et de travail de tous les élèves. Ajoutons à cet enjeu fondamental d'autres projets absolument complémentaires comme : - développer dans la formation des enseignants et de la hiérarchie de l'EN l'approche neuroscientifique et ergonomique de l'apprentissage / - proposer des réflexions dans le cadre des dispositifs pédagogiques "Education à la santé et à la citoyenneté" dès l'École primaire / - transmettre des connaissances aux parents d'élèves sur les besoins de leurs enfants pour qu'ils aient un développement intellectuel et social le plus harmonieux possible (...) »

[Comme discipline, l'ergonomie a trois domaines de spécialisation](#) / École branchée

« L'ergonomie physique. Ce premier domaine se rapporte aux caractéristiques qui ont trait à l'activité physique des personnes. Ainsi dans le domaine éducatif, elle s'occupera, par exemple, d'améliorer le confort des élèves en classe. L'ergonomie organisationnelle (...) L'ergonomie cognitive (...) »

[Approche ergonomique de l'intégration d'élèves en situation de handicap](#) / F. Grimaud et F. Saujat

« La présence d'élèves handicapés en classe ordinaire constitue pour le chercheur en ergonomie une loupe permettant de mettre en évidence que dans des situations en apparence "extra-ordinaires", les enseignants s'approprient et développent des gestes ordinaires disponibles dans le genre professionnel.

[Ergonomie à l'école : zéro pointé !](#) / vousnousils

Bruit permanent, mobilier inadapté, rythmes de travail mal pensés... en France, l'ergonomie sèche l'école.

Mémoires et thèses

- ▶ Maîtrise 2012. [Principes ergonomiques en milieu scolaire](#)
- ▶ Master 2010. [Les sites Internet pour enfants, une ergonomie à vocation éducative ou mercantile ?](#)
- ▶ Thèse 2002. [Ergonomie de l'activité enseignante et développement de l'expérience professionnelle : une approche clinique du travail de professeur](#)

Éléments de bibliographie

- ▶ Collectif. [Bâtir un établissement scolaire apprenant](#) (2018 / 145 p.)
- ▶ DELVOLVÉ Nicole. [Stop à l'échec scolaire : l'ergonomie au secours des élèves](#) (2010 / 163 p.)
- ▶ DÉOUX Suzanne. [Bâtir pour la santé des enfants](#) (2010 / 700 p.)
- ▶ DILLER Debbie. [Aménager sa classe pour favoriser l'apprentissage](#) (2015 / 191 p.)