

**ASSEMBLÉE NATIONALE**7 février 2019

---

**ÉCOLE DE LA CONFIANCE - (N° 1629)**

Commission	
Gouvernement	

Rejeté

**AMENDEMENT**

N ° 604

présenté par  
M. Reiss

-----

**ARTICLE ADDITIONNEL****APRÈS L'ARTICLE PREMIER, insérer l'article suivant:**

L'article L. 312-17 du code de l'éducation est complété par un alinéa ainsi rédigé :

« Une information est délivrée régulièrement aux élèves, parents, enseignants et éducateurs quant au rôle fondamental d'un sommeil de qualité sur les performances physiques et intellectuelles, particulièrement sur les fonctions d'apprentissage des jeunes. »

**EXPOSÉ SOMMAIRE**

Chacun sait qu'un sommeil de qualité et en quantité suffisante est indispensable pour l'apprentissage des enfants à l'école. Pourtant, au cours de ces dernières décennies, le temps de sommeil moyen des enfants a diminué du fait d'un coucher plus tardif le soir. Chaque année, les enfants entre 3 et 10 ans perdent 10 minutes de sommeil par nuit. Cette diminution progressive du temps de sommeil est lié à un retard progressif de l'heure du coucher souvent dû à la sollicitation technologique (télévision, Internet, jeux vidéos, téléphone portable...) et au décalage du rythme des parents qui veulent profiter de leurs enfants le soir.