

# Améliorer les performances scolaires en cuisinant ?

Déjà en 2011, une étude américaine, qui a suivi 10 000 enfants de moins de 10 ans, affirmait que les enfants qui accomplissent des tâches ménagères chez eux ont de meilleurs résultats scolaires quels que soient leur genre, les revenus familiaux ou l'éducation des parents. Ranger ou faire la vaisselle permet non seulement de développer sa confiance en soi, la sociabilité ou son épanouissement mais cela amène aussi une amélioration des résultats

scolaires. Une autre enquête publiée cet été, vient confirmer ces résultats. Réalisée par l'université australienne de La Trobe et publiée dans « *Australian Occupational Therapy* », cette étude, portant sur des enfants de 5 à 13 ans, fait le lien entre leur contribution régulière ou non à des tâches domestiques et leur développement cognitif, en particulier le fonctionnement exécutif. Par fonctionnement exécutif, on entend

**“LES ACTIVITÉS MÉNAGÈRES PERMETTENT UNE MEILLEURE CAPACITÉ À RÉFLÉCHIR AVANT D'AGIR.”**

mémoire de travail, capacité à manipuler des informations temporaires, à réfléchir avant d'agir ou à se concentrer sur les tâches. « *La recherche indique qu'il peut être possible d'améliorer les fonctions exécutives en développant des activités et des routines d'apprentissage individualisées* », relève Deanna Tepper, auteure de l'étude. Soulignant que les activités ménagères

permettent une meilleure capacité à réfléchir avant d'agir et une meilleure mémoire de travail, la doctorante explique que « *la plupart de ces tâches exigent que les individus s'autorégulent, maintiennent leur attention, planifient et passent d'une tâche à l'autre, soutenant ainsi le développement du fonctionnement exécutif* ».

## CONSTRUCTION DÈS LA PETITE ENFANCE

Autant de compétences qui commencent à se construire dès la petite enfance et qui se retrouvent dans les performances scolaires. « *Les enfants qui cuisinent un repas familial ou désherbent le jardin régulièrement peuvent être plus susceptibles d'exceller dans d'autres aspects de la vie, comme le travail scolaire ou la résolution de problèmes* ». « *Des troubles et des retards dans le développement des fonctions exécutives peuvent conduire plus tard à des problèmes d'autonomie, d'organisation et de raisonnement. Ce qui peut avoir des conséquences sur les performances en lecture et en mathématiques, et aussi sur le niveau scolaire général* », observe Deanna Topper. CLAIRE BORDACHAR

**DÉVELOPPEMENT COGNITIF** intense...

