

Le développement sexuel

Leçon rapide

7^e-9^e
Cycle
intermédiaire

A
N
N
É
E

RÉSULTAT D'APPRENTISSAGE¹ W-7.3 :

Examiner le processus de reproduction humaine et reconnaître les malentendus concernant le développement sexuel.



MATÉRIEL

1. FICHES : [Les changements liés à la puberté](#)
2. DOCUMENT À DISTRIBUER : [Ce qui est le plus difficile et le plus facile quand on grandit](#)



INTRODUCTION

Le présent plan de leçon vise à fournir au personnel enseignant une méthode simple et rapide d'aborder la puberté au cycle intermédiaire. Il peut servir de révision aux élèves qui ont étudié la puberté au palier élémentaire ou comme point de départ aux élèves qui n'ont pas encore étudié ce sujet. Il pourrait s'avérer utile de compléter la leçon au moyen des plans de leçon plus exhaustifs proposés sur le site Web.

La puberté est une période de transformation et de croissance qui entraîne des changements d'ordre physique, émotionnel et social. En traitant des mythes et des sources d'anxiété au sujet de l'adolescence, le personnel enseignant peut encourager les élèves à accepter cette période de changement comme normale et saine. Au cours de la présente leçon, les élèves nommeront les différents changements qu'ils subissent et apprendront que le rythme de ces changements varie d'une personne à l'autre. La puberté pose des défis, mais c'est aussi une occasion de célébrer de nouvelles expériences et de nouvelles émotions.



Il ne faut pas oublier que les élèves qui présentent des capacités différentes sur le plan physique ou intellectuel, entre autres, vivent aussi des changements d'ordre physique, émotionnel et social pendant cette période. Leur interprétation ou leurs préoccupations en ce qui a trait aux transformations que subit leur corps peuvent être très différentes de celles des autres élèves. Par exemple, il faudrait peut-être se soucier un peu plus de l'élève en fauteuil roulant pendant ses menstruations. Pour répondre aux besoins des élèves présentant des capacités différentes, consultez les plans de leçon axés sur les capacités différentes proposés sur le site Web.



MÉTHODES ET STRATÉGIES

NOTES

A. Règles de base

Assurez-vous d'établir les règles de base avant d'entreprendre cette leçon. Dans le cas des classes où les règles de base ont déjà été établies, passez rapidement en revue ces règles afin de favoriser la tenue d'une leçon productive.

(5-15 min)

B. Questions de discussion sur la puberté

Ces questions de discussion aideront les élèves à reconnaître la puberté comme une période de changement et de développement.

(5-10 min)

1. Que veut-on dire quand on utilise le terme « puberté »?
 - Le passage de l'enfance à l'adolescence s'appelle la « PUBERTÉ ».
 - Tout le monde passe par la puberté.
 - Vous commencerez à remarquer des changements en ce qui a trait à votre corps, à vos pensées et à vos relations pendant la puberté.
2. Est-ce que les garçons et les filles passent par la puberté au même âge?
 - Les changements que vous subissez à la puberté peuvent se produire à des moments différents chez différentes personnes; ils peuvent commencer dès 8 ans et se poursuivre jusqu'à 18 ans.
 - En général, la puberté survient plus tôt chez les filles que chez les garçons.
 - Chaque personne est dotée d'une horloge biologique qui lui est propre. Vous ne pouvez pas décider du moment où vous passerez par la puberté et vous ne pouvez pas l'empêcher de se produire. Tout le monde est différent.

C. Révision des changements liés à la puberté

Les élèves passent en revue les changements liés à la puberté et relèvent les malentendus associés au développement sexuel.

1. Écrivez les titres suivants au tableau ou au-dessus de deux morceaux de papier journal :
 - Changements physiques (corps)
 - Changements d'ordre social (relations) et émotionnel (sentiments)

(20 minutes)



Vous pouvez consulter un livret des plus informatifs intitulé *Growing Up Ok* produit par Alberta Health and Wellness sur les changements liés à la puberté sur le site Web suivant :
<http://www.health.alberta.ca>

2. Donnez une fiche sur la puberté à chacun des élèves jusqu'à ce qu'il ne reste plus de fiches.
3. Demandez aux élèves de placer les fiches (au moyen de ruban gommé ou de gomme adhésive) dans la bonne catégorie de changements liés à la puberté.
4. Examinez les placements avec la classe et apportez les corrections nécessaires.
5. Demandez aux élèves de faire un remue-méninges pour trouver les changements qui ne sont pas inclus dans les listes. Ajoutez ces changements au bas des listes.
6. Demandez aux élèves de faire un remue-méninges pour trouver les malentendus que les gens pourraient avoir au sujet de certains des changements liés à la puberté. Au moyen d'un stylo ou d'une craie d'une couleur différente, écrivez ces malentendus au tableau sous la bonne catégorie. Assurez-vous que les commentaires sont visiblement identifiables comme mythes ou malentendus.

Voici certains mythes possibles :

- Les garçons ont des érections parce qu'ils pensent toujours au sexe.
- Tous les adolescents se disputent avec leurs parents pendant l'adolescence.
- Les adolescents ont des boutons parce qu'ils ne se lavent pas assez souvent.
- Toutes les filles sont émotionnelles et au bord des larmes avant leurs menstruations.

7. Faites un bilan de cette activité à l'aide des questions suivantes :

Où et de qui en apprenons-nous au sujet des changements liés à la puberté?

- Amis
- Famille
- École
- Médias

D'où viennent les malentendus au sujet des changements liés à la puberté?

- Des pairs, des frères et des sœurs mal informés, entre autres.
- Des médias mal informés.

Après de qui pouvons-nous obtenir les bons

ca/documents/growing-up-ok.pdf



Habituellement, les filles commencent à subir les

changements liés à la puberté entre 8 et 16 ans. Chez les garçons, ces changements commencent à se produire entre 12 et 18 ans. En général, les changements ont fini de se produire à 18 ans chez les filles et à 20 ans chez les garçons.

Il est très important d'insister sur le fait que tout le monde est différent et qu'il n'y a pas de temps exact où ces changements devraient se produire; dites aux élèves que leur corps sait quand le moment est venu de se transformer.

Les élèves qui remarquent la survenue des signes de puberté plus tôt ou plus tard que leurs pairs peuvent se sentir gênés et mal à l'aise en raison de leur corps en pleine transformation. Expliquez aux élèves qu'il pourrait y avoir des taquineries et

renseignements si nous avons des questions ou des préoccupations au sujet des changements liés à la puberté?

- Assurez-vous que les élèves nomment des sources fiables de renseignements telles que les parents, les membres du personnel enseignant, les médecins, les infirmières ou un autre adulte à qui ils font confiance.

D. Mes sentiments en ce qui a trait à la puberté

Les élèves discutent des aspects difficiles de la puberté et célèbrent les meilleurs aspects et les aspects plus excitants.

1. Document à distribuer : Ce qui est le plus difficile et le plus facile quand on grandit
2. Les élèves peuvent travailler deux par deux ou en petit groupe pour cette activité. Donnez à chaque paire ou à chaque groupe un bout de papier et demandez-leur d'inscrire, d'un côté, ce qu'il y a de mieux et ce qui est le plus facile au sujet de la puberté et, de l'autre côté, ce qui est le plus difficile. Rappelez aux élèves de penser aux aspects d'ordre physique, social et émotionnel.
3. Recueillez les bouts de papier et lisez-les au groupe, au hasard. Vous pouvez inscrire les commentaires sur du papier journal. Les élèves se rendront compte qu'il y a beaucoup de répétitions d'un groupe à l'autre, ce qui met en valeur le fait que tout le monde a les mêmes inquiétudes, les mêmes sentiments et les mêmes peurs.
4. Terminez cette activité en posant les questions de discussion suivantes :
 - Ø Qu'est-ce qui faciliterait le processus de la puberté?
 - Ø Y a-t-il des différences entre ce qui est facile ou difficile pour les filles et ce qui est facile ou difficile pour les garçons?
 - Ø Qu'est-ce qui semble être le plus agréable et le plus difficile quand on grandit?
5. Résumez la leçon en soulignant les points suivants :
 - C'est correct de se sentir au septième ciel, puis, tout à coup, au fond du baril.
 - Vous voudrez plus d'autonomie, mais attendez-vous à ce qu'il y ait des désaccords au sujet des limites avec vos parents ou les personnes importantes dans ta vie.

de l'intimidation et assurez-vous de surveiller les signes de tels gestes chez vos élèves.

- Vous ne verrez plus votre apparence de la même manière – n’oubliez pas que, maintenant, votre corps est une œuvre en cours; profitez des changements tandis que vous essayez de nouveaux vêtements, de nouvelles coiffures et le maquillage.
- Il est normal de vous inquiéter de savoir si les gens vous aiment ou non et, parfois, vous pourriez vous sentir exclus. Parlez-en avec vos amis ou votre famille.
- Vous pouvez commencer à ressentir des sensations sexuelles et, à mesure que vous vieillissez, ces sensations pourraient s’intensifier.
- COMMUNIQUEZ avec votre famille et vos amis. Il se peut que vos amis se sentent comme vous et il est utile de parler de ses expériences et des façons de s’adapter.



LA BOÎTE À QUESTIONS

(10 min)

Présentez la boîte à questions. Vous pourriez demander aux élèves de formuler des questions chaque leçon ou leur demander de penser aux questions qu’ils pourraient poser à la prochaine leçon.



AUTO-RÉFLEXION

- Pendant la leçon, est-ce que :
- Tout le monde a respecté les règles de base?
 - On a établi de bonnes pratiques concernant la discussion?

Que changerez-vous concernant les leçons à venir pour ce groupe?
Que changerez-vous concernant l’utilisation future de ce plan de leçon?



ÉVALUATION DES ÉLÈVES

Pendant la leçon, est-ce que les élèves :

- Connaissances :**
- Se sont souvenus des changements d’ordre physique, social et émotionnel qui se produisent durant la puberté?
 - Ont nommé des malentendus concernant le développement sexuel?
 - Ont nommé des sources fiables de renseignements et de soutien pour les aider à traverser la puberté?

Aptitudes :

- Ont fait preuve de bonnes aptitudes d'écoute et de parole pendant les discussions en classe?

Attitudes :

- Ont reconnu et accepté le fait que les changements font partie de la puberté?
- Ont prévu les changements qui se produiront pendant la puberté?
- Ont reconnu les défis et les aspects positifs de la puberté?

¹Alberta Education. *Health and life skills guide to implementation: Kindergarten to grade 9*, 2002. Récupéré de <http://www.education.alberta.ca/media/352993/pos.pdf>.

French translation kindly provided by :

Regional Translation Service
French Language Health Services
Ontario Ministry of Health
Sault Ste. Marie, Ontario