

PUBERTÉ: LES CHANGEMENTS DE MON CORPS Cours 2

DES
APTITUDES
DIFFÉRENTES

RÉSULTATS POUR L'APPRENANT

Identifier, étiqueter et discuter de l'appareil reproducteur des hommes et des femmes.



FOURNITURES:

1. Illustration des parties publiques du corps (avec et sans légende)
2. Illustration des parties privées du corps (avec et sans légende)
3. Illustration du corps entier avec les parties publiques (externes) et privées (intimes)
4. Contours du corps
5. Appareil reproducteur masculin (avec et sans légende)
6. Appareil reproducteur féminin (avec et sans légende)
7. Illustration de la progression de la puberté chez la femme et l'homme



PRÉSENTATION:

Il est important que les élèves identifient les changements physiques qui surviennent à la puberté et apprennent à prendre soin de leur corps en plein développement. Ce cours permettra aux élèves de se familiariser avec les termes appropriés pour l'appareil reproducteur, une compétence qui pourra contribuer à assurer leur sécurité. Apprendre aux élèves quand ils peuvent parler des parties du corps dans la conversation est un concept important dans le cadre de l'apprentissage de la différence entre les comportements publics et privés.



APPROCHES/STRATÉGIES:

A. RÈGLES DE BASE

Assurez-vous que les règles de base sont bien établies avant de commencer ce cours. Pour les classes qui ont déjà établi les règles de base, vous pouvez les passer en revue afin de faciliter la réussite de ce cours.

Attendez-vous à des ricanements dans la classe. Essayez de reconnaître les réactions des élèves par rapport au sujet en disant qu'il peut être difficile de parler de la puberté et des parties du corps et que c'est normal de se sentir mal à l'aise.

B. FIXER DES POINTS DE REPÈRE: PARLER DES PARTIES INTIMES DU CORPS

1. Demandez à vos élèves de trouver l'os de leurs hanches.
2. Expliquez que nous allons parler de notre corps, des changements qu'il subit en grandissant et du nom des parties intimes du corps.
3. Demandez-leur ensuite de remuer les fesses sur leur chaise. Expliquez aux élèves que nous allons parler des parties du corps qui se trouvent principalement entre les hanches et le bas des fesses. Il s'agit de parties intimes du corps, dont certaines sont à l'intérieur du corps et ne sont donc pas visibles.
4. Posez les questions suivantes à vos élèves:
 - a. Levez la main si vous êtes une fille. Levez la main si vous êtes un garçon.
 - b. En quoi les hommes et les femmes sont-ils différents?
5. Expliquez à vos élèves qu'il est normal d'être parfois gêné par rapport à notre corps, mais qu'ils sont dans un environnement sûr où ils peuvent en discuter.

C. ACTIVITÉ: CITER LES ORGANES SEXUELS ET REPRODUCTEURS

Cette activité a pour objectif d'aider les élèves à identifier le nom exact des parties du corps.

1. Au moyen des **Illustrations du contour du corps** et des **Illustrations du corps entier avec les parties publiques et privées**, nommez et positionnez les parties du corps en groupe, en commençant par le corps de l'homme.
2. Commencez par demander aux élèves de nommer les caractéristiques du visage qui manquent dans le **contour du corps masculin** : les yeux, les oreilles, le nez, le menton et les cheveux. Dessinez les caractéristiques du visage qui manquent dans le contour du corps masculin au fur et à mesure que les élèves identifient correctement leur position exacte. N'oubliez pas d'insister sur le fait que les yeux sont de formes et de couleurs différentes, que les oreilles sont toutes différentes, même dans la même famille. D'autres parties du corps sont aussi différentes.



Les cours d'éducation sexuelle seront plus efficaces s'ils sont donnés dans une classe où règne un climat de confiance mutuelle, de sécurité et où les élèves sont à l'aise. Mettre en place des règles de base peut permettre de créer un climat positif dans la classe. Pour un complément d'information sur la manière d'établir des règles de base dans la classe, veuillez consulter [Fixer des règles de base](#).



Pour approfondir l'activité B, vous pouvez choisir d'utiliser les illustrations des parties publiques et privées du corps et demander aux élèves de classer les parties du corps comme étant privées ou publiques.



La recherche a permis de démontrer que les programmes d'éducation sexuelle complets, qui fournissent des informations sur tous les aspects de la sexualité humaine, favorisent la protection contre l'exploitation sexuelle.¹

3. Expliquez que nous voulons imaginer que les personnages des **Illustrations du contour du corps** sont nus. Prenez le temps d'expliquer au groupe que pour notre apprentissage, cette nudité est correcte et sûre et discutez-en.
4. Demandez aux élèves : « Est-ce qu'il serait correct d'être nus dans la salle de classe? Où pouvons-nous nous mettre nus? Pourquoi est-il important de couvrir nos parties intimes en public? »
5. Passez maintenant au corps masculin. Rappelez aux élèves que nous voulons imaginer les parties nues du corps, particulièrement les parties intimes. Cela peut être gênant, mais connaître le nom exact et scientifique des parties du corps nous permet de mieux en prendre soin.
6. Au moyen de l'**illustration du corps masculin** comme référence, décidez avec la classe où le nombril, le pénis, le scrotum, la poitrine et les mamelons seraient situés. Vous devrez également indiquer où se trouvent les fesses pour vos élèves. Dessinez les parties du corps manquantes sur le contour au fur et à mesure que chaque partie est citée et positionnée. Notez qu'à la puberté, les poils pubiens poussent autour des organes génitaux. Les poils poussent également aux aisselles, sur la poitrine et le visage.
7. Passez maintenant au **contour du corps féminin** et dessinez les caractéristiques manquantes du visage. Au moyen de l'**illustration du corps féminin** comme référence, décidez avec la classe où le nombril, les hanches, les seins et la vulve seraient situés. Vous devrez également indiquer où se trouvent les fesses pour vos élèves. Dessinez les parties du corps manquantes sur le contour au fur et à mesure que chaque partie est citée et positionnée. Notez qu'à la puberté, les poils poussent autour de la vulve, dans la région pubienne. Les poils poussent également aux aisselles de la femme.



C'est important à reconnaître certaines personnes ont un appareil reproducteur qui ressemble différent à ce qui est décrit dans la leçon. Pour plus d'informations sur la diversité des sexes, consultez les pages de [la diversité sexuelle et de la diversité sexuelle](#) à teachingsexualhealth.ca ou la brochure [Identité sexuelle à l'écoles](#).



Les enseignants peuvent être créatifs et produire un contour du corps à taille humaine, qu'ils pourront utiliser dans la salle de classe. Pour les élèves qui ont besoin d'une approche plus pratique, cela peut être un bon outil.¹

Appareil reproducteur : les parties intimes du corps

Les enseignants peuvent déterminer que leurs élèves possèdent une bonne connaissance pratique des organes sexuels et reproducteurs externes et peuvent passer à la discussion sur le fonctionnement des organes internes. Ces connaissances sont importantes

pour les élèves qui passeront ensuite à l'étude de la reproduction et de la naissance, de la contraception et des maladies sexuellement transmissibles.

1. Avec la classe au complet, utilisez l'**illustration de l'appareil reproducteur masculin (sans légende)** et demandez aux élèves s'ils peuvent remplir la légende. Rappelez aux élèves qu'ils doivent utiliser les noms scientifiques des parties du corps et corrigez les mots d'argot utilisés, par exemple, corrigez « les gosses » en utilisant le terme « testicules ».
2. Vous pouvez préparer des étiquettes cartonnées ou écrire les termes au tableau pour que les élèves puissent remplir les blancs.
3. Pour les élèves qui ne parviennent pas à trouver la légende, utilisez l'**illustration de l'appareil reproducteur masculin (avec légende)** pour pratiquer le vocabulaire. La section contenant les définitions à l'intention de l'enseignant apporte une assistance en matière de définitions et de prononciation.
4. Répétez les étapes 1 à 3 avec les **illustrations de l'appareil reproducteur féminin**. Si vous voulez développer davantage le sujet de l'anatomie et de la physiologie avec vos élèves au moyen des cours du programme général, consultez notre rubrique [Anatomie et physiologie](#) sur notre site Web.

Pour développer encore davantage le sujet des érections, des éjaculations et des menstruations avec vos élèves, passez au cours 4 Hygiène intime.



Les illustrations utilisées dans ce cours peuvent mettre les élèves mal à l'aise. Expliquez-leur que les illustrations sont de simples dessins, pas des photos, et qu'ils ne doivent pas en être effrayés. Quand nous parlons des parties du corps, nous devenons des « scientifiques du corps humain » et les scientifiques utilisent des dessins pour comprendre le fonctionnement du corps.



Traditionnellement, les illustrations des livres de biologie n'utilisent pas les vues de côté du corps qui sont présentées dans ce cours. L'utilisation des vues de côté pour montrer aux élèves où se situent les organes reproducteurs internes peut faciliter la compréhension. Expliquez à vos élèves que nous ne pouvons pas voir nos organes internes et que par conséquent, nous devons imaginer que nous pouvons les voir à l'intérieur de notre corps. Pour aider les élèves à comprendre, l'enseignant peut tenir le schéma et se tourner sur le côté pour montrer concrètement comment les illustrations fonctionnent.

Définitions relatives à l'appareil reproducteur masculin à l'intention de l'enseignant :

Pénis (penis)

- Organe sexuel externe de l'homme.
- Le pénis permet d'évacuer le sperme et l'urine.
- Il est fait d'une matière spongieuse qui se remplit de sang (érection) quand l'homme est excité sexuellement.
- Il n'y a pas d'os dans le pénis.
- Le pénis continue à se développer, comme le reste du corps. Sa taille varie d'un homme à l'autre.

Scrotum (skrɔtəm)

- Enveloppe de peau qui contient les testicules.
- Les testicules doivent être gardés à une température légèrement inférieure à celle du corps pour produire des spermatozoïdes sains. Le scrotum rapproche les testicules du corps s'il fait froid et les éloigne quand la température du corps est élevée.

Anus (anys)

- L'orifice au bout de l'intestin qui permet d'évacuer les selles.
- Il ne fait pas partie de l'appareil reproducteur, mais plutôt de l'appareil digestif.

Testicules (tɛstikyl)

- Les glandes sexuelles mâles.
- Elles sont dans le scrotum.
- Elles sont à l'extérieur du corps afin de rester à une température plus basse que le reste du corps, ce qui permet de produire des spermatozoïdes sains.
- Il est normal qu'un testicule soit plus bas que l'autre.
- Cette région est très sensible. Il est important de protéger les testicules quand on pratique un sport de contact ou d'autres activités du genre.

Canal déférent (kanal deferõ)

- Petit tube étroit qui achemine les spermatozoïdes des testicules à l'urètre.

Vésicule séminale (vezikyl seminal)

- Deux petites poches derrière la vessie qui produisent et stockent le liquide séminal.
- Ce liquide se mélange aux spermatozoïdes et à d'autres liquides pour former le sperme.

Urètre (yRÈTR)

- L'urine et le sperme passent par ce tube pour sortir du corps.
- L'homme ne peut pas évacuer de l'urine et du sperme en même temps. L'urètre a deux branches : une qui part de la vessie et l'autre qui part du canal déférent. Quand le pénis est prêt à évacuer le sperme, une valve bloque la branche qui part de la vessie pour empêcher l'urine de passer. C'est un peu comme quand on avale et qu'on respire. L'air va vers les poumons et la nourriture ou les liquides vont vers l'estomac, et ce, même si tout passe par l'œsophage.

Vessie (vesi)

- Poche qui contient l'urine produite par les reins.
- Elle ne fait pas partie de l'appareil reproducteur, mais plutôt de l'appareil urinaire.

Spermatozoïde (spERMatozoïd)

- Cellule reproductrice de l'homme.
- Elle est minuscule (on en trouve plus de 300 millions dans 5 ml de sperme).
- Les testicules en produisent quotidiennement des millions.

Définitions relatives à l'appareil reproducteur féminin à l'intention de l'enseignant :

Vagin (vaʒË)

- Le passage qui relie l'utérus à l'extérieur du corps de la femme.
- Le sang de l'utérus passe par le vagin pendant les menstruations.
- À la naissance, le bébé quitte l'utérus et passe par le vagin.
- Il ne sert pas à évacuer l'urine. C'est l'urètre, l'orifice juste au-dessus, qui a cette fonction.

Col de l'utérus (kɔl də l'yterys)

- Le bas de l'utérus, la partie qui est reliée au vagin.

Utérus (ytɛrɪs)

- L'endroit spécial dans le corps de la femme où les bébés se développent.
- C'est à l'utérus qu'on fait référence quand on dit que le bébé est dans le ventre de sa mère.
- Il a environ la taille d'un poing.
- Pendant la grossesse, c'est l'utérus qui grossit, à l'intérieur du ventre, pas l'estomac.

Vulve (vɪlv)

- Terme utilisé pour définir les organes génitaux externes féminins, qui comprennent les lèvres et le clitoris.

Clitoris (klɪtɔrɪs)

- Partie des organes génitaux féminins qui contiennent beaucoup de nerfs.

Trompes de Fallope (trɔp də falɔp)

- Petits tubes qui relient les ovaires à l'utérus.
- L'ovule passe par une des trompes de Fallope après l'ovulation.
- Quand il y a fécondation, elle se fait dans les trompes de Fallope.

Lèvres (lɛvr)

- Replis de peau qui protègent l'ouverture du vagin.

Ovaires (ɔvr)

- Les glandes sexuelles féminines qui produisent les ovules.
- À la naissance de la femme, ses ovaires contiennent tous les ovules qu'elle peut produire. Elle commence à les relâcher à la puberté.

Ovule (ɔvɪl)

- L'ovule est produit par les ovaires.
- L'ovule est une cellule spéciale qui permet de créer un bébé quand il est fécondé (c'est-à-dire uni à un spermatozoïde).
- À la naissance de la femme, chaque ovaire contient environ 250 000 ovules.
- Les ovules sont relâchés une fois par mois dès le début de la puberté. Les ovaires relâchent parfois deux ovules ou plus.
- L'ovule passe par les trompes de Fallope pour atteindre l'utérus.
- Si l'ovule n'est pas fécondé plus ou moins dans la journée qui suit, il se dissout.

Urètre (yRETR)

- Tube qui permet à l'urine de sortir du corps.
- Il s'agit de l'orifice entre le clitoris et le vagin.
- Elle ne fait pas partie de l'appareil reproducteur, mais plutôt de l'appareil urinaire.

Vessie (vesi)

- Poche qui contient l'urine produite par les reins.
- Elle ne fait pas partie de l'appareil reproducteur, mais plutôt de l'appareil urinaire.

Anus (anys)

- L'orifice au bout de l'intestin qui permet d'évacuer les selles.
- Il ne fait pas partie de l'appareil reproducteur, mais plutôt de l'appareil digestif.

D. ILLUSTRATIONS DE LA PROGRESSION À LA PUBERTÉ

Utilisez ces illustrations pour permettre aux élèves d'identifier à quel stade se situe leur corps : sont-ils encore des enfants, des adolescents ou au stade de jeune adulte? Ce point est important pour permettre aux élèves de comprendre que leur corps commence ou continue à se développer et à changer.

E. DISCUSSION AVEC LA CLASSE

Posez les questions suivantes à vos élèves :

- a. Quels sont les avantages d'être de sexe masculin? Encouragez les élèves à faire des commentaires respectueux.
- b. Quels sont les avantages d'être de sexe féminin? Encouragez les élèves à faire des commentaires respectueux.
- c. Si vous avez des questions sur l'anatomie masculine ou féminine, à qui pouvez-vous les poser? (Un parent, un tuteur, un membre de la famille, un enseignant, une infirmière ou un médecin.)



Encouragez les élèves à parler des problèmes et des inquiétudes liés à leur développement. Insistez sur l'importance de trouver un adulte de confiance à qui parler. Demandez aux élèves de donner des exemples de personnes dans leur vie auxquelles ils peuvent parler des choses qui les inquiètent. Certains citeront leurs parents ou leurs tuteurs, mais d'autres pourront inclure les enseignants ou le personnel de l'école.

F. « SUIS-JE NORMAL? » ACTIVITÉS POUR LES GARÇONS ET LES FILLES

Il est important pour les élèves de savoir que des tailles, des formes, des couleurs de peau et des façons de se mouvoir qui sont différentes sont normales. La taille, le poids, la peau et la pointure varient d'une personne à l'autre. La taille, la forme, la couleur du pénis changent, il peut être circoncis ou pas. De même, les seins se développent à un rythme différent et sont de tailles différentes. La couleur, la quantité et la texture des poils varient. Chacun de nous est unique.

1. Dites à vos élèves:

« Les jeunes changent beaucoup à la puberté et souvent, ils se posent beaucoup de questions. Parfois, les changements sont déroutants et vous pouvez vous demander si ce qui se passe dans votre corps est normal. Voici quelques questions que des jeunes ont posées à propos de leurs changements corporels. »

2. Les questions suivantes, qui sont fréquentes chez les jeunes, peuvent vous aider dans la discussion avec la classe. Elles sont divisées en deux rubriques, par sexe.

Les garçons

- a. « J'ai 14 ans et je m'inquiète parce que mon pénis me semble petit. Quelle devrait être la taille de mon pénis à mon âge? »
- La taille de son pénis est un sujet d'inquiétude courant pour un jeune de ton âge, donc tu n'es pas seul. Il est difficile de dire quelle est la taille moyenne du pénis d'un garçon de 14 ans. C'est parce qu'à l'adolescence, le taux de croissance du pénis varie d'un garçon à l'autre. Généralement, vers l'âge de 18 ans, le pénis atteint la taille adulte. La taille moyenne d'un pénis d'homme adulte est comprise entre 9 cm et 10 cm quand il est flasque et entre 12,5 cm et 18 cm en érection.
- b. « J'ai 13 ans et je ne suis pas circoncis. Je me demande si c'est un problème. »
- La circoncision est une opération au cours de laquelle un médecin coupe un repli de peau (prépuce) à la tête du pénis. Certains hommes sont circoncis, d'autres ne le sont pas. Les deux cas sont normaux. Si tu n'es pas circoncis, il est important de tirer en douceur sur le prépuce et de le nettoyer à chaque fois que tu prends ton bain ou ta douche pour ne pas risquer une infection.

- c. « J'ai 13 ans et depuis quelque temps, j'ai beaucoup d'érections, même au réveil. Est-ce normal? »
- Ce que tu décris est normal pour un garçon de ton âge. Les hommes ont des érections (c'est-à-dire que leur pénis se durcit et s'élargit) durant toute leur vie, mais à la puberté, ils ont tendance à en avoir plus souvent. Les érections peuvent se produire avec ou sans toucher. Bien que cela puisse être gênant, c'est normal. La puberté peut être passionnante, mais aussi stressante. Il est souvent utile de parler de ces problèmes avec un parent ou un tuteur.
- d. « J'ai 15 ans et je suis inquiet parce que mon testicule gauche est plus bas que le droit. Est-ce normal? »
- Il est normal que le testicule gauche soit plus bas que le droit. (Le cordon spermatique gauche est généralement plus long que le droit.)
- e. « J'ai 15 ans et je suis inquiet parce que je pense que mon testicule gauche est plus gros que le droit. Est-ce normal? »
- Il est courant qu'un testicule soit plus gros que l'autre. Parfois, un testicule se développe plus vite que l'autre. La différence de taille des testicules peut disparaître au fil du temps ou pas. Les deux cas sont normaux. Si tu continues à t'inquiéter à propos de la taille de tes testicules, il est conseillé de consulter ton médecin.

Le développement des seins :

- a. « J'ai 13 ans et je suis inquiet parce que j'ai des seins. Est-ce normal? »
- Chez près de la moitié des garçons, pendant peu de temps à la puberté, les seins gonflent en raison des hormones. Ce gonflement disparaît au bout d'un certain temps. Bien qu'il soit normal chez les garçons que les seins gonflent, si tu es inquiet, il est conseillé d'en parler à ton médecin.

Les filles:

Les seins:

- a. « J'ai 13 ans et je suis aussi plate qu'une planche à repasser. Est-ce normal? »
- La taille des seins est une inquiétude courante pour les filles de ton âge. Il n'y a pas de moment précis où les seins d'une fille vont commencer à grossir et à se développer. La taille des seins commence à augmenter entre les âges de 9 et 15 ans et ils continuent à grossir jusqu'à environ 19 ans, ou plus. Vu que tu n'as que 13 ans, tes seins continueront à grossir, bien qu'il soit impossible d'en connaître la taille définitive. Fais de ton mieux pour être patiente avec ton corps et ne te compare pas aux autres.

- b. « J'ai 14 ans et j'ai un sein plus gros que l'autre. Est-ce normal? »
- Certaines jeunes femmes ont un sein plus gros que l'autre parce qu'il se développe un peu plus vite. Généralement, ce n'est pas vraiment visible. Souvent la différence de taille des seins d'une jeune femme disparaît à la fin de la puberté. Parfois, elle demeure. Les deux cas sont normaux.
- c. « J'ai 15 ans et j'ai remarqué que j'ai un poil qui a poussé sur un mamelon. Je me demande si c'est normal. »
- Il est tout à fait normal que des poils poussent sur n'importe quelle partie du corps.

Les règles:

- a. « Est-ce qu'il y a un problème si je n'ai pas mes règles depuis 4 mois? Est-ce normal? »
- Bien que le cycle menstruel moyen soit de 28 jours (depuis le premier jour des dernières règles jusqu'au premier jour des suivantes), il n'est pas inhabituel qu'une adolescente ait des règles irrégulières. Certaines adolescentes ont leurs règles à plusieurs mois d'intervalle et d'autres, toutes les 2 ou 3 semaines. Si tu n'as pas tes règles depuis un certain temps, il est important de consulter un médecin, parce que parfois, c'est un signe qu'il y a un problème.
 - L'aménorrhée (absence de règles) a de nombreuses causes, notamment une grossesse, des anomalies des structures de l'appareil reproducteur, un déséquilibre hormonal, des grosseurs comme un kyste ou une tumeur, un excès d'exercices physiques ou des problèmes psychologiques comme le stress. L'aménorrhée peut aussi être un symptôme d'un trouble de l'alimentation, l'anorexie mentale.
- b. « J'ai 14 ans. Je pense que j'ai un gros problème. Tous les jours depuis déjà 2 ans, j'ai des pertes vaginales. Elles ne sentent pas bon, mais ne causent aucune démangeaison ni douleur. Qu'est-ce qui ne va pas? Est-ce normal? »
- Il est normal d'avoir des pertes vaginales tous les jours, tant qu'elles ne sentent pas mauvais et qu'elles ne causent ni douleur, ni inconfort. Si les pertes de ton vagin sentent mauvais ou que tu ressens des brûlures ou des démangeaisons, il est conseillé de consulter ton médecin. L'adolescence peut être à la fois passionnante et stressante. Il est souvent utile de parler de tes inquiétudes à un parent ou à un tuteur.

La pousse des poils:

- a. « J'ai 13 ans et j'ai remarqué des poils noirs qui poussent sous mes aisselles et sur ma lèvre supérieure. Est-ce normal? Que puis-je faire? »
- Il est normal que des poils poussent sur n'importe quelle partie du corps. Il existe plusieurs méthodes d'épilation. Certaines adolescentes se rasent, d'autres s'épilent à la cire ou utilisent une pince à épiler. Il est important de comprendre qu'une fois que tu t'épiles, les poils qui repoussent sont plus foncés et plus épais. Il est important de parler à un parent ou à une gardienne qui t'aidera à décider ce que tu veux faire.

Les deux sexes:

Les boutons:

- a. « J'ai 15 ans et j'ai remarqué que j'ai des boutons sur le dos. Est-ce normal? »
- Il est normal que des boutons apparaissent n'importe où sur le corps. À la puberté, les glandes sébacées de la peau deviennent plus actives. Pour cette raison, un adolescent peut avoir des éruptions cutanées et des boutons. Il est parfois utile de laver la partie infectée pour éliminer l'huile de la peau et garder les pores ouverts. Si l'état de tes boutons s'aggrave, tu devrais peut-être en parler à tes parents ou ton tuteur pour consulter ton médecin, qui pourra prescrire un traitement pour t'aider à t'en débarrasser.

Les poils pubiens:

- a. « J'ai 13 ans et demi et j'ai très peu de poils pubiens. Est-ce normal? Est-ce que je peux faire quelque chose pour accélérer la pousse des poils? »
- Les poils commencent généralement à pousser entre 11 et 14 ans. Les poils continuent à se développer jusqu'à l'âge de 20 ans. La quantité de poils varie fortement d'une personne à l'autre. À la puberté, il est important de se souvenir que chaque personne se développe à son propre rythme. Tu ne peux rien faire pour accélérer la pousse des poils. La puberté est un stade passionnant, mais qui peut aussi être stressant. Il peut être utile de parler de tes inquiétudes à un parent ou à un tuteur.

La forme du corps:

- a. « J'ai 14 ans et demi et mes hanches, mes épaules, mes seins ne sont pas du tout développés. En fait, mon corps est tout droit comme une barre! Est-ce normal? »
- La forme du corps commence à changer entre 12 et 19 ans et peut se poursuivre après 20 ans. Vu ton âge, il est fort probable que ton corps continuera à se modifier, à prendre des formes ou à s'élargir. Fais de ton mieux pour être patiente avec ton corps et ne te compare pas aux autres. La puberté est un stade passionnant, mais qui peut aussi être stressant. Il est souvent utile de parler de ces questions avec un parent ou un tuteur.

Les émotions:

- a. « J'ai 12 ans. Parfois, je me sens triste et j'ai envie de pleurer, parfois j'ai l'impression que tout le monde m'énervé et parfois, je suis de bonne humeur. Est-ce normal? »
- Ce sont probablement les hormones qui sont la cause du stress et des différents sentiments que tu ressens. Ton corps produit des hormones, qui peuvent causer tout un éventail d'émotions que tu n'avais jamais ressenties. C'est parfaitement normal parce que tu es probablement en pleine puberté. La puberté est un stade passionnant, mais qui peut aussi être stressant. Il est souvent utile de parler de ces questions avec un parent ou un tuteur.



BOÎTE À QUESTIONS

Demandez aux élèves d'écrire des questions et abordez-les au cours suivant.



Poser des questions est une activité d'apprentissage importante qui permet aux élèves de clarifier et de valider les informations présentées. La Boîte à questions est une méthode d'instruction individualisée qui a démontré qu'elle permet d'approfondir les connaissances. Pour plus d'information sur l'utilisation de cette méthode pédagogique, consultez la [Boîte à questions](#).



AUTO-RÉFLEXION

Pendant le cours :

- Les règles de base ont-elles été suivies?
- De bonnes pratiques ont-elles été établies pour le travail et les discussions de groupe?

Que changeriez-vous dans les cours suivants avec ce groupe?

Que changeriez-vous dans ce cours s'il était présenté à un autre groupe?



ÉVALUATION DES ÉLÈVES

Pendant le cours, les élèves ont-ils :

Les connaissances :

- Identifié l'anatomie reproductive?
- Appris les termes appropriés qui décrivent l'anatomie reproductive?

Les habiletés :

- Fait preuve d'écoute et d'éloquence lors des discussions en classe?

Les attitudes :

- Pris plus d'aisance dans l'usage des termes qui décrivent l'anatomie sexuelle en classe?
-

¹ Tarnai, B. (2006). *Review of effective intervention for socially inappropriate masturbation in persons with cognitive disabilities*. *Sexuality and Disability* (Étude des interventions efficaces en cas de masturbation socialement inappropriée chez les personnes ayant des déficiences cognitives. La sexualité et le handicap). (2006) 24:151-168.

Yukon Government (2002). *Choices and Changes*.

PARTIES PUBLIQUES DU CORPS

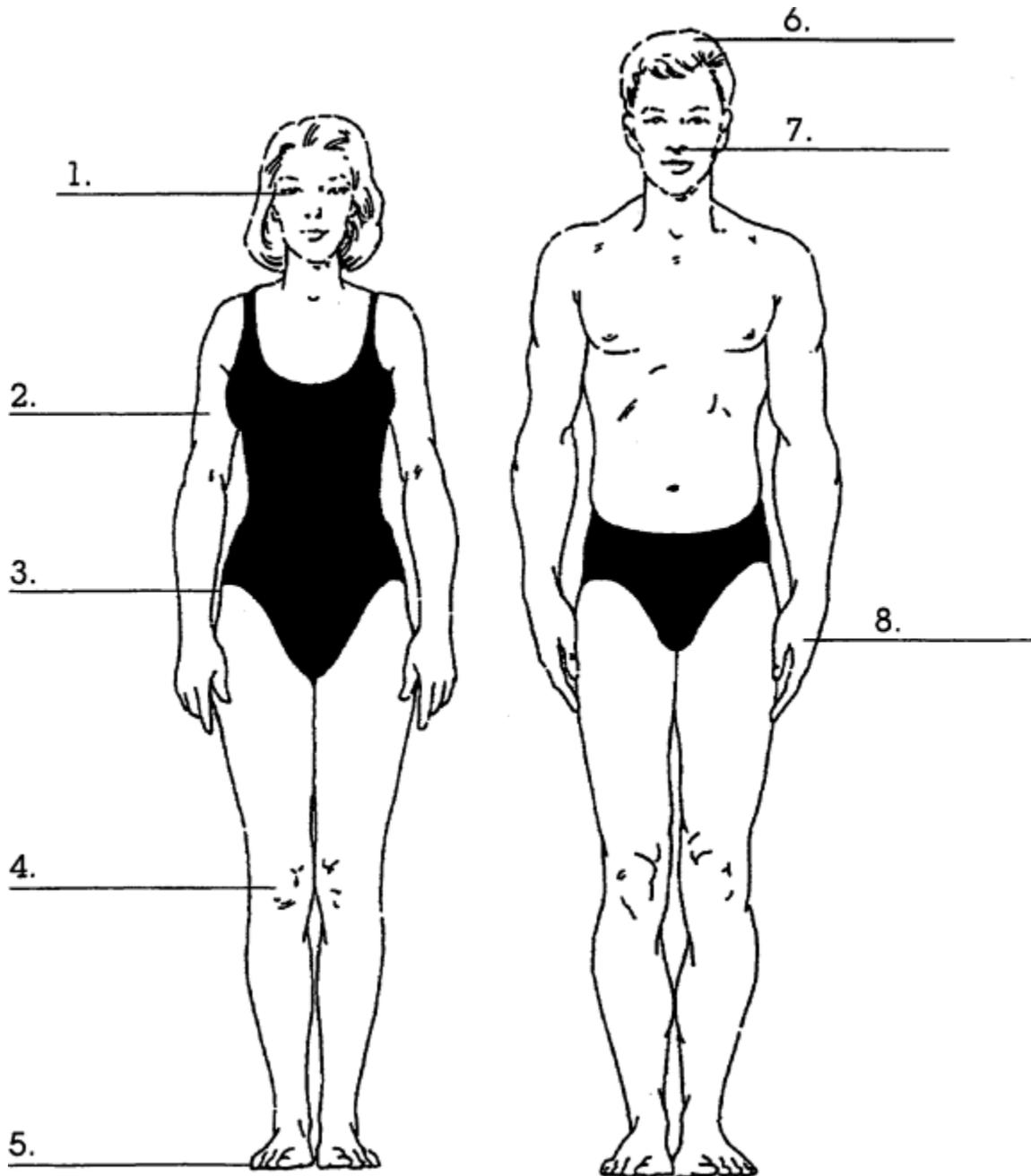


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur le site www.kingcountry.gov/health/flash

PARTIES PUBLIQUES DU CORPS

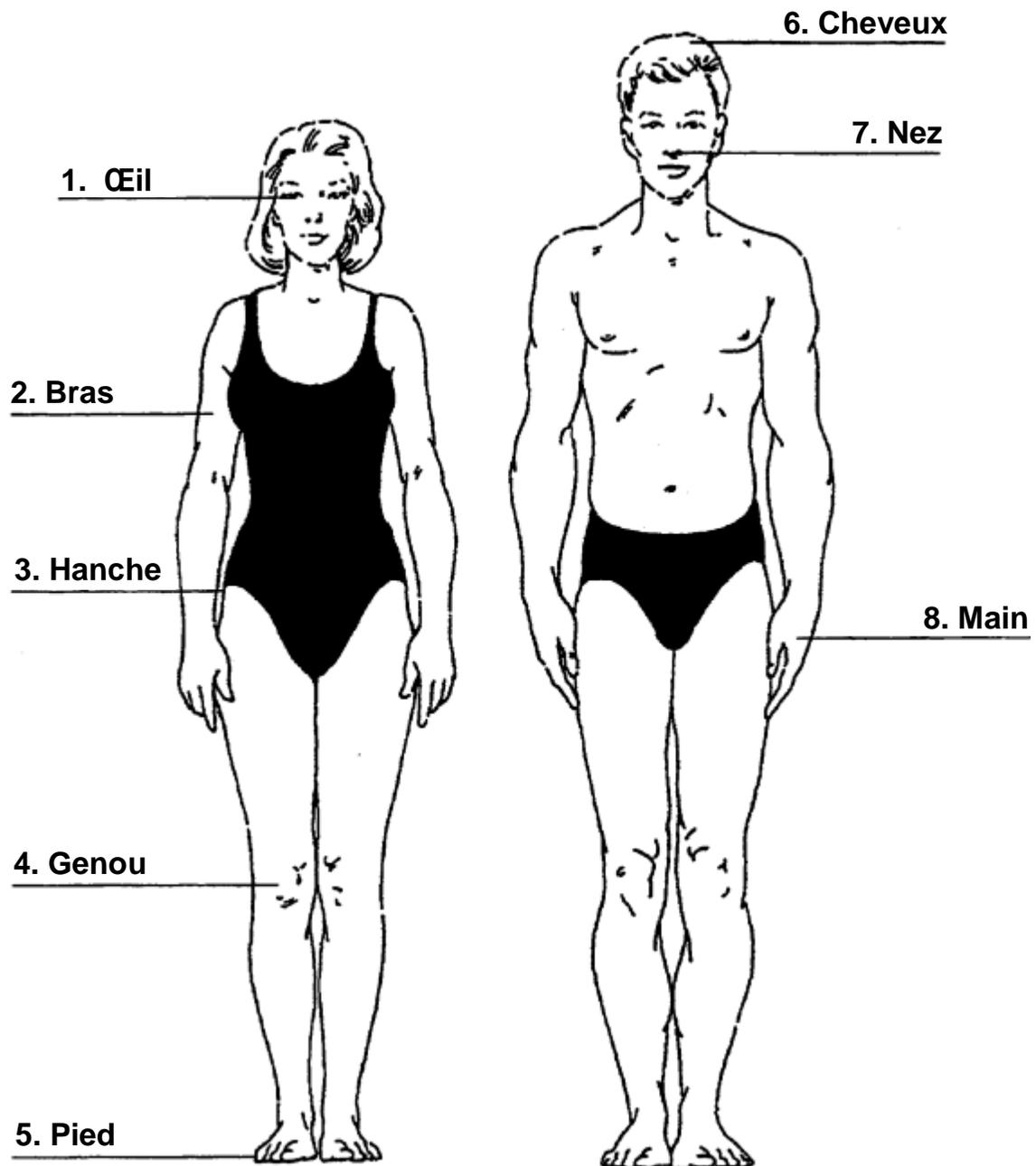


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur le site www.kingcountry.gov/health/flash

PARTIES PRIVÉES DU CORPS

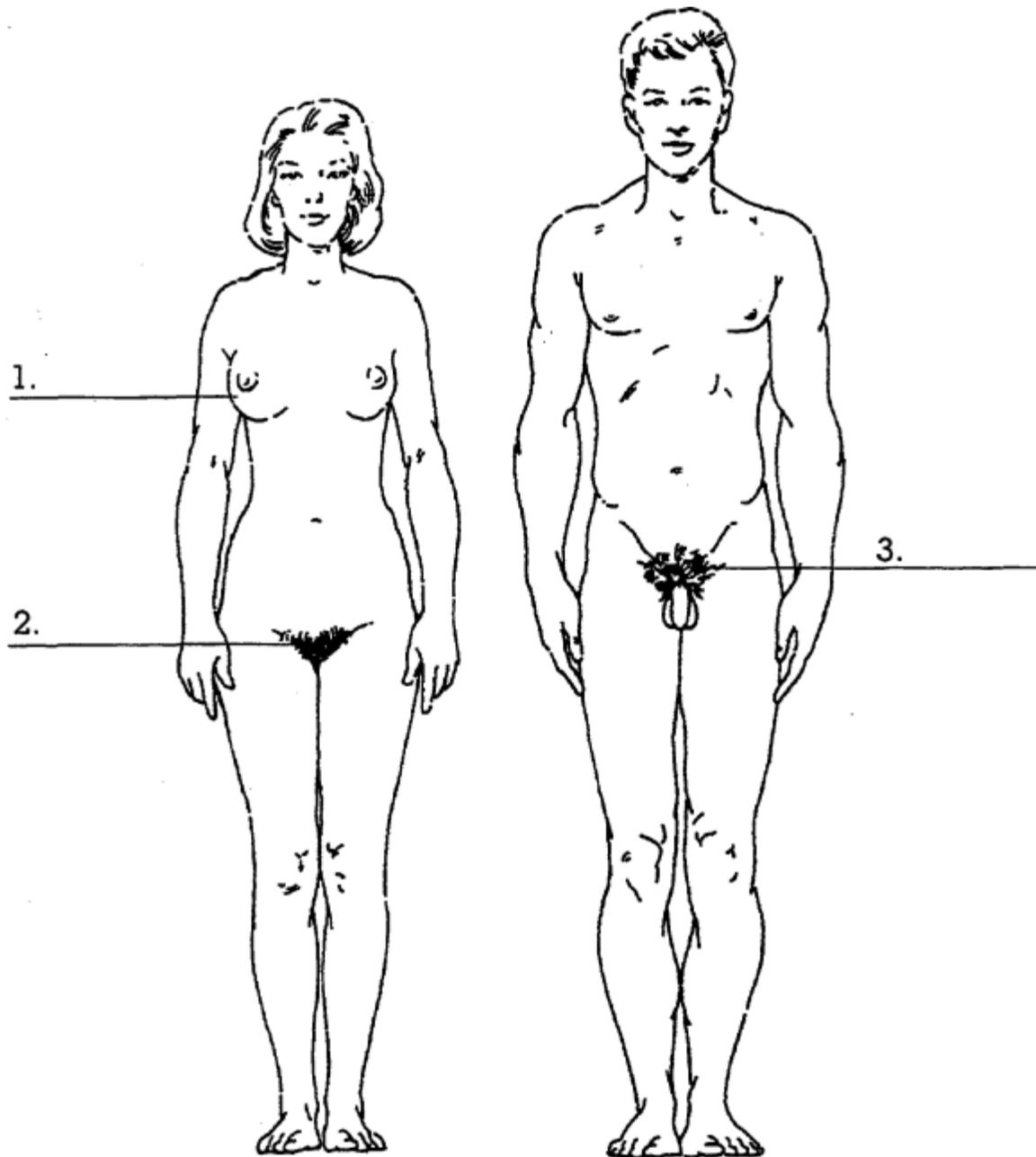


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur le site www.kingcountry.gov/health/flash

PARTIES PRIVÉES DU CORPS

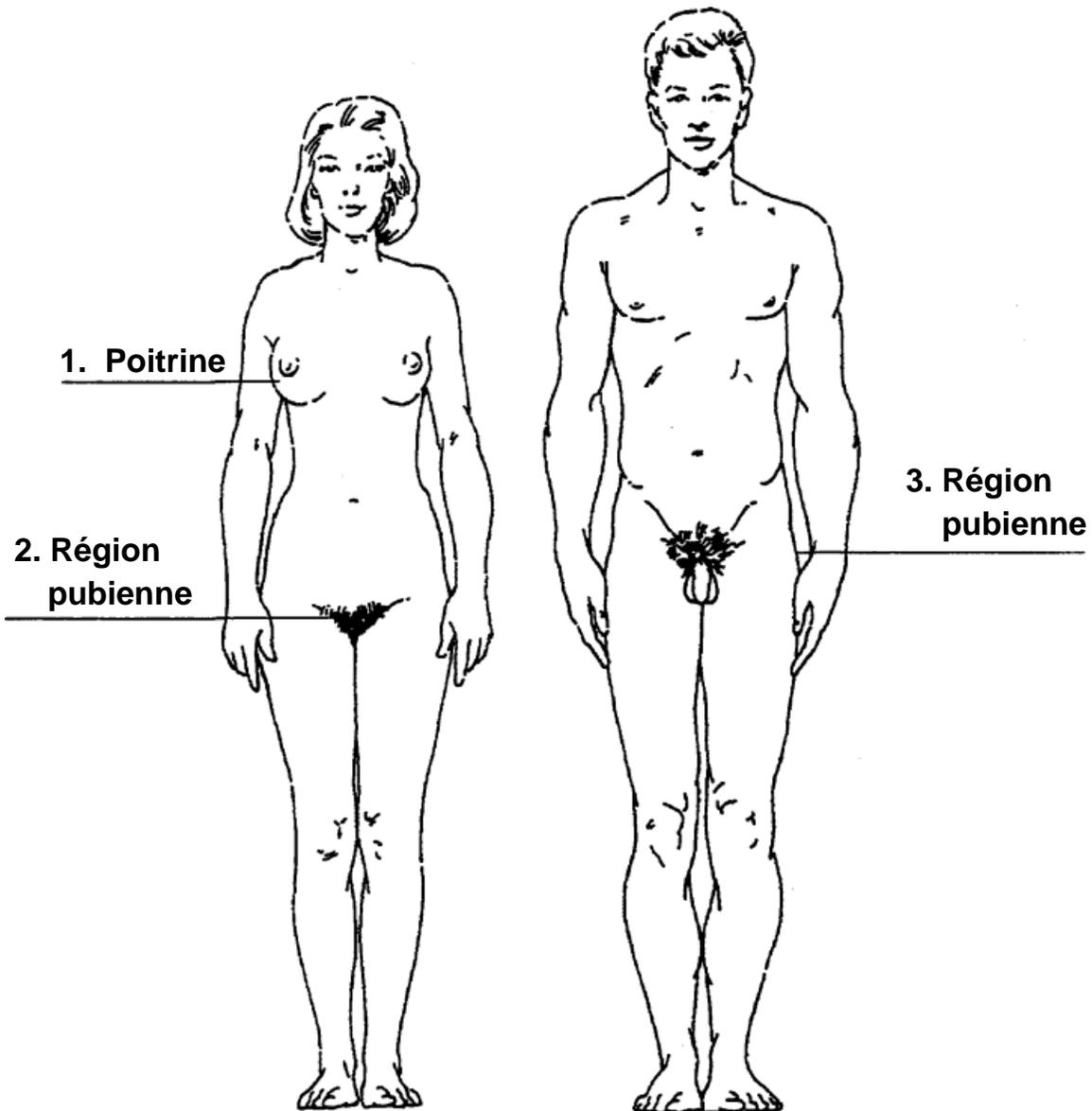


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur www.kingcountry.gov/health/flash.

LES PARTIES PUBLIQUES ET PRIVÉES DU CORPS

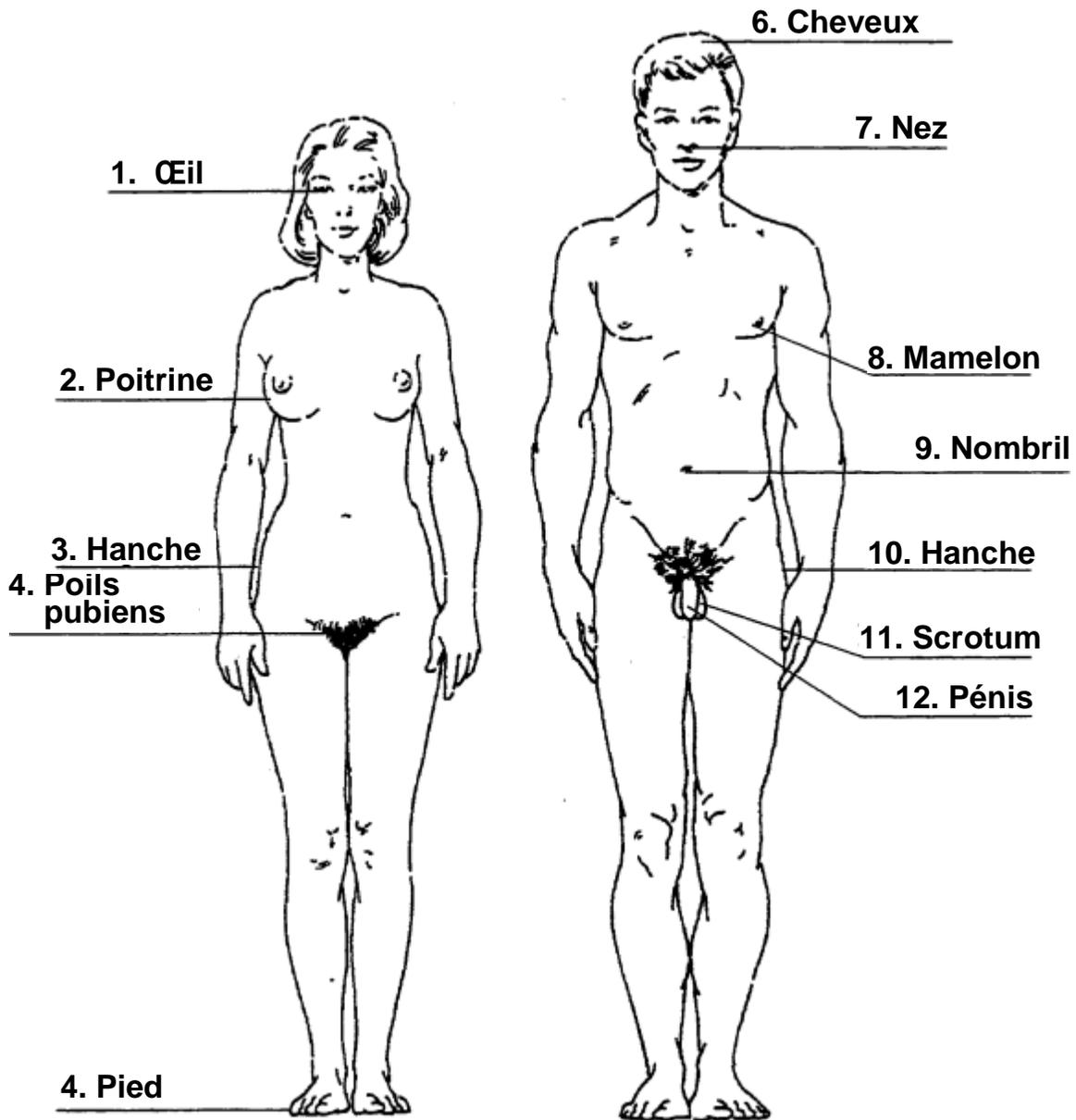
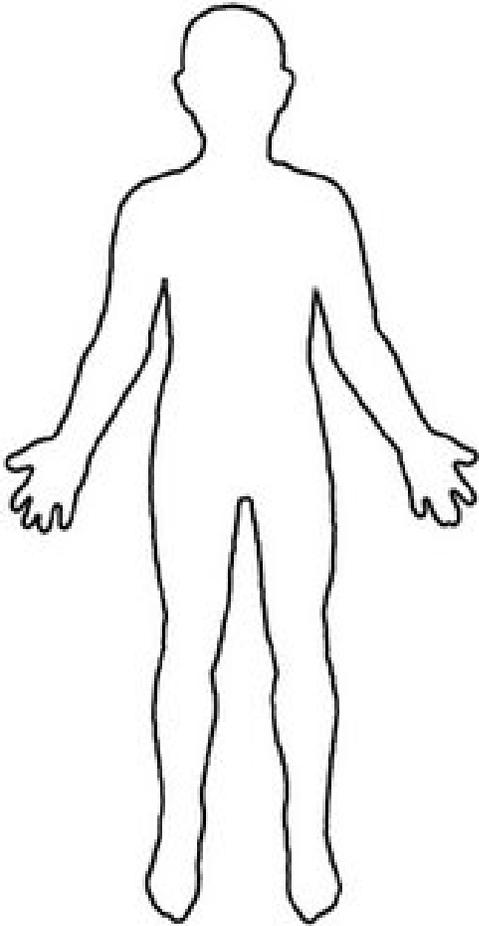
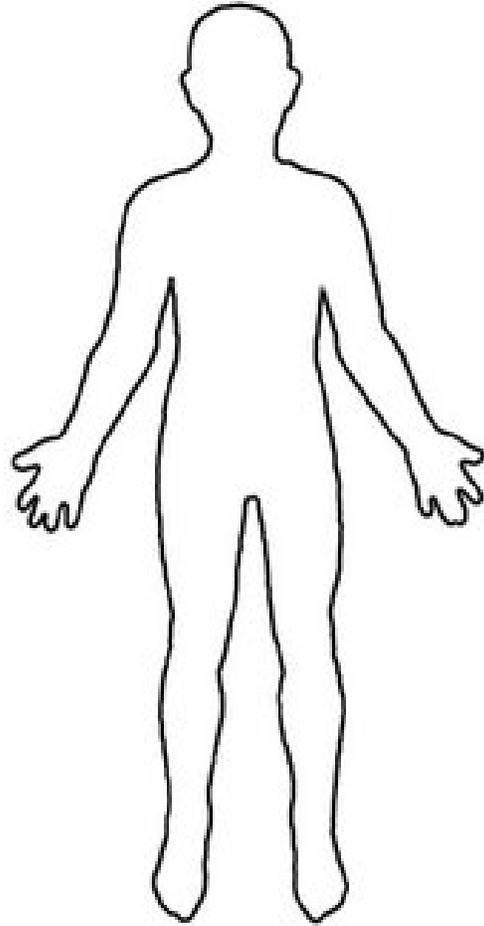


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur www.kingcountry.gov/health/flash.

CONTOUR DU CORPS



Contour du corps de la femme



Contour du corps de l'homme

APPAREIL REPRODUCTEUR MASCULIN

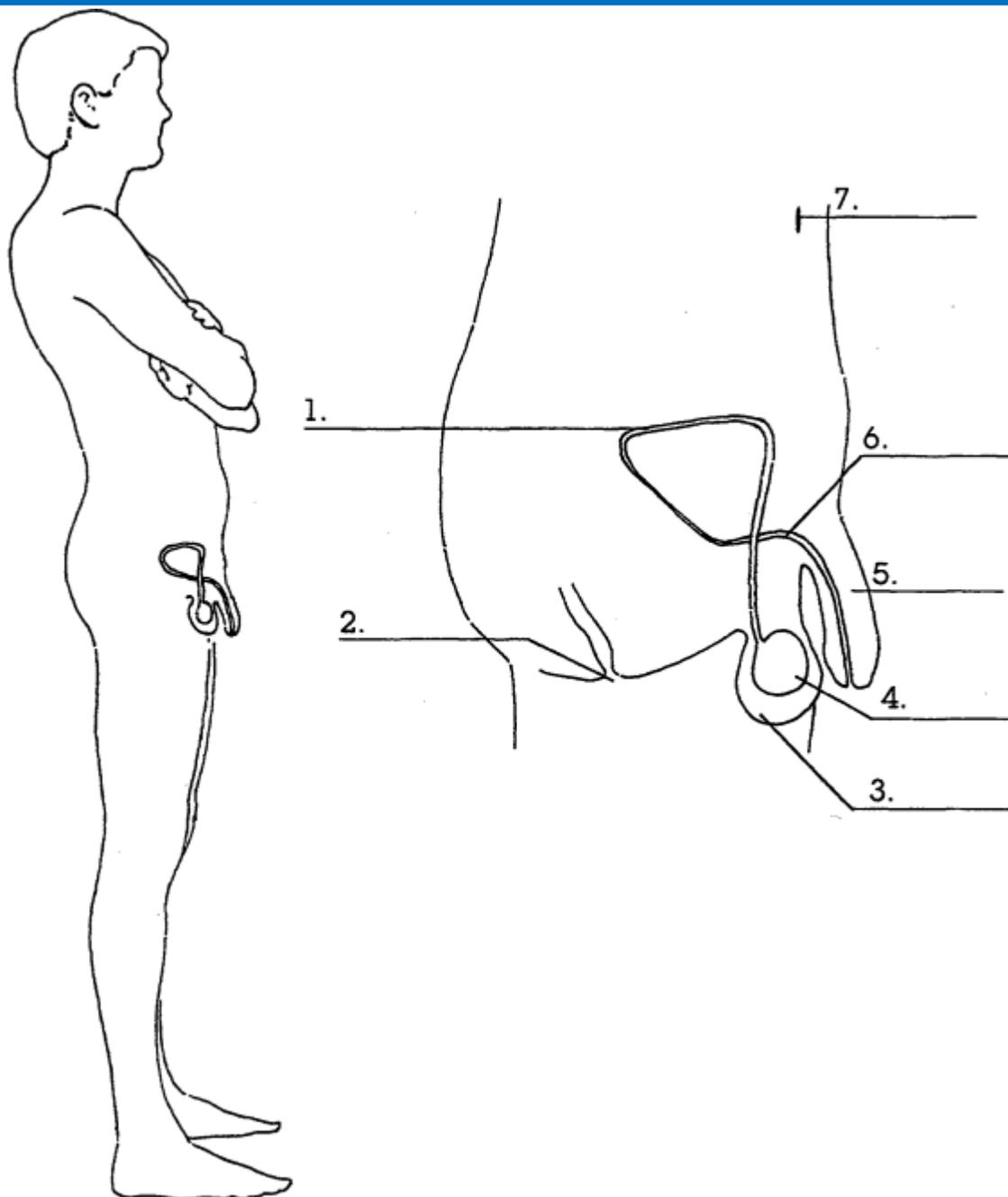


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur www.kingcountry.gov/health/flash.

APPAREIL REPRODUCTEUR MASCULIN

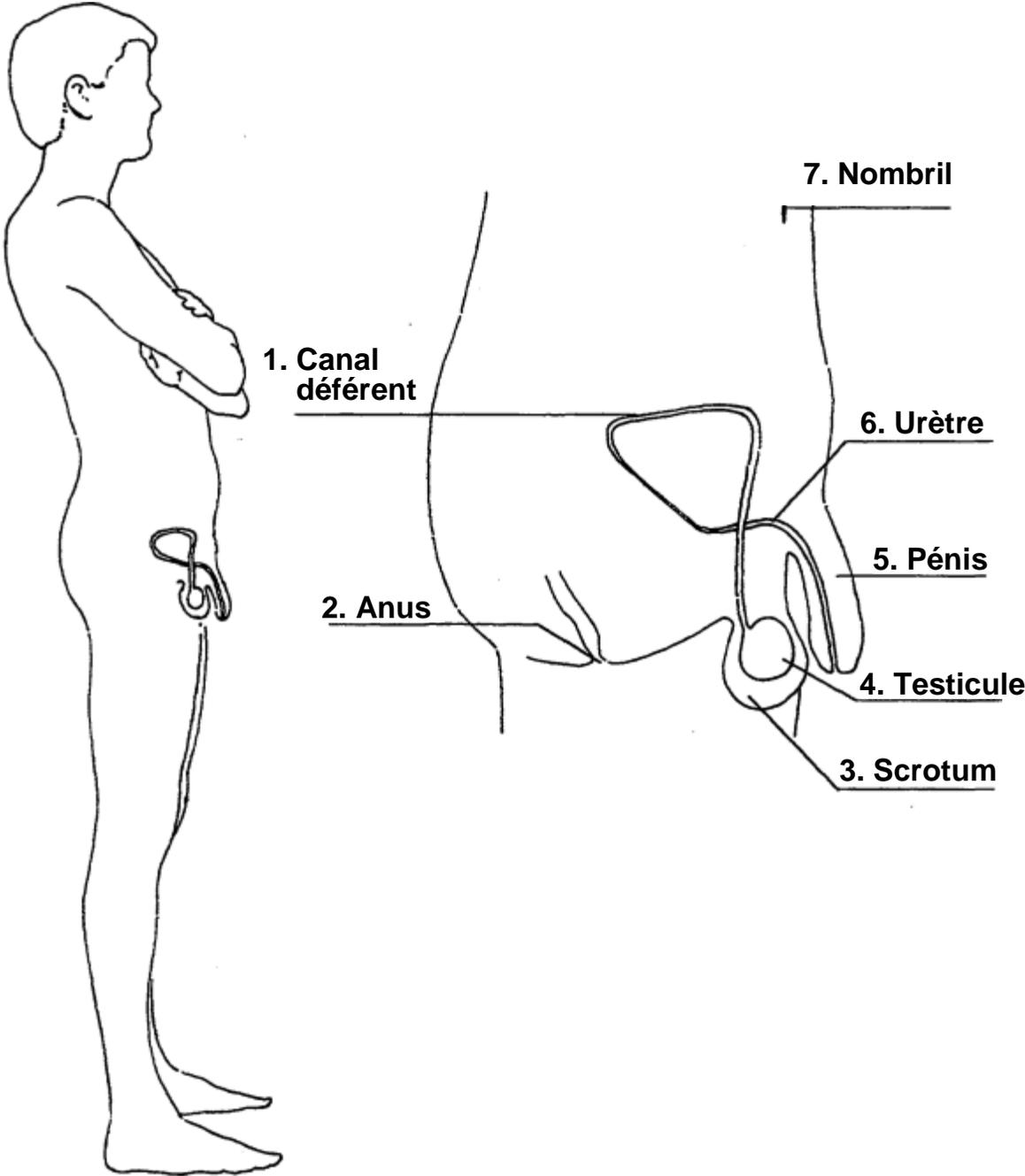


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur www.kingcountry.gov/health/flash.

APPAREIL REPRODUCTEUR FÉMININ

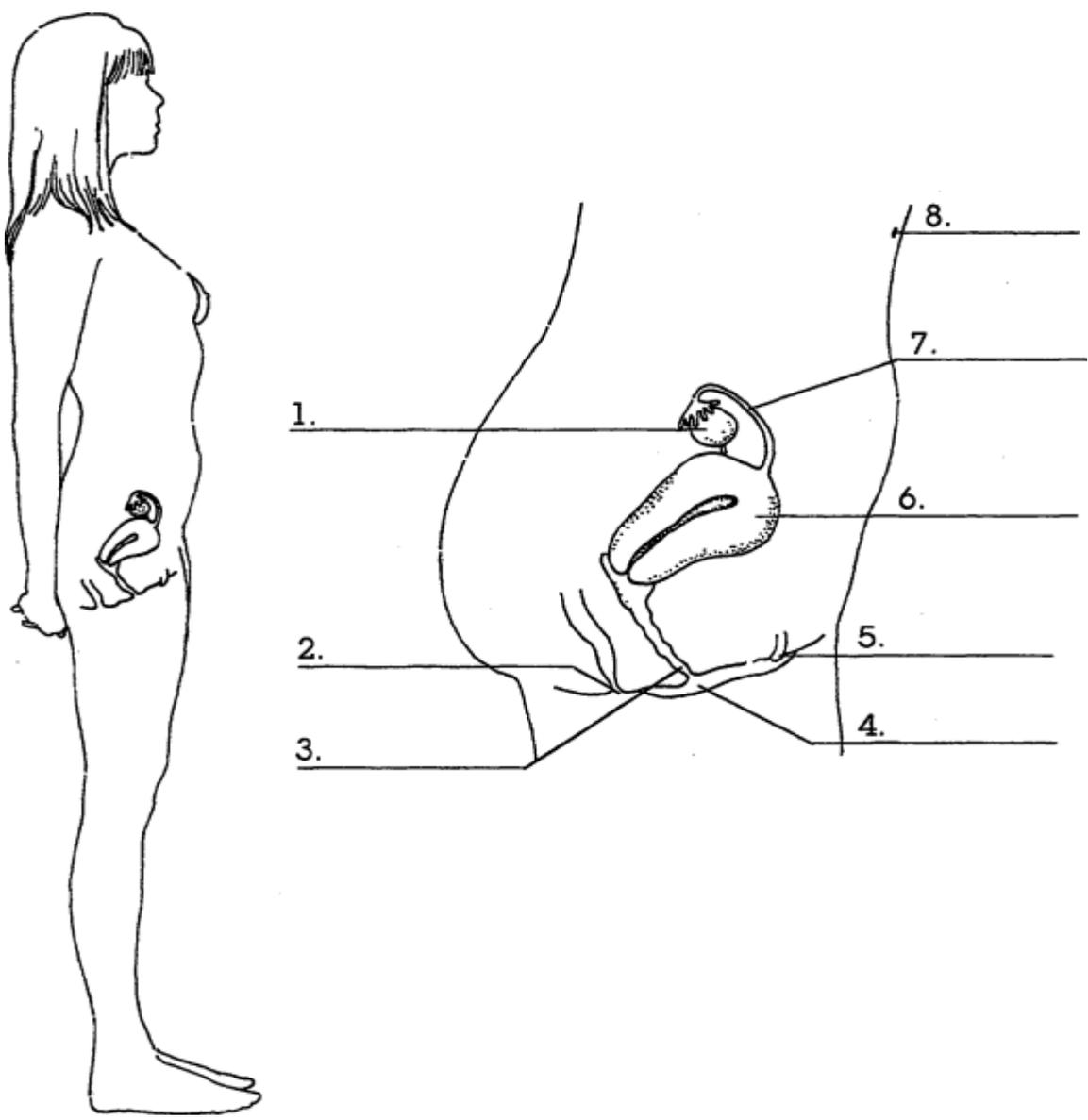


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur www.kingcountry.gov/health/flash.

APPAREIL REPRODUCTEUR FÉMININ

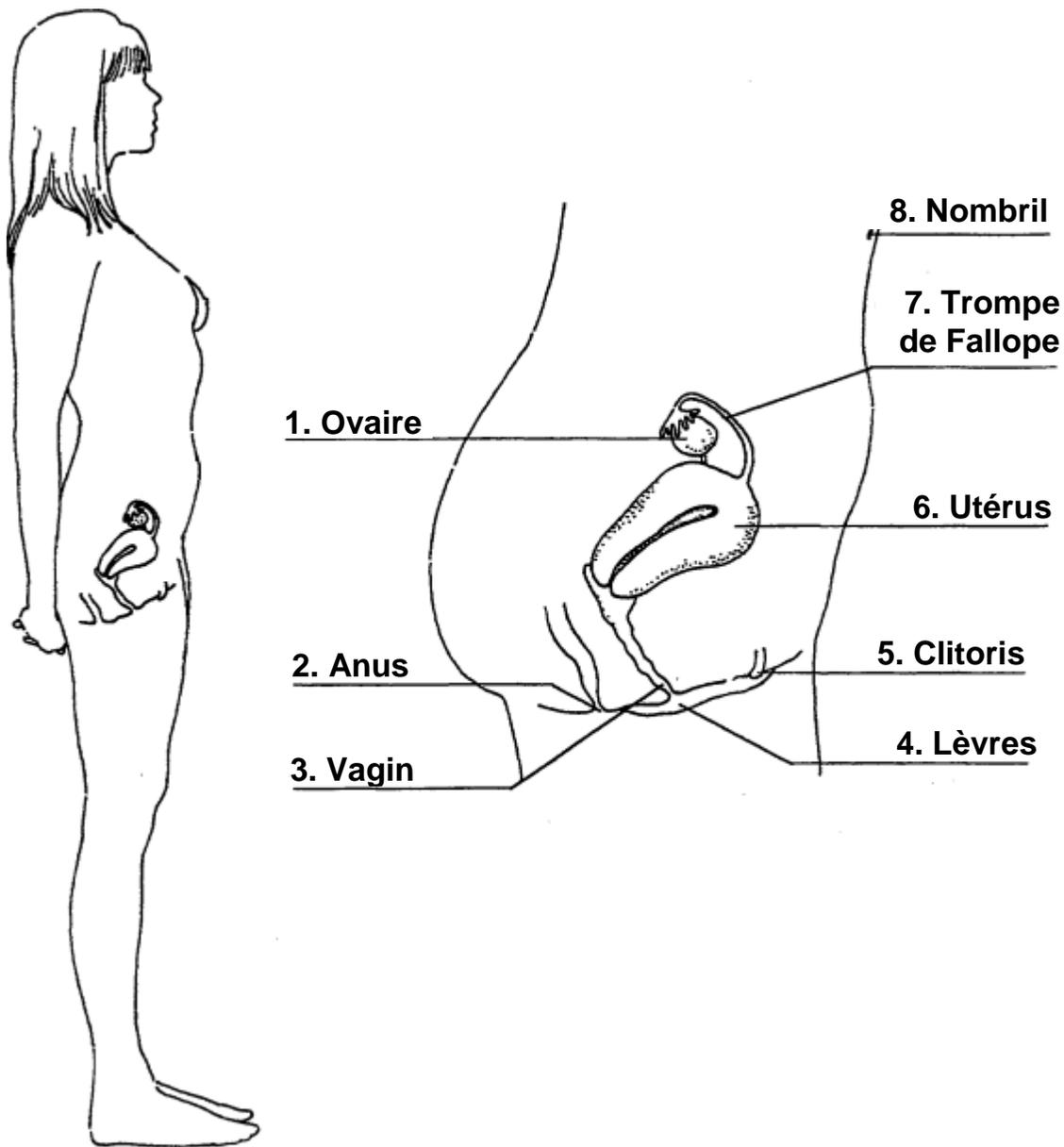


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur www.kingcountry.gov/health/flash.

PROGRESSION DE LA PUBERTÉ CHEZ LA FEMME

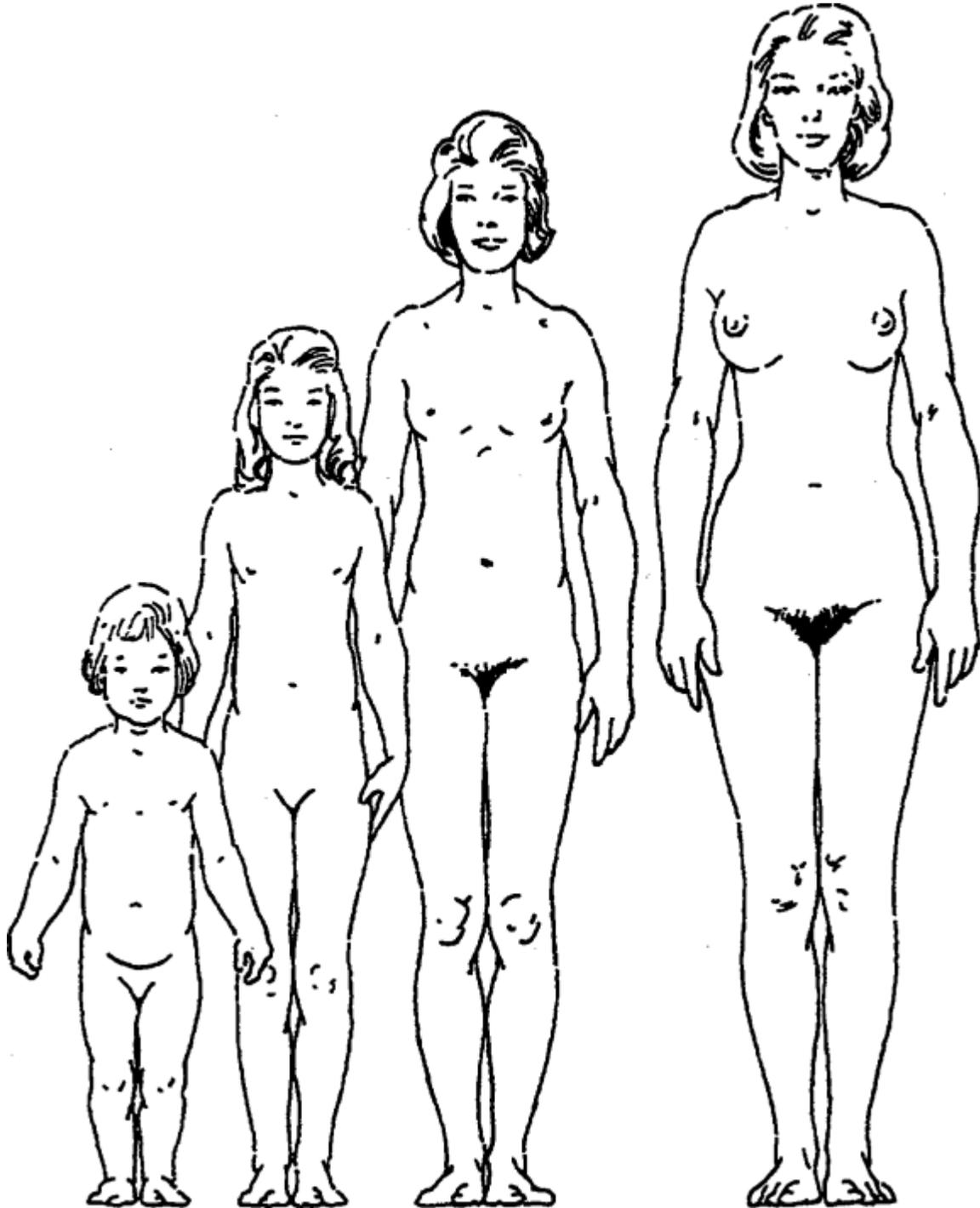


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur www.kingcountry.gov/health/flash.

PROGRESSION DE LA PUBERTÉ CHEZ L'HOMME

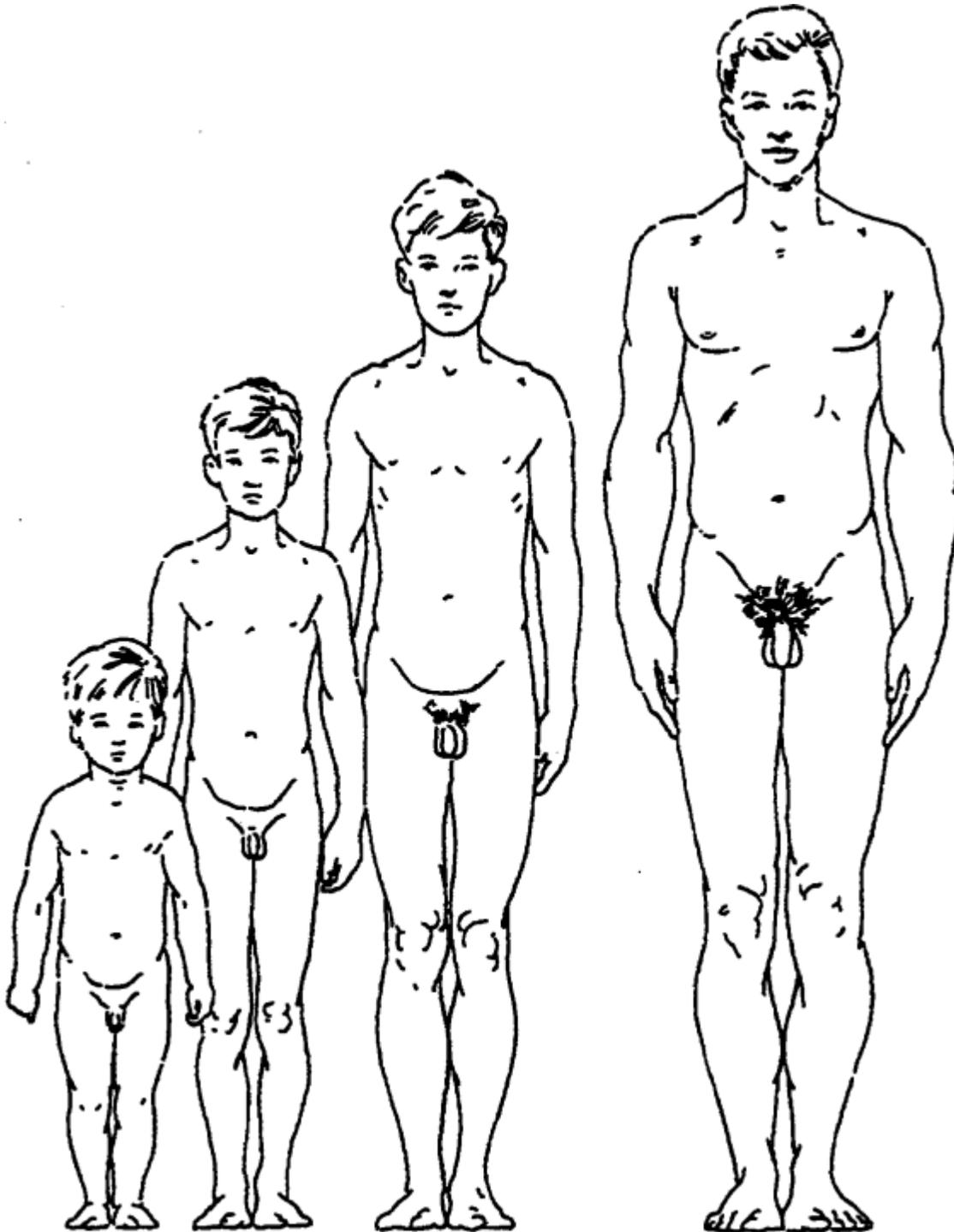


Illustration utilisée avec l'autorisation du programme **Family Life and Sexual Health (FLASH)** Curriculum. Disponible sur le site www.kingcountry.gov/health/flash