



Le parcours d'un œuf

Résultats d'apprentissage

Les élèves établissent le lien entre la puberté et la capacité de l'être humain à se reproduire.

Les éléments [Connaissances, Compréhension et Habiletés et procédures](#) du résultat d'apprentissage dont il est question dans la présente leçon sont énumérés à la fin.

Méthode d'utilisation

Ce plan de leçon comprend de nombreuses activités visant à obtenir le résultat d'apprentissage ci-dessus. Vous pouvez effectuer certaines ou l'ensemble des activités, selon les besoins de vos élèves et le temps dont vous disposez. Certaines des activités s'appuient sur celles qui les précèdent, mais toutes peuvent être effectuées de façon indépendante.

Pour une leçon rapide, combinez les activités A, C, D et G.

Activités en classe (et leur durée)

- A. Règles de base (5 à 10 minutes)
- B. Jeu d'association du vocabulaire de l'anatomie (15 à 20 minutes)
- C. Schémas sur l'anatomie (15 à 20 minutes)
- D. Le parcours d'un œuf (20 à 30 minutes)
- E. Discussion de groupe (5 à 15 minutes)
- F. Jeu-questionnaire Kahoot! Œufs et ovaires (15 à 20 minutes)
- G. Boîte aux questions (5 à 10 minutes)

Consulter aussi les plans de leçons « [Des aptitudes différentes](#) » sur la puberté et la reproduction.

Matériel nécessaire

DOCUMENT DE COURS et CORRIGÉ : Schémas de l'appareil génital
DOCUMENT DE COURS : Le cycle menstruel

5^e année – Le parcours d'un œuf

DOCUMENT DE COURS : Le parcours d'un œuf

[JEU-QUESTIONNAIRE KAHOOT!](#) et CORRIGÉ : Œufs et ovaires

FICHES : Vocabulaire de l'anatomie

On peut aussi trouver les documents pour les élèves dans le [Carnet de travail pour la 5^e année](#).

On peut aussi trouver les diagrammes sous forme de diapositive dans les [diagrammes pour la 5^e année](#).

Renseignements généraux

Langage inclusif

La langue est un outil complexe, puissant et en constante évolution. Dans ces plans de leçons, on utilise [un langage inclusif](#) (en anglais) pour inclure tou.te.s les élèves, y compris ceux et celles qui ont des identités de genre et des orientations sexuelles variées. Cela comprend l'usage du pronom « iel » comme pronom neutre singulier.

À la naissance, le sexe d'une personne peut lui être assigné comme « mâle » ou « femelle ». Certaines personnes sont intersexuées (la biologie reproductive, sexuelle ou génétique d'une personne n'est pas claire, n'est pas exclusivement masculine ou féminine ou ne correspond pas aux définitions traditionnelles de l'homme ou de la femme). Le sexe assigné est indépendant du genre.

L'identité de genre repose sur le sentiment intime de la personne d'être une fille ou une femme, un garçon ou un homme, fluide entre les genres ou d'aucun genre en particulier (sans égard au sexe assigné à la naissance).

Pour de nombreuses personnes, leur genre est le même que le sexe qui leur a été assigné à la naissance (cisgenre). Pour certaines, leur genre est différent que le sexe qui leur a été assigné à la naissance. Elles peuvent utiliser des termes comme transgenre, trans, non binaire, de genre fluide, queer, agenre ou autre, pour décrire leur identité de genre. On utilisera principalement le terme générique « trans » dans le présent document pour décrire les personnes dont l'identité de genre diffère du sexe qui leur a été assigné à la naissance. Bien que ce terme générique ne s'applique pas nécessairement à tout le monde, on tentera d'utiliser un langage aussi inclusif que possible.

Dans ces leçons, vous remarquerez que les parties du corps et les processus ne sont pas étiquetés comme masculins ou féminins. S'il n'y a pas de mal à utiliser les termes garçon/fille/mâle/femelle lorsque l'on s'adresse à des personnes ou que l'on parle d'elles, il est important de ne pas supposer que tous les garçons ou toutes les filles ont une certaine anatomie, et d'utiliser systématiquement un langage inclusif. Apprendre à discuter de l'anatomie sans genrer les personnes, les parties ou les processus constitue un

5^e année – Le parcours d'un œuf

changement pour de nombreuses personnes. Ces leçons ont recours à un langage qui peut vous aider, vous et vos élèves, à opérer ce changement, afin que tout le monde, y compris les personnes intersexes et de genre différent, soit incluses et se sente vues.

Les parties de l'appareil génital qui produisent les œufs (anatomie) et les systèmes connexes

Organes génitaux externes

Vulve

- La vulve comprend les grandes lèvres, les petites lèvres, le clitoris et l'ouverture du vagin.
- Les grandes lèvres et les petites lèvres sont les replis cutanés intérieurs et extérieurs qui entourent l'ouverture du vagin.
- La vulve comporte trois orifices : l'anus ainsi que les ouvertures de l'urètre et du vagin. Cela est souvent surprenant même pour les personnes qui ont cet appareil génital, qui pensent que l'urètre et le vagin font partie du même canal.

Clitoris

- Organe génital qui grossit et durcit à la suite d'une excitation sexuelle.
- Il se trouve au-dessus de l'urètre.

Anus

- Ouverture à l'extrémité du tube digestif par où les matières fécales ou selles sortent de l'organisme.
- L'anus ne fait pas partie de l'appareil génital, mais plutôt du système digestif.

Appareil génital interne

Ovaires

- Glandes qui fabriquent les œufs.
- Ces glandes contiennent tous les œufs (ovules) à la naissance et commencent à les libérer après le commencement de la puberté.

Trompes de Fallope

- Deux conduits étroits qui relient les ovaires à l'utérus.
- L'œuf se déplace à travers l'un de ces conduits après l'ovulation.
- La fécondation a lieu dans les trompes de Fallope.

Utérus

- Partie du corps où un bébé peut se développer.
- Il se situe très bas dans la cavité pelvienne (très loin de l'estomac).
- Il a la taille d'un poing.
- L'utérus (et non pas l'estomac) grossit pendant la grossesse, au fur et à mesure que se développe le bébé.
- Pendant le cycle menstruel, l'utérus est tapissé d'une membrane riche en vaisseaux sanguins qui servirait à nourrir un fœtus grandissant, si

5^e année – Le parcours d'un œuf

jamais la fécondation et la nidation avaient lieu. Cette membrane se détache environ une fois par mois en cas d'absence de fécondation et de nidation.

Col de l'utérus

- Partie inférieure de l'utérus qui est reliée au vagin.

Vagin

- Conduit qui relie l'utérus à l'extérieur du corps.
- Le sang contenu dans l'utérus s'écoule par le vagin pendant les menstruations.
- Le bébé sort de l'utérus par le vagin à l'accouchement vaginal.
- Le vagin ne sert pas à uriner. C'est l'ouverture située au-dessus du vagin, l'urètre, qui sert à uriner.
- La plupart des personnes naissent avec une membrane sur le bord de l'ouverture vaginale. C'est ce que l'on appelle l'hymen – il peut ne pas être visible. Certaines personnes naissent avec un hymen incomplet ou souple. L'hymen disparaît souvent ou devient souvent souple pendant l'enfance.
- Quand la puberté commence, une personne ayant un vagin peut remarquer la présence d'un écoulement vaginal dans ses sous-vêtements ou sur le papier de toilette. L'aspect de cet écoulement peut varier de blanchâtre et épais à translucide et fluide. Cela signifie que le corps arrive à maturité et annonce l'arrivée des menstruations. Cet écoulement est normal et aide à garder le vagin propre et en santé. Des écoulements vaginaux malodorants ou des démangeaisons peuvent signaler la présence d'une infection et un traitement médical pourrait se révéler nécessaire.

Autres organes

Vessie

- Sac qui contient l'urine que produisent les reins.
- La vessie ne fait pas partie de l'appareil génital, mais plutôt du système urinaire.

Urètre

- Tube par lequel l'urine est évacuée.
- Il s'agit de l'ouverture située entre le clitoris et le vagin.
- L'urètre ne fait pas partie de l'appareil génital, mais plutôt du système urinaire.

Fonctionnement de l'appareil génital (physiologie)

Œufs

- Les œufs sont fabriqués par les ovaires. Chaque ovaire contient environ 250 000 œufs à la naissance.

5^e année – Le parcours d'un œuf

- L'œuf est une cellule qui, si elle est fécondée (union avec le spermatozoïde), peut créer un bébé.
- Un œuf est libéré une fois par mois dès la puberté (ovulation). Il arrive parfois que deux ou plusieurs œufs se libèrent.
- L'œuf descend dans les trompes de Fallope pour être fécondé par un spermatozoïde ou pour se dissoudre. S'il est fécondé, il se déplace jusqu'à l'utérus.
- Si l'œuf n'est pas fécondé, il se dissout dans la trompe de Fallope.

Ovulation

- Quand les ovaires commencent à produire les hormones, des messages sont envoyés à l'hypophyse dans le cerveau, qui envoie à son tour un message aux ovaires pour libérer un œuf une fois par mois, à partir de l'un des ovaires.
- L'ovulation alterne généralement d'un ovaire à l'autre tous les mois.
- Les gens peuvent éprouver divers degrés de sensation pendant l'ovulation, de rien du tout à une douleur s'apparentant à celle des crampes menstruelles.

Menstruations (règles)

- Tous les mois, l'utérus se prépare pour le développement d'un bébé, si jamais l'œuf est fécondé.
- Les hormones des ovaires envoient un message à l'utérus afin de démarrer la formation d'un endomètre épais et doux formé de tissus et de vaisseaux sanguins.
- Cette membrane contient les nutriments nécessaires pour nourrir un œuf fécondé.
- Si l'œuf n'est pas fécondé dans la trompe de Fallope, l'endomètre n'est plus nécessaire pour nourrir le bébé. L'endomètre se détachera alors de l'utérus.
- L'élimination de la membrane prendra de deux à sept jours. La moyenne est d'environ cinq jours. C'est ce que l'on appelle « les menstruations » ou « avoir ses règles ».
- Le liquide menstruel est constitué de mucus, de sang et de tissu provenant de la muqueuse utérine en cours d'évacuation.
- La quantité moyenne de liquide menstruel perdu pendant les menstruations varie de 60 à 180 ml.
- Quand cette membrane est complètement éliminée, une nouvelle commence à se former.
- Bientôt, un autre œuf est libéré. Si la fécondation n'a pas lieu, l'œuf se dissout et la membrane se détache. Ce processus, qui se répète continuellement, se nomme le cycle menstruel.
- On compte le cycle menstruel à partir du premier jour des menstruations, jusqu'au premier jour des menstruations suivantes. En moyenne, le cycle dure 28 jours; toutefois, il peut varier de 24 à 38 jours. Durant les deux premières années, les menstruations peuvent être irrégulières.
- Les menstruations sont normales et font partie de la puberté. Elles ne sont pas sales ni mauvaises.

5^e année – Le parcours d'un œuf

- Certaines personnes ressentent de la douleur durant les menstruations, qu'il est possible de soulager à l'aide d'une bouillotte, d'exercices physiques légers à modérés ou encore de médicaments en vente libre. Il est important de ne pas prendre plus que la dose recommandée de médicaments contre la douleur. Si les crampes sont très douloureuses et persistent, il est conseillé de consulter un médecin.
- Les menstruations ne sont pas une maladie. Les personnes peuvent généralement participer à leurs activités quotidiennes, comme l'éducation physique, le jeu actif et des activités parascolaires comme la gymnastique et le soccer. L'exercice peut contribuer à atténuer les crampes et les douleurs pendant les menstruations.
- Il est utile de se laver la vulve quotidiennement pendant les menstruations, car les sécrétions huileuses des poils et de la peau peuvent augmenter et le liquide menstruel peut sécher dans les poils pubiens.
- Les serviettes hygiéniques, les tampons, les sous-vêtements menstruels ou les coupes menstruelles servent à absorber le liquide menstruel. Les enseignant.e.s peuvent envisager d'utiliser la [trousse sur la puberté](#) pour présenter ces produits.
- Les personnes continuent d'avoir des menstruations jusqu'à la ménopause. La plupart des personnes atteignent la ménopause entre 40 et 58 ans. Après la ménopause, les personnes ne libèrent plus d'œufs et n'ont plus de menstruations, donc elles ne peuvent plus devenir enceintes.

A. Règles de base

Assurez-vous d'établir des [règles de base](#) (en anglais) avant de commencer la leçon. Pour les classes ayant déjà établi les règles de base, les passer rapidement en revue peut favoriser le succès de la leçon.

B. Jeu d'association du vocabulaire de l'anatomie

Les élèves identifient les organes de base de l'appareil génital et peuvent décrire les fonctions de base des divers organes.

1. Disposez les affiches **Définitions de l'anatomie** dans la classe.
2. Divisez les élèves en groupes de trois ou quatre élèves.
3. Distribuez les cartes de **vocabulaire de l'anatomie** à chaque équipe.
4. Demandez aux équipes d'associer les définitions aux termes correspondants et d'apposer les mots sur l'affiche appropriée. Encouragez les groupes à faire eux-mêmes les associations, sans se

5^e année – Le parcours d'un œuf

préoccuper à savoir s'ils font un choix différent de celui d'un autre groupe.

5. Passez en revue le corrigé des mots et de leur définition en classe et déplacez les mots de vocabulaire à côté de la définition pertinente, au besoin.

Corrigé :

Mot de vocabulaire	Définition
Anus	Ouverture à l'extrémité du tube digestif par où les matières fécales sortent de l'organisme.
Vessie	Sac à l'intérieur du corps où s'accumule l'urine.
Col de l'utérus	Partie inférieure de l'utérus qui est reliée au vagin.
Clitoris	Organe génital sensible qui grossit et durcit à la suite d'une excitation sexuelle.
Trompes de Fallope	Tubes qui raccordent les ovaires à l'utérus. L'œuf s'y déplace après l'ovulation.
Hymen	Membrane qui entoure ou couvre partiellement l'ouverture du vagin.
Menstruations (règles)	Détachement mensuel de la membrane qui recouvre l'intérieur de l'utérus.
Ovaires	Glandes qui produisent et libèrent un œuf tous les mois.
Ovulation	Processus de libération d'un œuf depuis l'ovaire.
Œuf	Cellule reproductive produite dans les ovaires.
Vagin	Conduit qui relie l'utérus à l'extérieur du corps.
Vulve	Organes génitaux externes, y compris les lèvres et le clitoris.
Urètre	L'urine passe à travers ce conduit pour sortir de l'organisme.
Utérus	Endroit où se développe le bébé.

C. Schémas de l'anatomie

Pour aider les élèves à comprendre le corps et la diversité génitale, il faut se rappeler que les parties génitales des gens ne se ressemblent pas toutes ou ne ressemblent pas nécessairement à ce qui est illustré dans les schémas et les images. Le corps de chaque personne ne correspond pas nécessairement à l'un ou l'autre des schémas. Il est normal et sain de constater une différence de forme et de taille.

Les schémas de l'anatomie aident les élèves à apprendre le vocabulaire relatif à la reproduction. Les élèves pourraient avoir besoin d'aide pour comprendre la différence entre les vues interne et externe, ou latérale et antérieure, des systèmes reproducteurs. Montrer les schémas qui orientent les organes internes à l'intérieur du corps aide les élèves à comprendre ce que les schémas représentent.

1. Distribuez le document de cours **Schémas de l'appareil génital**. Expliquez la relation entre les vues externe et interne de l'appareil génital.
2. Demandez aux élèves de remplir autant d'espaces blancs que possible. Vous pouvez demander aux élèves de travailler de façon individuelle, en paires ou dans leurs petits groupes de l'activité précédente. Précisez qu'elles et ils ne sauront peut-être pas toutes les réponses et que c'est normal.
3. Affichez les bonnes réponses pour que les élèves puissent évaluer et corriger leurs schémas et discutez des réponses.
4. Vous pouvez demander aux élèves de discuter de quelles parties de l'anatomie sont les mêmes pour toutes les personnes et de quelles parties de l'anatomie pourraient avoir des fonctions similaires.

D. Le parcours d'un œuf

Cette activité est basée sur la compréhension qu'ont les élèves de l'anatomie de la reproduction et fait un lien entre l'anatomie et la physiologie de l'appareil génital.

1. Distribuez le document de cours **Le parcours d'un œuf**.
2. Demandez aux élèves de faire l'activité en insérant les termes appropriés dans les espaces prévus à cet effet. Cette activité peut se faire individuellement ou en petits groupes à l'aide de la technique [penser/préparer/partager](#) (en anglais) ou une technique semblable.
3. Vous pourriez distribuer des ressources comme le document de cours **Schémas de l'appareil génital** si les élèves ne l'ont pas déjà après l'activité précédente. Vous pouvez aussi distribuer ou afficher le schéma du **cycle menstruel**. Celui-ci montre un cycle de 28 jours, ce qui représente la moyenne. Un cycle normal peut durer entre 24 et 38 jours.
4. Corrigez ensemble le document de cours.

Réponses

1. utérus
2. œuf
3. ovaire
4. trompes de Fallope
5. col de l'utérus
6. vagin
7. cycle menstruel

E. Discussion en classe

Les élèves font le bilan de leurs connaissances de l'appareil génital et du cycle menstruel, acquièrent des compétences liées à la résilience et déterminent des personnes-soutien.

Discutez des questions suivantes avec la classe :

Comment savoir quand une personne aura ses premières menstruations?

- Les menstruations commencent généralement entre 9 et 15 ans. Chaque personne a sa propre horloge interne qui détermine quand la puberté commence.
- En général, une personne peut s'attendre à avoir ses premières menstruations environ deux ans après que ses seins ont commencé à se développer et peu après l'apparition de poils sur les aisselles et dans la région pubienne.
- Un écoulement vaginal peut signaler l'arrivée prochaine des menstruations.

Quelles préoccupations une personne pourrait-elle avoir concernant les menstruations?

- Crampes
- Sang
- Odeur différente
- Syndrome prémenstruel (SPM)
- Avoir ses menstruations de façon inattendue, sans avoir les produits hygiéniques à portée de main

Comment gérer les menstruations?

- Utilisez des serviettes, des tampons hygiéniques, des sous-vêtements menstruels ou une coupe menstruelle pour absorber le flux.
- On trouve des serviettes, des tampons, des sous-vêtements menstruels et des coupes de différentes tailles. Les versions non parfumées risquent moins de causer d'irritation cutanée.
- Assurez-vous de lire les instructions avant d'utiliser des tampons ou une coupe pour la première fois.

5^e année – Le parcours d'un œuf

- Les tampons pourraient devoir être changés toutes les 3 à 4 heures, bien que certains puissent maintenant être laissés en place plus longtemps la nuit. Consultez les instructions figurant sur l'emballage pour plus d'information.
- La coupe doit être changée toutes les 6 à 12 heures.
- Les serviettes doivent être changées avant qu'elles soient détrempées, ce qui dépend de l'épaisseur de la serviette et du flux menstruel. Si la serviette n'est pas détrempée, changez-la au moins toutes les 4 heures pendant la journée et à la première heure du matin si elle est portée toute la nuit.
- Vous devez vous laver les mains avant et après la manipulation de serviettes hygiéniques, de tampons ou de coupes.
- Servez-vous d'une bouillotte ou de médicaments contre la douleur ou faites de l'exercice physique modéré pour soulager les crampes. Si les crampes douloureuses persistent, il est important de consulter un médecin.
- Le syndrome prémenstruel (SPM) peut survenir dans les deux semaines qui précèdent les menstruations. La personne peut alors avoir des sautes d'humeur, être irritable, avoir les seins douloureux ou se sentir gonflée. Pour aider à minimiser les symptômes du syndrome prémenstruel, on peut essayer de faire de l'exercice physique et de limiter la consommation de caféine et de sel.
- Si vos menstruations commencent quand vous êtes à l'école et que vous n'avez pas de produits hygiéniques, demandez l'aide d'un.e ami.e., d'un.e enseignant.e ou d'un.e membre du personnel. Si vous avez commencé la puberté, assurez-vous de toujours avoir des produits hygiéniques dans votre sac à dos, bureau ou casier pour vous préparer.
- Le suivi de votre cycle menstruel à l'aide d'une application ou d'un calendrier peut vous aider à mieux connaître votre corps et à prévoir la date de vos prochaines règles.

Selon vous, quel est l'élément le plus important du cycle menstruel?

Nous avons appris ce qui se passe lorsque l'œuf n'est pas fécondé. Que se passe-t-il si un spermatozoïde féconde un œuf dans la trompe de Fallope?

- Si l'œuf est fécondé, il peut se déplacer vers l'utérus, puis s'accrocher à l'endomètre (nidation). Cela pourrait enclencher une grossesse. C'est sur quoi se concentre le plan de cours « Reproduction ».
- Les élèves en apprendront plus sur les étapes de la grossesse et du développement fœtal en 6^e année.

Que doit-il se produire chez une personne pour qu'elle soit en mesure d'avoir un bébé?

- La personne doit ovuler (libérer un œuf) et un spermatozoïde doit fertiliser l'œuf pour concevoir un bébé.
- Puisque l'ovulation commencera avant les premières menstruations, il est possible pour la personne de devenir enceinte même si elle n'a jamais eu ses menstruations mais si elle a eu des relations sexuelles

5^e année – Le parcours d'un œuf

vaginales ou qu'un pénis ou du sperme est entré en contact avec la zone vaginale.

- La puberté est le début des changements du corps pour pouvoir produire un bébé.

À qui pouvez-vous parler si vous avez des questions au sujet de l'anatomie, de la physiologie, des changements qui surviennent pendant la puberté ou de la sexualité?

- Un.e parent
- Un.e adulte en qui vous avez confiance
- Un.e enseignant.e ou un.e conseiller.ère d'orientation professionnelle
- Un.e fournisseur.e de soins de la santé

F. Jeu-questionnaire Kahoot! Œufs et ovaires

Ce jeu-questionnaire peut constituer un bon examen ou une bonne conclusion pour cette unité ou un petit divertissement entre d'autres activités. Pour en savoir davantage sur l'utilisation de Kahoot!, consultez getkahoot.com (en anglais).

1. Ouvrez le jeu-questionnaire Kahoot! : [5^e année – Œufs et ovaires](#)
2. En groupe, répondez aux questions du jeu-questionnaire et discutez de vos réponses ensemble. Vous pouvez répondre au jeu-questionnaire de façon individuelle ou en équipes.

G. Boîte aux questions

Répondez à toute question qui se trouve dans la [boîte aux questions](#) (en anglais) depuis la dernière leçon. Demandez aux élèves de soumettre leurs nouvelles questions et abordez-les au cours suivant.

Discuter des questions au cours suivant vous donne le temps d'examiner les questions et de préparer vos réponses.

Réflexion personnelle

Pendant la leçon, avez-vous :

- suivi les règles de base?
- établi de bonnes pratiques concernant le travail et les discussions en équipe?

Que changerez-vous pour les prochains cours avec ce groupe?

Quels changements apporteriez-vous à la leçon pour son utilisation future?

Résultats d'apprentissage

Cette leçon aborde les résultats d'apprentissage suivants du [programme d'éducation physique et de bien-être](#) de la 5^e année :

Connaissances

- Chaque composante du système reproducteur humain remplit une fonction précise.
- Le système reproducteur humain et les autres systèmes du corps sont tous reliés.
- Les menstruations se définissent comme étant le cycle mensuel qui prépare le corps à une éventuelle grossesse.
- Le système reproducteur féminin comprend des ovaires qui contiennent des ovules.
- L'ovulation se produit lorsqu'un ovule est libéré par un ovaire.
- Les variations hormonales régissent le cycle menstruel et l'ovulation.
- L'ovule se déplace vers l'utérus et est libéré avec la muqueuse utérine, s'il n'est pas fécondé.

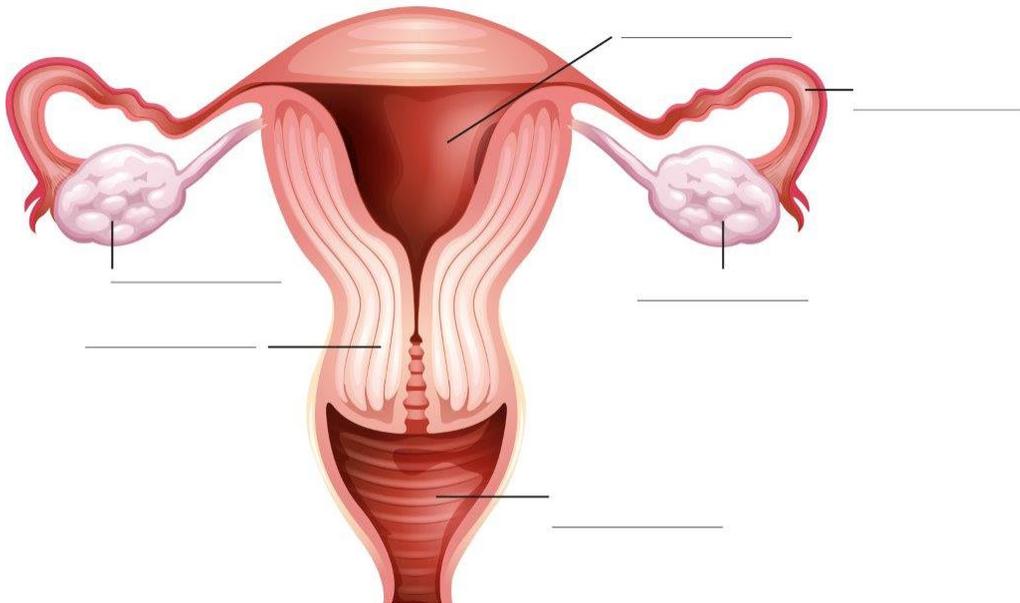
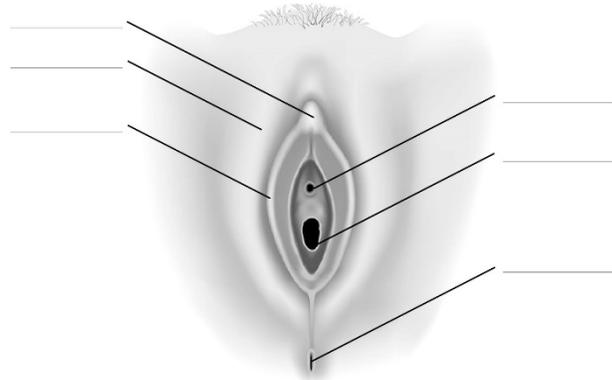
Compréhension

- Le bien-être est favorisé par la connaissance et la prise de conscience de la reproduction humaine.
- La reproduction humaine englobe une séquence d'étapes biologiques.
- La puberté indique que le potentiel reproductif d'une personne change.
- La puberté est souvent associée aux processus menant aux menstruations et à la production de sperme.

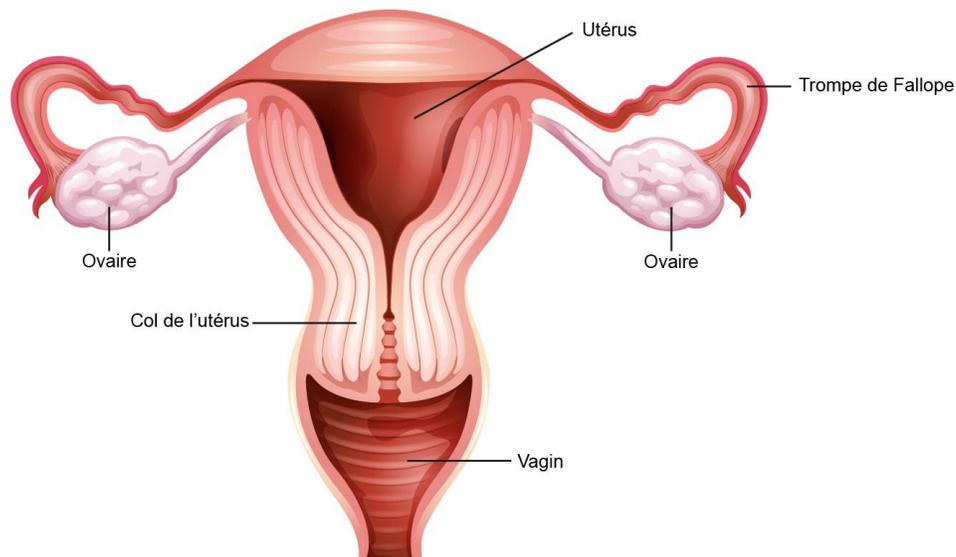
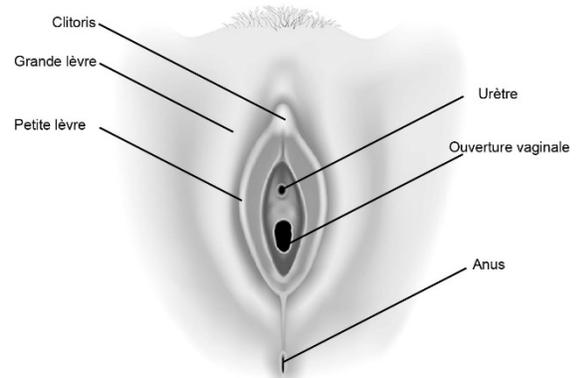
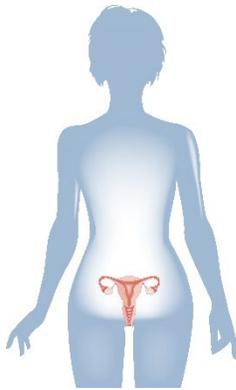
Habilités et Procédures

- Nommer les composantes du système reproducteur humain.
- Décrire les fonctions des composantes du système reproducteur humain
- Décrire comment les changements physiques durant la puberté agissent sur le potentiel reproductif.
- Décrire les processus menant aux menstruations et à la production de sperme.

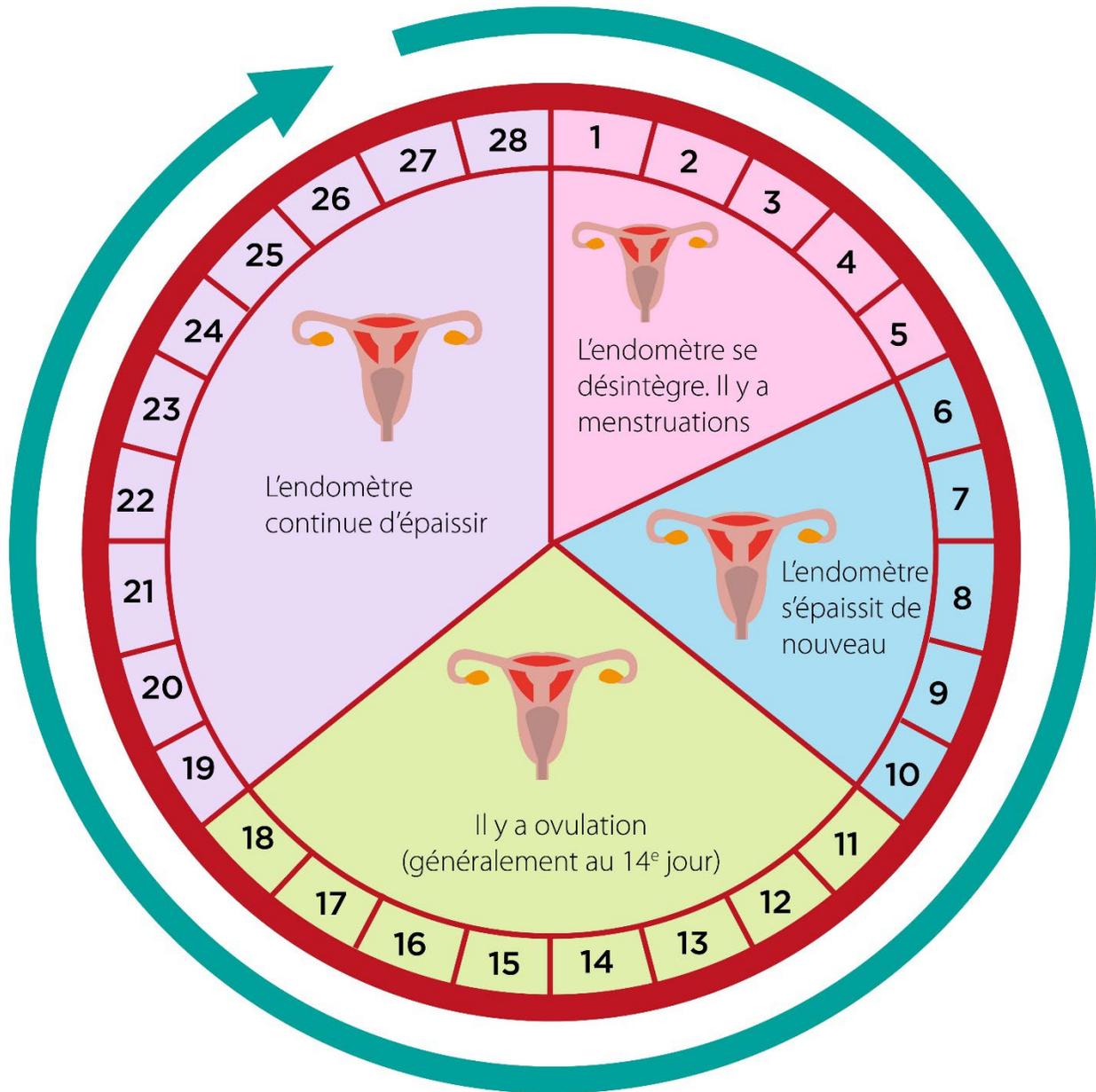
Appareil génital



Corrigé



Le cycle menstruel



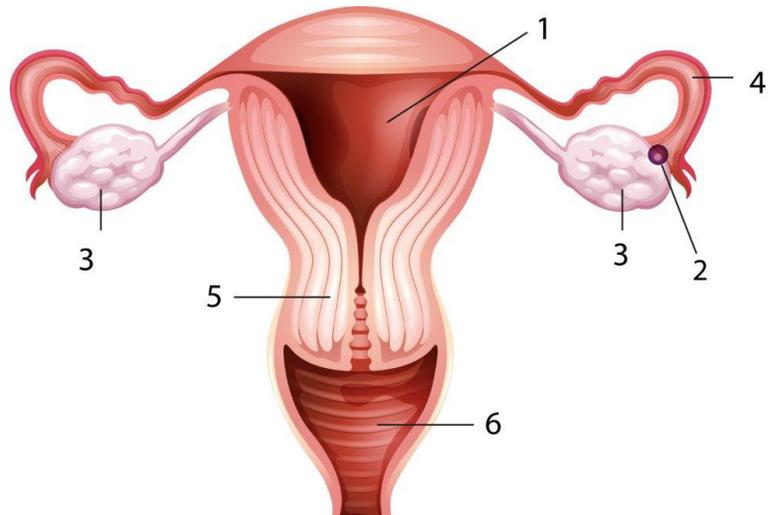
Ce schéma montre un cycle menstruel moyen d'une durée de 28 jours. Les cycles peuvent varier de 24 à 38 jours.

Le parcours d'un œuf

Lisez l'histoire qui suit et remplissez les trous au moyen des mots fournis.

Banque de mots

col de l'utérus
trompes de Fallope
cycle menstruel
ovaire
œuf
utérus
vagin



Il était une fois, l'appareil génital.

Tous les mois, en raison de changements au niveau des hormones,

l'_____ (1) incitait la formation d'une membrane épaisse et souple (endomètre) composée de tissus et de vaisseaux sanguins le long de ses parois. Cette membrane contenait tous les éléments nutritifs nécessaires pour nourrir un bébé en croissance en cas de grossesse. Lorsque la membrane était en place, elle attendait que les ovaires fassent leur travail. Les ovaires contenaient des cellules reproductrices spéciales nommées _____ (2). Tous les mois, une de ces cellules parvient à maturité et est libérée d'un _____ (3).

Ce mois-ci, c'est l'ovaire droit qui a libéré un œuf. L'ovaire gauche devra attendre au mois prochain. Les _____ (4), qui attendaient que les ovaires libèrent un œuf, agitaient leurs nombreux cils. Les cils en mouvement ont attrapé l'œuf libéré et l'ont guidé tout doucement dans l'un des tubes. Après un voyage qui dure environ un jour, l'œuf a commencé à se dissoudre. Quand l'œuf a été dissous, le cerveau a envoyé un message à l'endomètre pour l'informer que l'œuf n'avait pas été fécondé et qu'il pouvait se détacher de l'utérus. Lentement, l'endomètre est passé dans le _____ (5), puis dans le _____ (6) pour sortir du corps.

Aussitôt l'endomètre sorti, l'utérus a incité la formation d'une autre membrane. Cette fois-ci, ce sera au tour de l'ovaire et de la trompe de Fallope du côté gauche de faire le travail. Alors, le processus recommencera depuis le début. Ce processus s'appelle le _____ (7).

CORRIGÉ : 5^e année – Œufs et ovaires

Les bonnes réponses sont en caractères gras.

1. Au nombre des parties internes de l'appareil génital qui produit des œufs, on trouve :

- la vulve, le clitoris et l'anus.
- **l'utérus, les ovaires et les trompes de Fallope.**
- la vessie, l'urètre et l'utérus.
- la vulve, le vagin et les ovaires.

La vulve et le clitoris sont des parties externes et non pas internes de l'appareil génital. L'anus fait partie du système digestif; la vessie et l'urètre font partie du système urinaire.

2. Au nombre des parties externes de l'appareil génital qui produit des œufs, on trouve :

- l'urètre, le vagin et le clitoris.
- les trompes de Fallope et les petites lèvres.
- **les petites lèvres, les grandes lèvres et le clitoris.**
- l'utérus, l'urètre et le vagin.

Le vagin, les trompes de Fallope et l'utérus sont tous des parties internes de l'appareil génital. L'urètre fait partie du système urinaire.

3. L'endroit où se développe le bébé s'appelle :

- l'estomac.
- le vagin.
- les ovaires.
- **l'utérus.**

Bien que le spermatozoïde rencontre l'œuf dans les trompes de Fallope, le bébé grandit et se développe dans l'utérus pendant le reste de la grossesse.

4. Les œufs sont produits et stockés dans :

- l'utérus.
- les trompes de Fallope.
- **les ovaires.**
- le col de l'utérus.

Tous les œufs qu'une personne aura se trouvent déjà dans ses ovaires quand cette personne naît. Chaque ovaire contient environ 250 000 œufs à la naissance.

Corrigé du jeu-questionnaire Kahoot!

5. En moyenne, un ovaire libérera :

- **un œuf tous les mois.**
- un œuf tous les ans.
- un œuf après le sexe.
- sept œufs tous les mois.

Ce nombre est basé sur un cycle menstruel moyen de 28 jours. Les cycles menstruels peuvent varier de 24 à 38 jours. Il est normal que les cycles soient irréguliers pendant les premières années.

6. Les menstruations :

- consistent en le processus de libération d'un œuf.
- **consistent en le détachement de l'endomètre tous les mois.**
- ne sont nécessaires que s'il y a un œuf fécondé.
- **sont normales et saines et font partie de la croissance.**

Les menstruations consistent en le détachement de l'endomètre; c'est un processus normal pour toute personne qui a un utérus.

7. Les personnes qui souffrent de crampes pendant leurs menstruations (règles) devraient :

- éviter toute forme d'exercice.
- **essayer de se servir d'une bouillotte pour les soulager.**
- **continuer de vaquer à leurs activités quotidiennes.**
- **essayer de faire de l'exercice pour soulager les crampes.**

Les crampes sont une expérience courante pour de nombreuses personnes pendant leurs menstruations. Trouver la solution qui convient à chaque personne peut prendre du temps. Si ces mesures communes n'aident pas, consultez un.e fournisseur.e de soins de santé.

8. La durée moyenne d'un cycle menstruel est de :

- 1 an
- 1 semaine
- **28 jours**
- 7 jours

Ce nombre représente une moyenne. Les cycles menstruels peuvent varier de 24 à 38 jours. Il est normal que les cycles soient irréguliers pendant les premières années.

9. Le cycle menstruel comprend :

- **l'épaississement et le détachement de l'endomètre.**
- l'éjaculation, la fécondation et la nidation.
- l'ovulation, la fécondation et la nidation.
- la fécondation et le détachement de l'endomètre.

La fécondation et la nidation font partie de la grossesse, et non pas des menstruations. L'éjaculation fait partie du processus de production de spermatozoïdes et de reproduction.

**Ouverture à l'extrémité
du tube digestif par où
les matières fécales
sortent de l'organisme.**



**Sac à l'intérieur du
corps où s'accumule
l'urine.**



**Partie inférieure de
l'utérus qui est
reliée au vagin.**



**Organe génital
sensible qui grossit et
durcit à la suite d'une
excitation sexuelle.**



**Tubes qui raccordent
les ovaires à l'utérus.
L'œuf s'y déplace après
l'ovulation.**



**Membrane qui entoure
ou couvre partiellement
l'ouverture du vagin.**



**Détachement mensuel
de la membrane qui
recouvre l'intérieur
de l'utérus.**



**Glandes qui
produisent et
libèrent un œuf tous
les mois.**



**Processus de
libération d'un œuf
depuis l'ovaire.**



**Cellule reproductive
produite dans les
ovaires.**



**Conduit qui relie
l'utérus à l'extérieur
du corps.**



**Organes génitaux
externes, y compris
les lèvres et le
clitoris.**



**L'urine passe à
travers ce conduit
pour sortir de
l'organisme.**



**Endroit où se
développe le bébé.**



Anus

Vessie

Col de l'utérus

Clitoris

Oeuf

**Trompes de
Fallope**

Hymen

Menstruations

Ovaires

Ovulation

Vagin

Vulve

Urètre

Utérus
