

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE

Leçon 3¹

5^e

ANNÉE

RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE ² W-5.3 :

Identifier les organes de base du système de reproduction humain et décrire les fonctions de base des divers organes, comme la fécondation, la conception.



MATÉRIEL :

1. **AFFICHES** : Définitions de l'anatomie féminine
2. **FICHES** : Anatomie féminine
3. **DOCUMENT DE COURS** : Appareil génital féminin
4. **CORRIGÉ** Appareil génital féminin
5. **DIAPOSITIVE** : Appareil génital féminin
6. **DIAPOSITIVE** : Le cycle menstruel



INTRODUCTION :

Cette leçon renseigne les élèves sur l'appareil génital féminin.



APPROCHES/STRATÉGIES :

A. RÈGLES DE BASE (5 minutes)

Assurez-vous d'établir des règles de base 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 ANATOMIE FÉMININE (30 MINUTES)

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

1. Disposez les affiches **Définitions de l'anatomie féminine** dans la classe.
2. Divisez les élèves en deux équipes.
3. Distribuez les fiches **Anatomie féminine** à chaque équipe. (Chaque série de fiches doit avoir une couleur différente.)
4. Demandez aux équipes d'associer les définitions aux termes correspondants et d'apposer les mots sur l'affiche appropriée.
5. Distribuez le document de cours **Appareil génital féminin**, puis demandez aux élèves d'inscrire le nom des organes de l'appareil génital dans les espaces prévus à cet effet durant la révision.
6. Comparez les réponses des équipes à celles du corrigé **Appareil génital féminin**, et suivez les directives suivantes :



Les élèves peuvent avoir des opinions différentes au sujet de la circoncision masculine et de la circoncision féminine. La circoncision masculine consiste à retirer le prépuce, soit la peau qui recouvre le gland du pénis. Cette opération chirurgicale, qui s'effectue généralement quand le bébé n'est âgé que de quelques jours, n'est pas obligatoire. Ce sont les parents qui décident, ou non, de faire circoncire leur bébé. Dans certaines cultures, cette procédure s'effectue plus tard au cours de la vie. En général, le choix repose sur des croyances religieuses. Selon certaines études, un pénis circoncis est plus hygiénique. Les hommes non circoncis doivent simplement s'assurer de nettoyer régulièrement le gland du pénis en rétractant le prépuce.

La circoncision féminine, aussi appelée mutilation sexuelle féminine (MSF), recouvre toutes les interventions y compris l'ablation partielle ou totale des organes génitaux externes de la femme ou toute autre lésion des organes génitaux féminins qui sont pratiquées pour des raisons non médicales. Les mutilations sexuelles féminines ne présentent aucun avantage pour la santé et sont préjudiciables à bien des égards aux jeunes filles et aux femmes. Elles comportent l'ablation de tissus génitaux normaux et sains ou endommagent ces tissus et entravent le fonctionnement naturel de l'organisme féminin.

Les mutilations sexuelles féminines sont le produit de divers facteurs culturels, religieux et sociaux au sein des familles et des communautés. Les mutilations sexuelles féminines sont internationalement considérées comme une violation des droits des jeunes filles et des femmes. La MSF est un sujet très sensible sur le plan culturel. Assurez-vous de traiter la MSF³ avec prudence et respect. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs241/fr/>

ORGANES EXTERNES :

Vulve

- Repli de peau à l'entrée du vagin.
- On l'appelle aussi grandes lèvres et petites lèvres.
- Elle protège les organes génitaux internes.

Clitoris

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

TROIS OUVERTURES :

Urètre

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

Vagin

- Conduit qui relie l'utérus à l'extérieur du corps de la femme.
- 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.
- Il ne sert pas à uriner. C'est l'ouverture située au-dessus du vagin, l'urètre, qui sert à uriner.
- Une mince membrane appelée l'**hymen** ferme partiellement l'entrée du vagin. Elle peut ne pas être visible.
- À la puberté, une fille peut apercevoir la présence d'un écoulement vaginal dans ses sous-vêtements ou sur le papier toilette. L'aspect de cet écoulement peut varier de blanchâtre et épais à translucide et fluide. Cela signifie que le corps de la fille 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.



« L'hymen est une membrane ou un tissu qui couvre partiellement l'ouverture du vagin. Il est présent à la naissance et se déchire généralement avant le premier rapport sexuel. Chez de nombreuses femmes, l'hymen peut se déchirer bien avant un premier rapport sexuel par l'utilisation de tampons ou lors d'activités sportives. L'hymen qui se déchire pendant un rapport sexuel ou en raison de l'utilisation de tampons peut entraîner de la douleur et des saignements »⁴.

Les élèves peuvent avoir différentes opinions concernant la rupture de l'hymen. Il est important d'être sensible à ces opinions, mais de rassurer les élèves qu'il est normal que l'expérience varie d'une femme à l'autre.

Anus

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

APPAREIL GÉNITAL INTERNE :

Col de l'utérus

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

Utérus

- Partie du corps de la femme où un enfant peut se développer.
- On l'appelle parfois le ventre.
- Il se situe très bas dans la cavité pelvienne (très loin de l'estomac).
- Il a la taille d'un poing.
- C'est l'utérus qui s'agrandit pendant la grossesse, et non l'estomac.
- Encourager les élèves à former un poing avec leur main et à le placer contre la partie inférieure de leur abdomen (pelvis). C'est là que se trouve l'utérus chez la femme.
- Pendant le cycle menstruel, l'utérus est tapissé d'une membrane riche en vaisseaux sanguins qui servirait à nourrir un fœtus grandissant, si jamais la conception et la fécondation avaient lieu. Cette membrane se détache environ une fois par mois en cas d'absence de conception et de fécondation.

Trompes de Fallope

- Deux conduits étroits qui relient les ovaires à l'utérus.
- L'ovule se déplace à travers l'un de ces conduits après l'ovulation.
- C'est dans les trompes de Fallope que la fécondation peut avoir lieu.

Ovaires

- Glandes qui fabriquent les ovules.
- Ces glandes contiennent tous les ovules d'une femme à la naissance et commencent à les libérer dès la puberté.

Vessie

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

FONCTIONNEMENT DE L'APPAREIL GÉNITAL :

Ovule

- L'ovule est fabriqué par les ovaires.
- L'ovule est une cellule qui, si elle est fécondée (union avec le spermatozoïde d'un homme), peut créer un bébé.
- Chaque ovaire contient environ 250 000 ovules à la naissance.
- Un ovule est libéré une fois par mois dès la puberté. Il arrive parfois que deux ou plusieurs ovules se libèrent.
- L'ovule se déplace à travers la trompe de Fallope jusque dans l'utérus.
- Si l'ovule n'est pas fécondé après un jour environ, il se dissout.

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 ovule 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 filles peuvent éprouver divers degrés de sensation pendant l'ovulation, de rien du tout à une douleur s'apparentant à celle des crampes menstruelles.



Dans certaines cultures, on organise des cérémonies pour célébrer la venue des premières menstruations. Les jeunes filles reçoivent des cadeaux et se prêtent à des rituels.

Menstruations (Afficher la diapositive sur le cycle menstruel)

- L'utérus doit se préparer pour le développement d'un bébé, si jamais l'ovule est fécondé.
- Les hormones des ovaires envoient un message à l'utérus afin de démarrer la formation d'une membrane épaisse et douce formée de tissus et de vaisseaux sanguins.
- Cette membrane contient les nutriments nécessaires pour nourrir l'ovule fécondé.
- Si l'œuf n'est pas fécondé dans la trompe de Fallope, la membrane n'est plus nécessaire pour nourrir le bébé. La membrane 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 ».
- Quand cette membrane est complètement éliminée, une nouvelle commence à se former.
- Aussitôt qu'un autre ovule est libéré, et que 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.
- Typiquement, le cycle dure 28 jours; toutefois, il peut varier de 20 à 40 jours. Durant les deux premières années, les menstruations peuvent être irrégulières.
- Les menstruations sont normales et font partie de la puberté. Vous pouvez en être fières. Elles ne sont pas sales ni mauvaises.
- Certaines femmes ressentent de la douleur durant les menstruations. Il est possible de la soulager à l'aide d'une bouillotte, d'exercices physiques, etc. Si les crampes sont trop intenses, il peut être utile de consulter un médecin.
- Les menstruations ne sont pas une maladie. La participation à des activités quotidiennes, comme l'éducation physique et des sports est encouragée.
- Il est important d'avoir une bonne hygiène personnelle pendant les menstruations, car les cheveux et la peau peuvent être plus huileux et le sang menstruel peut sécher dans les poils pubiens.
- Les serviettes hygiéniques ou les tampons servent à absorber le flux menstruel. (Les enseignants peuvent envisager d'utiliser la trousse élémentaire sur la puberté pour présenter ces produits.)
- Il faut toujours s'essuyer de l'avant vers l'arrière pour prévenir l'infection.

C. DISCUSSION EN CLASSE (10 minutes)

Les élèves font le bilan de leurs connaissances de l'appareil génital féminin, acquièrent des compétences liées à la résilience relativement à l'anatomie féminine et déterminent des personnes-soutien.

1. Quels sont certains des aspects positifs d'être une femme?

- Encouragez les élèves à formuler des commentaires pertinents.

2. Comment savoir quand une fille aura ses premières menstruations?

- Les menstruations peuvent débuter tôt dès l'âge de 8 ans et jusqu'à 16 ans. Chaque fille a une horloge intérieure qui lui est propre.
- En général, une fille 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.

3. Quelles préoccupations une femme pourrait-elle avoir concernant les menstruations?

- Crampes
- Sang
- Odeur différente
- Syndrome prémenstruel (SPM)

4. Comment gérer les menstruations?

- Servez-vous de serviettes hygiéniques. Il en existe de plusieurs tailles. Il est préférable d'utiliser des serviettes non parfumées.
- Changez de serviettes souvent (toutes les 3 ou 4 heures).
- Consultez un adulte avant d'utiliser des tampons pour la première fois et assurez-vous de bien lire les instructions. Les tampons doivent être changés toutes les 3 ou 4 heures.
- Vous devez vous laver les mains après avoir manipulé des serviettes hygiéniques ou des tampons.
- Servez-vous de remèdes comme une bouillotte ou de l'exercice physique modéré pour soulager les crampes. Si les crampes persistent, il est conseillé de consulter un médecin.
- Le syndrome prémenstruel peut survenir dans les deux semaines qui précèdent les menstruations. La femme peut alors avoir des sautes d'humeur, être irritable, avoir les seins douloureux ou se sentir gonflée. Pour minimiser les symptômes du syndrome prémenstruel, on peut essayer de faire de l'exercice physique et éviter de consommer de la caféine et du sel.

5. À qui pouvez-vous parler si vous avez des questions au sujet de l'anatomie féminine?

- Un parent
- Un adulte en qui vous avez confiance
- Un infirmier ou une infirmière
- Un médecin



BOÎTE AUX QUESTIONS (10 minutes)

Demandez aux élèves de répondre aux questions et abordez-les au cours suivant.



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?



ÉVALUATION DES ÉLÈVES

Pendant le cours, les élèves ont-ils :

Connaissances :

- déterminé les organes de base de l'appareil génital féminin?
- appris les termes appropriés pour représenter l'anatomie de l'appareil génital féminin?
- décrit les fonctions de base des divers organes de l'appareil génital féminin?

Compétences :

- participé aux discussions en classe et démontré des aptitudes appropriées d'écoute et de communication?
- acquis des compétences pour composer avec les problèmes liés à la puberté chez les filles?
- déterminé les personnes-soutien?

Attitudes :

- démontré une sensibilisation et une compréhension des changements qui surviennent pendant la puberté?
-

1. Traduction d'une adaptation de : Canadian Federation for Sexual Health. (2005). *Beyond the Basics: A sourcebook on sexuality and reproductive health education*. Ottawa : Auteur
2. Alberta Education. (2002). *Health and life skills guide to implementation: Kindergarten to grade 9*. Extrait de <http://www.education.alberta.ca/media/352993/pos.pdf> (en anglais seulement)

3. Organisation mondiale de la santé. (2015). *Mutilations sexuelles féminines. Aide-mémoire n° 241*. Extrait de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs241/fr/>
4. Canadian Federation for Sexual Health. (2008). *Female reproductive anatomy*. Extrait de [http://www.cfsh.ca/Your Sexual Health/Anatomy/Female Reproductive Anatomy.aspx](http://www.cfsh.ca/Your_Sexual_Health/Anatomy/Female_Reproductive_Anatomy.aspx)

Anus

Vessie

Col de l'utérus

Clitoris

Trompes de Fallope

Hymen

Menstruations

Ovaires

Ovulation

Ovule

Vagin

Vulve

Urètre

Utérus

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

Sac qui contient
l'urine que
produisent les
reins.

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

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

Conduits qui relient
les ovaires à l'utérus
et dans lequel l'ovule
se déplace après
l'ovulation.

Membrane qui
couvre
partiellement
l'ouverture du
vagin.

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

Glandes féminines qui produisent les ovules.

Processus de libération d'un ovule depuis l'ovaire.

L'œuf produit par la femme.

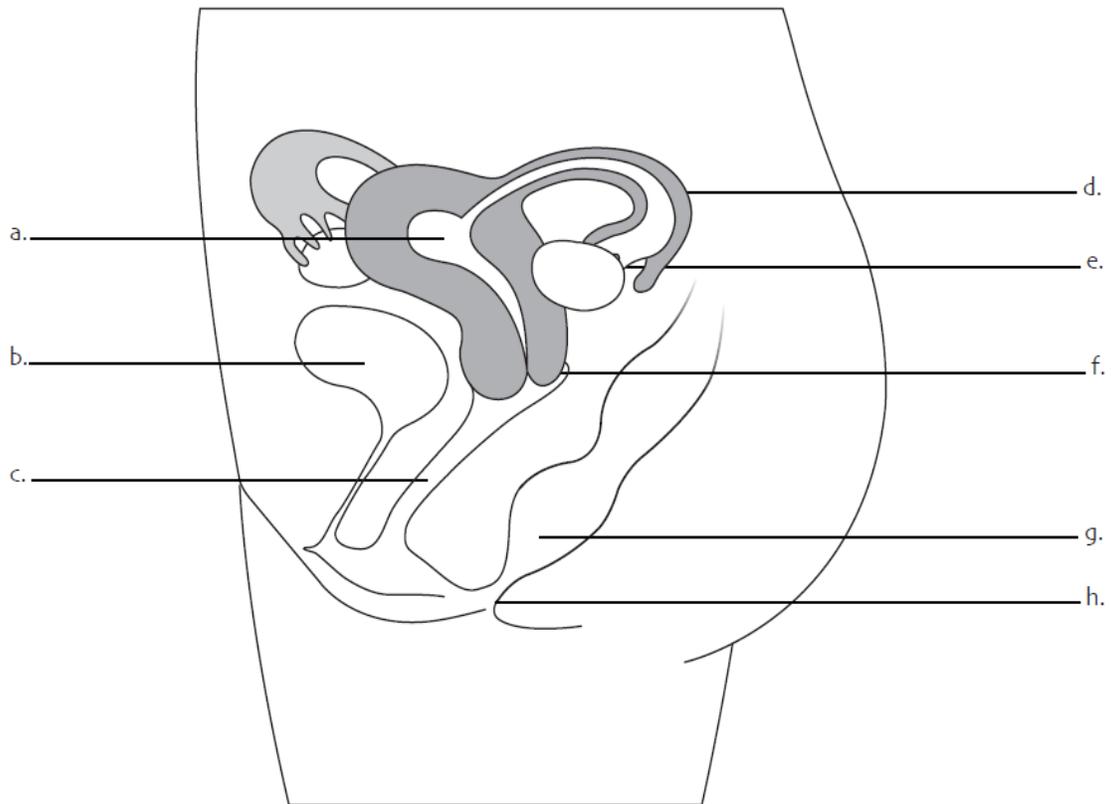
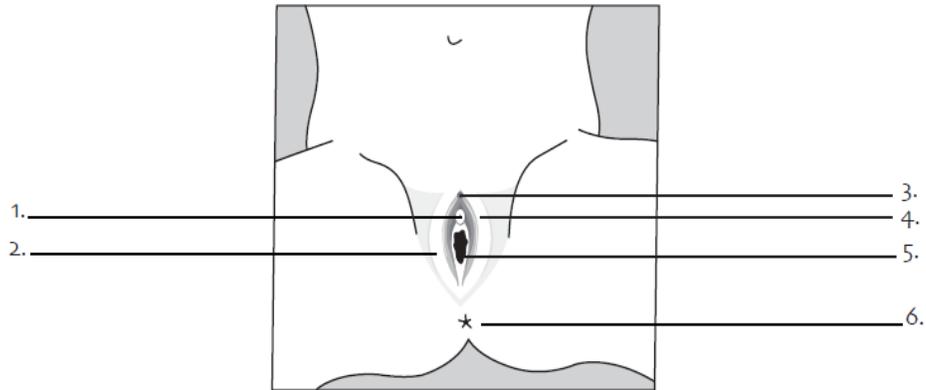
L'urine passe à
travers ce conduit
pour sortir de
l'organisme.

Endroit où se
développe le
bébé dans le
corps de la mère.

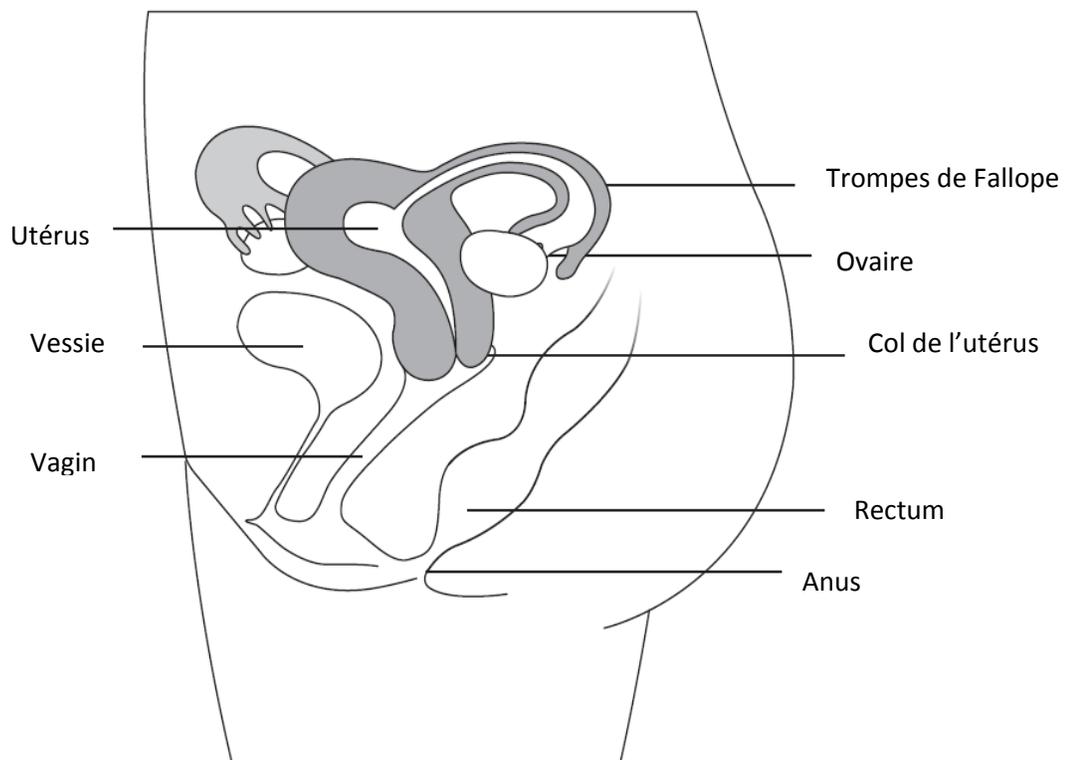
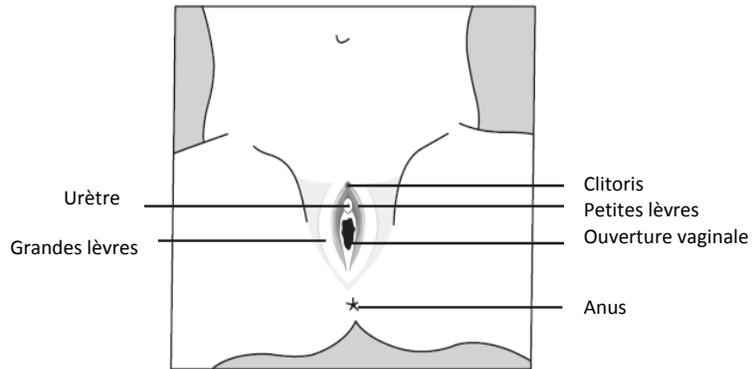
Conduit qui relie
l'utérus à
l'extérieur du
corps de la
femme.

Repli de peau à l'entrée du vagin.

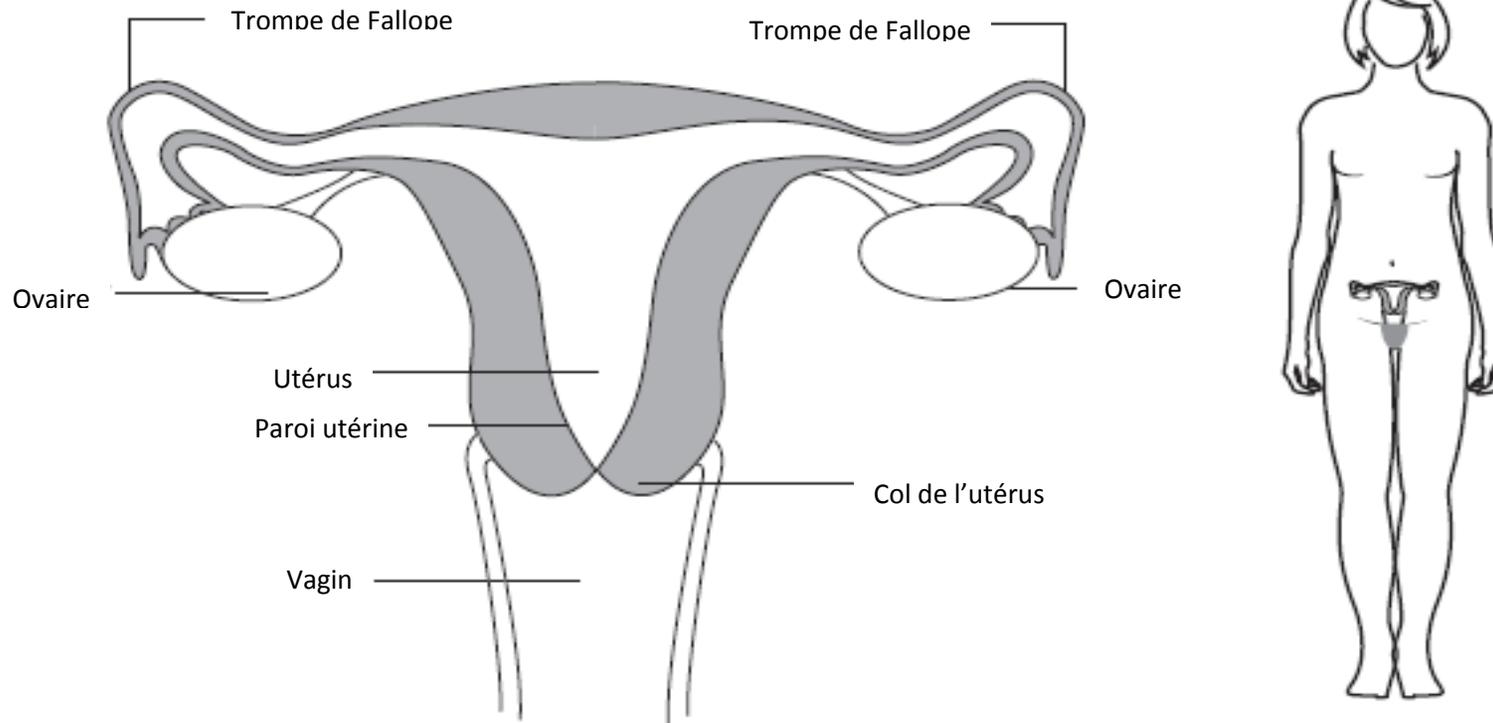
Appareil génital féminin



Appareil génital féminin

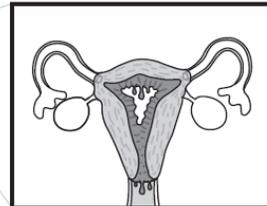
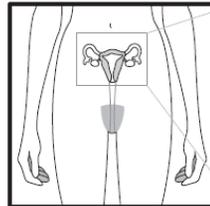


Appareil génital féminin

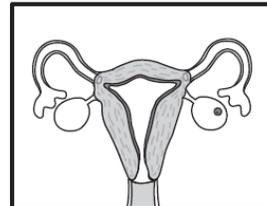


Traduction d'une adaptation de Sexuality: An Education Resource Book. Canada : Globe/Modern Curriculum Press. page 124

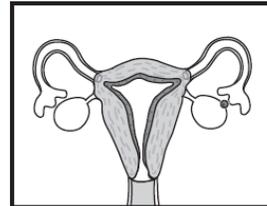
LE CYCLE MENSTRUEL



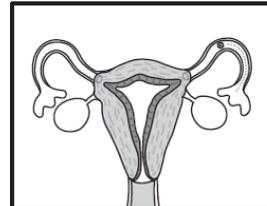
Début du cycle
(menstruations)



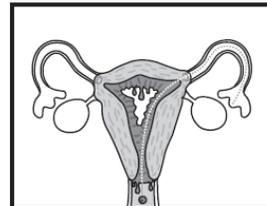
L'ovule commence à mûrir (la paroi commence à s'épaissir afin de se préparer en vue d'une grossesse possible)



Libération de l'ovule mature
(ovulation)



L'ovule se déplace vers
l'utérus



Début du cycle suivant
(menstruations)