



teaching
sexual
health.ca

4^e année

Activité d'apprentissage

Changements sociaux, émotionnels et physiques liés à la puberté

Résultat d'apprentissage

Les élèves expliquent comment le développement et la puberté sont liés.



On grandit

La peau devient huileuse

Acné (boutons)

La voix mue





Des poils poussent sur le visage

Les cheveux
deviennent huileux

Des poils poussent
sous les aisselles

Des poils poussent sur
les parties génitales



**Les glandes
sudoripares se
développent**

**On commence à
produire des
spermatozoïdes**

**Les menstruations
commencent**



**Des sautes d'humeur
se produisent**

**L'amitié gagne en
importance**

**On ressent parfois de
la solitude et de la
confusion**



**On ressent davantage
le besoin d'être aimé**

**On ressent davantage
le besoin d'appartenir à
un groupe**

**On veut plus
d'autonomie**



On pense à son identité

**On se préoccupe de
l'apparence**

**On est à la recherche
de nouvelles
expériences**





On assume plus de responsabilités à la maison ou à l'école





Changements physiques





Changements émotionnels





Changements sociaux





Réponses

Type de changement	Changement
Sociaux	L'amitié gagne en importance On veut plus d'autonomie On assume plus de responsabilités à la maison ou à l'école On est à la recherche de nouvelles expériences On pense à son identité
Émotionnels	Des sautes d'humeur se produisent On ressent parfois de la solitude et de la confusion On ressent davantage le besoin d'être aimé On ressent davantage le besoin d'appartenir à un groupe On se préoccupe de l'apparence
Physiques	Acné (boutons) On grandit Les cheveux deviennent huileux Des poils poussent sous les aisselles Des poils poussent sur le visage Les menstruations commencent Des poils poussent sur les parties génitales La peau devient huileuse On commence à produire des spermatozoïdes Les glandes sudoripares se développent La voix mue



Changements sociaux, émotionnels et physiques liés à la puberté



Enseigner la santé sexuelle

4^e année

© 2025, Primary Care Alberta, Student and Adult Health Promotion and Oral Health



Ce matériel est couvert par une licence Creative Commons Attribution – Pas d'utilisation commerciale – Pas d'œuvre dérivée 4.0 International. Pour consulter une copie de cette licence, voir <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.fr>. Vous pouvez librement copier et distribuer le matériel dans d'autres médias et selon d'autres formats à des fins non commerciales tant que vous mentionnez Primary Care Alberta comme source, que vous n'adaptez pas le matériel et que vous respecter les autres conditions de la licence. La licence ne s'applique pas aux marques de commerce, logos ou contenu de Primary Care Alberta pour lesquels Primary Care Alberta n'est pas titulaire du droit d'auteur.

Ce matériel est fourni à titre d'information générale uniquement et est mis à disposition « tel quel » et « dans l'état ». Bien que tous les efforts raisonnables aient été déployés pour confirmer l'exactitude des renseignements, Primary Care Alberta ne fait aucune représentation ou garantie, expresse, implicite ou statutaire, quant à l'exactitude, à la fiabilité, à l'intégralité, à l'applicabilité ou à la pertinence à un but particulier de ces renseignements. Ce matériel ne remplace aucunement les conseils d'une personne professionnelle qualifiée de la santé. Primary Care Alberta se décharge expressément de toute responsabilité quant à l'usage de ce document et relativement à toute réclamation, action, demande ou poursuite qui pourrait découler de cet usage.

