



teaching
sexual
health.ca

5^e année

Activité d'apprentissage

Changements associés à la puberté et reproduction

Résultat d'apprentissage

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



Changements associés à la puberté et reproduction



5^e année

Dans la liste des changements associés à la puberté ci-dessous :

1. soulignez les changements qui préparent le corps à la reproduction.
2. encerclez les changements qui sont des signes de développement des caractéristiques sexuelles secondaires.

Changements associés à la puberté		
Changements sociaux	L'amitié gagne en importance 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 On veut plus d'autonomie	
Changements émotionnels	Des sautes d'humeur se produisent On ressent parfois de la solitude et de la confusion On ressent davantage le besoin d'appartenir à un groupe On se préoccupe de l'apparence On ressent davantage le besoin d'être aimé	
Changements physiques	Acné (boutons) Les seins se développent Érections (le pénis se durcit) Éjaculation (des spermatozoïdes sortent du pénis) On grandit Les cheveux deviennent huileux Des poils poussent sous les aisselles Des poils poussent sur le visage Les hanches s'élargissent Les menstruations commencent Il y a pollution nocturne (pendant les rêves) Il y a ovulation (l'ovule est libéré de l'ovaire)	Le pénis grossit Des poils poussent sur les parties génitales Les épaules élargissent La peau devient huileuse On commence à produire des hormones de maturation On commence à produire des spermatozoïdes Les glandes sudoripares se développent Les testicules grossissent Écoulement vaginal La voix mue



Changements associés à la puberté et reproduction



5^e année

Corrigé

Changements associés à la puberté			
Changements sociaux	<p>L'amitié gagne en importance</p> <p>On veut plus d'autonomie</p> <p>On assume plus de responsabilités à la maison ou à l'école</p> <p>On est à la recherche de nouvelles expériences</p> <p>On pense à son identité</p>		
Changements émotionnels	<p>Des sautes d'humeur se produisent</p> <p>On ressent parfois de la solitude et de la confusion</p> <p>On ressent davantage le besoin d'être aimé</p> <p>On ressent davantage le besoin d'appartenir à un groupe</p> <p>On se préoccupe de l'apparence</p>		
Changements physiques	<table border="0"><tr><td><p>Acné (boutons)</p><p><u>Les seins se développent</u></p><p><u>Érections (le pénis se durcit)</u></p><p><u>Éjaculation (des spermatozoïdes sortent du pénis)</u></p><p>On grandit</p><p>Les cheveux deviennent huileux</p><p>Des poils poussent sous les aisselles</p><p>Des poils poussent sur le visage</p><p>Les hanches s'élargissent</p><p><u>Les menstruations commencent</u></p><p><u>Il y a pollution nocturne (pendant les rêves)</u></p><p><u>Il y a ovulation (l'ovule est libéré de l'ovaire)</u></p></td><td><p><u>Le pénis grossit</u></p><p><u>Des poils poussent sur les parties génitales</u></p><p>Les épaules élargissent</p><p><u>La peau devient huileuse</u></p><p><u>On commence à produire des hormones de maturation</u></p><p><u>On commence à produire des spermatozoïdes</u></p><p><u>Les glandes sudoripares se développent</u></p><p><u>Les testicules grossissent</u></p><p><u>Écoulement vaginal</u></p><p><u>La voix mue</u></p></td></tr></table>	<p>Acné (boutons)</p> <p><u>Les seins se développent</u></p> <p><u>Érections (le pénis se durcit)</u></p> <p><u>Éjaculation (des spermatozoïdes sortent du pénis)</u></p> <p>On grandit</p> <p>Les cheveux deviennent huileux</p> <p>Des poils poussent sous les aisselles</p> <p>Des poils poussent sur le visage</p> <p>Les hanches s'élargissent</p> <p><u>Les menstruations commencent</u></p> <p><u>Il y a pollution nocturne (pendant les rêves)</u></p> <p><u>Il y a ovulation (l'ovule est libéré de l'ovaire)</u></p>	<p><u>Le pénis grossit</u></p> <p><u>Des poils poussent sur les parties génitales</u></p> <p>Les épaules élargissent</p> <p><u>La peau devient huileuse</u></p> <p><u>On commence à produire des hormones de maturation</u></p> <p><u>On commence à produire des spermatozoïdes</u></p> <p><u>Les glandes sudoripares se développent</u></p> <p><u>Les testicules grossissent</u></p> <p><u>Écoulement vaginal</u></p> <p><u>La voix mue</u></p>
<p>Acné (boutons)</p> <p><u>Les seins se développent</u></p> <p><u>Érections (le pénis se durcit)</u></p> <p><u>Éjaculation (des spermatozoïdes sortent du pénis)</u></p> <p>On grandit</p> <p>Les cheveux deviennent huileux</p> <p>Des poils poussent sous les aisselles</p> <p>Des poils poussent sur le visage</p> <p>Les hanches s'élargissent</p> <p><u>Les menstruations commencent</u></p> <p><u>Il y a pollution nocturne (pendant les rêves)</u></p> <p><u>Il y a ovulation (l'ovule est libéré de l'ovaire)</u></p>	<p><u>Le pénis grossit</u></p> <p><u>Des poils poussent sur les parties génitales</u></p> <p>Les épaules élargissent</p> <p><u>La peau devient huileuse</u></p> <p><u>On commence à produire des hormones de maturation</u></p> <p><u>On commence à produire des spermatozoïdes</u></p> <p><u>Les glandes sudoripares se développent</u></p> <p><u>Les testicules grossissent</u></p> <p><u>Écoulement vaginal</u></p> <p><u>La voix mue</u></p>		



Changements associés à la puberté et reproduction



Enseigner la santé sexuelle

5^e année

Citez trois changements qui se produisent pendant la puberté et expliquez comment ils préparent le corps à la reproduction.

Changement 1 :

Changement 2 :

Changement 3 :



Changements associés à la puberté et reproduction



5^e année

Corrigé : Changements associés à la puberté et façon dont ils préparent le corps à la reproduction

Changement associé à la puberté		Façon dont il prépare le corps à la reproduction
Changements sociaux	L'amitié gagne en importance	Les bonnes amitiés vous aident à établir la confiance et à apprendre à entretenir des relations bienveillantes et respectueuses.
	On assume plus de responsabilités à la maison ou à l'école	Cela vous apprend à gérer des tâches et à prendre soin des autres, ce qui vous prépare à la vie d'adulte.
	On est à la recherche de nouvelles expériences	Cela vous aide à découvrir vos goûts, vos valeurs et vos limites, ce qui façonne votre personnalité.
	On pense à son identité	Cela vous aide à vous comprendre vous-même afin d'avoir des relations saines et respectueuses.
	On veut plus d'autonomie	Cela vous aide à apprendre à faire vos propres choix et à prendre soin de vous. Ce sont des compétences importantes pour devenir adulte.
Changements émotionnels	Des sautes d'humeur se produisent	Elles sont causées par les hormones qui aident le corps à mûrir en vue de la reproduction.
	On ressent parfois de la solitude et de la confusion	Apprendre à gérer ses émotions permet de devenir une personne adulte saine, capable de relever des défis.
	On ressent davantage le besoin d'être aimé	Cela vous aide à apprendre à entrer en contact avec les autres et à nouer des relations.
	On ressent davantage le besoin d'appartenir à un groupe	Cela vous aide à déterminer où vous vous sentez en sécurité et comment avoir des amitiés et des partenariats sains.
	On se préoccupe de l'apparence	Cela vous aide à prendre soin de votre corps tandis que vous devenez adulte.
Changements physiques	Acné (boutons)	Les hormones responsables de l'acné contribuent également à la croissance et au développement du corps en vue de la reproduction.
	Les seins se développent	Les seins se développent pour que le corps puisse un jour produire du lait pour nourrir un bébé.
	Érections (le pénis se durcit)	Les érections montrent que le pénis peut un jour aider à libérer des spermatozoïdes pour féconder un ovule.
	On grandit	La croissance en taille aide le corps à se préparer à l'âge adulte.



Changements associés à la puberté et reproduction



5^e année

Changement associé à la puberté	Façon dont il prépare le corps à la reproduction
Les cheveux deviennent huileux	Les cheveux huileux sont causés par les hormones qui aident le corps à croître et à se développer en vue de la reproduction.
Des poils poussent sous les aisselles	La pilosité corporelle est causée par les hormones qui aident le corps à croître et à se développer en vue de la reproduction.
Des poils poussent sur le visage	La pilosité faciale est causée par les hormones qui aident le corps à croître et à se développer en vue de la reproduction.
Les hanches s'élargissent	Des hanches plus larges préparent le corps à une éventuelle grossesse et à l'accouchement.
Les menstruations commencent	Le corps est capable de libérer des ovules et la personne peut devenir enceinte si les ovules sont fécondés par des spermatozoïdes.
Il y a pollution nocturne (pendant les rêves)	Les émissions nocturnes montrent que le corps peut libérer des spermatozoïdes susceptibles de féconder un ovule.
Il y a ovulation (l'ovule est libéré de l'ovaire)	Les ovules libérés pendant l'ovulation peuvent être fécondés par des spermatozoïdes, ce qui peut conduire à une grossesse.
Le pénis grossit	Le pénis grossit pendant la puberté afin de pouvoir libérer des spermatozoïdes dans le vagin, ce qui est nécessaire pour féconder un ovule en vue d'une grossesse.
Des poils poussent sur les parties génitales	La pilosité pubienne est causée par les hormones qui aident le corps à croître et à se développer en vue de la reproduction.
Les épaules élargissent	Des épaules plus larges montrent que le corps développe des caractéristiques d'adulte et qu'il est en train de mûrir.
La peau devient huileuse	La peau huileuse est causée par les hormones, qui entraînent également la maturation des organes reproducteurs.
On commence à produire des hormones de maturation	Le corps produit des hormones qui lui indiquent de croître et de se développer pour être prêt à la reproduction.
On commence à produire des spermatozoïdes	Les spermatozoïdes sont nécessaires pour féconder un ovule et donner naissance à un bébé.



Changements associés à la puberté et reproduction



5^e année

Changement associé à la puberté	Façon dont il prépare le corps à la reproduction
Les glandes sudoripares se développent	Les hormones qui activent les glandes sudoripares contribuent également à la croissance et au développement du corps en vue de la reproduction.
Les testicules grossissent	Les testicules grossissent pour produire et stocker les spermatozoïdes.
Écoulement vaginal	Les écoulements maintiennent le vagin sain et propre et sont un signe d'ovulation.
La voix mue	Une voix plus grave est causée par les hormones qui aident aussi le corps à croître et à mûrir en vue de la reproduction.



Changements associés à la puberté et reproduction



Enseigner la santé sexuelle

5^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. Dans le cas où vous modifiez ou transformez le matériel ou créez à partir de celui-ci, vous pouvez distribuer le matériel modifié uniquement en vertu de la même licence ou d'une licence similaire ou compatible. 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.

