teaching sexual health.ca

8e année

Activité d'apprentissage

Composer avec les changements liés à la puberté

Résultat d'apprentissage

B-8.3 *Reconnaître et accepter que le rythme de développement physique, émotif, sexuel et social varie d'une personne à l'autre.*

© 2025

Primary Care Alberta

Composer avec les changements liés à la puberté

8e année

Partie 1 : Fiches des personnages des jeux de rôle

Divisez-vous en groupe de trois. Décidez qui sera la personne 1, la personne 2 et la personne 3. Répondez aux questions. Rappel : Il s'agit de scénarios fictifs. Il n'est pas nécessaire de faire part d'expériences personnelles.

Page à remplir par la personne 1

Imagine que ta puberté a commencé en 4e année. C'était difficile d'être la plus grande ou le plus grand élève en 5e année, mais tu as remarqué que plusieurs autres élèves ont rattrapé le temps perdu maintenant que vous êtes en 8e année.

Les changements que tu aimes le plus à propos de toi-même sont :

Les changements pour lesquels tu t'es fait taquiner sont :

Tu aimerais que :

© 2025

Page à remplir par la personne 2

Imagine que ta puberté a commencé l'an dernier. Tu commençais à te demander quand cela allait arriver, mais maintenant, tu es généralement contente ou content.

Les plus grands changements que tu as remarqués jusqu'à maintenant sont :

Tu t'inquiètes que les autres élèves te taquinent au sujet des changements suivants :

Tu te demandes si :

© 2025

Page à remplir par la personne 3

Imagine que ta puberté n'a pas encore commencé. Tu n'aimes pas ça, mais tu sais qu'il n'y a rien que tu puisses faire pour accélérer le début de la puberté.

Les changements auxquels tu as le plus hâte sont les suivants :

Tu as remarqué que les autres jeunes se font taquiner au sujet de ce qui suit :

Tu espères que :

© 2025

Partie 2 : Sketch

Créez une mise en scène pour raconter l'histoire de ces trois camarades et des changements qu'elles et qu'ils vivent à la puberté. Faites un remue-méninges pour trouver des idées pour votre sketch :

© 2025

Partie 3 : Questions de réflexion

Comment pouvez-vous gérer votre sentiment de différence avec vos camarades?

Quel rôle les taquineries et l'intimidation jouent-elles à la puberté?

Que peuvent faire les jeunes pour s'entraider afin de composer avec la puberté? Le faites-vous? Justifiez votre réponse.

© 2025

© 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.