

843300

Programme d'étude :

Santé 6^e année

Nouveau  Brunswick

**Ministère de l'Éducation
Educational Programs & Services Branch**

Mai 2005

Le Programme d'études pour la santé, 6^e année conçu par le Secteur Educational Programs and Services du ministère de l'Éducation est destiné aux enseignants responsables de la prestation du programme de santé dans leur école.

Il est attendu que les élèves réussissent à atteindre les résultats d'apprentissage dont ce programme d'études fait état.

Les *Suggestions d'apprentissage et d'enseignement*, ainsi que les *Annexes*, qui appuient l'atteinte des résultats d'apprentissage offrent des choix parmi lesquels l'enseignant peut choisir. Comme pour tout programme d'études provincial, les enseignants sont appelés à exercer leur jugement professionnel dans leurs choix d'activités d'apprentissage et à y apporter des modifications pour répondre aux besoins de leurs élèves. Les annexes feront l'objet d'un choix et d'une utilisation que l'enseignant jugera appropriés pour sa classe et pour sa collectivité.

Le présent document n'est pas un manuel destiné aux élèves. Il s'agit d'un document à l'intention des enseignants qui s'en serviront comme guide pour assurer la prestation du programme de santé dans les écoles intermédiaires.

Note : *Afin d'alléger le texte, le masculin est utilisé à titre épique.*

REMERCIEMENTS

Le ministère de l'Éducation tient à souligner le dévouement de nombreux éducateurs et les remercier du temps et de l'énergie qu'ils ont consacrés à la conception du présent programme d'études. Sans leur contribution, le présent document ne serait pas aussi riche et ne revêtirait pas la même importance au niveau local.

| | |
|------------------------------|---|
| Elizabeth Nowlan | District scolaire 2 |
| Anne-Marie Duguay | District scolaire 6 |
| Norma Shaw | District scolaire 14 |
| Jean MacIntyre | District scolaire 17 |
| Donna Dawkins | District scolaire 18 |
| Silvy Moleman | Commission de la santé, de la sécurité et de l'indemnisation des accidents au travail |
| Mark Holland | Ministère de l'Éducation |
| Dianne Kay | Ministère de l'Éducation |
| Margie Layden-Oreto | Ministère de l'Éducation |
| Keith McAlpine | Ministère de l'Éducation |
| Maureen MacIntosh | Infirmière hygiéniste, programme Apprenants en Santé |
| Nancy McKeil-Perkins | Infirmière hygiéniste, programme Apprenants en Santé |
| Marlien McKay | Ministère de la Santé et du Mieux-être |
| D ^{re} Mary McKenna | Université du Nouveau-Brunswick |

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|-----------|
| VISION DE L'ÉDUCATION EN SANTÉ..... | 1 |
| JUSTIFICATION | 1 |
| INTRODUCTION..... | 1 |
| Objet du document | 1 |
| Approche globale de la santé en milieu scolaire (AGSS)..... | 2 |
| Objet du programme | 3 |
| Déclaration sur l'abstinence | 3 |
| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE | 5 |
| Résultats d'apprentissage transdisciplinaires (RAT) | 5 |
| Aperçu du programme d'étude en santé : Résumé des résultats d'apprentissage pour les élèves de la 6 ^e à la 8 ^e année | 6 |
| Résultats généraux du programme d'étude en santé | 7 |
| Information Letter For Parents/Guardians..... | 9 |
| RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE 6^E ANNÉE | 11 |
| 6^E ANNÉE – ANNEXES | |
| Annexe 6.1 – Formuler – Partager – Écouter – Créer | 25 |
| Annexe 6.2 – Carte conceptuelle – Résultat A1 | 26 |
| Annexe 6.3 – Divers facteurs environnementaux ayant une incidence sur notre santé –Résultat A2 ... | 27 |
| Annexe 6.4 – Roue du bien-être – Résultat B1..... | 28 |
| Annexe 6.5 – Activités favorisant le bien-être – Résultat B1 | 32 |
| Annexe 6.6 – Conseils d'enseignement – Résultats en matière de croissance et développement..... | 33 |
| Annexe 6.7 – Changements associés à la puberté – Résultat D1..... | 34 |
| <i>Annexe 6.7.1 – Corps de la fille et du garçon</i> | <i>35</i> |
| <i>Annexe 6.7.2 – Corps de la fille seulement; Corps du garçon seulement; Changements chez les garçons et les filles qui ne se produisent PAS au niveau du corps</i> | <i>36</i> |
| <i>Annexe 6.7.3 – Corps de la fille et du garçon; Corps de la fille seulement.....</i> | <i>37</i> |
| <i>Annexe 6.7.4 – Corps du garçon seulement; Changements chez les garçons et les filles qui ne se produisent PAS au niveau du corps</i> | <i>38</i> |
| Annexe 6.8 – Changements associés à la puberté – Résultat D1..... | 39 |
| Annexe 6.9 – Il paraît que j'ai atteint la puberté – Résultat D1. | 41 |
| Annexe 6.10 – Caractéristiques sexuelles de l'homme – Résultat D2..... | 44 |
| Annexe 6.11 – Appareil génital masculin – Résultat D2..... | 45 |
| Annexe 6.12 – L'appareil génital masculin – Résultat D2..... | 47 |
| Annexe 6.13 – Caractéristiques sexuelles de la femme – Résultat D2..... | 49 |
| Annexe 6.14 – Appareil génital féminin – Résultat D2 | 50 |
| Annexe 6.15 – Appareil génital féminin – Résultat D2 | 52 |
| Annexe 6.16 – L'appareil génital féminin – Résultat D2 | 54 |
| Annexe 6.17 – Les filles et la puberté – Résultat D2 | 56 |
| Annexe 6.18 – Les garçons et la puberté – Résultat D2..... | 61 |
| Annexe 6.19 – Puberté – Résultat D2 | 66 |
| Annexe 6.20 – Entrevue sur la puberté – Résultat D2 | 67 |
| Annexe 6.21 – Stéréotypes associés au sexe – Résultat D3 | 69 |
| Annexe 6.22 – Analyse des magazines – Résultat D3 | 72 |
| RESSOURCES POUR L'ENSEIGNANT | |
| Documents imprimés pour les enseignants..... | 75 |
| Sites Web pour les enseignants..... | 77 |
| État du droit | 79 |

VISION DE L'ÉDUCATION EN SANTÉ

« En quittant le système d'enseignement public, nos élèves seront en mesure de comprendre ce qu'est le bien-être et de le mettre en pratique en effectuant des choix éclairés quant à leurs modes de vie, ce qui contribuera non seulement au développement de personnes prévenantes et en santé, mais aussi de la collectivité. »

(Tiré de « Desired Outcomes for Health Education in NB Schools », élaboré par le Health Foundation Group, 1997)

JUSTIFICATION

Compte tenu de l'évolution continue des structures familiales, les systèmes de prestation de services de santé et de services sociaux se doivent de jouer de nouveaux rôles. « Bien que l'on ne puisse s'attendre à ce que les écoles abordent à elles seules la question de la santé et des problèmes sociaux de la jeunesse, elles peuvent, en raison de leur environnement et des programmes qu'elles offrent, agir de centre de coordination des efforts de réduction des comportements à risque pour la santé et d'amélioration de l'état de santé des jeunes ». (« Health Is Academic », 1996, p. 9)

Le présent programme contribue à encourager l'amélioration de la santé et à reconnaître qu'il existe de nombreux facteurs qui mettent en valeur la santé à toutes les étapes du développement de l'enfant. En effet, on se doit d'encourager chaque enfant à miser sur sa santé.

Des enfants en santé font des élèves plus productifs et en pleine possession de leurs moyens. L'adoption d'habitudes de santé positives dès le jeune âge diminue le risque de maladies à l'âge adulte. Bien qu'il y ait beaucoup d'enfants au Nouveau-Brunswick dont l'état de santé est très positif, il y a également d'importantes préoccupations en matière de santé.

INTRODUCTION

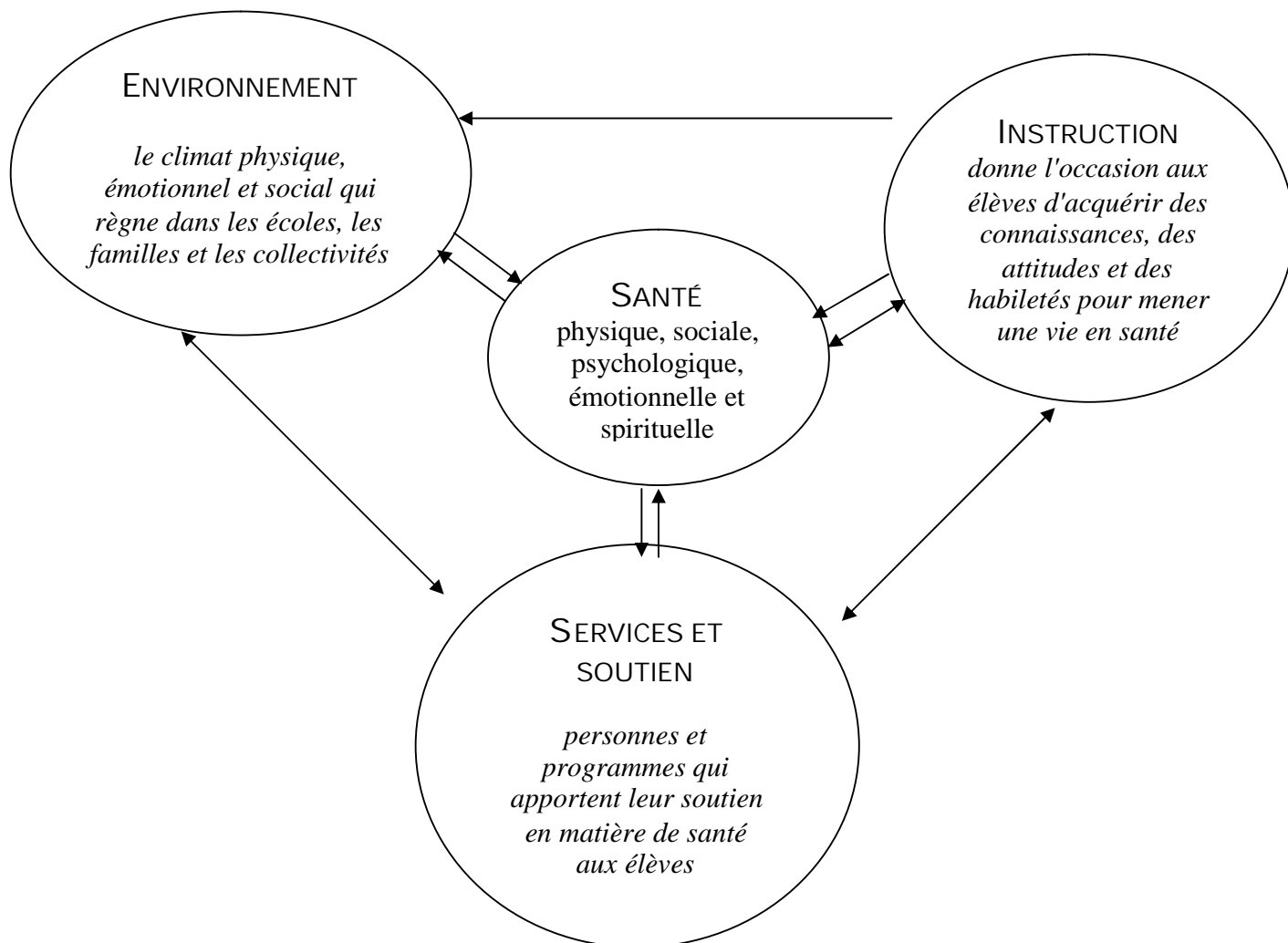
Objet du document

Au cours de l'année scolaire 1996-1997, le ministère de l'Éducation a convoqué un groupe représentant divers secteurs. Ce groupe a élaboré les assises de l'éducation en santé dans les écoles anglophones; le présent programme d'étude en santé se fonde sur ces assises. Le ministère de l'Éducation du Nouveau-Brunswick a collaboré avec l'Université du Nouveau-Brunswick à la réalisation de sondages en parallèle auprès des enseignants, des parents, des élèves de l'école intermédiaire et de l'école secondaire au sujet de leur conception de l'éducation en matière de santé sexuelle. Les résultats de ce sondage sont affichés sur le site www.gnb.ca/0000/pub_alpha_e.asp sous les titres *New Brunswick Parents' Ideas About Sexual Health Education*, *New Brunswick Students' Ideas About Sexual Health Education* et *New Brunswick Teachers' Ideas About Sexual Health Education*.

Le présent document fournit de l'information détaillée sur le programme d'études en santé offert dans les écoles du Nouveau-Brunswick : résultats d'apprentissage en matière de connaissances, d'habiletés et d'attitudes; des suggestions d'apprentissage et d'activités d'évaluation et des ressources. On s'attend à ce que les élèves aient la chance d'atteindre des résultats d'apprentissage relatifs à la santé à chaque niveau entre la 6^e et la 8^e année.

Approche globale de la santé en milieu scolaire (AGSS)

Ce document a été conçu pour accompagner la mise en œuvre de l'Approche globale de la santé en milieu scolaire dans les écoles publiques du Nouveau-Brunswick. L'AGSS est une approche intégrée en matière de santé qui touche l'instruction, les services, le soutien ainsi que le milieu scolaire. Ce modèle permet d'étendre la portée du programme au-delà de ce qui a été fait jusqu'à présent. Les élèves devraient être en mesure d'atteindre leur propre potentiel, de contribuer à la collectivité et de rechercher le bien-être. Ils acquerront des connaissances et développeront des habiletés, des attitudes et des comportements appuyés par les activités et les services pratiqués dans les écoles ou au sein de leur collectivité. Le présent programme a été élaboré parce que nous reconnaissons que la santé est une responsabilité que se partagent les personnes, les familles, les écoles et les collectivités.



Objet du programme

De nombreux facteurs favorisent la santé à toutes les phases du développement d'un enfant. Les quatre volets suivants du programme ont été choisis afin de représenter et d'organiser divers facteurs.

- Prendre soin de soi, de sa famille et de sa collectivité
- Bien-être personnel
- Usage, mauvais usage et abus de substances (faire ressortir l'importance des connaissances médiatiques)
- Croissance et développement physique

Tout au long du programme, les élèves sont invités à maintenir un bien-être physique, affectif et psychologique en adoptant une attitude positive et proactive. Ces volets permettent aux élèves d'examiner leur développement sur le plan personnel, mais aussi dans le contexte de leur collectivité.

Comme dans le cadre du Programme d'orientation globale et scolaire, il est important de donner à chaque élève les habiletés dont il a besoin pour analyser un ensemble de circonstances et élaborer un plan d'action en vue d'atteindre un but. Il est impensable d'étudier toutes les circonstances dans lesquelles les élèves pourraient se retrouver, mais il est essentiel de leur fournir les outils qui leur permettront de faire des choix sains. Il est souhaitable qu'un élève soit en mesure d'évaluer les situations, d'établir un plan d'action, d'envisager les conséquences possibles et de prendre une décision par rapport à une question donnée relative à la santé.

Des recherches révèlent qu'une personne développe une meilleure compréhension conceptuelle en faisant la synthèse des nouvelles connaissances avec les connaissances et l'expérience antérieures. La compréhension et les compétences en matière de prise de décisions sont meilleures lorsque l'étude se déroule dans un contexte significatif.

Le présent programme d'études a été conçu pour être enseigné dans un contexte coéducatif et intégré. Cependant, certaines circonstances peuvent appeler l'enseignant à choisir un regroupement d'élèves plus flexible.

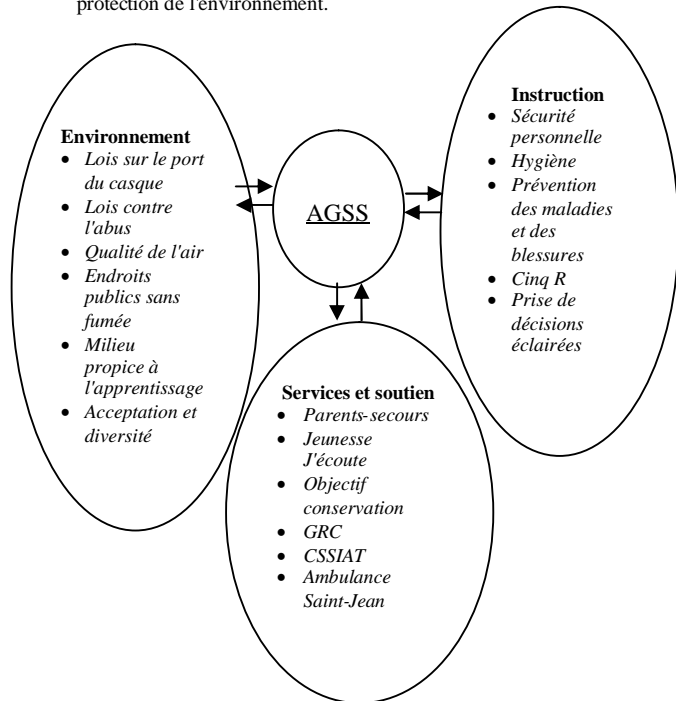
Déclaration sur l'abstinence

Le volet *Croissance et développement* du Programme d'étude en santé insiste sur le fait que, par rapport à toute activité sexuelle qui comporte des risques, l'abstinence est le meilleur des choix, et le seul qui soit véritablement sûr. Les élèves qui décident de mener une vie sexuelle active maintenant ou à l'avenir ont besoin de renseignements portant sur l'utilisation efficace de protection contre la grossesse et les infections transmises sexuellement. Les cours n'encouragent pas les élèves à mener une vie sexuelle active et n'offrent pas d'enseignement touchant aux techniques sexuelles.

Le diagramme suivant illustre l'intégration de l'**Approche globale de la santé en milieu scolaire (AGSS)** et les quatre volets du programme d'étude en santé. Les points énumérés sous « Environnement » et « Services et soutien » servent à illustrer les liens possibles en utilisant ce modèle.

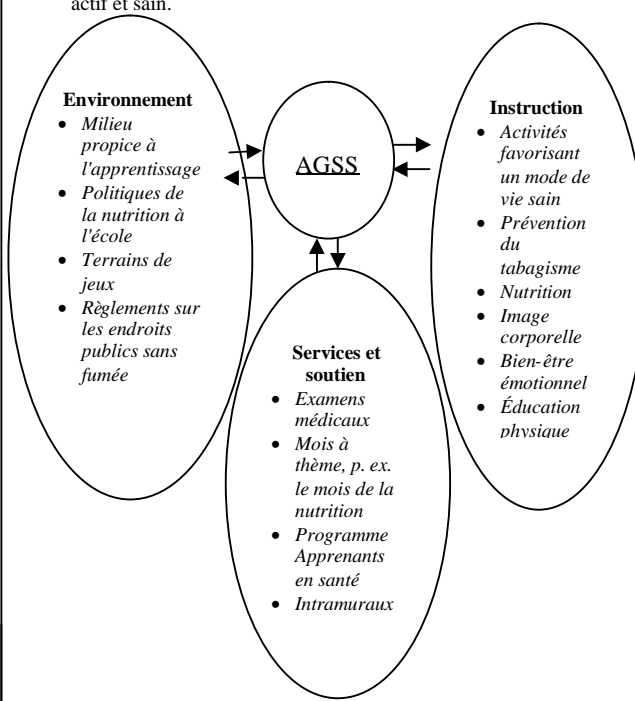
Prendre soin de soi, de sa famille et de sa collectivité

Les élèves devront démontrer qu'ils comprennent et qu'ils peuvent exercer les habiletés nécessaires pour améliorer leur sécurité personnelle, prévenir les maladies et assurer la sécurité d'autrui et la protection de l'environnement.



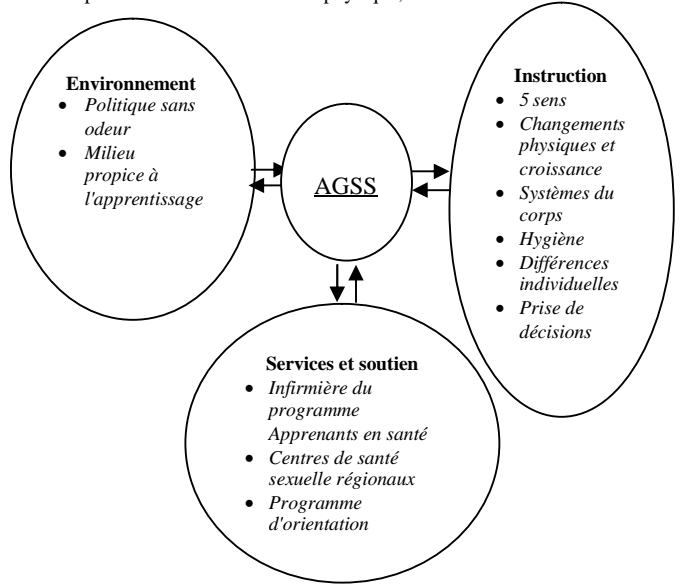
Bien-être personnel

Les élèves devront démontrer qu'ils comprennent tous les aspects de la santé et du bien-être et qu'ils sont en mesure de prendre des décisions éclairées qui contribueront à un mode de vie actif et sain.



Croissance et développement

Les élèves devront démontrer qu'ils comprennent les systèmes du corps humain, sa croissance et son développement, et qu'ils mettent ces connaissances en pratique d'une façon qui contribue positivement à la croissance physique, sociale et affective.



Usage, mauvais usage et abus de substances (faire ressortir l'importance des connaissances médiatiques)

Les élèves acquerront une compréhension des effets de l'usage ou du mauvais usage des substances (connaissances médiatiques) et seront en mesure de prendre des décisions éclairées et saines.



RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE

Résultats d'apprentissage transdisciplinaires (RAT)

Le Canada atlantique a défini six résultats d'apprentissage transdisciplinaires en vertu desquels les finissants de l'école publique seront en mesure de démontrer leurs connaissances, leurs habiletés et leurs attitudes.

Le résultat d'apprentissage lié au développement personnel requiert que les élèves soient en mesure de poursuivre leur apprentissage et de mener une vie active et saine. On peut soutenir que les jeunes adultes qui ont une mauvaise compréhension de ce qu'est le bien-être et dont la santé physique et psychologique est compromise sont moins en mesure d'apprécier le succès découlant des autres résultats d'apprentissage. Les élèves devront démontrer des habiletés dans les domaines de l'expression artistique, de la citoyenneté, de la communication, de la résolution de problèmes et de la technologie. Chaque personne possède des talents, des habiletés et des intérêts différents. Toutefois, une recherche sur le cerveau effectuée récemment révèle qu'un enfant peut améliorer sa capacité de raisonnement et son habileté motrice si on lui fournit une alimentation saine, s'il fait de l'activité physique quotidiennement et s'il a l'occasion d'effectuer de nouvelles tâches et de développer de nouvelles compétences.

Expression artistique

Les finissants seront en mesure de porter un jugement critique sur diverses formes d'art et de s'exprimer par les arts.

Civisme

Les finissants seront en mesure d'apprécier, dans un contexte local et mondial, l'interdépendance sociale, culturelle, économique et environnementale.

Communication

Les finissants seront capables de comprendre, de parler, de lire et d'écrire une langue (ou plus d'une), d'utiliser des concepts et des symboles mathématiques et scientifiques afin de penser logiquement, d'apprendre et de communiquer efficacement.

Développement personnel

Les finissants seront en mesure de poursuivre leur apprentissage et de mener une vie active et saine.

Résolution de problèmes

Les finissants seront capables d'utiliser les stratégies et les méthodes nécessaires à la solution de problèmes, y compris les stratégies et les méthodes faisant appel à des concepts reliés au langage, aux mathématiques et aux sciences.

Compétences technologiques

Les finissants seront en mesure d'utiliser diverses technologies, de faire preuve d'une des applications technologiques et d'appliquer les technologies appropriées à la solution de problèmes.

Aperçu du programme d'étude en santé : Résumé des résultats d'apprentissage pour les élèves de la 6^e à la 8^e année

| Année | Prendre soin de soi, de sa famille et de sa collectivité | Bien-être personnel | Usage, mauvais usage et abus de substances (faire ressortir l'importance des connaissances médiatiques) | Croissance et développement |
|-------|--|--|---|--|
| 6 | <p>Les élèves seront en mesure de</p> <p>A1) nommer des blessures qui sont courantes dans la collectivité</p> <p>A2) nommer et décrire divers facteurs environnementaux qui ont un effet sur notre santé</p> | <p>Les élèves seront en mesure de</p> <p>B1) décrire les domaines du bien-être et nommer les stratégies favorisant leur propre bien-être</p> <p>B2) nommer les stratégies de promotion de la nutrition et de l'activité physique</p> <p>B3) expliquer comment les environnements influencent nos choix en matière de santé</p> <p>B4) expliquer comment les publicités sont utilisées pour promouvoir la santé</p> | <p>Les élèves seront en mesure de</p> <p>C1) démontrer leurs connaissances relativement aux hypersensibilités ou aux allergies et leur respect par rapport aux personnes qui en sont atteintes</p> <p>C2) expliquer l'usage et le mauvais usage de substances qui peuvent entraîner la perte de poids ou la musculature</p> <p>C3) définir ce qu'on entend par comportement qui crée une dépendance et parler des raisons pour lesquelles certaines personnes sont davantage portées à développer des dépendances</p> | <p>Les élèves seront en mesure de</p> <p>D1) comprendre les changements qui se produisent dans le corps humain pendant la puberté</p> <p>D2) comprendre les structures et les fonctions des appareils génitaux masculin et féminin</p> <p>D3) comprendre que la sexualité est une expression de la féminité ou de la masculinité d'une personne</p> |
| 7 | <p>A1) définir le rôle des membres de la collectivité (y compris soi-même) pour ce qui est de la promotion de la sécurité et de la prévention des blessures</p> <p>A2) décrire des maladies infectieuses et non infectieuses ainsi que les façons de les dépister et de les prévenir</p> | <p>B1) nommer les stratégies favorisant leur bien-être</p> <p>B2) nommer les besoins concernant le bien-être des élèves à l'école</p> <p>B3) décrire le processus requis pour mettre en place et évaluer un changement qui améliore le bien-être des élèves à l'école</p> | <p>C1) nommer et décrire les effets négatifs de l'alcool et des drogues</p> <p>C2) nommer, décrire et mettre en pratique les aptitudes au refus afin d'assumer leurs responsabilités</p> <p>C3) nommer et analyser les influences, surtout de la part des pairs, des médias ou de la publicité, qui ont des répercussions sur les choix par rapport aux comportements sains ou nuisibles pour la santé (p. ex. le tabagisme, la consommation d'alcool, les régimes alimentaires)</p> | <p>D1) comprendre que la sexualité englobe de nombreux aspects de nos vies</p> <p>D2) examiner les structures et les fonctions des appareils génitaux masculin et féminin</p> <p>D3) décrire le processus de fécondation, la grossesse et l'accouchement</p> <p>D4) reconnaître et évaluer les différents types de relations</p> |
| 8 | <p>A1) établir le lien entre les comportements à risque élevé et les conséquences qui en découlent</p> <p>A2) nommer et décrire les façons de promouvoir la sécurité et de prévenir les blessures ou les maladies</p> | <p>B1) nommer les stratégies favorisant leur bien-être</p> <p>B2) nommer les facteurs qui améliorent la santé et ceux qui causent des maladies</p> <p>B3) nommer les facteurs de stress dans la vie des élèves et les stratégies pour lutter contre le stress</p> | <p>C1) comprendre ce qu'est une dépendance et comme elle peut pousser une personne à faire des choix qui sont nuisibles pour sa santé ou qui la détruit</p> <p>C2) mettre en pratique la prise de décisions positives par rapport à soi-même et par rapport aux autres</p> <p>C3) s'identifier et se valoriser en tant que modèle de comportement positif</p> <p>C4) reconnaître que la plupart des adolescents ne prennent pas part à des comportements ou à des activités nuisibles pour la santé</p> | <p>D1) comprendre le rôle des médias dans l'établissement de sentiments et d'attitudes par rapport à soi-même et par rapport aux relations avec les autres, y compris la fréquentation et la décision d'avoir des relations sexuelles</p> <p>D2) comprendre les choix et se rendre compte des conséquences et des responsabilités à long terme ainsi qu'à court terme que comporte la décision d'avoir des relations sexuelles</p> <p>D3) discuter des questions concernant l'orientation sexuelle</p> |

Résultats généraux du programme d'étude en santé

Les trois résultats d'apprentissage généraux relient la structure du programme aux résultats d'apprentissage spécifiques à chaque niveau scolaire. Les expériences à toutes les phases du continuum d'apprentissage contribueront à l'atteinte des résultats généraux du programme, à savoir les connaissances, les habiletés et les attitudes face à la santé et au bien-être.

Connaissances

À mesure que les enfants se développent, il devient important qu'ils comprennent les changements qu'ils vivront personnellement ainsi que ceux qu'ils verront se produire chez les autres. La sensibilisation aux facteurs susceptibles d'être nuisibles, et les façons de minimiser le risque, constituent des connaissances qui favorisent le bien-être.

Habiletés

Les connaissances à elles seules ne suffisent pas au développement d'une bonne santé. La prise de décisions est une habileté mise en valeur tout au long de ce programme. Afin de minimiser les risques (de nuire), il est important que les élèves identifient l'information, qu'ils en évaluent la pertinence et qu'ils agissent en fonction d'une décision éclairée. Le bon jugement repose sur l'expérience, ce qui laisse supposer que les élèves ont besoin d'effectuer des simulations qui leur permettront d'exercer leurs habiletés en matière de prise de décisions et d'évaluation des conséquences. Comme l'a souligné John Dewey, les enfants apprennent en s'exerçant.

Attitudes

Chaque personne développe des attitudes et des croyances qui sont façonnées selon l'expérience et le contexte familial ou culturel de chacun. Dans une société démocratique, les gens jouissent d'une liberté de croyance, mais ont la responsabilité partagée de veiller à ce que leurs croyances et leurs actions ne nuisent pas aux autres membres de la société. Les résultats d'apprentissage en matière de santé encouragent les élèves à être conscients des diverses croyances et attitudes ainsi qu'aux effets de celles-ci sur une personne ou sur la société. Ce programme est conçu de manière à aider les élèves à adopter des attitudes qui sont bénéfiques pour eux-mêmes et pour leur collectivité.




Les sections *Précisions* comportent des exemples qui servent à rendre les objectifs plus clairs. Elles n'englobent pas tout.

Le tableau ci-dessous représente le format double page utilisé dans le présent document. Ce format revient dans les quatre volets; toutefois, le volet Croissance et développement contient des documents à l'appui approfondis sous forme d'annexes. Ces documents supplémentaires sont fournis afin de faciliter l'enseignement et le rendre plus cohérent.

| Page de gauche | | Page de droite | |
|--|---|--------------------------|------------|
| Résultats d'apprentissage spécifiques du programme | Suggestions d'apprentissage et d'enseignement | Suggestions d'évaluation | Ressources |

Légende

Pour aider les enseignants au moment de la préparation des cours, les symboles qui figurent dans la colonne de gauche ci-dessous, lorsqu'ils sont utilisés dans le programme, avisent l'enseignant de tenir compte de l'information figurant dans la colonne de droite.

| | |
|---|---|
|  | Sujet délicat |
|  | Ressources incluses dans la trousse de l'enseignant |
| Information en <i>italique</i> | Note à l'intention de l'enseignant |
|  | Lien à un autre programme |

SAMPLE

Information Letter For Parents/Guardians

Printed on School Letterhead

Dear Parents/Guardians:

We are pleased to inform you that we will shortly be teaching the prescribed *Health Education Curriculum, Grade 6*. The curriculum consists of four strands shown on the attached page entitled Health Curriculum at a Glance: Summary of Learning Outcomes for Grades 6-8. More information on the program is available at <http://www.gnb.ca/0000/publications/curric/hcgr6.pdf>

Keeping children safe and healthy is of great importance to both parents and educators. Healthy students are more productive students and are more likely to grow up to be healthy, happy adults. The intent of the curriculum is to assist and support parents in teaching their children knowledge and skills to promote health. All of the information is developmentally appropriate for children and builds on what they have learned in previous grades. The curriculum supports the development of skills to make healthy choices.

The Growth and Development strand of the curriculum is based on three surveys involving parents, teachers and students across the province. Over 4200 parents, more than 330 teachers and in excess of 2400 students provided feedback on a variety of sexual health issues. The final document represents, in a measured manner, the essential elements that were asked for by all three groups. The Growth and Development strand of the New Brunswick Health Education Curriculum document(s) emphasizes that abstinence from all sexual activity that involves risk is the best and only truly safe health choice for adolescents. Students who do decide to become sexually active now or in the future need information about the effective use of protection against pregnancy and sexually transmitted infections. Classes do not encourage students to become sexually active nor do they include teaching about sexual techniques.

We encourage you to talk with your children about what they are learning in Health and to contact the school if you need further information. Your interest and support are greatly appreciated.

Sincerely,

Detach and return the form below, if you DO NOT wish to have your child participate.

If you **DO NOT** wish to have your child participate in the Growth and Development strand, or a particular part of it, then please complete the form below and return it to your child's teacher.

I do not wish my son/daughter (name) _____ to take the Growth and Development strand of the Grade 6 Health Curriculum. I request that alternative arrangements be made.

Signature of Parent/Guardian

Telephone Number

Résultats d'apprentissage

6^e année

PRÉPARATION – 6^e ANNÉE

La présente leçon d'introduction a pour but de préparer la voie au programme d'étude en santé destiné aux élèves de la 6^e année.

Il est important d'utiliser la terminologie appropriée pour toutes les parties du corps. Si les élèves utilisent des termes différents, les enseignants doivent apporter des précisions à la discussion en utilisant la terminologie appropriée.

Les questions suivantes servent à orienter la réflexion de l'enseignant et de l'élève au cours du programme. La discussion devrait porter principalement sur la santé des adolescents.



- Qu'est-ce que la santé?
- Quels sont les différentes composantes de la santé?
- Qu'entend-on par être en santé?
- Quels sont les bienfaits à court et à long terme d'une bonne santé?
- Quels facteurs ont une incidence sur notre santé?
- Qu'entend-on par promouvoir la santé?
- Qui est responsable de la santé et de la promotion de la santé dans notre société?
- Quelles sont les actions que les personnes ou les groupes peuvent prendre pour promouvoir la santé?
- Quelles sont les carrières offertes dans le domaine de la santé?

Jour 1 – Comment amorcer le programme





| Résultat d'apprentissage | Suggestions d'apprentissage et d'enseignement |
|---|--|
| Les élèves seront en mesure de décrire certains problèmes de santé auxquels sont confrontés les jeunes adolescents. | Répondez à la question suivante en mettant en pratique la technique Réfléchir – à Deux – à Quatre – Partager (Annexe 6.1). « Quels sont les problèmes de santé des élèves de la 6 ^e année? » |

Rappel : Une lettre type destinée aux parents est incluse dans l'introduction.


6^e année – A. Prendre soin de soi, de sa famille et de sa collectivité

| Résultats d'apprentissage | Suggestions d'apprentissage et d'enseignement |
|--|---|
| <p>À la fin de la 6^e année, les élèves devront être en mesure de :</p> <p>A1) nommer des blessures qui sont courantes dans la collectivité</p> <p><i>Précisions</i></p> <ul style="list-style-type: none"> les blessures saisonnières liées aux sports, à la chasse, aux voyages, aux véhicules, à l'école (gymnastique et cours de récréation) et aux lieux de travail | <p>♥ Avec l'ensemble de la classe, faites un remue-ménages sur les accidents qui se produisent et qui sont fréquents dans la collectivité, la région ou la province. Les journaux ou les médias électroniques peuvent constituer de bonnes sources d'information. En petits groupes de travail, demandez aux élèves de choisir un exemple de blessure. Utilisez une carte conceptuelle pour aider les élèves à analyser les circonstances de la blessure choisie. La carte conceptuelle (Annexe 6.2 – Carte conceptuelle) doit comprendre une analyse des risques ou des dangers liés à la blessure, la raison pour laquelle elle a eu lieu et la façon dont elle a eu lieu, les conséquences de celle-ci pour la personne, sa famille, la collectivité et les méthodes proposées de prévention.</p> <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center; gap: 20px;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">Programme d'étude en éducation physique et</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">lignes directrices sur la sécurité</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">Programme d'étude en technologie</div> </div> |
| <p>A2) nommer et décrire divers facteurs environnementaux qui ont des répercussions sur notre santé</p> <p><i>Précisions</i></p> <ul style="list-style-type: none"> l'amincissement de la couche d'ozone et l'augmentation des rayonnements UV; les pesticides; la qualité de l'air dans les immeubles; la combustion de combustibles fossiles pour produire de l'énergie | <p>Présentez une vidéo sur les divers facteurs environnementaux qui ont des répercussions sur notre santé. Avec l'ensemble de la classe, discutez des rôles que doivent jouer chaque personne, la classe, l'école, la collectivité et le monde entier afin que notre environnement reste propre et en santé.</p> <p>Créez une œuvre murale avec la classe où est représenté tout ce que l'on trouve dans l'environnement (p. ex., la faune, la flore, les immeubles, le ciel, la terre, les maisons, l'école). Avec l'ensemble de la classe, faites un remue-ménages sur les caractéristiques d'un environnement sain et pur par rapport à un environnement pollué. L'œuvre murale est divisée en deux : l'environnement sain d'un côté et l'environnement pollué de l'autre. Les élèves sont répartis en plusieurs groupes. Chaque groupe est responsable d'une partie de l'œuvre murale. Par exemple, l'œuvre murale pourrait être divisée de la façon suivante : environnement sain (eau, terre, gens, protection contre le soleil), environnement pollué (eau, terre, etc.). Les élèves réaliseront l'œuvre murale au moyen des fournitures d'art disponibles (p. ex. : peinture, découpage de formes dans du papier de bricolage). Annexe 6.3 Divers facteurs environnementaux ayant une incidence sur notre santé.</p> <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center; gap: 20px;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">Examiner l'interdisciplinarité avec les sciences.</div> </div> <p>Les élèves tireront profit de leur participation à des activités au cours desquelles ils expriment leurs préoccupations au sujet des problèmes de pollution et qui influent sur l'opinion publique. Le programme « Thinking Like a Citizen » est fondé sur l'exemple du programme sur le tabagisme, mais peut être adapté à d'autres sources de pollution. Reportez-vous aux activités de la section portant sur la sensibilisation aux médias du site Web de Santé Canada (www.media-awareness.ca) pour plus d'information.</p> <p>Inherit the Earth (Health Issues 7, pp. 147-150, Teacher's Resource Guide) Just How Committed Are We (Health Issues 7, p.151, Teacher's Resource Guide)</p> |



6^e année – A. Prendre soin de soi, de sa famille et de sa collectivité

| Suggestions d'évaluation | Resources |
|--|---|
| <p>Projets : Écouter les médias (presse, radio, télévision) au cours d'une période de temps donnée et faire état des nouvelles liées à des blessures ou à des questions de sécurité.</p> <p>Travail de groupe : En petits groupes, demander aux élèves d'utiliser le processus de schématisation pour analyser l'incident de leur choix.</p> <p>Affiches : Concevoir une affiche ayant pour objet la prévention des accidents liés à l'activité de schématisation (p. ex. un collage représentant un environnement sécuritaire par opposition à un environnement dangereux).</p> | <p>Énergie NB, promotion de la sécurité</p> <p>Teen Health 1, Ch. 7 & 9 ISBN 0-02-651774-4</p> <p>Programme des choix pour la vie </p> <p>Activités – Sections D,E,F,G; Commission de la santé, de la sécurité et de l'indemnisation des accidents au travail (CSSIAT) 1-800-442-9776</p> <p>Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique au primaire (#830140)</p> <p>Potential sources of information include: local police officers, fire service, Emergency Measures Organization, NB Safety Council, snowmobile association, St. John Ambulance, Red Cross, NB Lung Association, Public Health Inspectors, School Health & Safety Committee</p> <p>Videos: <i>Yes? No? Maybe? Decision Making Skills</i> 705716VH, 19 min, 1990 <i>Being Responsible</i> 702854VH, 28 min, 1990 <i>Kidszone 3 Super Safety</i> 704246VH, 20 min, 1992</p> |
| <p>Présentation : Le groupe doit faire une présentation à la classe au sujet de l'œuvre murale illustrant les facteurs environnementaux (écrite et orale).</p> <p>Présentation écrite : Énoncer les mesures qui peuvent être prises par chaque personne, la classe, l'école, la collectivité et le monde pour aider à protéger l'environnement.</p> <p>Les élèves peuvent écrire une pièce de théâtre, une chanson ou un poème portant sur les mesures de sécurité, sur les substances qui peuvent nuire à notre environnement ou sur les facteurs qui ont une incidence sur notre santé.</p> <p>Health Issues 7, Teacher's Resource Guide </p> | <p>Atlantic Salmon Federation: Fish Friends Program</p> <p>SEEDS Foundation: Green School Program</p> <p>Videos: <i>Acid Rain – The Invisible Threat</i> 704614VH, 15 MIN, 1992 <i>Alternative Energies – Fuels for the Future</i> 704615VH, 20 min, 1994 <i>Cleaning Up Toxics At Home</i> 704075VH, 25 min, 1990 <i>Energy, Power & Transportation</i> 703783VH, 16 min, 1990 <i>Kidszone 2 – Reduce, Reuse, Recycle</i> 704121VH, 20 min, 1991</p> <p>www.weathernetwork.ca</p> <p>Health Issues 7, Student Book </p> <p>Health Issues 7, Teacher's Resource Guide </p> |

6^e année – B. Bien-être personnel

| Résultats d'apprentissage | Suggestions d'apprentissage et d'enseignement |
|---|---|
| <p>À la fin de la 6^e année, les élèves devront être en mesure de :</p> <p>B1) décrire les domaines du bien-être et nommer les stratégies favorisant leur propre bien-être</p> | <p>En petits groupes, demandez aux élèves de faire un remue-méninges sur leurs perceptions du bien-être. Voir l'Annexe 6.4 pour les définitions et de l'activité Roue du bien-être.</p> <p><i>Il pourrait être utile aux enseignants de répondre au questionnaire personnellement avant d'entreprendre l'activité de la Roue du bien-être avec les élèves.</i></p> <p>Les élèves discutent des aspects du bien-être (physique, émotionnel, social, intellectuel et spirituel) et classent leurs réponses pour chaque aspect en veillant à trouver suffisamment d'exemples pour chaque aspect.</p> <p>♥ Les élèves remplissent un questionnaire de la Roue du bien-être. <i>Avant de commencer, dites aux élèves qu'ils n'auront pas à partager les résultats avec le reste de la classe.</i></p> <p>Les élèves discutent des mesures qui peuvent favoriser chaque aspect du bien-être et discutent des roues qui sont en « déséquilibre ». Les élèves peuvent faire des suggestions quant à l'amélioration des roues qui sont en « déséquilibre ».</p> <p>Les élèves organisent une célébration du bien-être en relevant plusieurs exemples de « façons d'atteindre le bien-être ». À l'aide de mots, de photos, de citations, d'images, etc., les élèves créent une affiche (p. ex. un collage, un grand dessin du contour des lettres BIEN-ÊTRE dans lesquelles se trouvent les renseignements ou une grande roue du bien-être – physique, émotionnel, intellectuel, spirituel et social – remplie des renseignements pertinents). Dans le cadre de la célébration du bien-être, l'enseignant anime une activité de promotion du bien-être, par exemple des techniques de relaxation progressive, le tout accompagné de musique. Cette activité pourrait être prolongée par la venue d'un conférencier invité traitant du bien-être.</p> <p>Note à l'intention de l'enseignant : <i>La spiritualité est souvent difficile à définir pour les élèves. L'Annexe 6.4 donne des suggestions.</i></p> |
| <p>B2) nommer les stratégies de promotion de la nutrition et de l'activité physique</p> | <p>Les élèves tiennent un journal dans lequel ils inscrivent leurs activités nutritionnelles et physiques pour une journée. Ils y notent ce qu'ils ont mangé et bu, ainsi que la quantité, puis les activités physiques auxquelles ils se sont adonnés en précisant quand, où et avec qui ils les ont effectuées. Les élèves analysent leurs résultats et les comparent aux recommandations du Guide alimentaire canadien pour manger sainement et du Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine. Dans le cadre de cet exercice, faire analyser l'information nutritionnelle sur les étiquettes des aliments. Les élèves utilisent les résultats pour se fixer un objectif personnel d'amélioration. Les élèves font équipe pour apporter du soutien à leurs pairs relativement à l'atteinte de leur objectif.</p> <p>Faites un remue-méninges avec les élèves sur les façons de favoriser une image corporelle positive; par exemple, se dire à soi-même des choses positives sur soi-même, se traiter soi-même comme son meilleur ami. Demandez aux élèves d'écrire leurs émotions et leurs ambitions dans leur journal, et d'élaborer un plan d'action pour inclure les suggestions émises lors du remue-méninges.</p> <p>Planifiez une activité qui se déroulera en classe, à la maison ou à l'école en vue d'encourager les élèves à manger sainement et à faire de l'activité physique, p. ex. un « Fitnic ». Dans le cadre de cette activité, qui se déroulera à l'heure du dîner, à la maison ou à l'école, les élèves doivent apporter ou acheter un repas sain et prendre part à des activités favorisant l'activité physique dirigées par des élèves (p. ex., lancer un ballon de basket-ball, faire une course de relais). Vous pourriez également distribuer des coupons pour la cafétéria ou d'autres récompenses, au hasard, aux élèves qui font des choix alimentaires sains. Reportez-vous à l'Annexe 6.5, Activités favorisant le bien-être, pour trouver d'autres idées d'activités.</p> <p><i>Demandez aux élèves de partager un changement positif qu'ils ont apporté à leur comportement (p. ex., apprendre un nouveau sport pour faire davantage d'activité physique, adopter un nouveau passe-temps pour accroître la relaxation, acquérir des habitudes d'études de façon à améliorer leur rendement scolaire). À partir de leurs descriptions, nommez les étapes du processus (p. ex. : détermination du problème, choix d'un objectif, élaboration d'un plan, faire face aux obstacles, présence de soutien, récompenses extrinsèques et intrinsèques). Demandez aux élèves d'élaborer un plan pour améliorer leur comportement (ils peuvent se fonder sur leurs résultats à la roue du bien-être). Veillez à ce que le plan réponde aux critères SMARER – spécifique, mesurable, accepté, réaliste, enrichissant, et repérable. Le format suivant peut être utilisé pour le plan : problème, objectif, obstacles et solutions éventuels, rôle des supporteurs, système de suivi des changements et plan d'évaluation des résultats de l'activité.</i></p> <p style="text-align: center;"> Programme d'étude en éducation physique</p> |

6^e année – B. Bien-être personnel

| Suggestions d'évaluation | Resources |
|---|--|
| <p>Les élèves relèvent un point fort et un point faible sur leur propre roue et se fixent des objectifs afin d'obtenir un meilleur équilibre de leur roue.</p> <p>Classer les roues du bien-être complétées dans le « L'avenir et moi : planification d'un portfolio professionnel et scolaire » aux fins de comparaison en 7^e et en 8^e année.</p> <p>Évaluer le collage et noter la participation.</p> | <p>Roue du Bien-être Annexe 6.4</p> <p>Définitions des domaines du bien-être personnel Annexe 6.4</p> |
| <p>Évaluer les journaux personnels pour comparer les objectifs fixés aux recommandations du Guide alimentaire canadien pour manger sainement, etc.</p> <p>Évaluer le plan terminé en veillant à ce qu'il comporte tous les critères SMARER.</p> | <p>Guide alimentaire canadien pour manger sainement www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-bppn/food_guide_rainbow_f.html</p> <p>Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine www.hc-sc.gc.ca/hppb/paguide/index.html</p> <p>Communautés scolaire en action (506) 457-6915 ou ACTION@gnb.ca</p> <p>Health Issues 7 pp.10-13 </p> <p>Health Issues Teacher's Resource Guide pp.25-28 </p> <p>www.hc-sc.gc.ca – Trousse sur l'étiquetage nutrition el à l'intention des éducateurs</p> <p>site web des diététistes du Canada www.dietitians.ca/french/frames.html</p> <p>www.letait.ca/index.html</p> <p>Activités favorisant le bien-être, Annexe 6.5</p> <p>Video: <i>Life in the Fast Food Lane</i> 7060107, 30 min, 1997.</p> |

6^e année – B. Bien-être personnel

| Résultats d'apprentissage | Suggestions d'apprentissage et d'enseignement |
|---|--|
| <p>B3) expliquer comment les environnements influencent nos choix en matière de santé</p> <p><i>Précisions</i> Par environnements, on entend les environnements physique, social, émotionnel et politique.</p> | <p>Les élèves examinent leur journal d'alimentation et d'activités afin de relever les façons dont leurs environnements (p. ex. la disponibilité des installations, des programmes, des ressources financières, les coûts, l'horaire, le transport, les compétences requises, la publicité, la communication et l'ambiance) ont un effet sur leur alimentation et leur niveau d'activité physique.</p> <p>En petits groupes, les élèves font un remue-méninges des mesures pouvant être prises en vue de modifier les environnements qui nuisent au bien-être (p. ex., recueillir des données sur un problème et les présenter aux personnes responsables, rendre le problème public et faire des pressions pour qu'il y ait des changements, organiser un rassemblement pour faire connaître le problème au public, organiser des campagnes épistolaires, mettre au point des solutions et travailler avec les responsables pour les mettre en œuvre, élaborer et mettre en œuvre des politiques pour régler le problème). Les élèves résument les idées et les mesures dans un rapport.</p> <p>Les élèves se servent du Guide alimentaire canadien pour manger sainement pour évaluer un repas ou un programme de collation à l'école en fonction de sa valeur nutritive (p. ex. le déjeuner, les repas chauds, les distributeurs automatiques, le menu de la cafétéria, les collectes de fonds). Les élèves entrent dans la peau d'un diététiste invité à l'école pour évaluer la qualité nutritive des aliments offerts (des étiquettes pour le nom et des tableaux à feuilles mobiles rendent la simulation plus vraisemblable). Les élèves se mettent en équipe et se servent du <i>Guide alimentaire canadien pour manger sainement</i> pour relever les aliments nutritifs, faire des suggestions d'amélioration, déterminer les sources de soutien au changement et les obstacles possibles ainsi que la façon dont on peut les surmonter. La classe discute des résultats ainsi que de l'influence des environnements alimentaires sur les choix des aliments. Une activité similaire pourrait être menée en utilisant le <i>Guide d'activité physique canadien</i>.</p> |
| <p>B4) expliquer le recours à la publicité pour promouvoir la santé</p> | <p>Avant le cours, demandez aux élèves de trouver deux annonces publicitaires d'une source médiatique quelconque mettant en vedette un aliment ou un restaurant. Décrivez le type de produit vendu, le(s) message(s) clé(s), l'âge et le sexe du groupe cible, et si l'une ou l'autre des techniques de publicité suivantes sont utilisées :</p> <p><i>Association</i> (vous mène à penser que vous pouvez ressembler à la vedette de l'annonce) <i>Suivisme</i> (laisse supposer que tout le monde utilise ce produit) <i>Témoignage</i> (montre quelqu'un qui aime vraiment le produit) <i>Récompense</i> (offre des prix si vous achetez le produit) <i>Humour</i> (utilise des slogans ou des personnages drôles ou astucieux) <i>Sensoriel</i> (fait appel aux sens de par l'utilisation d'images ou de sons)</p> <p>Divisez les élèves en groupes pour qu'ils présentent leur publicité et qu'ils discutent des raisons pour lesquelles la compagnie a pensé qu'elle serait efficace. Discutez des réponses et créez une liste, dressée par la classe, des « Trucs pour réaliser une annonce publicitaire efficace » (p. ex. un lieu opportun et intéressant; des aliments alléchants, à la mode, sains, bon marché, populaires et de haute qualité; des annonces qui accrochent, sont riches en effets visuels et faciles à lire). Les élèves, individuellement ou en groupe de deux, préparent une publicité qui fait connaître les aliments sains qui leur sont offerts à l'école, en ayant recours aux principes énumérés dans la liste des « Trucs pour réaliser une annonce publicitaire efficace ». Affichez le travail des élèves.</p> <p>En groupes, demandez aux élèves d'organiser une campagne publicitaire pour promouvoir les choix d'aliments sains. Des refrains publicitaires, du rap, des chansons, des phrases accrocheuses ainsi que des affiches peuvent être utilisés dans le cadre de la campagne. Les groupes présentent leur campagne à la classe et les élèves discutent de l'effet de la campagne sur leurs choix alimentaires. On pourra donner aux élèves l'occasion de promouvoir leurs choix sains pendant la diffusion des messages de l'école.</p> |



6^e année – B. Bien-être personnel

| Suggestions d'évaluation | Resources |
|--|--|
| <p>Évaluer les rapports des élèves sur leur environnement.</p> <p>Évaluer les présentations sur l'évaluation du programme de repas de l'école.</p> <p>Observer les jeux de rôle.</p> | <p>Guide alimentaire canadien pour manger sainement www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-bppn/food_guide_rainbow_f.html</p> <p>Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine www.hc-sc.gc.ca/hppb/paguide/index.html</p> <p>site web des diététistes du Canada www.dietitians.ca/french/frames.html</p> |
| <p>Évaluer les présentations en fonction des techniques publicitaires employées et de leur efficacité.</p> <p>Évaluer les présentations des groupes sur les campagnes publicitaires.</p> | <p>www.media-awareness.ca</p> |


6^e année – C. Usage, mauvais usage et abus de substances (faire ressortir l'importance des connaissances médiatiques)

| Résultats d'apprentissage | Suggestions d'apprentissage et d'enseignement |
|--|---|
| <p>À la fin de la 6^e année, les élèves devront être en mesure de :</p> <p>C1) démontrer leurs connaissances relativement aux hypersensibilités ou aux allergies et leur respect par rapport aux personnes qui en sont atteintes</p> <p><i>Précisions</i> Les allergies alimentaires et l'hypersensibilité aux odeurs, p. ex. la fumée du tabac, les produits parfumés, les produits nettoyants</p> | <p>Énumérez des formes courantes d'allergies ou d'hypersensibilités et discutez de leurs effets sur les personnes qui en sont atteintes. Encouragez les élèves à faire part de leurs expériences personnelles en matière d'allergie ou d'hypersensibilité. Vous pouvez également demander à un conférencier invité de discuter de son expérience. <i>Les élèves doivent être conscients de la prévalence et de la gravité croissantes de ces conditions.</i></p> <p>Les élèves conçoivent et mènent une campagne de sensibilisation aux allergies ou à l'hypersensibilité dans le but de promouvoir le respect pour les personnes atteintes de toutes les formes d'allergies ou d'hypersensibilités. Les élèves peuvent choisir un format imprimé ou vidéo pour accroître la sensibilisation à un type donné d'allergie ou d'hypersensibilité ainsi qu'aux méthodes pour en atténuer les effets.</p> |
| <p>C2) expliquer l'usage et le mauvais usage de substances qui prétendent favoriser la perte de poids ou la musculation</p> | <p>♥ En utilisant des images tirées de magazines, discutez des images trompeuses des mannequins, de la minceur des vedettes du cinéma et des hommes dont les muscles sont de grosseur anormale. Discutez et donnez des exemples des divers produits qui existent sur le marché. Parlez des raisons qui poussent à l'usage de tels produits, des affirmations trompeuses et des effets sur la santé à long terme ainsi qu'à court terme. Soulignez l'importance du Guide alimentaire canadien pour manger sainement, de l'activité physique quotidienne et d'une image corporelle positive. Insistez sur l'importance d'acquérir de bonnes aptitudes en matière de prise de décisions.</p> <p>♥ Demandez aux élèves de préparer des arguments pour mener un « débat simulé » entre le « Guide alimentaire » et la « vie active » par opposition aux « régimes », aux « pilules amaigrissantes » et aux « stéroïdes ». Demandez-leur de concevoir un message de service public d'une durée de 60 secondes sur l'abus de substances.</p> <p>Répartissez les élèves en petits groupes. Demandez à chaque groupe de concevoir un message de service public d'une durée de 60 secondes pour une émission de télévision portant sur la sensibilisation aux dangers de l'alcool et des drogues. Sollicitez l'imagination des élèves. Certains élèves voudront peut-être composer et chanter une chanson pour transmettre leur message. D'autres voudront peut-être faire une saynète. D'autres encore pourraient opter pour une table ronde. Demandez à chaque groupe de présenter son émission « télévisée » devant la classe. Chaque présentation doit durer 60 secondes. Après les présentations, discutez-en avec la classe. Si vous le voulez, vous pouvez faire voter les élèves pour la présentation la plus efficace.</p> <p>Questions de préparation</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Quelles seraient de meilleures façons de transmettre les messages antidrogues au public? 2. Que devraient contenir ces messages? <p><i>Il a été démontré que la présentation d'information sur les troubles de l'alimentation augmentait le taux de troubles alimentaires chez les jeunes. Si un élève semble souffrir d'un trouble alimentaire ou qu'il est à risque de développer un tel trouble, communiquez avec le conseiller en orientation qui interviendra de façon appropriée.</i></p> |





6^e année – C. Usage, mauvais usage et abus de substances (faire ressortir l'importance des connaissances médiatiques)

| Suggestions d'évaluation | Resources |
|--|---|
| <p>Remue-méninges</p> <p>Devoirs écrits – Rédiger un paragraphe, préparer une saynète, un argument, un jeu de rôles ou une campagne publicitaire.</p> <p>Panneau d'affichage</p> | <p>Programme des choix pour la vie  Commission de la santé, de la sécurité et de l'indemnisation des accidents au travail (CSSIAT) 1-800-442-9776</p> <p>Guest Speakers</p> |
| <p>Les aptitudes des élèves à dégager les stratégies de marketing peuvent être évaluées en leur faisant analyser diverses publicités et en leur demandant de relever :</p> <ul style="list-style-type: none"> • le message à transmettre et le public cible; • l'information présentée et sa pertinence; • la quantité d'information liée à la santé contenue dans la publicité. <p>Évaluer l'exactitude et l'information recueillie dans le cadre des « débats simulés » en fonction de la recherche, de la présentation et de la participation. Les arguments sont-ils bien préparés?</p> <p>Évaluer l'exactitude et l'information recueillie dans le cadre des « débats simulés ».</p> | <p>Programme des choix pour la vie  Commission de la santé, de la sécurité et de l'indemnisation des accidents au travail (CSSIAT) 1-800-442-9776</p> <p>Guest Speakers</p> <p>Programmes offerts par la GRC ou le corps de police local.</p> <p>Guide alimentaire canadien pour manger sainement www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-bppn/food_guide_rainbow_f.html</p> <p>Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine www.hc-sc.gc.ca/hppb/paguide/index.html</p> |


6^e année – C. Usage, mauvais usage et abus de substances (faire ressortir l'importance des connaissances médiatiques)

| <p>Résultats d'apprentissage</p> | <p>Suggestions d'apprentissage et d'enseignement</p> |
|--|---|
| <p><i>À la fin de la 6^e année, les élèves devront être en mesure de :</i></p> <p>C3) définir ce que signifie un comportement qui crée une dépendance et parler des raisons pour lesquelles certaines personnes sont davantage portées à développer des dépendances</p> <p><i>Précisions</i> Internet, télévision, nicotine, jeux de hasard, alcool, etc.</p> | <p>Les élèves mettent au point une description du concept de dépendance et donnent des exemples de comportements qui créent une dépendance. Discutez de l'influence des facteurs prédisposants (p. ex. la génétique) sur les comportements qui créent une dépendance.♥</p> <p>Les élèves examinent leur routine quotidienne personnelle en portant une attention particulière aux événements importants. Y a-t-il une activité qui a un effet négatif sur les autres responsabilités (p. ex. écouter la télévision, jouer à l'ordinateur)? Discutez de la façon dont, à mesure que l'on prend de la maturité, nous mettons au point des stratégies pour gérer notre temps de façon plus efficace. Les élèves sont encouragés à se fixer des objectifs en matière de gestion du temps et de leurs activités quotidiennes.</p> <p>Interviewez un professionnel de la santé (p. ex. une infirmière, un pharmacien, un médecin, un inhalothérapeute ou un conseiller en matière de toxicomanie) ou rassemblez de l'information d'autres sources qui traitent des questions suivantes :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Combien de personnes réussissent à arrêter de fumer dès leur première ou deuxième tentative? 2. Combien de personnes essaient d'arrêter de fumer à maintes reprises et n'y parviennent jamais? 3. Est-ce que les personnes fument même lorsqu'elles sont atteintes d'une maladie qui met leur vie en danger? Exemple d'un patient? <p>Faites un remue-méninges sur les raisons pour lesquelles les gens fument ou décident de ne pas fumer. Les élèves écrivent leurs réponses sur un tableau à feuilles mobiles. Discutez et faites ressortir quatre aspects majeurs – médias ou publicité, pairs, famille ou adultes, soi-même. Notez que la pression n'est pas souvent évidente. Les messages sont souvent indirects et subliminaux. Déterminez si les pressions sont internes ou externes.</p> <p>Les élèves utilisent un modèle de prise de décisions et décrivent les choix entrant en jeu dans divers scénarios, les conséquences de chaque choix et, enfin, la prise d'une décision finale dans le but de préserver la santé et le bien-être de la personne.</p> <p>Teen Smokers Ignore Evidence (voir Health Issues 7 – Teacher Resource Guide, pp.32-36)</p> <p> Programme de développement personnel et de planification de carrière à l'intention des élèves de la maternelle à la 12^e année Annexe, p. 150</p> |




6^e année – C. Usage, mauvais usage et abus de substances (faire ressortir l'importance des connaissances médiatiques)

| Suggestions d'évaluation | Resources |
|---|---|
| <p>Remue-méninges</p> <p>Entrevues</p> <p>Application du modèle de prise de décisions</p> <p>Health Issues 7 – Teacher Resource Guide</p> | <p>Programme des choix pour la vie </p> <p>Commission de la santé, de la sécurité et de l'indemnisation des accidents au travail (CSSIAT) 1-800-442-9776</p> <p>Videos</p> <p><i>Alcohol: Its Not For Me</i> 706022, 8 min., 1998</p> <p><i>Lorne's Big Decision</i> 706032, 16 min., 1997</p> <p><i>Barb Tarbox, une vie coupée court par le tabac</i> www.aadac.com 16 min, 2003 </p> <p><i>Drug Danger, Easy to Start Hard to Stop</i> 800167, 12 min., 1995</p> <p>Vivez sans fumée! www.vivezsansfume.ca 1-866-318-1116</p> <p>Health Issues 7 – Student's Book </p> <p>Health Issues 7 – Teacher's Resource Guide </p> |

6^e année – D. Croissance et développement

| Résultats d'apprentissage | Suggestions d'apprentissage et d'enseignement |
|--|---|
| <p>À la fin de la 6^e année, les élèves devront être en mesure de :</p> <p>D1) comprendre les changements qui se produisent dans le corps pendant la puberté</p> <p><i>Précisions</i> Comprend tous les changements physiques (primaires et secondaires), sociaux et intellectuels.</p> | <p>Pendant les discussions en classe, il est important que les enseignants prennent régulièrement le temps de normaliser les changements qui se produisent et qui se produiront sur le corps des élèves. Ces activités serviront de révision du programme de la 5^e année.</p> <p>Voir l'Annexe 6.6 Conseils d'enseignement concernant les renseignements relatifs au volet Croissance et développement physique</p> <p>Carrousel de l'apprentissage : Placez des feuilles de tableau à feuilles mobiles à quatre endroits dans la classe. Les élèves se déplacent en petits groupes d'une feuille à l'autre et énumèrent les changements qui se produisent au cours de la puberté en les classant dans les catégories suivantes : physiques, émotionnels, mentaux/intellectuels et sociaux. D'un groupe à l'autre, les changements déjà inscrits ne peuvent pas être répétés. L'exercice pourrait aussi être divisé en une partie garçon et en une partie fille, si les circonstances le permettent.</p> <p>Discussion sur la puberté : Écrivez le mot « Puberté » sur le tableau, et encerclez-le. Discutez avec les élèves du sens de ce mot pour eux. Où obtiennent-ils de l'information sur la puberté? Quelles sources sont les plus fiables? Les élèves vont à l'école ou à la bibliothèque municipale et font un rapport sur la puberté à partir de livres ou d'articles de journaux.</p> <p>Acéates illustrant les changements à la puberté (Annexe 6.7). Les élèves complètent les acéates sur les changements à la puberté en énumérant les changements qui se produisent chez les garçons, chez les filles et chez les deux.</p> <p>Au tableau, dessinez trois colonnes intitulées « Garçons », « Filles », « Garçons et filles ». Préparez des fiches sur lesquelles figurent les caractéristiques sexuelles primaires et secondaires du garçon et de la fille. Demandez aux élèves de choisir la colonne à laquelle ils croient que chaque caractéristique appartient et placez-y la fiche. Discutez avec l'ensemble de la classe pour déterminer si certaines caractéristiques appartiennent à plus d'une catégorie ou devraient être changées de colonne. Ou complétez la feuille d'activité sur les changements à la puberté (Annexe 6.8)</p> <p>Document de cours « Il paraît que j'ai atteint la puberté » et feuille d'activité à distribuer (Annexe 6.9). Devoir de compte rendu de discussion</p> <p>Effectuez l'activité Ovation et menstruation. </p> <p>Effectuez l'activité À la découverte de la puberté. </p> |
| <p>D2) comprendre les structures et les fonctions des appareils génitaux masculin et féminin</p> <p>Nota : Il peut s'agir d'une révision pour certains élèves.</p> | <p>Distribuer des documents de cours sur lesquels figurent les caractéristiques sexuelles des garçons et des filles, les diagrammes des appareils génitaux et les feuilles d'activité sur les appareils génitaux (Annexes 6.10 à 6.16). Enseignez les appareils génitaux féminin et masculin en décrivant l'emplacement et la fonction de chaque partie. Passez en revue les parties et les fonctions des appareils génitaux (rapportez-vous à l'Annexe 6.17 Les filles et la puberté et à l'Annexe 6.18 Les garçons et la puberté).</p> <p>~ Feu rouge / Feu vert / Feu jaune (Annexe 6.19)</p> <p>Utilisez le matériel audiovisuel recommandé pour présenter et réviser le contenu.</p> <p>Entrevue sur la puberté : Les élèves font un remue-méninges des questions possibles à demander à un adulte en qui ils ont confiance (parent, tante, grands-parents, voisin, quelqu'un d'une autre culture...). Les questions portent sur les aspects physiques, mentaux, sociaux et culturels qui ont un effet sur les comportements en matière de sexualité. L'Entrevue sur la puberté (Annexe 6.20) peut également s'avérer utile.</p> <p>Effectuez l'activité de chasse aux trésors sur les appareils génitaux. </p> |
| <p>D3) comprendre que la sexualité est une expression de la féminité ou de la masculinité d'une personne</p> <p><i>Précisions</i> Stéréotypes sexuels, estime de soi, identité sexuelle et image corporelle</p> <p><i>L'activité sexuelle comprend une grande variété de comportements sexuels et intimes</i></p> | <p>Les élèves énumèrent leurs raisons dans une liste intitulée « Je suis heureuse d'être une fille parce que... » ou « Je suis heureux d'être un garçon parce que... ». Il peut s'agir d'une activité de groupe ou individuelle.</p> <p>♥ L'activité sur les stéréotypes associés aux sexes (Annexe 6.21) permet aux élèves d'étudier ce que veulent dire les expressions « agir comme un homme » et « agir comme une femme » et de reconnaître que l'on appelle ce genre de messages des stéréotypes.</p> <p>Tour de montagnes russes : Décrivez la puberté comme un « tour de montagnes russes ». Avec la classe, entamez une discussion afin de déterminer si cette métaphore représente bien les défis et les gratifications du développement de l'humain vers l'âge adulte. Discutez de la façon dont la période de l'adolescence chez les garçons et chez les filles est à la fois similaire et différente.</p> <p>Journal de croissance : Les élèves tiennent un journal confidentiel dans lequel ils inscrivent leurs observations et leurs réflexions sur eux-mêmes. Les élèves n'auront pas à apporter leur journal à l'école. Il peut être écrit à la main ou sous format électronique. Commencez le journal au début de la session en y insérant une photo de l'élève. Les élèves voudront peut-être y inscrire des données précises (taille, poids, mesures du tour de hanche et de la poitrine) ainsi que des réflexions ou sentiments sur leur propre expérience (peut inclure des poèmes, des chansons, des événements qui sont importants à leurs yeux). L'élève rédige une composition sur ses observations par rapport au processus.</p> <p>Feuille de travail sur l'estime de soi fondée sur l'analyse des magazines (Annexe 6.22).</p> <p>Note : Voir page 79 pour des renseignements légaux.</p> |

6^e année – D. Croissance et développement

| Suggestions d'évaluation | Resources |
|--|---|
| <p>Travail de groupe : Évaluer le niveau de connaissances des élèves en fonction des réponses fournies lors de l'activité du « Carrousel de l'apprentissage ».</p> <p>« L'avenir et moi : planification d'un portfolio professionnel et scolaire »</p> <p>Participation : Évaluer la contribution de l'élève aux discussions.</p> <p>Utilisation de la terminologie appropriée</p> <p>Compétences en recherche</p> | <p>Videos: <i>Growing Up: From Boyhood to Manhood</i> 705906VH, 29 min., 1997</p> <p><i>Growing Up: From Girlhood to Womanhood</i> 705907VH, 32 min., 1997</p> <p><i>New Improved Me: Understanding Body Changes</i> 703577 VH, 25 min., 1991</p> <p>Regional Sexual Health Centre</p> <p>Teen Health, Vol. 1, Ch. 5 ISBN 0-02-651774-4</p> <p>Puberty Walkaround </p> <p>Ovulation and Menstruation Activity </p> |
| <p>Feuilles de travail, questionnaires, casse-tête, jeux. (Entrevue d'un adulte et analyse de magazines)</p> <p>« L'avenir et moi : planification d'un portfolio professionnel et scolaire »</p> <p>Participation : Évaluer la contribution de l'élève aux discussions.</p> <p>Utilisation de la terminologie appropriée</p> <p>Compétences en recherche</p> | <p><i>New Improved Me: Understanding Body Changes</i> 703577 VHS, 25 min., 1991</p> <p>Centre de Santé sexuelle</p> <p>Teen Health 1, Ch. 5 ISBN 0-02-651774-4</p> <p>http://school.discovery.com/teachingtools/teachingtools.html - create, save and retrieve puzzlemakers, quizzes, glossaries, worksheets, and clipart.</p> <p>Systems Scavenger Hunt </p> |
| <p>Compositions relatant l'expérience personnelle et journal de croissance</p> <p>Feuilles de travail, questionnaires, casse-tête (entrevue d'un adulte et analyse des magazines)</p> <p>Utilisation de la terminologie appropriée</p> <p>Compétences en recherche</p> <p>« L'avenir et moi : planification d'un portfolio professionnel et scolaire »</p> | <p><i>New Improved Me: Understanding Body Changes</i> 703577 VHS, 25 min., 1991</p> <p>Centre de Santé sexuelle</p> |

6^e année – Annexes

FORMULER – PARTAGER – ÉCOUTER – CRÉER

RÉFLÉCHIR... 90 SECONDES

L'enseignant pose la question à toute la classe. La question est inscrite sur un tableau à feuilles mobiles avant que l'activité commence. Les élèves doivent répondre aux questions par puces. L'enseignant s'assure que les élèves travaillent individuellement et inscrivent leurs propres réponses.

À DEUX... 90 SECONDES

L'enseignant demande aux élèves de se lever, de prendre leurs feuilles, puis de trouver un autre élève avec qui partager leurs réponses.

Les élèves partagent leurs réponses avec cet autre élève. Ils sont libres d'ajouter de nouvelles idées à mesure qu'ils partagent leurs réponses.

À QUATRE... 4 MINUTES

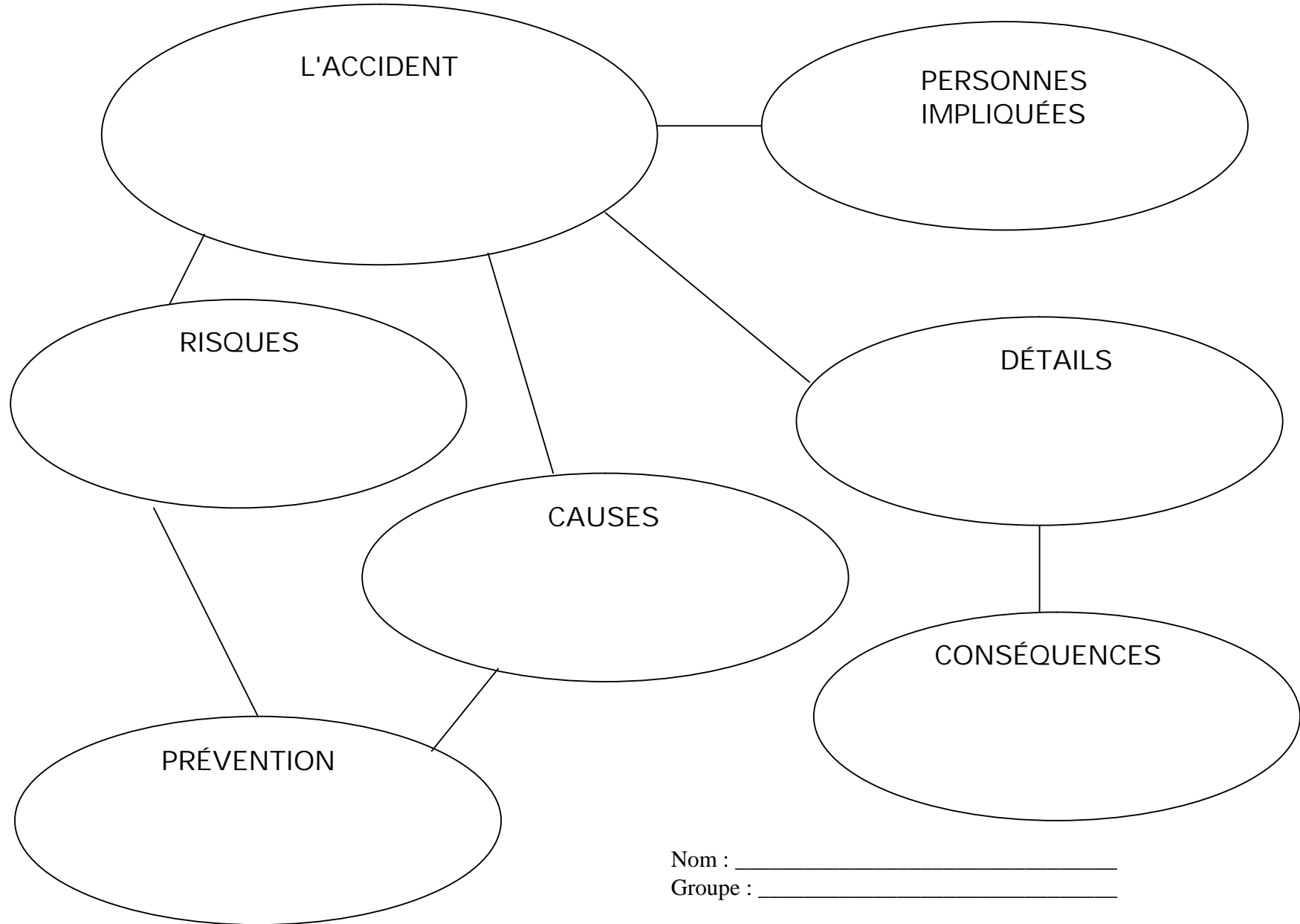
L'enseignant demande aux élèves de combiner les équipes de deux en équipes de quatre et de trouver sept idées de réponse à la question initiale. Au cours de cette activité, les élèves doivent consulter toutes les personnes de leur équipe. Ils mettent en commun leurs idées et trouvent sept réponses qu'ils inscrivent sur une feuille de tableau à feuilles mobiles.

PARTAGER... 4 MINUTES

L'enseignant fixe toutes les feuilles sur un mur. Il nomme une personne qui sera responsable d'écrire sur les feuilles à l'aide du marqueur et explique à la classe qu'ils doivent trouver les « points communs » sur toutes les feuilles ou la majorité d'entre elles.

Au fur et à mesure que le groupe relève les « points communs », la personne responsable coche ces points et l'enseignant crée un « sommaire » sur le tableau à feuilles mobiles. Chaque « point commun » relevé par le groupe est inscrit dans le sommaire du tableau. Attribuez des codes de couleur au sommaire, en fonction des différents volets du programme d'étude en santé.

ANNEXE – CARTE CONCEPTUELLE



Nom : _____
Groupe : _____

DIVERS FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX AYANT UNE INCIDENCE SUR NOTRE SANTÉ

1. Pluie acide
2. Aérosols (fixatifs à cheveux, déodorants, assainisseurs d'air)
3. Pollution de l'air
4. Source d'énergie de remplacement (éoliennes, solaire)
5. Échappement des voitures
6. Produits contenant des CFC (chlorofluorocarbures)
7. Combustibles fossiles en combustion (charbon, pétrole, essence)
8. Co-voiturage ou utilisation des transports en commun (p. ex. autobus)
9. Fumée de cigarette
10. Compostage
11. La coupe de bois et les incendies de forêts
12. Disparition des forêts tropicales
13. Consommation de poissons pêchés dans des eaux polluées
14. Lavages fréquents des mains
15. Réchauffement de la planète
16. Effet de serre
17. Herbicides (pour détruire les mauvaises herbes)
18. Micro-organismes
19. Catastrophes naturelles (ouragans, inondations, tremblements de terre)
20. Pollution par le bruit
21. Fermer les robinets lorsque l'on ne les utilise pas
22. Déversements de pétrole
23. Surpopulation
24. Trou de la couche d'ozone
25. Pesticides (pour tuer les insectes)
26. Planter des arbres
27. Pollution provenant des usines
28. Eau polluée
29. Déchets radioactifs (centrale nucléaire)
30. Recyclage
31. Remplacer les habitats naturels par des usines, des villes, des fermes
32. Maladies des animaux (rage, maladie de la vache folle, virus du Nil occidental)
33. Cesser de produire autant de déchets
34. Coups de soleil
35. Les conditions météorologiques
36. Appliquer des produits chimiques sur les pelouses
37. Jeter des ordures dans un lac
38. Jeter des déchets ménagers dangereux (piles, nettoyants à four, médicaments) dans la poubelle
39. Fermer les lumières quand on n'en a plus besoin
40. Utiliser des piles rechargeables
41. Marcher ou faire de la bicyclette

ROUE DU BIEN-ÊTRE

Objectif : Les élèves doivent évaluer leur bien-être personnel.
Les élèves doivent se fixer des objectifs qui leur permettent d'améliorer les aspects de leur bien-être qui posent problèmes.

Tous les élèves de 6^e, 7^e et 8^e année doivent remplir la roue du bien-être. Cette activité doit être placée dans le « L'avenir et moi : planification d'un portfolio professionnel et scolaire » afin que les élèves puissent comparer leurs réponses d'année en année. Les élèves pourront évaluer leurs objectifs afin de déterminer s'ils ont réussi à atteindre un équilibre santé correspondant à leur roue de bien-être.

Instructions : Répondez aux questions suivantes et inscrivez la note à la fin de chaque section. Colorez la section de la roue qui correspond à la note que vous avez obtenue.

1. Physique

| | |
|---|--------------|
| Je suis actif au moins 30 à 60 minutes par jour. | Oui___Non___ |
| Je mange des fruits, des légumes et des fibres chaque jour. | Oui___Non___ |
| Je déjeune chaque matin. | Oui___Non___ |
| Je bois au moins 4 à 6 verres d'eau par jour. | Oui___Non___ |
| Je dors suffisamment pour me sentir reposé et en forme. | Oui___Non___ |

Nombre de réponses affirmatives _____ x 2 = _____

Nombre de réponses négatives _____ x 0 = _____

Total_____

2. Social

| | |
|---|--------------|
| Je m'entends bien avec ma famille. | Oui___Non___ |
| Je construis et j'entretiens des amitiés solides. | Oui___Non___ |
| J'aide les personnes en difficulté. | Oui___Non___ |
| J'ai des amis qui appuient un style de vie positif. | Oui___Non___ |
| Mon comportement reflète une attitude positive. | Oui___Non___ |

Nombre de réponses affirmatives _____ x 2 = _____

Nombre de réponses négatives _____ x 0 = _____

Total_____

3. Émotionnel

Je possède un bon sens de l'humour. Oui___Non___
 Mon sommeil est réparateur et suffisant. Oui___Non___
 Je sais comment exprimer mes sentiments de
 manière convenable. Oui___Non___
 Je repose mon corps et mon esprit sans l'aide de drogues. Oui___Non___
 Je me sens bien dans ma peau. Oui___Non___

Nombre de réponses affirmatives _____ x 2 = _____

Nombre de réponses négatives _____ x 0 = _____

Total_____

4. Intellectuel

J'aime apprendre de nouveaux concepts et de
 nouvelles habiletés. Oui___Non___
 J'écoute la radio, je regarde la télévision et je lis
 les journaux pour me tenir au courant des
 événements de l'actualité. Oui___Non___
 Je lis six livres et plus par année. Oui___Non___
 J'aime connaître le point de vue des autres. Oui___Non___
 Je sais que l'apprentissage dure toute une vie. Oui___Non___

Nombre de réponses affirmatives _____ x 2 = _____

Nombre de réponses négatives _____ x 0 = _____

Total_____

5. Spirituel

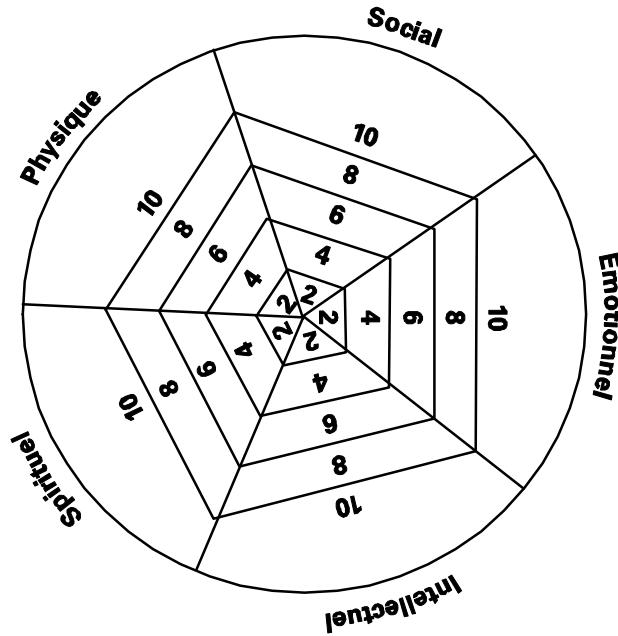
Je prends du temps pour réfléchir, m'interroger
 ou écrire sur ma vie et son sens (prière,
 méditation, journal intime). Oui___Non___
 Je fais partie de quelque chose de plus grand
 que moi. Je suis conscient que mes actions
 ont des conséquences sur moi et sur tous
 ceux qui m'entourent. Oui___Non___
 Mes croyances démontrent un respect pour
 moi-même ainsi que pour les autres. Oui___Non___
 J'aime le plein air et les joies de la nature
 (solitude, énergie, plaisirs des sens). Oui___Non___
 Je suis optimiste. Oui___Non___

Nombre de réponses affirmatives _____ x 2 = _____

Nombre de réponses négatives _____ x 0 = _____

Total_____

Demandez aux élèves de colorer la section de la roue qui correspond à leur pointage. Est-ce que la roue est équilibrée? Quels sont les points à améliorer? L'objectif est d'être le plus près possible de 10 dans tous les domaines du bien-être.



Établissement des objectifs

Est-ce que votre roue du bien-être est équilibrée? L'objectif est d'être le plus près possible de 10 dans tous les domaines du bien-être.

Y a-t-il des domaines qui doivent être améliorés en ce qui concerne votre bien-être?

Cette année, je m'améliorerai dans le domaine _____.

J'y arriverai en

DÉFINITIONS DES DOMAINES DU BIEN-ÊTRE PERSONNEL

Le bien-être est un état d'être qui comprend les dimensions physique, sociale, intellectuelle et spirituelle de la vie qui, lorsque le travail est fait en harmonie, conduisent à un sentiment de satisfaction et de bien-être.

La dimension physique comprend l'activité physique, une saine alimentation, un sommeil réparateur ainsi que d'autres habitudes de vie saines.

La dimension sociale est axée sur l'interdépendance d'une personne avec les autres et avec la nature.

La dimension émotionnelle reflète le degré de positivisme et d'enthousiasme qu'une personne ressent face à elle-même et face à la vie.

La dimension intellectuelle reflète le degré d'engagement d'une personne pour les activités mentales créatives et stimulantes pour l'esprit qui contribuent à son apprentissage continu.

La dimension spirituelle reflète l'engagement d'une personne à chercher un but et une signification à la vie, guidée par les valeurs qu'elle a reçues de sa famille et de ses leçons de vie. Une personne spirituelle est une personne en harmonie avec la nature et toutes ses créations.

Note à l'enseignant : Il se peut que certains élèves associent leurs croyances religieuses avec la spiritualité. Pour d'autres, la spiritualité est un terme général qui encourage les principes d'harmonie, de respect, d'interdépendance et d'équilibre.

ACTIVITÉS FAVORISANT LE BIEN-ÊTRE

Ces activités pourraient être organisées par le conseil étudiant, en consultation avec le personnel d'éducation physique, afin de promouvoir un style de vie actif.

- Concours Colorez votre espadrille – Pour chaque km de marche ou de jogging, colorez la partie appropriée de l'espadrille de course. Chaque espadrille représente 10 km. Placez les espadrilles colorées dans le couloir de l'école les unes à la suite des autres et incitez les élèves à se rendre ainsi jusqu'au bout du couloir dans une partie en particulier de l'école (gymnase). Ce concours devrait durer un mois.
- Danse thématique sur l'heure du dîner – Cette activité met l'accent sur la danse active de style libre. Voyons qui pourra danser pendant vingt minutes sans s'arrêter.
- Journée mode de vie sain – Invitez des conférenciers à l'école pour discuter avec les élèves de divers sujets préconisant un mode de vie sain : une nutritionniste, une infirmière, une diététiste, un entraîneur personnel, un acupuncteur, un massothérapeute, un secouriste en premiers soins et en réanimation cardio-respiratoire.
- Saut à la corde – Sautez à la corde dans le gymnase sur l'heure du dîner.
- Organisez un groupe de marche énergétique sur l'heure du dîner (à l'intérieur ou à l'extérieur de l'école).

CONSEILS D'ENSEIGNEMENT

Mettez en pratique vos aptitudes d'animateur

- Réagissez positivement aux questions.
- Soyez attentif à la communication non verbale.
- Si le sujet est trop délicat, demandez l'aide de spécialistes au sein des ressources de la collectivité ou de l'école.
- Utilisez l'humour pour dissiper la gêne et créer un climat agréable.
- Soyez concentré sur les élèves.
- Écoutez.
- Demandez aux élèves ce qu'ils veulent apprendre.
- Faites preuve de patience.
- Encouragez la confiance en soi et les compétences de prise de décisions.
- Tenez compte des différents styles d'apprentissage.
- Soyez vous-même.

Utilisez des stratégies d'enseignement interactif pour vous adapter aux styles d'apprentissage

- Jeux de rôles
- Conférenciers invités
- Éducateurs de pairs
- Discussion en groupe avec des conférenciers des services communautaires
- Tenue de journal, atelier d'écriture, poésie
- Écrire un courrier du cœur
- Boîte de questions anonymes
- Concevoir des affiches, brochures, graffitis, etc.
- Remue-méninges et exercices de réflexion
- Jeux-questionnaires
- Exercices pratiques
- Débats
- Théâtre, chansons ou vidéos
- Histoires
- Événements de l'actualité (discuter, débattre, écrire sur des articles de journaux ou de magazines, émissions de télé, films)
- Expériences
- Arbres de décision
- Entrevues
- Sondages
- Études de cas
- Enseignement fondé sur la réalité (p. ex. Imaginez comment serait votre vie si vous étiez parent-adolescent.)
- Jeux
- Discussion libre

Soyez ouvert aux questions des élèves

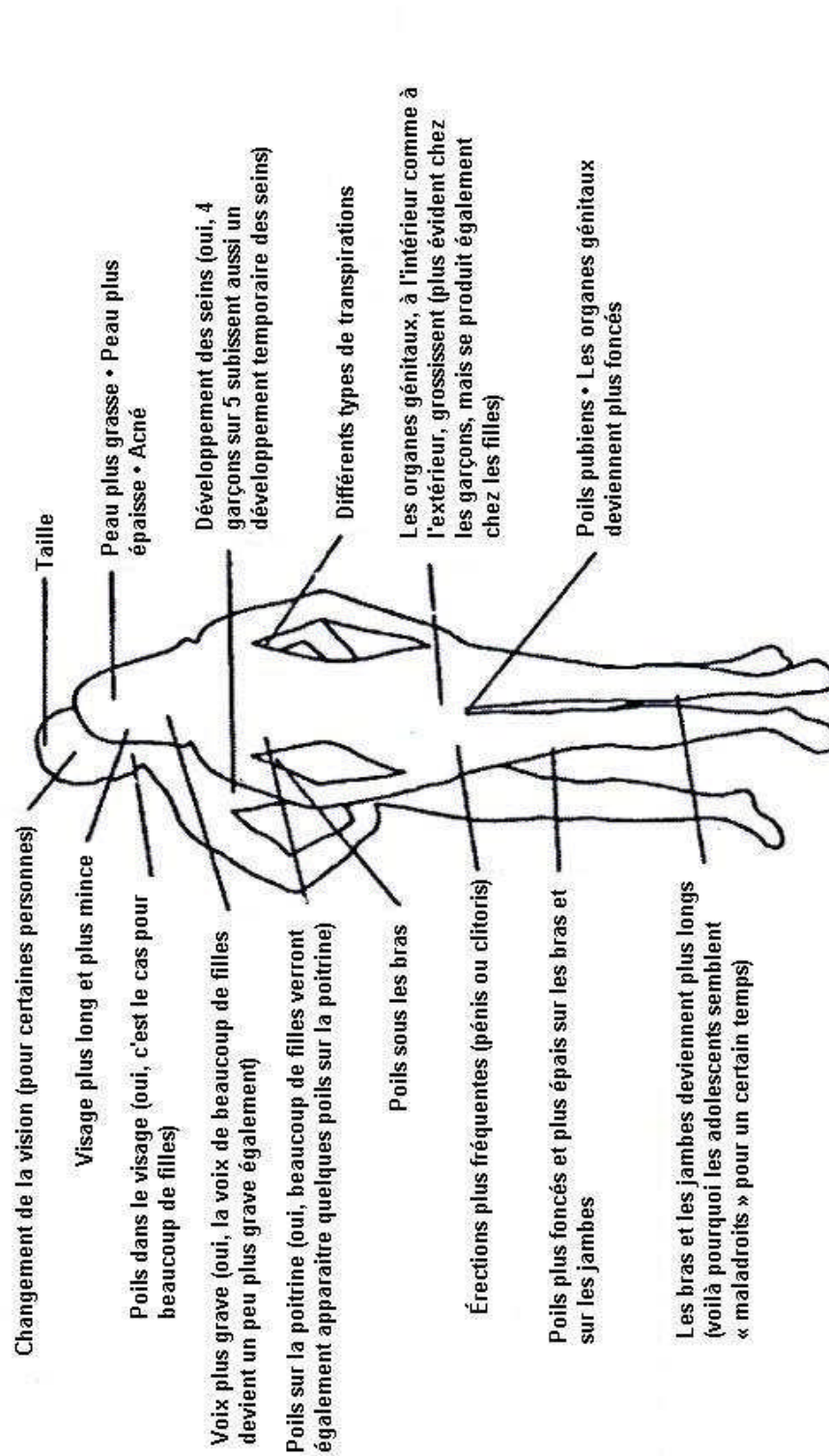
- Respectez les opinions, les valeurs et les sentiments des élèves.
- Remettez en question les pratiques malsaines et dangereuses.
- Utilisez un genre neutre et un langage inclusif du masculin et du féminin (p. ex. partenaire au lieu de copain ou copine).
- Avouez que vous ne connaissez pas la réponse et engagez-vous à la trouver.
- Permettez aux jeunes de passer leur tour lors de discussions sur des questions délicates.
- Sachez où et quand diriger les élèves pour qu'ils obtiennent de l'aide.

CHANGEMENTS ASSOCIÉS À LA PUBERTÉ

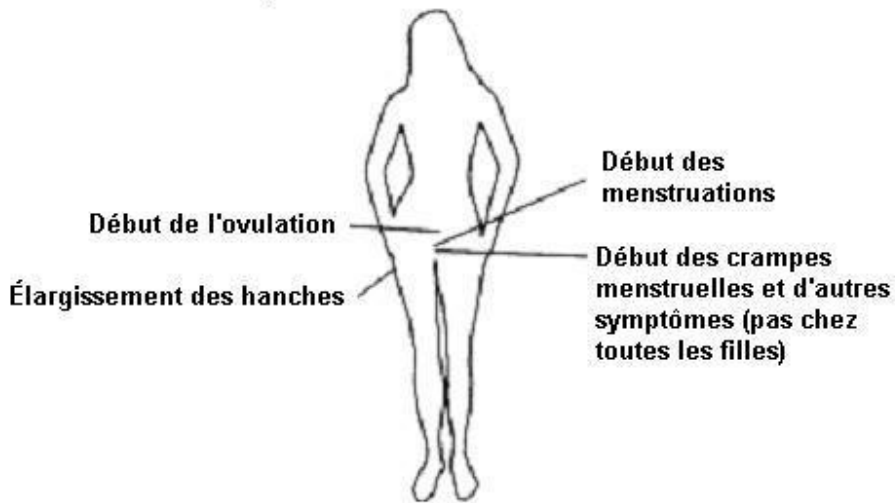
ACTIVITÉS

1. Présentez cette leçon comme étant principalement une révision. Les élèves de la 6^e année ont, pour la plupart, déjà été initiés aux sujets liés à la puberté dans des cours précédents, mais certains n'étaient pas vraiment prêts à assimiler les concepts, car la puberté n'était pas encore un phénomène qui les touchait personnellement. D'autres auront des questions qui sont nées depuis leurs cours précédents.
2. Demandez à un ou à plusieurs élèves de définir la puberté. S'ils sont raisonnablement près du but, dites que leurs réponses sont bonnes. Ajoutez, s'ils ne le font pas, que la puberté est un processus et non un événement unique qui se produit dans le corps; elle touche aussi le cœur, l'esprit et les relations.
3. Mettez au point des règles de base et rappelez-les à la classe.
Sur les acétates 1 et 2 portant sur la puberté, écrivez autour de chaque figure ce que disent les élèves sur les changements associés à la puberté qui se produisent dans le corps des filles et des garçons.
4. Effectuez l'activité « Il paraît que j'ai atteint la puberté ». Les élèves se rendront peut-être compte que les changements associés à la puberté sont similaires entre les garçons et les filles.

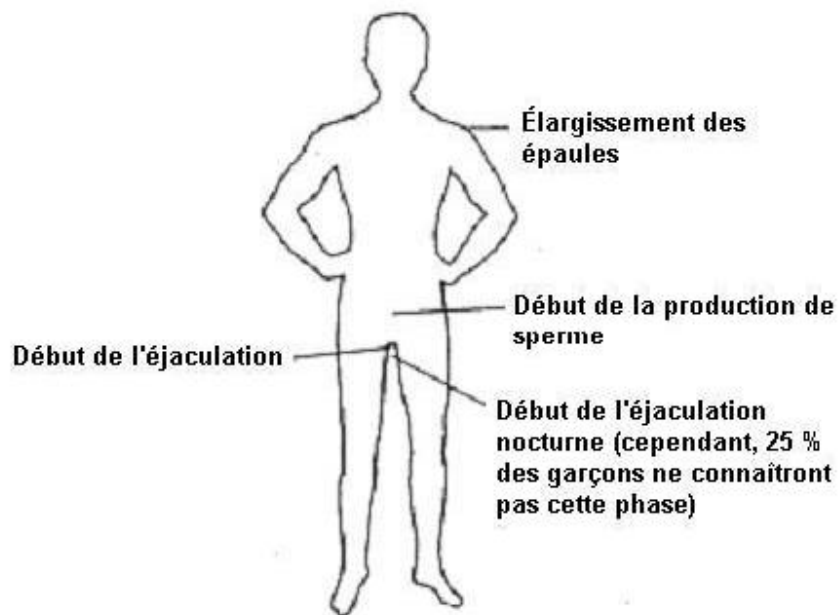
Corps de la fille et du garçon



Corps de la fille seulement



Corps du garçon seulement



Changements chez les garçons et les filles qui ne se produisent PAS au niveau du corps



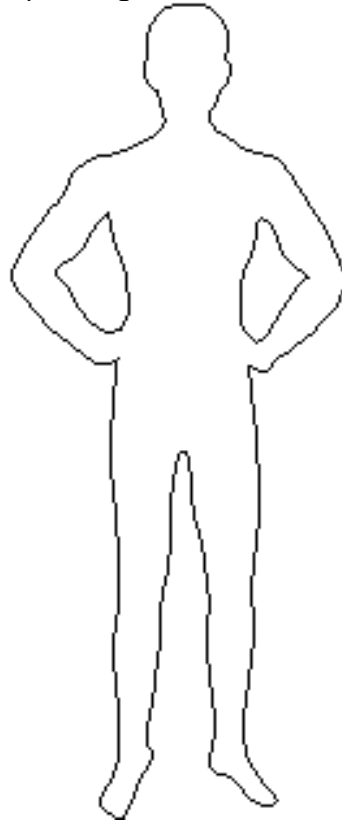
Corps de la fille et du garçon



Corps de la fille seulement



Corps du garçon seulement



Changements chez les garçons et les filles qui ne se produisent PAS au niveau du corps



Nom de l'élève : _____

Parents ou soutien d'un adulte : _____

Changements associés à la puberté

Faites un « X » dans la colonne appropriée pour chaque changement associé à la puberté.

| Changements associés à la puberté | Garçon | Fille | Les deux |
|---|--------|-------|----------|
| Croissance plus rapide | | | |
| La peau devient grasse | | | |
| Acné (boutons) | | | |
| Changements dans la voix | | | |
| Des poils poussent dans le visage | | | |
| Les cheveux deviennent gras | | | |
| Des poils poussent sur les aisselles | | | |
| Des poils poussent sur les organes génitaux (poils pubiens) | | | |
| Développement des glandes sudoripares (transpiration) | | | |
| Développement des seins | | | |
| Élargissement des hanches | | | |
| Élargissement des épaules | | | |
| Début de la production de sperme | | | |
| Le pénis devient plus gros | | | |
| Les testicules deviennent plus gros | | | |
| Le corps commence à produire des hormones sexuelles | | | |
| Pollution nocturne | | | |
| Les érections se produisent sans prévenir (le pénis durcit) | | | |
| Du sperme peut sortir par le pénis (éjaculation) | | | |
| Début de la production d'ovules (ovulation) | | | |
| Règles (menstruations) | | | |
| Sautes d'humeur | | | |
| Des pensées sexuelles commencent à se manifester | | | |
| Des sensations sexuelles commencent à se manifester | | | |
| Début de la production d'écoulement vaginal | | | |
| L'intérêt d'avoir un copain ou une copine se manifeste | | | |
| Les amitiés prennent davantage d'importance | | | |
| Le sentiment d'être seul et déconcerté se manifeste parfois | | | |
| Volonté plus forte d'être aimé et accepté | | | |
| Désir d'avoir plus d'indépendance | | | |
| Réflexion sur l'avenir | | | |
| Préoccupations par rapport à l'apparence | | | |

| Corrigé – changements associés à la puberté | Garçon | File | Les deux |
|---|---------------|-------------|-----------------|
| Croissance plus rapide | | | × |
| La peau devient grasse | | | × |
| Acné (boutons) | | | × |
| Changements dans la voix | | | × |
| Des poils poussent dans le visage | × | | |
| Les cheveux deviennent gras | | | × |
| Des poils poussent sur les aisselles | | | × |
| Des poils poussent sur les organes génitaux (poils pubiens) | | | × |
| Développement des glandes sudoripares | | | × |
| Développement des seins | | | × |
| Élargissement des hanches | | × | |
| Élargissement des épaules | × | | |
| Début de la production de sperme | × | | |
| Le pénis devient plus gros | × | | |
| Les testicules deviennent plus gros | × | | |
| Le corps commence à produire des hormones sexuelles | | | × |
| Pollution nocturne | × | | |
| Les érections se produisent sans prévenir (le pénis durcit) | × | | |
| Du sperme peut sortir par le pénis (éjaculation) | × | | |
| Début de la production d'ovules (ovulation) | | × | |
| Règles (menstruations) | | × | |
| Sauts d'humeur | | | × |
| Des pensées sexuelles commencent à se manifester | | | × |
| Des sensations sexuelles commencent à se manifester | | | × |
| Début de la production d'écoulement vaginal | | × | |
| L'intérêt d'avoir un copain ou une copine se manifeste | | | × |
| Les amitiés prennent davantage d'importance | | | × |
| Le sentiment d'être seul et déconcerté se manifeste parfois | | | × |
| Volonté plus forte d'être aimé et accepté | | | × |
| Désir d'avoir plus d'indépendance | | | × |
| Réflexion sur l'avenir | | | × |
| Préoccupations par rapport à l'apparence | | | × |

- * Le développement des seins est causé par l'augmentation de la production d'œstrogène. Les hommes produisent normalement de l'œstrogène dans les glandes surrénales et les testicules. Environ un garçon sur deux constate un développement temporaire des seins au cours de la puberté.

Source : Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca)

« IL PARAÎT QUE J'AI ATTEINT LA PUBERTÉ ».

Salut, je m'appelle Alex, et j'aimerais vous raconter ce qui m'arrive. J'ai l'impression que chaque journée apporte un nouveau changement. C'est presque comme si je recevais un nouveau corps! Il paraît que j'ai atteint la puberté.

Parmi les changements qui se produisent, j'ai remarqué qu'il y a des poils qui poussent à des endroits où il n'y en a jamais eu auparavant, comme sous mes bras. Je sais que c'est normal et tout, mais il faut quand même s'y habituer.

Certains des changements que je vois ne me dérangent pas. À vrai dire, il y en a même qui me plaisent. Je suis plus grand que l'année dernière. Je sais que j'en sais plus parce que je suis capable de penser et d'écrire à propos de ce que je vis en ce moment.

Par contre, il y a certains changements qui ne me plaisent pas autant. Par exemple, les odeurs corporelles. La première fois que je m'en suis rendu compte, je pensais que j'avais une maladie ou quelque chose du genre. Mais maintenant, je réalise que les odeurs ne sont pas si fortes si je me lave ou que j'utilise du déodorant.

Toutefois, il faut dire que la puberté nous joue un sale coup avec l'acné. Je me souviens de la fois où je me préparais pour aller à une fête. Je me lavais, des trucs comme ça, et quand je me suis regardé dans le miroir, j'ai aperçu un énorme bouton qui me regardait droit dans les yeux. J'ai mis des compresses d'eau chaude pendant un certain temps. Il a désenflé, mais pas complètement. Mais je suis quand même allé à la fête. Là-bas, j'ai remarqué que plusieurs autres avaient eu le même problème de bouton ou même pire. Je me demande si cela arrive souvent.

Il y a une chose qui me gêne un peu. Je trouve ça encore plus difficile à dire. L'autre soir, lorsque j'étais à la fête, j'étais avec quelqu'un que j'aime bien (et je ne mentionne aucun nom). J'ai eu une nouvelle sensation. C'était bizarre, mais plutôt agréable. Il paraît que c'est normal. Qu'en pensez-vous?

Il paraît que j'ai atteint la puberté. Ça veut dire que je dois aller à l'école avec mes boutons et mes odeurs. Mais, je suis plus grand et plus intelligent. Je crois que je vais survivre.

Pensez-vous que Alex est un garçon ou une fille, ou êtes-vous incertain?

Source : Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca)

« IL PARAÎT QUE J'AI ATTEINT LA PUBERTÉ » – FEUILLE D'ACTIVITÉ

Nom de l'élève : _____

Salut Alex,

Devine quoi? Tu as atteint la puberté! Félicitations. Cela signifie que :

Pour t'aider, je t'écris une lettre pour t'expliquer certains des changements qui se produisent pendant la puberté. Tu dois connaître les changements qui touchent les garçons et les filles parce que :

Beaucoup de changements **physiques** se produiront. Certains changements se produisent chez les filles, d'autres chez les garçons, et certains changements s'appliquent aux deux sexes. Voici une liste de certains des changements auxquels toi et tes amis pouvez vous attendre :

| Garçons | Filles | Les deux |
|---------|--------|----------|
| • | • | • |
| • | • | • |
| • | • | • |
| • | • | • |

Pendant la croissance, nos pensées et nos sentiments changent également. Il est normal de ressentir :

« IL PARAÎT QUE J'AI ATTEINT LA PUBERTÉ » – FEUILLE D'ACTIVITÉ

Notre façon d'entretenir des **relations avec les autres** peut également changer pendant la puberté.

Par exemple :

| |
|--|
| |
|--|

Ça semble beaucoup de changement pour une seule personne, n'est-ce pas? La puberté entraîne de nombreux changements. Parfois, c'est agréable. D'autres fois, c'est difficile. Mais il est rassurant de savoir que l'on n'a pas besoin de vivre notre puberté seul. Bien des gens peuvent nous aider. Voici une liste d'endroits où vous pouvez aller pour recevoir de l'aide :

| Qui? | Comment ces gens peuvent-ils aider? |
|------|-------------------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |

J'espère que cette lettre t'aidera, Alex!

Amitiés,

Source : Calgary Health Region – www.teachingsexualhealth.ca

CARACTÉRISTIQUES SEXUELLES DE L'HOMME

Primaires

testicules

scrotum

épididyme

vésicules séminales

prostate

glandes de Cowper

pénis

canal déférent

urètre

Secondaires

poils pubiens

poils aux aisselles

autres poils corporels

poils faciaux (barbe)

définition de la ligne de contour de la chevelure

élargissement des épaules et de la poitrine

développement des muscles

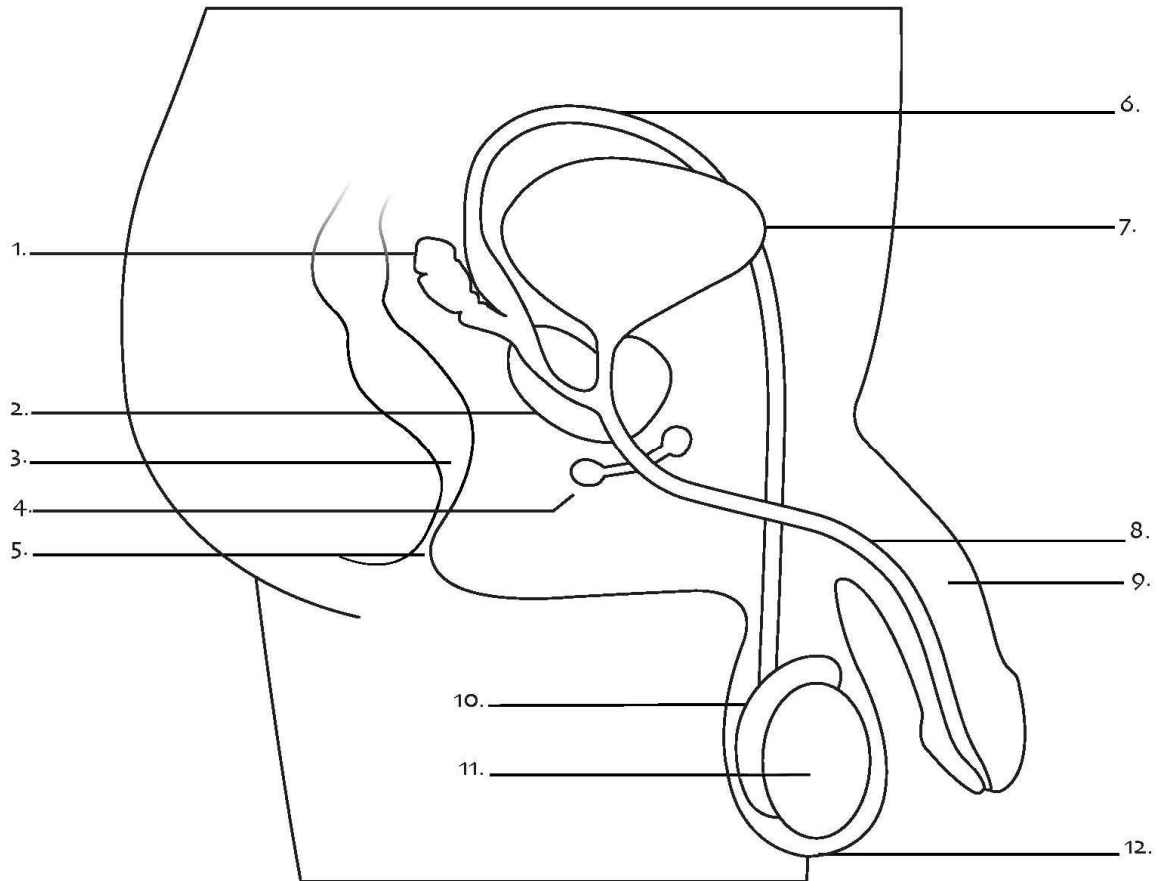
changements au niveau des courbes du corps

changements dans la voix

raffermissement de la peau

pensées de nature sexuelle

APPAREIL GÉNITAL MASCULIN (FEUILLE D'ACTIVITÉ)

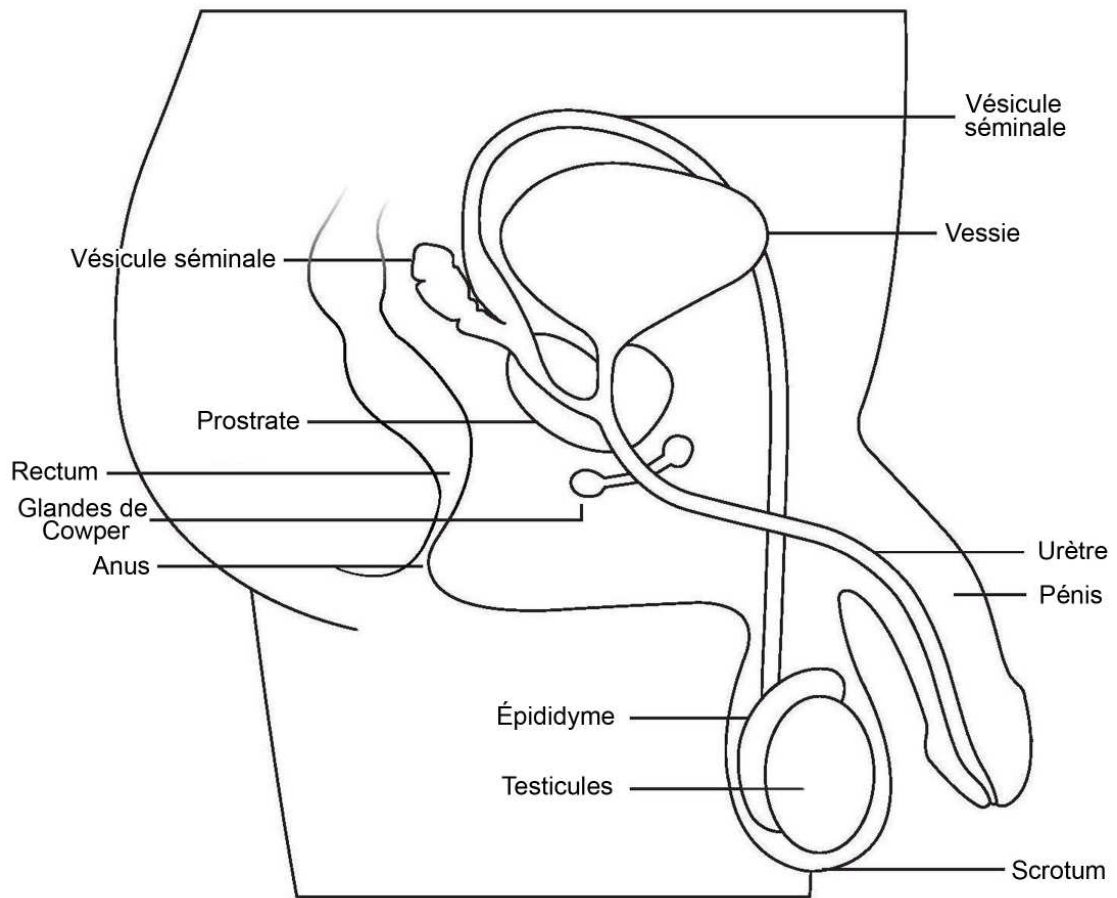


@ Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca), 2002

DIRECTIVES : Utilisez les mots ci-dessous pour identifier les parties de l'appareil génital masculin :

| | | | |
|---------|----------------|---------------------|------------------|
| PÉNIS | RECTUM | VESSIE | TESTICULES |
| URÈTRE | ÉPIDIDYME | PROSTATE | GLANDE DE COWPER |
| SCROTUM | CANAL DÉFÉRENT | VÉSICULES SÉMINALES | ANUS |

APPAREIL GÉNITAL MASCULIN (CORRIGÉ)



@ Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca), 2002

L'APPAREIL GÉNITAL MASCULIN (Feuille d'activité)

DIRECTIVES : Utilisez les quinze mots de la liste fournie pour remplir les espaces vides de façon à ce que cette explication de l'appareil génital masculin soit exacte. Chaque mot ne doit être utilisé qu'une seule fois.

| | |
|-----------------------|----------------------|
| la glande de Cowper | la semence |
| l'épididyme | la vésicule séminale |
| l'érection | le sperme |
| la pollution nocturne | les testicules |
| l'orgasme | l'urine |
| le pénis | l'urètre |
| la prostate | le canal déférent |
| le scrotum | |

Tout d'abord, _____ est produit dans de petits tubes séminifères dans _____. Ces glandes en forme d'ovale sont protégées par une enveloppe appelée _____. Une fois que le sperme est produit, il s'accumule dans un long tube enroulé sur la surface extérieure de chaque testicule que l'on appelle _____. À partir de ce tube, le sperme passe dans un plus grand tube appelé _____ qui achemine ensuite le sperme vers la partie externe de l'organe génital masculin, c'est à dire _____. Tout au long de son trajet, le sperme est nourri d'un fluide sucré provenant de _____, d'un fluide chimique provenant de _____ qui constitue l'organe le plus souvent touché par le cancer chez les hommes, et d'un fluide provenant _____, deux petites glandes situées près de la vessie. La combinaison de ces fluides et du sperme s'appelle _____. Il s'agit du fluide éjaculé du pénis pendant _____. Avant l'éjaculation, les tissus spongieux entourant le pénis se remplit de sang, ce qui a pour effet de rendre le pénis raide et dur. Il s'agit de _____. Le tube par lequel la semence sort du corps s'appelle _____. Ce tube sert également à évacuer _____ de la vessie. Les hommes peuvent également avoir des éjaculations non contrôlées pendant la nuit appelées _____.

L'APPAREIL GÉNITAL MASCULIN (Corrigé)

DIRECTIVES : Utilisez les quinze mots de liste fournie pour remplir les espaces vides de façon à ce que cette explication de l'appareil génital masculin soit exacte. Chaque mot ne doit être utilisé qu'une seule fois.

| | |
|-----------------------|----------------------|
| la glande de Cowper | la semence |
| l'épididyme | la vésicule séminale |
| l'érection | le sperme |
| la pollution nocturne | les testicules |
| l'orgasme | l'urine |
| le pénis | l'urètre |
| la prostate | le canal déférent |
| le scrotum | |

Tout d'abord, LE SPERME est produit dans de petits tubes séminifères dans LES TESTICULES. Ces glandes en forme d'ovale sont protégées par une enveloppe appelée LE SCROTUM. Une fois que le sperme est produit, il s'accumule dans un long tube enroulé sur la surface extérieure de chaque testicule que l'on appelle L'ÉPIDIDYME. À partir de ce tube, le sperme passe dans un plus grand tube appelé LE CANAL DÉFÉRENT qui achemine ensuite le sperme vers la partie externe de l'organe génital masculin, c'est à dire LE PÉNIS. Tout au long de son trajet, le sperme est nourri d'un fluide sucré provenant de LA VÉSICULE SÉMINALE, d'un fluide chimique provenant de LA PROSTATE qui constitue l'organe le plus souvent touchée par le cancer chez les hommes, et d'un fluide provenant DES GLANDES DE COWPER, deux petites glandes situées près de la vessie. La combinaison de ces fluides et du sperme s'appelle LA SEMENCE. Il s'agit du fluide éjaculé du pénis pendant L'ORGASME. Avant l'éjaculation, les tissus spongieux entourant le pénis se remplit de sang, ce qui a pour effet de rendre le pénis raide et dur. Il s'agit de L'ÉRECTION. Le tube par lequel la semence sort du corps s'appelle L'URÈTRE. Ce tube sert également à évacuer L'URINE de la vessie. Les hommes peuvent également avoir des éjaculations non contrôlées pendant la nuit appelées POLLUTION NOCTURNE.

CARACTÉRISTIQUES SEXUELLES DE LA FEMME

Primaires

ovaires

trompes de Fallope

utérus

vagin

vulve

lèvres

hymen

clitoris

Secondaires

poils pubiens

poils faciaux

poils aux aisselles

autres poils corporels

développement des seins

menstruations

ovulation

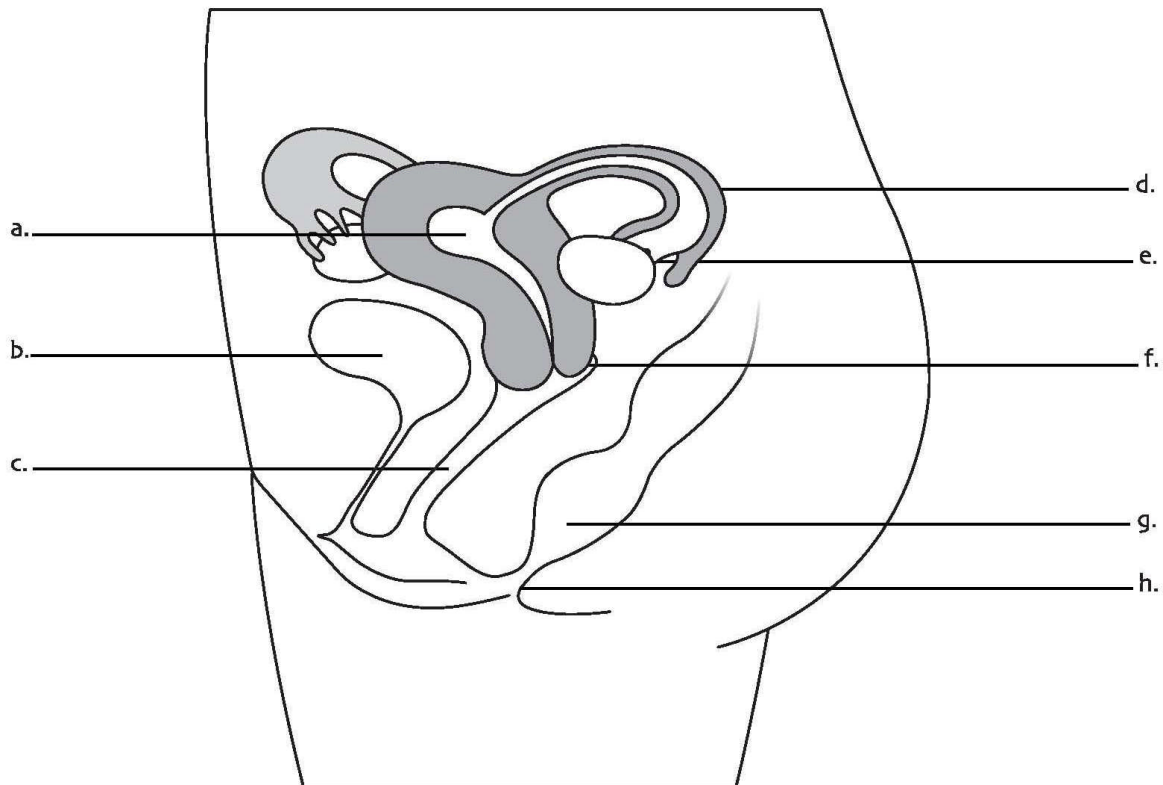
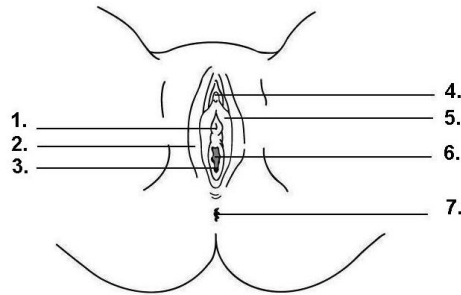
élargissement des hanches

changements au niveau des courbes du corps

adoucissement de la peau

pensées de nature sexuelle

APPAREIL GÉNITAL FÉMININ (FEUILLE D'ACTIVITÉ)



@ Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca), 2002

DIRECTIVES : Utilisez les mots ci-dessous pour identifier les parties de l'appareil génital féminin :

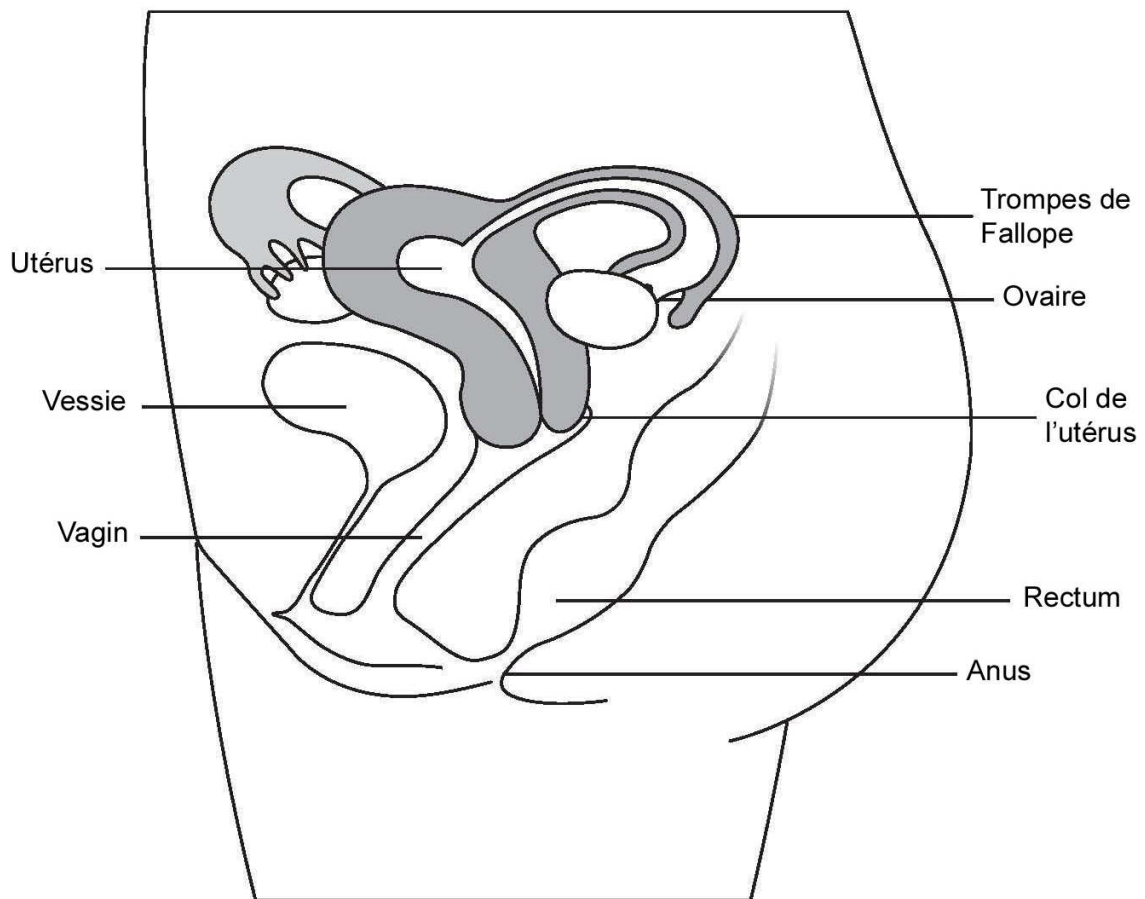
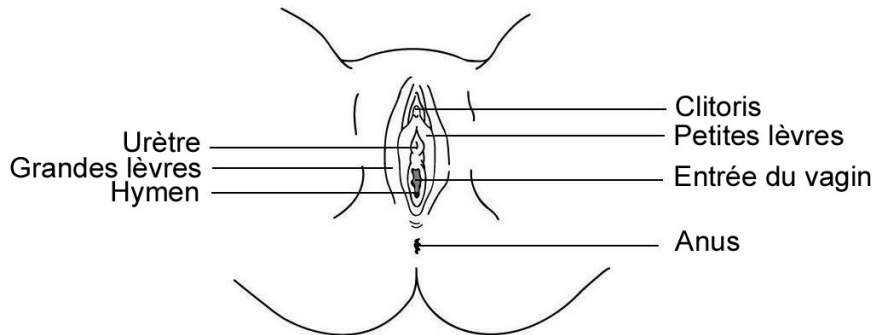
COL DE L'UTÉRUS
FRANGE
URÈTRE
VESSIE

UTÉRUS
OVAIRE
GRANDES LÈVRES
PETITES LÈVRES

OVULE
VAGIN
CLITORIS
ANUS

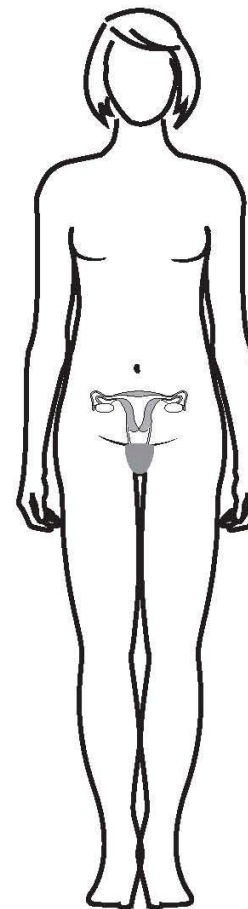
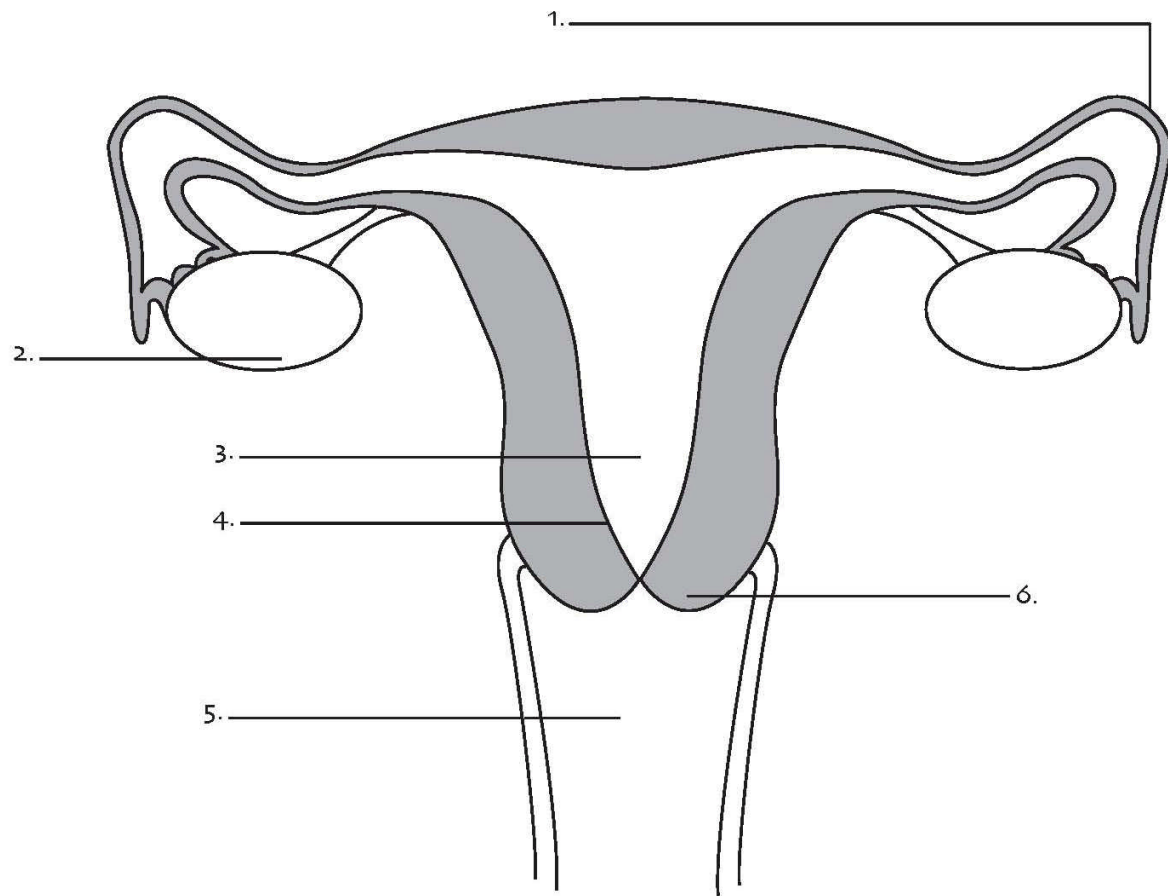
TROMPE DE FALLOPE
PAROI DE L'UTÉRUS
OUVERTURE DU VAGIN
RECTUM

APPAREIL GÉNITAL FÉMININ (CORRIGÉ)



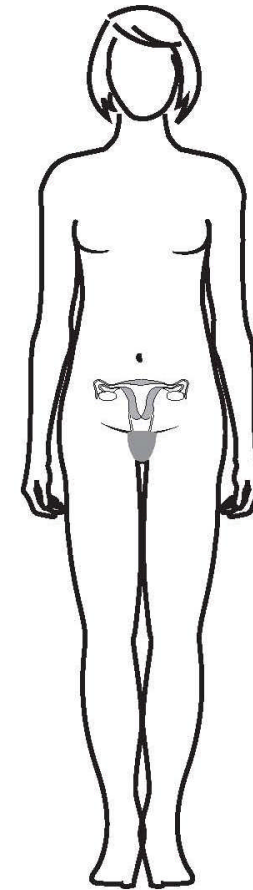
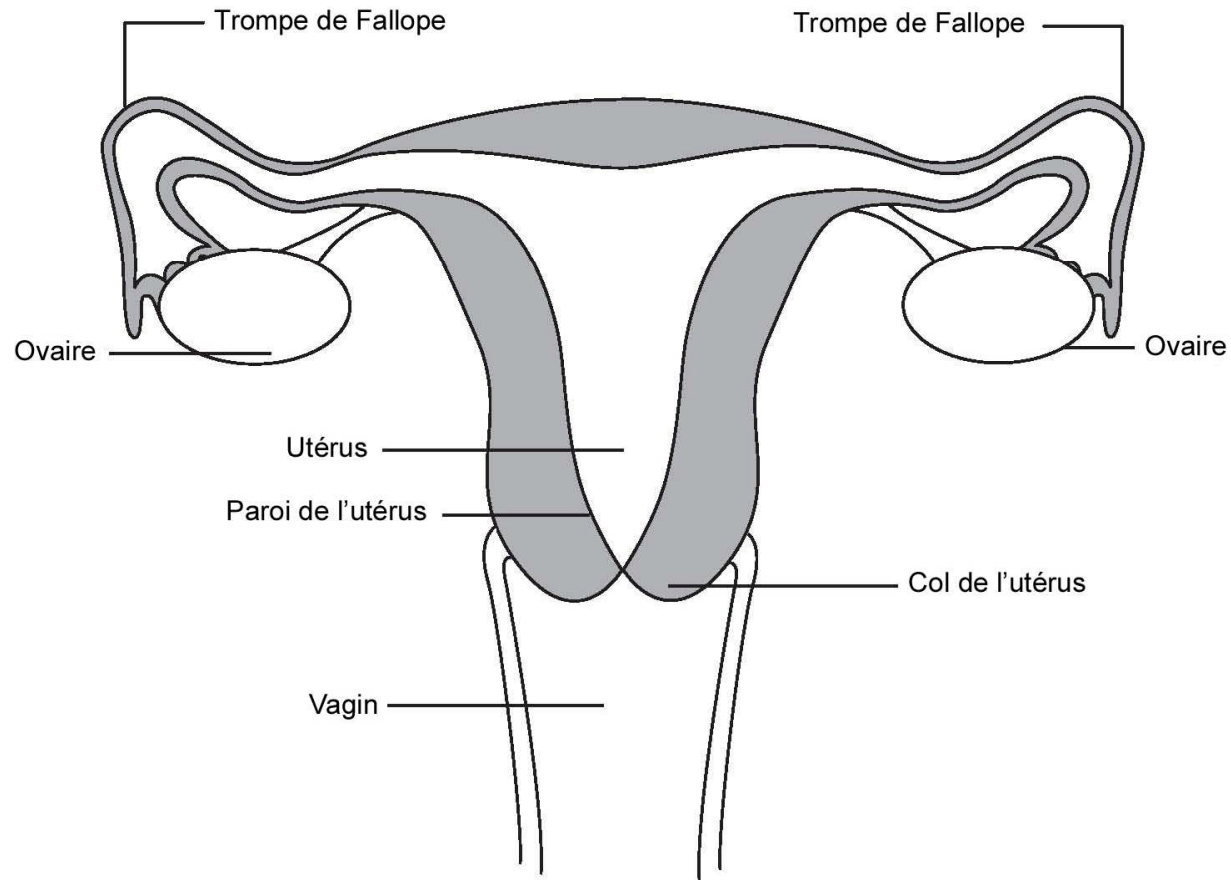
@ Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca), 2002

APPAREIL GÉNITAL FÉMININ (FEUILLE D'ACTIVITÉ)



@ Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca), 2002

APPAREIL GÉNITAL FÉMININ (CORRIGÉ)



@ Calgary Health Region (www.teachingsexualhealth.ca), 2002

L'APPAREIL GÉNITAL FÉMININ (Feuille d'activité)

DIRECTIVES : Utilisez les seize mots de la liste fournie pour remplir les espaces vides de façon à ce que cette explication de l'appareil génital féminin soit exacte. Chaque mot ne doit être utilisé qu'une seule fois.

| | |
|------------------------|------------------|
| le col de l'utérus | les ovaires |
| le clitoris | l'ovulation |
| les ovules | l'ovule |
| l'œstrogène | la progestérone |
| les trompes de Fallope | la puberté |
| l'hymen | le spermatozoïde |
| les lèvres | l'utérus |
| les menstruations | le vagin |

Tout d'abord, _____ sont produits à l'intérieur de deux organes en forme d'amande appelés _____. Pendant le processus de _____, un œuf mature (_____) est libéré et entre dans l'une des deux _____. Pendant quelques jours, l'ovule se dirige vers un organe en forme de poire appelé _____. La paroi de cet organe s'épaissit pour se préparer en vue de la fertilisation de l'ovule. Si l'ovule n'est pas fertilisé par _____, il s'écoulera du corps en même temps que la couche qui s'est formée sur la paroi de l'utérus et qu'une petite quantité de sang. Ce cycle est appelé _____. La partie inférieure de l'utérus s'appelle _____. Il s'agit d'une partie souvent touchée par le cancer chez les femmes. _____ est l'organe féminin des rapports sexuels. Il y a habituellement une membrane de peau ronde à l'entrée de cet organe appelée _____. À l'extérieur de cet organe, il y a des replis cutanés couverts de poils pubiens que l'on appelle _____. Entre ces replis cutanés se trouve une petite partie ronde et sensible appelée _____. Le développement de l'appareil génital est déclenché par deux types d'hormones, _____ et _____. Ces hormones sont à l'origine de plusieurs changements physiques chez les filles. Cette période de changement est appelée _____.

L'APPAREIL GÉNITAL FÉMININ (Corrigé)

DIRECTIVES : Utilisez les seize mots de la liste fournie pour remplir les espaces vides de façon à ce que cette explication de l'appareil génital féminin soit exacte. Chaque mot ne doit être utilisé qu'une seule fois.

| | |
|------------------------|------------------|
| le col de l'utérus | les ovaires |
| le clitoris | l'ovulation |
| les ovules | l'ovule |
| l'œstrogène | la progestérone |
| les trompes de Fallope | la puberté |
| l'hymen | le spermatozoïde |
| les lèvres | l'utérus |
| les menstruations | le vagin |

Tout d'abord, LES OVULES sont produits à l'intérieur de deux organes en forme d'amande appelés LES OVAIRES. Pendant le processus de L'OVULATION, un œuf mature (OVULE) est libéré et entre dans l'une des deux TROMPES DE FALLOPE. Pendant quelques jours, l'ovule se dirige vers un organe en forme de poire appelé L'UTÉRUS. La paroi de cet organe s'épaissit pour se préparer en vue de la fertilisation de l'ovule. Si l'ovule n'est pas fertilisé par un SPERMATOZOÏDE, il s'écoulera du corps en même temps que la couche qui s'est formée sur la paroi de l'utérus et qu'une petite quantité de sang. Ce cycle est appelé LES MENSTRUATIONS. La partie inférieure de l'utérus s'appelle LE COL DE L'UTÉRUS. Il s'agit d'une partie souvent touchée par le cancer chez les femmes. LE VAGIN est l'organe féminin des rapports sexuels. Il y a habituellement une membrane de peau ronde à l'entrée de cet organe appelée L'HYMEN. À l'extérieur de cet organe, il y a des replis cutanés couverts de poils pubiens que l'on appelle LES LÈVRES. Entre ces replis cutanés se trouve une petite partie ronde et sensible appelée LE CLITORIS. Le développement de l'appareil génital est déclenché par deux types d'hormones, L'ŒSTROGÈNE et LA PROGESTÉRONNE. Ces hormones sont à l'origine de plusieurs changements physiques chez les filles. Cette période de changement est appelée LA PUBERTÉ.

LES FILLES ET LA PUBERTÉ

| | |
|------------------------------|--|
| Objectif : | Les élèves auront à décrire les changements internes et externes qui se produisent chez les filles au cours de la puberté. |
| Structure : | Présentation par l'enseignant accompagnée d'une discussion de groupe. |
| Durée : | 45 minutes |
| Matériel didactique : | Tableau noir ou tableau à feuilles mobiles; feuille de travail « Anatomie de la femme »; document sur l'appareil génital féminin |

Procédure

1. **Présentez** le sujet de la façon suivante :

Jusqu'à maintenant, nous avons parlé des changements externes engendrés par la puberté. Aujourd'hui, nous apprendrons quels changements se produisent à l'intérieur du corps de la femme à la puberté.

Bien que nous puissions observer les changements externes très facilement, un grand nombre de changements internes, qui sont aussi importants, surviennent. Il est parfois plus gênant de parler de ces parties de notre corps parce qu'elles sont plus intimes.

Au besoin, révisez l'âge de la puberté chez les garçons et les filles.

Nous savons que la période de puberté prépare les hommes et les femmes à la reproduction. Quel est le sens des termes « se reproduire » et « reproduction »? (Faire un bébé, créer quelqu'un qui nous ressemble.)

Lorsque nous parlons des organes reproducteurs, nous parlons des parties du corps qui permettent la reproduction.

Nous étudierons aujourd'hui les organes reproducteurs féminins et les changements qu'ils subissent à la puberté afin que la femme puisse se reproduire.

2. **Changements visibles chez les filles**

Le développement des seins; les seins peuvent parfois être douloureux; il arrive souvent qu'un sein se développe avant l'autre; le développement complet des seins peut prendre de 3 à 5 ans. Les seins sont souvent de grosseurs inégales (p. ex., un peut être plus gros que l'autre).

Les seins produisent du lait après une grossesse.

Les seins d'une femme peuvent être une source de plaisir sexuel.

La grosseur des seins est principalement héréditaire.

L'alimentation, la grossesse ou une chirurgie peuvent modifier la grosseur des seins.

♥ Croissance de la taille et augmentation du poids – une augmentation du poids corporel est normale et saine. Parce que le poids est problématique pour de nombreuses jeunes filles, affichez une attitude positive lorsque vous parlez de ce changement corporel. Expliquez que, pour des raisons nutritionnelles et énergétiques, nous avons tous besoin de gras. Le corps adulte féminin est constitué d'environ 25 % de gras et de 23 % de muscles tandis que le corps adulte masculin est constitué de 15 % de gras et de 40 % de muscles, ce qui signifie, en général, que les hommes sont plus forts (ils peuvent soulever un poids plus élevé) et qu'ils courent plus vite.

Les femmes peuvent supporter certains stress physiques plus facilement que les hommes. En général, les femmes survivent à la famine, au froid et à la sécheresse mieux que les hommes. Elles réussissent aussi très bien dans les sports d'endurance (nage sur de longues distances, marathons).

Les hanches s'élargissent en préparation à l'accouchement.

Des poils apparaissent aux aisselles et au pubis, ainsi que sur les bras et les jambes.

Discutez des questions suivantes :

À quoi servent les seins?

Quels facteurs déterminent si une fille aura de petits, de moyens ou de gros seins?

Pourquoi une fille s'en ferait-elle avec la grosseur éventuelle de ses seins?

Pourquoi les hanches des filles s'élargissent-elles et pas celles des garçons?

3. **Décrivez** l'appareil génital féminin. (Cette section combine les résultats d'apprentissage D1 et D2 de la 6^e année.)

Pendant cette discussion, vous pouvez demander aux élèves de remplir la feuille de travail qui consiste à nommer les parties de l'appareil génital.

Dirigez les élèves vers les diagrammes que vous utilisez (p. ex., vue de face ou vue de profil) en indiquant où se trouvent les organes sur le corps.

Organes génitaux externes vulve (voir le diagramme, pages 51 et 53)

- La vulve est constituée des grandes lèvres et des petites lèvres (replis cutanés externes et internes).
- Elles ont pour rôle de protéger les organes sexuels internes.

Clitoris

- Le clitoris est un petit organe sensible situé au-dessus de l'ouverture du vagin.
- Il a pour fonction de procurer du plaisir.

Trois ouvertures

- Les ouvertures extérieures sont celles de l'urètre, du vagin et de l'anus.

4. **Offrez** une définition de la masturbation

- La masturbation signifie caresser de façon volontaire les organes sexuels.
- La masturbation, c'est normal si tu la pratiques, et normal si tu ne la pratiques pas.
- Les femmes n'éjaculent pas comme le font les hommes.
- Les glandes de la vulve et du vagin sécrètent un liquide lorsque la femme est excitée.

5. **Présentez** les organes reproducteurs internes.

Vagin

- Cet organe est le passage vers les autres organes reproducteurs internes.
- Le vagin sert aux menstruations, aux relations sexuelles et à l'accouchement.
- Le vagin ne sert pas à uriner. C'est l'urètre, une ouverture située juste au-dessus du vagin, qui permet d'uriner.
- Une fine membrane (l'hymen) recouvre l'ouverture vaginale mais, chez certaines filles, elle peut ne pas être visible.

Utérus

- Il s'agit d'un endroit spécial dans le corps d'une femme où le bébé grandit.
- Il est situé très bas dans l'abdomen, pas du tout près de l'estomac, et a la grosseur d'un poing.
- C'est l'utérus qui grossit durant la grossesse, pas le ventre.

Trompes de Fallope

- Les deux tubes de chaque côté de l'utérus s'appellent les trompes de Fallope.
- Chacun est un passage entre l'utérus et un ovaire.

Ovaires

- Les femmes ont 2 ovaires.
- Ce sont les glandes reproductives.
- Elles commencent à sécréter des hormones à la puberté.
- Elles ont en réserve environ 250 000 ovules (œufs) jusqu'à la puberté, période à partir de laquelle elles commencent à produire un ovule par mois.

Ovule

- L'ovule est également appelé œuf.
- Il s'agit d'une cellule spéciale qui, lorsqu'elle s'unit à une cellule masculine (spermatozoïde), peut engendrer un bébé. C'est le processus de la fécondation.

Bien que les filles naissent avec leurs organes reproducteurs, ceux-ci ne se développent et ne deviennent fonctionnels qu'à partir de la puberté.

Demandez aux élèves de s'imaginer une très petite poire.

Expliquez qu'il s'agit de la grosseur habituelle de l'utérus d'une femme adulte.

Demandez aux élèves de placer leur poing à l'endroit où, selon eux, se trouve l'utérus dans le corps d'une femme.

Expliquez que l'utérus est situé très bas dans le bassin mais qu'il peut s'agrandir et s'étirer durant la grossesse jusqu'à toucher la cage thoracique de la femme.

Demandez aux élèves où, selon eux, se trouve leur ventre. Combien sont-ils à s'être fait dire que les bébés grandissent dans le ventre de leur mère? Est-ce vrai?

6. **Discutez** des changements subis par les organes reproducteurs à la puberté.

Sécrétions vaginales

- Elles gardent le vagin propre et en santé.
- Elles indiquent un des premiers changements associés à la puberté. Par exemple, une fille pourra remarquer un certain liquide (ou des sécrétions) sur ses sous-vêtements ou sur le papier de toilette. Ces sécrétions peuvent prendre une apparence blanchâtre et pâteuse et être claires et glissantes. Ce changement signifie que le corps de la fille commence à se transformer et qu'elle aura bientôt ses menstruations.
- Une mauvaise odeur, des démangeaisons ou un écoulement inhabituel peuvent être des signes d'une infection ou d'une mauvaise hygiène.

Ovulation

- À partir du moment où les ovaires commencent à sécréter des hormones, le message est donné, une fois par mois et à un ovaire, de produire un ovule.
- La fille, en général, ne ressentira pas ce processus.
- Si l'œuf n'est pas fertilisé au cours d'un laps de temps d'un jour ou deux, il se dissoudra.

Menstruations

- L'utérus doit se préparer à la croissance d'un bébé s'il y a fécondation.
- Les hormones sécrétées par les ovaires envoient un message à l'utérus de préparer une paroi douce et épaisse constituée de tissu cellulaire et de sang.
- Cette paroi contient des éléments nutritifs qui serviront à nourrir l'œuf et le spermatozoïde si la fécondation a lieu.
- Si l'œuf n'est pas fertilisé dans la trompe de Fallope, cette paroi n'est plus nécessaire. Un message hormonal provenant de l'ovaire signale alors à l'utérus de se débarrasser de sa paroi, ce qui prend entre 5 et 7 jours. C'est ce qu'on appelle les menstruations (avoir ses règles). Les filles ont habituellement leurs menstruations une fois par mois. Un filet sanguin s'écoule du corps par le vagin.
- Une fois que la paroi sera complètement décomposée, une nouvelle paroi utérine commencera à se former.
- Un autre œuf sera bientôt relâché et s'il n'est pas fécondé, il se dissoudra de nouveau et la paroi utérine se décomposera. Ce phénomène se poursuit de façon répétée. C'est pourquoi nous l'appelons le cycle menstruel.
- Il s'agit d'un changement normal à la puberté dont nous devrions être fières, et non pas de quelque chose de malpropre ou de mauvais (*parlez des attitudes négatives et des paroles malveillantes*).
- Certaines femmes ressentent des crampes pendant leurs menstruations que des médicaments peuvent soulager.

7. En vous servant du script suivant, **discutez** de l'hygiène personnelle durant les menstruations :
- Les menstruations sont un changement normal à la puberté et non une maladie. En général, une personne peut continuer à s'adonner à ses activités régulières de tous les jours (p. ex., cours d'éducation physique, gymnastique, natation).
 - L'hygiène personnelle (c.-à-d. prendre son bain ou sa douche) est encore plus importante à ce moment parce que la sécrétion d'huile à la surface de la peau et du cuir chevelu peut augmenter et que le sang des menstruations peut sécher dans les poils du pubis.
 - Des serviettes et des tampons sanitaires sont utilisés pour absorber le flux menstruel.
 - L'enseignant pourrait vouloir montrer des échantillons et expliquer leur utilisation.
 - Il faut toujours s'essuyer de l'avant vers l'arrière pour prévenir les infections.
8. **Discutez** des questions suivantes :
- Pourquoi une fille a-t-elle des menstruations?
 - Quelle est la durée habituelle d'une menstruation?
 - Quel(s) accessoire(s) une fille peut-elle utiliser pour absorber le sang des menstruations?
 - De quelle façon une femme décide-t-elle de quel type de produit elle utilisera pendant ses menstruations?
9. **Discutez** des questions suivantes :
- Il existe différentes grandeurs de serviette puisque le flux menstruel est variable.
 - Les serviettes sont pourvues d'une bande adhésive qui colle aux sous-vêtements.
 - Il est nécessaire de porter une protection 24 heures par jour.
 - Les serviettes sanitaires devraient être changées fréquemment, à peu près à toutes les 3 ou 4 heures.
 - Jetez les serviettes dans une corbeille (assurez-vous d'envelopper la serviette dans du papier de toilette au préalable) et non dans la toilette.
 - Les serviettes parfumées peuvent causer une irritation cutanée chez certaines personnes.

Tampons

- Pour nager, il faut porter un tampon.
- Les tampons absorbent le flux menstruel à l'intérieur du vagin.
- Les filles utilisent rarement des tampons lors des premières règles.
- Les tampons devraient être changés toutes à les 3 ou 4 heures (insistez sur ce point).
- Le vagin tient les tampons en place, ils ne peuvent se perdre ou tomber.
- Une ficelle très solide sert à retirer le tampon.
- Jetez les tampons souillés dans une corbeille (assurez-vous d'envelopper le tampon dans du papier de toilette au préalable).

(Adapté avec l'autorisation de : *Regional Niagara Public Health Department (1999) Growth and Development Lesson Plans for Grades 5 & 6 and Toronto Public Health (1998) Changes in You and Me!*)

LES GARÇONS ET LA PUBERTÉ

| | |
|------------------------------|--|
| Objectif : | Les élèves auront à décrire les changements internes et externes que les garçons vivent au cours de la puberté. |
| Structure : | Présentation par l'enseignant accompagnée d'une discussion de groupe. |
| Durée : | 45 minutes |
| Matériel didactique : | Tableau noir ou tableau à feuilles mobiles; feuille de travail « Anatomie de l'homme »; document sur l'appareil génital masculin |

Procédure

- Présentez** le sujet en passant en revue les changements et les sentiments (plus particulièrement la gêne) généraux chez l'homme et le besoin d'être respecté. Dites ce qui suit :

Même si ce ne sont pas les hommes qui ont les bébés, ils participent au processus de reproduction et, à ce titre, leurs organes reproducteurs doivent grossir et se développer pour permettre la reproduction. Nous étudierons aujourd'hui les parties de l'appareil génital masculin et les changements qu'elles subissent à la puberté pour permettre la reproduction.

- Demandez aux élèves quels changements externes les garçons connaissent à la puberté :
 - La pomme d'Adam commencera à paraître.
 - Les épaules et la poitrine s'élargiront.
 - Les muscles deviendront plus gros.
 - Des poils apparaîtront sur le visage.
 - Pour certains garçons, des poils apparaîtront sur le corps (p. ex., aux aisselles, au visage, dans la région pubienne, et plus tard, peut-être sur la poitrine, le dos).
 - La voix change pour certains garçons.
 - Les testicules grossissent petit à petit.
 - Le pénis s'allonge et s'élargit en même temps que le reste du corps se développe.
 - Les garçons commenceront à avoir des érections et des « pollutions nocturnes » (spermatozoïdes produits pour la reproduction).
 - La poitrine se développe. Ce fait surprend la plupart des élèves. Certains garçons ressentiront de la douleur autour d'un ou des deux mamelons et observeront peut-être de l'enflure. Ce phénomène est causé par la présence d'hormones féminines dans le corps des garçons. Habituellement, la douleur et l'enflure disparaissent. Ce phénomène est normal.
 - Des sentiments d'attirance sexuelle apparaissent.
 - Des sautes d'humeur brusques surviennent.
 - Les garçons prendront du poids avant de vivre une poussée de croissance.

3. **Demandez** aux élèves de répondre aux questions suivantes :

- Pourquoi certains garçons connaissent-ils une enflure de la poitrine à la puberté?

Discutez, en groupe, de ce qui suit :

- La poitrine d'un garçon est quelque peu enflée. Au moment de vous changer pour le cours d'éducation physique ou de natation, d'autres garçons font des commentaires comme « Tu te transformes en fille » ou « Regarde, il a des tétons! ». Tu sais que ton ami se sent très mal à cause de ces commentaires et cela te dérange. Que peux-tu faire?

4. **Discutez** des organes reproducteurs masculins, externes et internes. Pendant la discussion, les élèves peuvent remplir la feuille de travail qui consiste à nommer les parties de l'appareil génital.

Organes génitaux externes (Cette section combine les résultats D1 et D2 de la 6^e année.)

Pénis

- Le pénis est un organe en forme de tube fait de tissu spongieux (*Note pour l'enseignant : mettre de côté le reste de l'information sur le pénis pour plus tard*).
- L'urètre circule le long du pénis, en son centre.
- La tête du pénis, appelé gland, est une source de plaisir.

Testicules

- Un sac, le scrotum, renferme les glandes sexuelles masculines (2).
- Ils sont situés à l'extérieur du corps, à une température plus basse que la température du corps, pour assurer une saine production de spermatozoïdes.
- À la puberté, il arrive qu'un testicule se développe plus rapidement que l'autre.
- Un testicule est plus bas – c'est normal.
- Cette région du corps est très sensible. Les testicules peuvent facilement subir des blessures et devraient donc être protégés, par exemple, au cours d'activités sportives.
- Ne donnez jamais un coup de pied dans les testicules de quelqu'un intentionnellement.
- Un testicule suffit à un homme pour qu'il soit fécond (capable de se reproduire).
- À la puberté, les testicules commencent à sécréter des hormones et à produire des spermatozoïdes.

Spermatozoïdes

- Il s'agit de cellules spéciales produites dans les testicules à la puberté.
- Ils sont très petits (plus de 300 millions dans 15 ml de sperme).
- Des millions sont produits chaque jour.
- Dans les glandes, ils se mêlent à un liquide qui deviendra blanchâtre et collant; ce liquide s'appelle le sperme.
- Les spermatozoïdes remontent le vagin en direction de l'utérus jusqu'aux trompes de Fallope pour fertiliser un œuf.

Organes reproducteurs internes

Canal déférent

- Ce tube sert à acheminer les spermatozoïdes hors des testicules.

Prostate

- À la puberté, cette glande commence à produire un liquide qui conserve les spermatozoïdes vivants.
- Spermatozoïdes + liquide = une substance appelée sperme.

Urètre

- Ce tube est situé à l'intérieur du pénis.
- Il est fait de deux branches : une vers la vessie et une vers le canal déférent.
- Les deux substances qui sortent de l'urètre, l'urine et le sperme, ne peuvent être évacuées en même temps.
- Lorsque le pénis est prêt à éjaculer, une valve bouche la branche qui conduit à la vessie, empêchant ainsi l'urine de s'échapper.

Vésicules séminales

- Il s'agit de deux petites poches derrière la vessie qui produisent un liquide.
- Ce liquide se mélange avec les spermatozoïdes et d'autres liquides pour former le sperme.

5. **Passez en revue** certains des changements observés à la puberté :

Note pour l'enseignant : Il se peut que vous ayez vu certains de ces changements au moment où vous expliquiez l'appareil génital.

- Production de spermatozoïdes par les testicules
- Croissance du pénis et des testicules
- Production de liquide par la prostate

6. **Demandez** ce qui arrive plus fréquemment au pénis d'un garçon à la puberté.

Expliquez ce qu'est l'érection :

- Le pénis devient plus gros, plus dur et se relève du corps.
- Les bébés ont des érections, parfois même avant leur naissance.

7. **Demandez** pourquoi les érections se produisent.

- Des pensées à caractère sexuel envoient un message au pénis qui durcit et se relève du corps.
- Le tissu spongieux se gorge de sang.
- Même avant la puberté, les érections se produisent pour des raisons physiques.
- Une érection peut se produire quand vous y attendez le moins ou quand ce n'est pas le temps (p. ex., au réveil, durant le sommeil ou en présence de vibrations, comme dans l'autobus) mais elle n'est pas automatiquement associée à une pensée à caractère sexuel.
- Une érection peut être effrayante ou gênante.
- Il est important de comprendre qu'il s'agit d'un processus de croissance normal.
- Une érection ne signifie pas qu'il y aura nécessairement éjaculation; l'érection peut disparaître d'elle-même.

- La taille du pénis est variable mais toutes les tailles fonctionnent bien. La différence de taille est moins évidente quand le pénis est en érection.
- Tout au long de la croissance, le pénis continue de se développer.

8. **Dirigez** la discussion en posant les questions suivantes :

Est-ce qu'il y a un os dans le pénis?
Qu'est-ce qu'une érection?
Quel âge ont les garçons lors de leur première érection?
Quelles sont les causes d'une érection chez un garçon?

9. **Discutez** des anecdotes véridiques suivantes :

Un garçon avait souvent une érection alors qu'il était assis à regarder une partie de hockey passionnante.

Un adolescent avait parfois une érection lorsqu'il se préparait et se concentrait avant une course ou un saut en hauteur.

- Pourquoi croyez-vous que ces érections se sont produites?
- Avaient-ils des pensées à caractère sexuel?
- Selon vous, que ressentaient-ils à ce moment-là?

10. **Demandez** aux élèves de définir l'éjaculation :

- L'éjection du sperme hors du pénis lors d'une érection.
- On dénombre des millions de spermatozoïdes dans une éjaculation.
- Pour que l'éjaculation ait lieu, il faut habituellement une stimulation du pénis (p. ex., au cours d'une relation sexuelle ou lors de la masturbation, c'est ce qu'on appelle un orgasme).
- L'éjaculation peut se produire durant le sommeil (pollution nocturne).
- Un garçon sait qu'il produit des spermatozoïdes une fois qu'il a commencé à éjaculer.

11. **Discutez** des possibilités de reproduction une fois qu'un garçon peut éjaculer. En vous servant de l'exercice qui suit, expliquez la différence entre éjaculer et uriner :

- Demandez aux élèves d'inspirer par la bouche.
- Où l'air va-t-il?
- Demandez aux élèves d'avaler de la salive.
- Où la salive va-t-elle? Pourquoi l'air inspiré ne va-t-il pas dans l'estomac et la salive avalée dans les poumons? (À cause de la présence de valves qui ouvrent et ferment les passages, du moins en général.)
- La même chose se produit quand un garçon éjacule ou urine.

12. **Discutez** de la pollution nocturne. Demandez aux élèves s'ils savent ce qu'est la « pollution nocturne »?

- L'éjaculation de sperme durant le sommeil s'appelle pollution nocturne.
- Il s'agit là d'un phénomène au cours duquel le sperme est éjaculé sans qu'il ait eu stimulation du pénis.
- Cela peut être effrayant ou gênant.
- Il est important de comprendre qu'il s'agit d'un processus de croissance normal.
- Le nombre d'éjaculations que vous avez durant votre sommeil n'a pas d'importance. Certains garçons n'en ont pas et certains adultes peuvent en avoir.

13. **Offrez** une définition de la masturbation

- La masturbation signifie caresser de façon volontaire les organes sexuels.
- La masturbation, c'est normal si tu la pratiques, et normal si tu ne la pratiques pas.
- Un garçon peut se masturber et atteindre l'orgasme avant d'avoir atteint la puberté mais n'éjaculera pas tant que les testicules n'auront pas produit de spermatozoïdes.

14. **Expliquez** ce qu'est la circoncision.

- Il est important de parler de la différence entre un pénis et un autre.
- En général, la circoncision est pratiquée tôt après la naissance.
- Il s'agit de l'ablation de la peau recouvrant la tête du pénis.
- Qu'il y ait eu circoncision ou non, il n'y aura pas de différence dans la sensation ni dans la performance sexuelle.
- La circoncision est un choix que les élèves auront à faire s'ils deviennent parents.
- Il n'y a pas de raison de santé qui justifie la circoncision (elle n'est pas médicalement nécessaire, il s'agit d'un choix personnel). Les garçons qui n'ont pas été circoncis devraient laver la région située sous le prépuce régulièrement.

15. **Expliquez** ce qu'est l'eczéma marginé.

- Parfois, des sous-vêtements ou des suspensoirs mouillés de sueur peuvent causer une éruption squameuse accompagnée de démangeaisons au niveau des organes génitaux.
- Il est important de se laver et de garder la peau sèche (p. ex., en utilisant de la poudre pour bébé).
- L'eczéma peut être traité à l'aide d'une préparation antifongique disponible sans ordonnance à la pharmacie.
- Si le problème persiste, consultez un médecin.

(Adapté avec l'autorisation de : Regional Niagara Public Health Department (1999) Growth and Development Lesson Plans for Grades 5 & 6 and Toronto Public Health (1998) Changes in You and Me!)

PUBERTÉ

FEU ROUGE/FEU VERT/FEU JAUNE

BUT OU OBJECTIF : Les élèves sauront la différence entre les faits et les mythes associés à la puberté.

MATÉRIELS DIDACTIQUES : 10 à 15 questions ou énoncés qui sont des faits ou des mythes associés à la puberté, imprimés sur un acétate. Des morceaux de papier rouge, jaune ou vert d'environ 1 po sur 2 po ou des feuilles de 8 po sur 11 po dans les mêmes couleurs.

DURÉE : 30 minutes (1^{re} partie) et 10 à 15 minutes pour la période de questions et de réponses (2^e partie).

DIRECTIVES : Expliquez aux élèves la différence entre un fait et un mythe et donnez un exemple. Dites aux élèves qu'il y aura une liste de questions ou d'énoncés et qu'ils devront décider si la question ou l'énoncé est un fait ou un mythe, ou si la distinction entre les deux n'est pas claire. Lorsque la question ou l'énoncé aura été montré, ils pourront, à leur tour, montrer un carton vert, rouge ou jaune. Vert = fait, rouge = mythe, jaune = incertain. Ils devront être prêts à défendre leurs décisions. Variations de cet exercice :

Variation n^o 1 : Chaque élève aura ses propres cartons de couleur. Ils prendront eux-mêmes leur décision et montreront leur carton pour signifier leur choix.

Variation n^o 2 : Il y aura de gros cartons de couleur à chaque table. Les élèves devront prendre une décision de groupe, à savoir quel carton ils montreront et pourquoi.

FEU ROUGE/FEU VERT/FEU JAUNE/Directives
Énoncés

1. Il est possible de savoir à quel moment la puberté commence.
2. La puberté est un processus naturel qui arrive à tout le monde.
3. Les appareils respiratoire et circulatoire ne subissent pas de changements durant la puberté.
4. Chez les garçons, le changement de la voix est parmi les principaux changements sexuels.
5. L'appareil endocrinien contrôle le niveau d'hormones dans le corps.
6. Les filles traversent la puberté plus tôt que les garçons.
7. À la puberté, la testostérone est la principale hormone féminine.
8. L'œstrogène amène le développement des muscles, l'apparition de poils sur le corps et le visage ainsi que d'autres caractéristiques masculines.
9. C'est l'utérus qui change durant la grossesse et non le ventre.
10. Vous ne pouvez pas nager, aller aux cours d'éducation physique ou faire de la gymnastique pendant vos menstruations.

RÉPONSES

| | | | |
|------|-------|------|------|
| 1) V | 2) V | 3) F | 4) F |
| 5) V | 6) V | 7) F | 8) F |
| 9) V | 10) F | | |

ENTREVUE SUR LA PUBERTÉ

Objectif : Les élèves discuteront de la puberté avec un adulte en qui ils ont confiance afin de se tisser un réseau de soutien.

Structure : Devoir : entrevue avec un adulte.

Durée : 20 minutes en classe.

Matériel didactique : Document de cours intitulé « Entrevue sur la puberté ».

Nota : Il se peut que certains jeunes soient incapables de faire ce devoir avec leurs parents ou leur tuteur. Donnez-leur la permission de le faire avec un autre adulte en qui ils ont confiance.

Procédure

1. **Expliquez** que la puberté peut être une période excitante, déroutante et parfois tumultueuse. Cette activité encouragera les élèves à trouver un adulte du même sexe, en qui ils ont confiance, pour discuter des changements associés à la puberté, favorisant ainsi la discussion et le soutien.
2. Quelques-unes des questions s'avèreront trop personnelles ou trop gênantes pour certains adultes qui ne pourront y répondre. **Encouragez** les élèves à consulter le guide d'entrevue avec l'adulte avant de débiter l'entrevue. De cette façon, l'adulte pourra se préparer aux questions auxquelles il est prêt et disposer à répondre et à discuter.
3. Plutôt que de demander aux élèves de remettre le guide d'entrevue rempli, **demandez-leur** de remettre la « Déclaration d'exécution » à la place. De cette façon, la vie privée des élèves et des adultes interviewés est respectée et vous avez la preuve que le devoir a été fait.
4. **Concluez** en posant les questions suivantes :
 - À quel point l'activité était-elle facile ou difficile?
 - Les réponses vous ont-elles étonné?
 - Qu'avez-vous appris en faisant cette activité?

(Adapté avec l'autorisation de : Patriquin, Ruthie (1995) *Growing Together!*
Amherst: Cumberland County Family Planning.)

ENTREVUE SUR LA PUBERTÉ

Directives : Trouvez un adulte à interviewer, du même sexe, en qui vous avez confiance. En utilisant les questions suivantes à titre de guide, discutez de ce qui suit :

1. Quel est le plus grand avantage à devenir adulte?
2. Quel âge avais-tu lorsque la puberté a commencé? Quels changements as-tu observés?
3. Comment as-tu fait face au stress et à la gêne qu'on ressent parfois à la puberté?
4. Comment te sentais-tu par rapport aux garçons ou aux filles quand tu avais mon âge?
5. Quand tu avais mon âge, quelle partie de ton corps te plaisait le plus ou qu'aimais-tu le plus de ton apparence?
6. Quand as-tu commencé à te sentir adulte?
7. Quand as-tu embrassé pour la première fois?

(Découpez cette partie seulement et la remettre à l'enseignant)

Nous avons terminé le devoir « Entrevue sur la puberté ».

Élève

Parent/tuteur/adulte de confiance

Source : *Beyond the Basics: A Sourcebook on Sexuality and Reproductive Health Education*

STÉRÉOTYPES ASSOCIÉS AU SEXE

- Objectif :** Les élèves devront trouver des stéréotypes associés au sexe.
- Structure :** Activité en petits groupes.
- Durée :** 30 minutes
- Matériel didactique :** Document de cours « Stéréotypes associés au sexe »; tableau à feuilles mobiles ou tableau noir.

Procédure

1. **Dites** aux élèves que l'activité permettra d'étudier ce que veulent dire les expressions « agir comme un homme » et « agir comme une femme ». Précisez que ces expressions sont perçues comme des stéréotypes.
2. **Demandez** aux élèves de former des groupes de 3 ou 4 personnes. Assignez à chaque groupe un des scénarios du document « Stéréotypes associés au sexe ». Demandez aux élèves de chaque groupe de discuter entre eux des avantages et des inconvénients de leur scénario.
3. En vous adressant à l'ensemble des élèves, **demandez** à un volontaire de chaque petit groupe de faire un résumé de la discussion qu'ils ont eu en groupe.
4. **Expliquez** à l'ensemble du groupe que les rôles assignés à chacun des sexes sont des règles ou des stéréotypes auxquels on s'attend que les garçons et les filles devraient se conformer.
 - On associe une signification particulière au fait d'agir comme un homme ou d'agir comme une femme.
 - Demandez aux élèves d'expliquer certaines de ces significations (p. ex., on incite les hommes à être forts et à s'endurcir tandis qu'on encourage les femmes à apporter un soutien émotif et à être discrète). Dressez une liste de ces significations sur le tableau noir ou le tableau à feuilles mobiles.
5. **Demandez** aux élèves de qui les hommes apprennent ces rôles (p. ex., des gens, des médias – demandez des exemples précis). Demandez-leur ensuite de qui les femmes apprennent ces rôles.
6. **Discutez** de la façon dont ces stéréotypes ou ces rôles sont renforcés.
 - Quelles insultes ou critiques les garçons et les filles qui ne cadrent pas dans ces rôles subissent-ils?
 - Comment cette façon de cataloguer et d'insulter renforce-t-elle les stéréotypes et les rôles des sexes?
 - Que ressent-on quand on se fait insulter de cette façon?
7. **Concluez** en expliquant comment ces stéréotypes peuvent être destructeurs parce qu'ils constituent une entrave à notre épanouissement. Il ne s'agit pas de dire que les garçons ne devraient pas réparer des autos et que les filles ne devraient pas cuisiner. Le problème est plutôt qu'on nous demande de jouer certains rôles pour être acceptés. Il est important que chacun décide lui-même qui il est, ce qu'il fait et le rapport qu'il entretient avec les autres.

STÉRÉOTYPES ASSOCIÉS AU SEXE

Mohammed revient à pied de l'école en transportant son projet de sciences pour le montrer à sa famille. Quelques-uns des élèves de sa classe arrivent derrière lui en courant et font tomber son projet par terre. Mohammed se met à pleurer.

Solution A

Il est permis à Mohammed de pleurer. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez lui?

Solution B

Il n'est pas permis à Mohammed de pleurer. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez lui?

Fatima voudrait aider l'enseignant avec le projecteur de films, l'aider à déplacer les tables et à transporter des boîtes. Mais l'enseignant choisit toujours des garçons pour l'aider à accomplir ces tâches. Fatima croit qu'elle est tout aussi forte que certains des garçons.

Solution A

On devrait demander à Fatima d'aider l'enseignant. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez elle?

Solution B

On ne devrait pas demander à Fatima d'aider l'enseignant. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez elle?

Pour sa fête, Lynne aimerait recevoir une trousse pour faire un modèle réduit d'avion. Ses amies lui ont dit qu'elle devrait demander une trousse pour faire des bijoux puisque les trousseaux pour faire des modèles réduits d'avion ne sont pas pour les filles.

Solution A

Lynne devrait demander une trousse pour faire un modèle réduit d'avion. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez elle?

Solution B

Lynne ne devrait pas demander une trousse pour faire un modèle réduit d'avion. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez elle?

Scott voudrait garder les enfants de sa voisine lorsqu'elle va à l'épicerie. Sa voisine a une fille de six ans, mais c'est toujours à la sœur jumelle de Scott qu'on demande de garder.

Solution A

On devrait donner à Scott la chance de garder la fille de sa voisine. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez lui?

Solution B

On ne devrait pas donner à Scott la chance de garder la fille de sa voisine. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez lui?

Tony suit des cours de ballet depuis qu'il a cinq ans. Récemment, il a gagné un prix. Tony n'a jamais dit à aucun de ses camarades de classe qu'il danse.

Solution A

Tony devrait dire à ses camarades de classe qu'il danse. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez Tony?

Solution B

Tony ne devrait pas dire à ses camarades de classe qu'il danse. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez Tony?

Jen voudrait se joindre à l'équipe communautaire de hockey. Quelques garçons lui ont dit qu'ils ne voulaient pas d'elle dans leur équipe. Jen croit qu'elle est aussi bonne joueuse que certains des garçons et ne comprend pas pourquoi ils ne veulent pas d'elle dans l'équipe.

Solution A

Jen devrait pouvoir se joindre à l'équipe. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez elle?

Solution B

Jen ne devrait pas pouvoir se joindre à l'équipe. Pourquoi? Quels sentiments cette solution engendre-t-elle chez elle?

ANALYSE DES MAGAZINES

- Objectif :** Les élèves auront à relever les messages culturels qui dévalorisent et suscitent une faible image corporelle.
- Structure :** Petits groupes
- Durée :** 30 minutes
- Matériel didactique :** Un assortiment de publicités tirées des magazines de mode et de loisirs, et le document de cours « Analyse des magazines ».

Procédure

1. **Informez** les élèves que notre culture ne tient pas compte du fait que nous sommes biologiquement différents et encourage l'image de la femme mince et de l'homme musclé. C'est parce qu'elles adhèrent à ce message culturel que plusieurs personnes se tournent vers les régimes amaigrissants en quête d'une image corporelle acceptée de notre culture. C'est en prenant conscience de ce message qu'on pourra lutter contre son influence.
2. **Demandez** aux élèves de former des groupes de 4 ou 5 personnes. Donnez à chaque petit groupe quelques publicités tirées de magazines. Demandez aux élèves de faire une analyse des publicités en utilisant le document de cours « Analyse des magazines ».

Exemple : Une femme extrêmement mince, vêtue d'une robe de mariée, est représentée aux côtés d'un homme musclé portant un smoking. L'article dont on fait la promotion est un parfum.

a) **Quel est le message?**

Si une femme est mince, elle aura l'homme parfait à ses côtés et, si elle porte ce parfum, elle aura une relation de rêve.

b) **Cet énoncé est-il juste?**

Non.

c) **Quelle est la vérité?**

La minceur a très peu à voir avec le fait de nouer une relation de rêve.

3. **Concluez** en demandant aux élèves comment ils peuvent répondre aux publicités trompeuses. Voici quelques suggestions :
 - Écrire aux rédacteurs en chef des magazines pour faire valoir ses objections.
 - Former un groupe de discussion avec ses pairs.
 - Parler de ses frustrations avec les membres de sa famille.
 - Planifier et mettre en œuvre une manifestation de sensibilisation aux médias à l'école ou au centre communautaire de sa région.

(Adapté avec la permission de : Mack, Heidi (1996) *All in a Day: An Experiential Program Manual for the Prevention of Disordered Eating*. Ottawa : Ananda Resources.

Pour obtenir de plus amples renseignements ou une copie de ce programme, veuillez consulter le site <http://www.bodysense.ca/resources.html>).

ANALYSE DES MAGAZINES

1. Quel est le message?
 2. Le message est-il précis ou imprécis?
 3. Si le message n'est pas précis, quelle est l'interprétation juste?
-

1. Quel est le message?
 2. Le message est-il précis ou imprécis?
 3. Si le message n'est pas précis, quelle est l'interprétation juste?
-

1. Quel est le message?
 2. Le message est-il précis ou imprécis?
 3. Si le message n'est pas précis, quelle est l'interprétation juste?
-

Beyond the Basics: A Sourcebook on Sexuality and Reproductive Health Education

**RESSOURCES
POUR L'ENSEIGNANT**

DOCUMENTS IMPRIMÉS POUR LES ENSEIGNANTS

Les documents cités ci-dessous sont, pour la majorité, des documents qui sont parus uniquement en anglais. Des recherches poussées ont été effectuées pour trouver des ressources en français qui pourraient appuyer le programme d'études, et ces recherches continuent. Le personnel enseignant dans les programmes d'immersion sera tenu au courant du titre de ressources identifiées.

Feuillet d'information de SIDA Nouveau-Brunswick
SIDA Nouveau-Brunswick www.aidsnb.com

Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive
Fédération pour le planning des naissances du Canada (2001)

Programme des choix pour la vie
Commission de la santé, de la sécurité et de l'indemnisation des accidents au travail

Education for Sexuality and HIV/AIDS
Meeks, Linds; Heit, Philip; and Burt, John
Meeks Heit (1993) (ISBN 0-9630009-2-6)

Exploring Your Horizons: Career and Personal Planning
Misener, Butler
McGraw-Hill Ryerson, (1998) (220800)

À bas les BACtéries! Pour la salubrité des aliments, Information sur la salubrité des aliments pour les élèves de la 4^e à la 7^e année
Partenariat canadien pour la salubrité des aliments (2001)

Health Issues 7
Gillda Leitenberg, Éditeur
McGraw-Hill Ryerson (2002) (ISBN 0-07-091406-0)

Health Issues 7, Teacher's Resource Guide
Jaime Johansson
McGraw-Hill Ryerson (2003) (ISBN 0-07-091407-9)

Health Issues 8
Gillda Leitenberg, Éditeur
McGraw-Hill Ryerson (2002) (ISBN 0-07-091408-7)

Health Issues 8, Teacher's Resource Guide
Jaime Johansson
McGraw-Hill Ryerson (2003) (ISBN 0-07-091409-5)

Health Issues 9

Gilda Leitenberg, Éditeur
McGraw-Hill Ryerson (2002) (ISBN 0-07-091410-9)

Health Issues 7, Teacher's Resource Guide

Jaime Johansson
McGraw-Hill Ryerson (2003) (ISBN 0-07-091413-3)

Human Sexuality: Responsible Life Choices

Ryder, Verdene and Smith, Peggy B.
Goodheart-Wilcox Co. (2000) (ISBN 1-56637-455-3)

C'est à moi de choisir

Coalition contre l'abus dans les relations; 770, rue Main, 9^e étage, Moncton (N.-B.),
E1C 1E7, (506) 392-5120

Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique au primaire

Ministère de l'Éducation du Nouveau-Brunswick (2002)
Niveau élémentaire et intermédiaire (830140)

Apercevoir l'arc-en-ciel : Les enseignants parlent de la bisexualité, l'homosexualité, le
transgendérisé et la bispiritualité

Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants (ISBN 0-88989-340-3)

Skills for Adolescence

Lions Club International, Lions Quest (2001) (ISBN 1-56095-278-4)

Teen Health Course 1

Merki, Mary Bronson
Glencoe McGraw-Hill (1995) (ISBN 0-02-651774-4)

SITES WEB POUR LES ENSEIGNANTS

- SIDA Nouveau-Brunswick
www.aidsnb.com
- Body Sense
www.bodysense.ca/resources.html
- Calgary Health Region
www.teachingsexualhealth.ca
- Guide alimentaire canadien pour manger sainement
www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-bppn/food_guide_rainbow_f.html
- Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine
<http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/index.html>
- Société canadienne du cancer
www.cancer.ca
- Institut canadien d'information sur la santé
www.cihi.ca
- Coalition contre l'abus dans les relations (CCAR)
www.coalitionagainstabuse.com
- Les diététistes du Canada
www.dietitians.ca/french/frames.html
- Pleins feux sur l'intimidation
www.safeschools.gov.bc.ca
http://www.bced.gov.bc.ca/specialed/bullying_f.pdf
- Vivez sans fumée!
<http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/tabac/index.html>
<http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/tabac/index.html>
- Santé Canada
www.media-awareness.ca
- Fondation des maladies du cœur
<http://ww2.heartandstroke.ca/Page.asp?PageID=903>
- Le Lait
www.lelait.ca/index.html

- MADD Canada
www.madd.ca/home_fr.html
- Vague par vague
www.mwaves.org
- New Brunswick Parents' Ideas About Sexual Health Education
<http://www.gnb.ca/0000/publications/ss/nbparentidea.pdf>
New Brunswick Teachers' Ideas About Sexual Health Education
<http://www.gnb.ca/0000/publications/ss/nbteachersidea.pdf>
New Brunswick Students' Ideas About Sexual Health Education
<http://www.gnb.ca/0000/publications/ss/studentsexeducation.pdf>
- Trousse sur l'étiquetage nutritionnel à l'intention des éducateurs
www.hc-sc.gc.ca
http://www.hc-sc.gc.ca/hpfb-dgpsa/onpp-bppn/labelling-etiquetage/toolkit_educators_f.html
- Sexual Information and Education Council of the United States
www.siecus.org
- Sexuality and You (site de référence pour les enseignants)
www.sexualityandu.ca
- Statistique Canada
www.statscan.ca
www.statscan.ca/francais/ads/82-003-XPF/index_f.htm
- Teaching Tools
<http://school.discovery.com/teachingtools/teachingtools.html>
- Bénévoles Canada
www.benevoles.ca/index-frn.php
- Météo Média
www.meteomedia.ca
- Tiens-toi debout
www.rescol.ca/alcool/f/accueil/

État du droit

| | |
|--|--|
| Activité sexuelle / infraction d'ordre sexuel | <i>Avoir des activités sexuelles avec une personne qui n'y a pas consenti est un crime appelé infraction d'ordre sexuel. Une activité sexuelle peut désigner de nombreuses choses comme, entre autres, toucher une autre personne, directement ou indirectement, avec une partie de son corps (comme les mains) ou avec un objet, à des fins sexuelles.</i> |
| Consentement | <i>Le terme « consentement » signifie que la personne participant à l'activité sexuelle a accepté volontairement d'y participer. Si une personne est accusée d'une infraction d'ordre sexuel, il se peut qu'elle invoque le consentement comme moyen de défense. Pour qu'il s'agisse d'une défense valable, le consentement à l'activité sexuelle doit être très évident. Il n'y a aucun consentement si une personne accepte de participer à l'activité sexuelle par force ou à cause de la coercition, de la peur, de mensonges, de menaces.</i> |
| Âge requis pour consentir à une activité sexuelle | <i>Le consentement n'est jamais valable comme moyen de défense si une des personnes participant à l'activité sexuelle est âgée de moins de quatorze ans, à part une petite exception. Le <u>Code criminel</u> déclare clairement que toucher une personne âgée de moins de quatorze ans à des fins sexuelles ou l'inciter à des contacts sexuels est une infraction d'ordre sexuel. L'expression « incitation à des contacts sexuels » signifie demander à une autre personne de se toucher ou de toucher un tiers à des fins d'ordre sexuel. Encore une fois, toucher désigne toucher, directement ou indirectement, avec une partie du corps ou avec un objet.</i> |
| Exception à l'âge requis pour consentir | <i>Voici la seule exception pour laquelle le consentement peut servir de défense contre une accusation criminelle pour infractions d'ordre sexuel concernant une personne âgée de moins de 14 ans (la partie plaignante) : la partie plaignante est âgée d'au moins douze ans et les trois conditions suivantes sont toutes présentes : 1) la personne accusée est âgée de douze ans ou plus mais de moins de seize ans; 2) la personne accusée est de moins de deux ans l'aîné de la partie plaignante; 3) la personne accusée n'est ni une personne en situation d'autorité ou de confiance vis-à-vis de la partie plaignante ni une personne à l'égard de laquelle celle-ci est en situation de dépendance. Cela signifie qu'une personne âgée de moins de douze ans ne peut jamais consentir à des activités sexuelles et qu'une personne âgée de moins de quatorze ans peut seulement consentir dans la situation susmentionnée.</i> |
| Adultes et personnes âgées de moins de 18 ans | <p><i>De plus, il s'agit d'une infraction criminelle si une personne adulte en situation d'autorité ou de confiance vis-à-vis de la personne âgée de moins de 18 ans participe avec elle à des activités sexuelles. Il en est de même si la personne âgée de moins de 18 ans est en situation de dépendance envers la personne adulte. La défense basée sur le consentement n'est jamais valable dans ces cas-là (p. 7).</i></p> <p>Les avocats recommandent également de donner une explication plus détaillée concernant le sens et l'importance du consentement aux activités sexuelles. De plus, ils pensent qu'il serait souhaitable d'expliquer que, même si une personne a donné son consentement au début, elle a le droit de changer d'avis à n'importe quel moment.</p> <p>Les avocats recommandent aussi que les enseignants informent clairement les élèves qu'on ne les encourage pas à participer à des activités sexuelles à un aussi jeune âge. [Pour plus de renseignements, voir l'article 31.1 de la <i>Loi sur l'éducation</i> et la Directive 701.]</p> |