

ÉMISSION

C'est quoi, la puberté ?

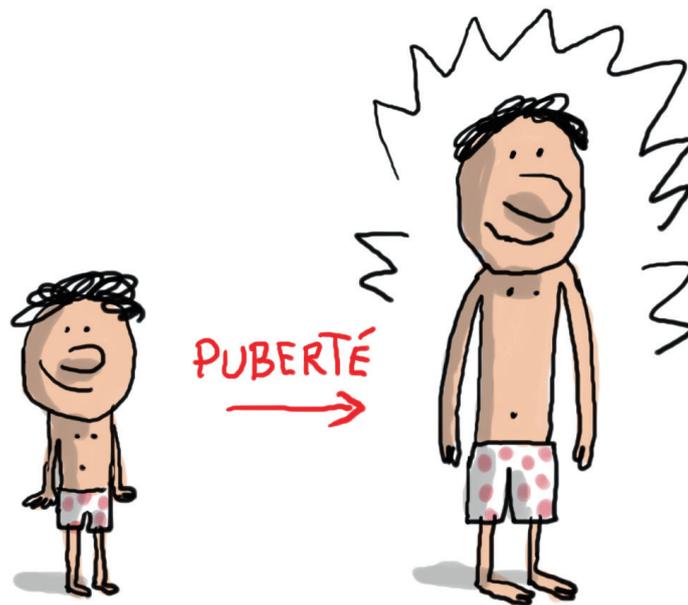


Illustration : Jacques Azam.

Au cycle 3, les programmes de l'école et du collège en sciences et technologie appellent à aborder en classe la question de la puberté. Les élèves apprennent à identifier les changements du corps et les modifications comportementales et physiologiques de la puberté. Ces sujets peuvent être abordés dans le cadre des séances d'éducation à la sexualité. Grâce à l'intervention d'un expert, l'émission que nous vous proposons aujourd'hui apporte des réponses aux questions que les élèves se posent sans toujours oser les poser.

Point de vigilance :

L'ensemble de la réflexion sera adapté à la maturité de vos élèves. Certains sujets, comme la question des règles chez les filles et des éjaculations nocturnes chez les garçons, ne seront abordés qu'à partir de la fin du CM2, voire de la classe de sixième.

Il nous semble cependant important de vous proposer quelques pistes pour aborder la question de l'émission des fluides corporels chez les filles et les garçons afin d'établir entre eux une situation d'échange.

Pour les filles, comme pour les garçons, ces manifestations naturelles peuvent générer un sentiment de honte et d'insécurité. En parler et normaliser les fonctions naturelles du corps peuvent aider à l'acceptation parfois délicate des transformations pubertaires.

ACTIVITÉ 1

Présentation du projet et de l'intervenante

Le **vendredi 14 juin**, à **14 heures**, la rédaction vous invite à participer à l'émission *1jour1actu le direct* qui s'intitule : « **C'est quoi, la puberté ?** »

Nous allons préparer cette conférence avec des activités. Après chaque activité, vous noterez les questions que vous aimeriez poser.

L'objectif est de faire émerger des questions sur ce qui caractérise la puberté, sur les modifications qu'elle entraîne dans le corps des filles et des garçons, tout en prenant en compte la dimension psychoaffective et sociale que ces changements engendrent.

DÉCOUVRIR LE SUJET

Annoncer aux élèves le sujet de l'émission : « **C'est quoi, la puberté ?** »

Leur demander de réagir à cette formulation : faire émerger rapidement les premières représentations. Que comprenez-vous de ce sujet ?

Rappelons qu'au cycle 3, en sciences et technologie, « les élèves identifient **les changements du corps au moment de la puberté** et abordent **les modifications comportementales et physiologiques** de la puberté ».

➔ C'est quoi, la puberté ? Que savez-vous sur le sujet ? Qui est concerné par la puberté ?
Que se passe-t-il dans le corps des filles et des garçons ? Est-ce que c'est grave ?
Que ressent-on ? Faut-il en parler ?

Laisser les élèves échanger sans intervenir, noter leurs réflexions au tableau.

En groupe classe : Proposer ensuite un rapide remue-méninges pour familiariser les élèves avec les termes employés et banaliser les propos de l'échange. Lever ainsi les premières hésitations pour partager entre filles et garçons ce qui caractérise la puberté.

PRÉSENTER L'INTERVENANTE

Annoncer aux élèves le nom et la fonction de l'intervenante avec laquelle ils vont échanger lors du direct.

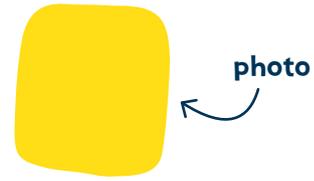
Anna Roy est autrice de *Tout sur les zézettes et les zizis* et de *Tout sur les règles* aux éditions Flammarion. Anna Roy est aussi sage-femme et chroniqueuse à la télé.



À l'issue de cette première activité, rédiger avec les élèves **une petite carte d'identité de l'experte qui va répondre à leurs questions au cours de l'émission**. Cette carte figurera dans le cahier d'EMC et d'EMI. Les élèves, au fil de l'année, disposent d'une mémoire des différents experts qui sont intervenus pour les informer et développer leur compréhension du monde qui les entoure.

carte d'identité

- ➔ Nom :
- ➔ Prénom :
- ➔ Son métier :
- ➔ Les éléments sur lesquels elle nous fait réfléchir :
.....
.....
- ➔ Mes questions :



Proposer ensuite une discussion

Pourquoi 1jour1actu le direct te propose de rencontrer et de dialoguer avec une experte de la puberté ?

Animer la discussion, favoriser les interactions sans intervenir. Faire remarquer aux élèves que de nombreuses questions restent sans réponse. L'objectif est de sensibiliser les élèves à la nécessité de pouvoir bénéficier de l'éclairage d'un expert sur le sujet.

ACTIVITÉ 2

Des pistes pour exploiter le support d'étude

La vidéo 1jour1question « C'est quoi, la puberté ? » constitue le support de réflexion. Elle répond à la question posée par Amine, 10 ans. La vidéo invite les élèves à comprendre les changements qui interviennent dans le corps dès l'âge de 10 ans chez les filles et de 12 ans chez les garçons.

Proposer aux élèves de visionner la vidéo

<https://www.1jour1actu.com/sante/cest-quoi-la-puberte>

Faire remarquer aux élèves que cette question est posée par un garçon de 10 ans, ce qui peut légitimer leurs propres interrogations.

Pour aborder cette activité

Partager la classe en 2 groupes.

Support d'analyse : Les élèves renseignent en groupe la fiche de 4 questions qui leur permet de mettre en mémoire les connaissances apportées par la vidéo. Ils élaborent ensuite les questions à partir de ce qu'ils ont appris. Les questions surlignées en gris sont données à titre simplement indicatif.

Fiche 4 questions

1 – À quel âge commence la puberté ?

Est-ce que c'est grave si, à 12 ans, on n'a toujours pas commencé sa puberté ?

2 – Quelles transformations apparaissent chez les filles ?

Pourquoi le fait d'avoir ses règles permet d'avoir des bébés ?

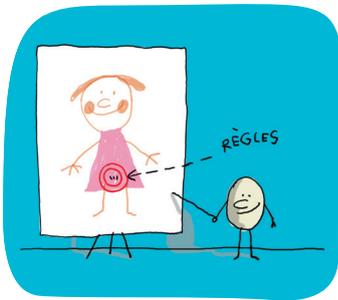
3 – Quelles transformations apparaissent chez les garçons ?

À quoi servent les organes génitaux des garçons ?

4 – Quelles transformations apparaissent aussi dans la tête à l'adolescence ?

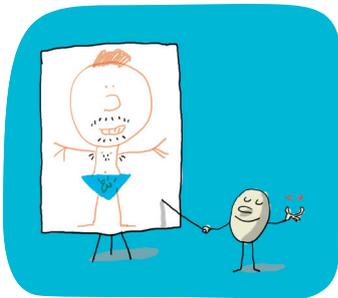
Pourquoi notre humeur change-t-elle à l'adolescence ? Comment réagir ?
Qui peut nous comprendre ?

Groupe 2 : Les élèves du groupe expliquent le sens du dessin à la classe et posent une question le concernant



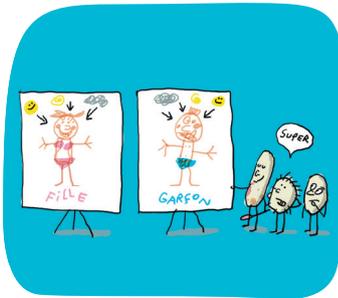
Ce que ce dessin veut nous dire :

Quelles protections hygiéniques peut-on utiliser quand on a ses règles ?



Ce que ce dessin veut nous dire :

Est-ce que le garçon peut aussi faire des bébés à la puberté ?



Quelles émotions se bousculent dans la tête à l'adolescence ?

Est-ce que les changements d'humeur vont durer toute notre vie ?

Proposer un échange pour clôturer l'activité.

Sélectionner les questions qu'ils ont envie de poser à l'experte. Les élèves peuvent rédiger des questions plus personnelles sur leur carte d'identité.

Les questions préparées par les élèves sont envoyées à la rédaction d'1jour1actu avant l'émission en direct.

ACTIVITÉ 3

Rencontre avec l'experte : c'est l'aboutissement du projet

La conférence est accompagnée en direct par les dessins de **Jacques Azam**.
Expliquer aux enfants qui est Jacques Azam, ce qu'il fait et pourquoi.
Les élèves posent à l'intervenante les questions qu'ils ont préparées.

ACTIVITÉ 4

Retour sur l'échange après l'émission

Revenir sur la conférence

Comprends-tu ce qui se passe pour toi à la puberté ?
Est-ce que tu acceptes cette situation ?
Qu'est-ce qui te semble le plus compliqué ?
Est-ce que tu te sens comprise si tu es une fille ou compris si tu es un garçon ?
Qu'as-tu ressenti ? Est-ce que ce sujet t'a intéressé ?
As-tu des questions qui restent encore sans réponses ?

DES RESSOURCES

• Eduscol

Éducation à la sexualité. Fiche thématique 3 – La puberté

<https://eduscol.education.fr/document/9584/download>

Premières manifestations de la puberté : Les règles, les érections et les éjaculations

https://cache.media.eduscol.education.fr/file/Sante/63/3/FICHE_12_EAS_-_Premieres_manifestations_de_la_puberte_V_juin_2020_1294633.pdf

Vous noterez que les documents Eduscol mentionnés abordent les questions de règles, des érections et des éjaculations. Nous les rappelons ici afin que vous sachiez que ces questionnements sont appelés et validés dans les programmes d'éducation à la sexualité pour le cycle 3.

Des livres jeunesse :

- *Les Règles... quelle aventure !* d'Élise Thiébaud et de Mirion Malle.
- *Le Guide du zizi sexuel* de Zep et Hélène Bruller.
- *Zizi, lolos et smack !!* de Daphine Godard, Nathalie Weil et Stéphane Nicolet.
- *Adolescence : découvertes et nouvelles questions* de Sylvie Misslin et Isabelle Maroger.

Des vidéos :

- **1jour1actu** : la vidéo *C'est quoi, avoir ses règles ?*

<https://www.1jour1actu.com/sante/cest-quoi-avoir-ses-regles>

- Des changements à la puberté chez le garçon – Le monde de Jamy

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?&q=Canop%25C3%25A9+c%27est+quoi+la+pubert%25C3%25A9+&&mid=ACE08D99B2ACE6228D82ACE08D99B2ACE6228D82&&FORM=VRDGAR>

Pour les élèves les plus jeunes

- Le bonheur de la vie - La puberté chez les filles

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?&q=La+pubert%25C3%25A9+chez+les+filles+&&mid=37DBE52EB87F9F3A25CC37DBE52EB87F9F3A25CC&&FORM=VRDGAR>

- Le bonheur de la vie - La puberté chez les garçons

https://www.youtube.com/watch?v=Ns5o_2JmfS4

Liens avec le programme du cycle 3 en vigueur à la rentrée 2023

Cette nouvelle version d'après le BOEN n° 31 du 30 juillet 2020 et le BOEN n° 25 du 22 juin 2023 inclut le nouveau programme de sciences et de technologie.

• Cycle de vie et reproduction des êtres vivants

L'étude de la reproduction humaine s'articule avec les trois séances annuelles d'éducation à la sexualité, prenant place de l'école au lycée.

Attendus de fin de cycle : identifier la dimension biologique de la sexualité humaine et la distinguer de ses autres dimensions (psycho-émotionnelle, juridique et sociale).

• Reproduction et sexualité humaine

Connaissances et compétences attendues en fin de cours moyen

Nommer les organes reproducteurs étudiés avec le vocabulaire scientifique correspondant. Décrire et identifier les changements du corps au moment de la puberté et les relier à la capacité à se reproduire.

Connaissances et compétences attendues en fin de sixième

Connaître et localiser les principaux organes de l'appareil reproducteur des êtres humains en les associant à leurs fonctions. Caractériser les modifications morphologiques, comportementales et physiologiques de la puberté.

Caractériser les processus impliqués dans la reproduction humaine, en particulier la fécondation interne et le développement vivipare impliquant des échanges placentaires. Distinguer la notion de reproduction de celle de sexualité humaine (définie dans ses différentes dimensions).

En EMC, les compétences suivantes sont exercées :

Respecter autrui

- ➔ Accepter et respecter les différences dans son rapport à l'altérité et à l'autre.
- ➔ Avoir conscience de sa responsabilité individuelle.
- ➔ Adopter une attitude et un langage adaptés dans le rapport aux autres.
- ➔ Tenir compte du point de vue des autres.
- ➔ Partager et réguler des émotions, des sentiments dans des situations et à propos d'objets diversifiés, mobiliser le vocabulaire adapté à leur expression.

Acquérir et partager les valeurs de la République

- ➔ L'égalité entre les filles et les garçons.

Exercer son jugement, construire l'esprit critique

- ➔ Les règles de la discussion en groupe (écoute, respect du point de vue de l'autre, recherche d'un accord, etc.).
- ➔ La distinction entre savoirs vérifiés et opinions personnelles.