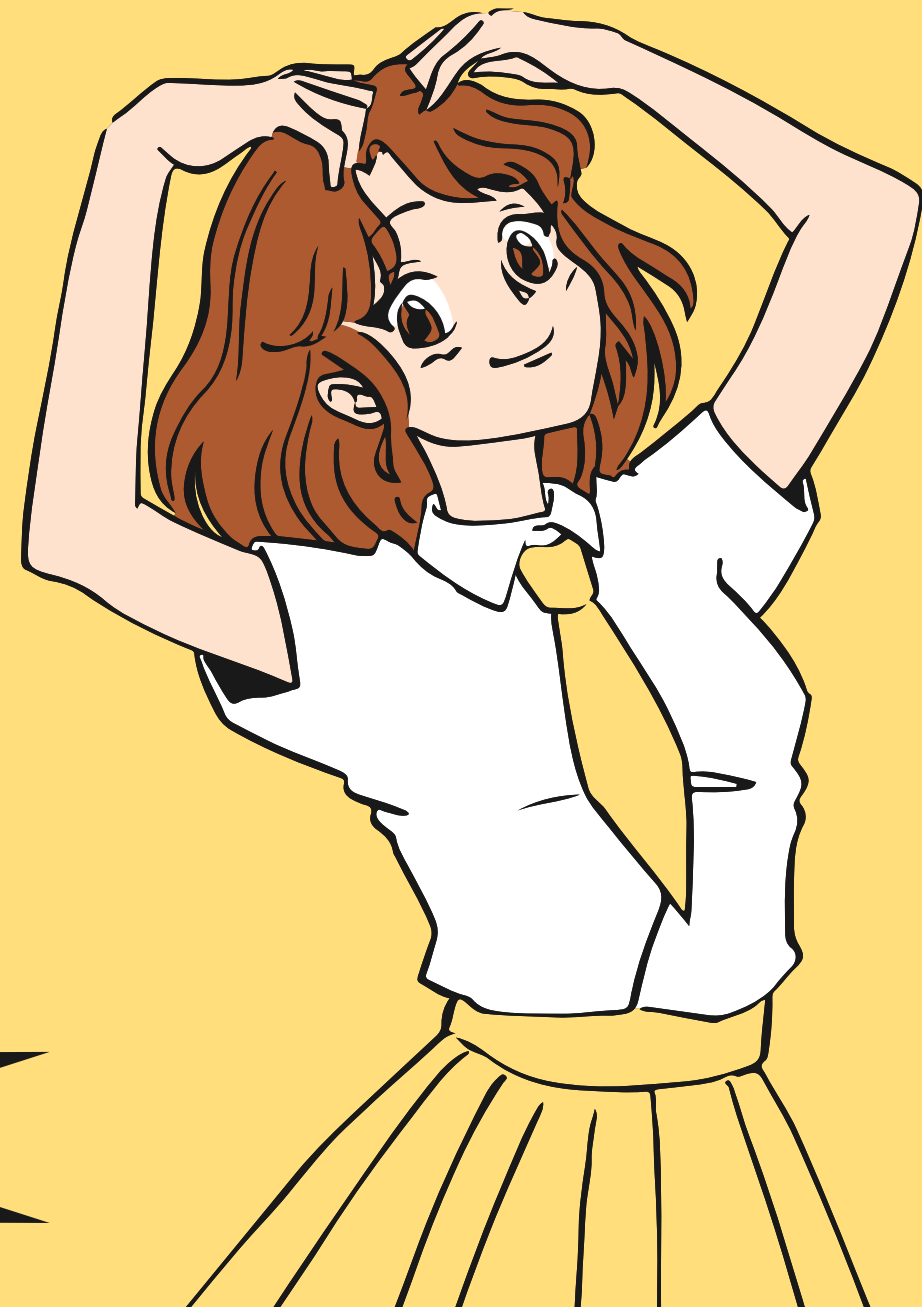




Alberta **Regional** Professional
Development Consortia
Adult learning for students' sake

Croissance et développement



 **Consortium**
provincial francophone

*Avant de
commencer*



À réfléchir avant d'animer

Comprendre la diversité
des rythmes de croissance
et être sensible au vécu des enfants
en matière de puberté.

Comprendre jusqu'où aller
dans les informations sur la puberté.

Comprendre la distinction entre le sexe,
l'identité et l'expression de genre.

Se préparer



Prévoir l'ordre dans lequel les différents
contenus en éducation à la sexualité
seront présentés aux élèves.



Faire des liens entre ces contenus
et d'autres éléments du Programme
de formation de l'école québécoise.



Améliorer son aisance pour
l'animation en classe.



Regarder, au préalable, les vidéos
suggérées et s'assurer d'être en mesure
de faire les nuances nécessaires
pendant l'animation en classe.



Assurer un climat de classe
propice aux échanges en
établissant des règles de
fonctionnement.



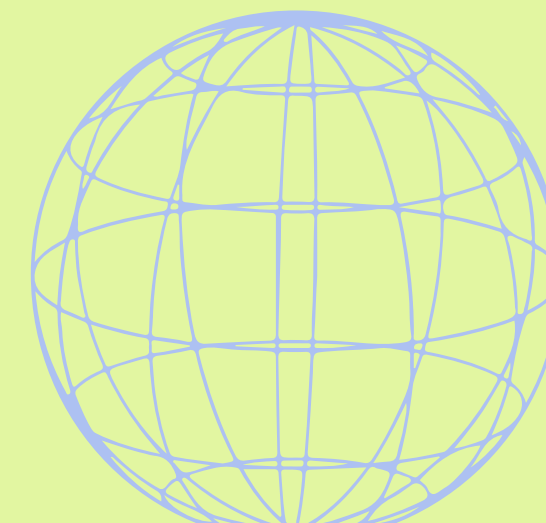
Effectuer une activité brise-glace
pour introduire le sujet qui sera
abordé avec les élèves.



Répondre aux questions
des élèves.



Rechercher la collaboration
des parents.



Attitudes à adopter

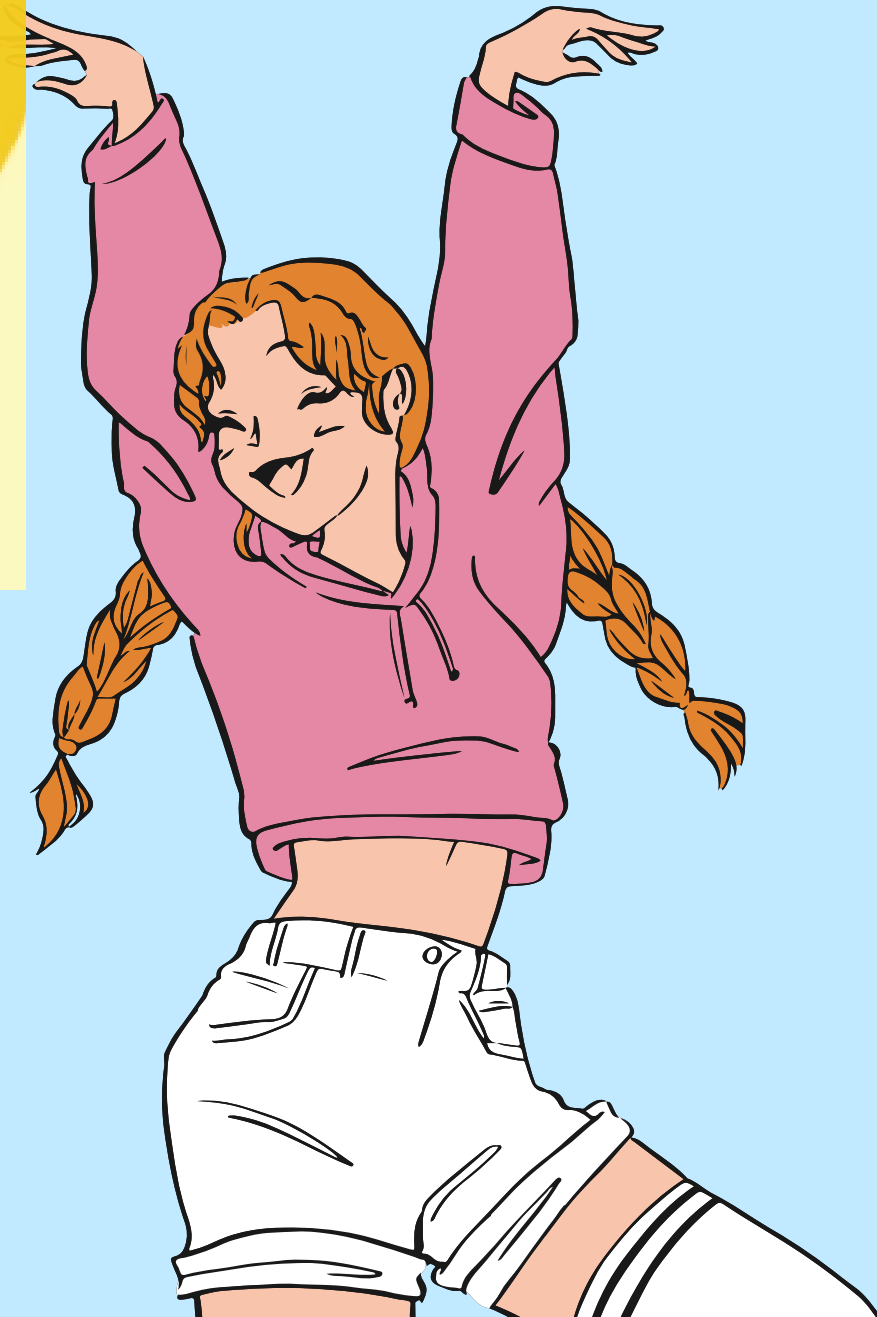
Véhiculer une vision positive face au fait de grandir.

Démontrer son ouverture en soulignant et en normalisant la diversité des rythmes de croissance et des vécus qui y sont associés.

Être sensible au fait que certains jeunes puissent vivre une puberté hâtive.

Être attentif aux différentes réactions possibles des élèves.

Être rassembleur en évitant de séparer les garçons et les filles.



RÈGLES DE FONCTIONNEMENT

- 1 Je lève la main pour parler.
- 2 J'utilise un langage respectueux et je choisis les bons mots pour parler des parties du corps.
- 3 J'exprime mon opinion et je pose mes questions sans nommer personne.
- 4 J'écoute ce que les autres élèves ont à dire et je respecte leur opinion.
- 5 J'ai le droit de ne pas répondre à une question.
- 6 Je suis discret sur les échanges qui ont lieu en classe.

- 7 J'adopte un comportement respectueux envers les autres en évitant les moqueries ou les insultes.
 - 8 Toutes les questions sont bienvenues et valables, mais il est possible que l'adulte choisisse d'y répondre en dehors de la classe si c'est trop personnel.
 - 9 Si je ne suis pas à l'aise avec certains sujets ou si j'ai des inquiétudes, je peux en parler en privé avec un adulte en qui j'ai confiance.
- Autres

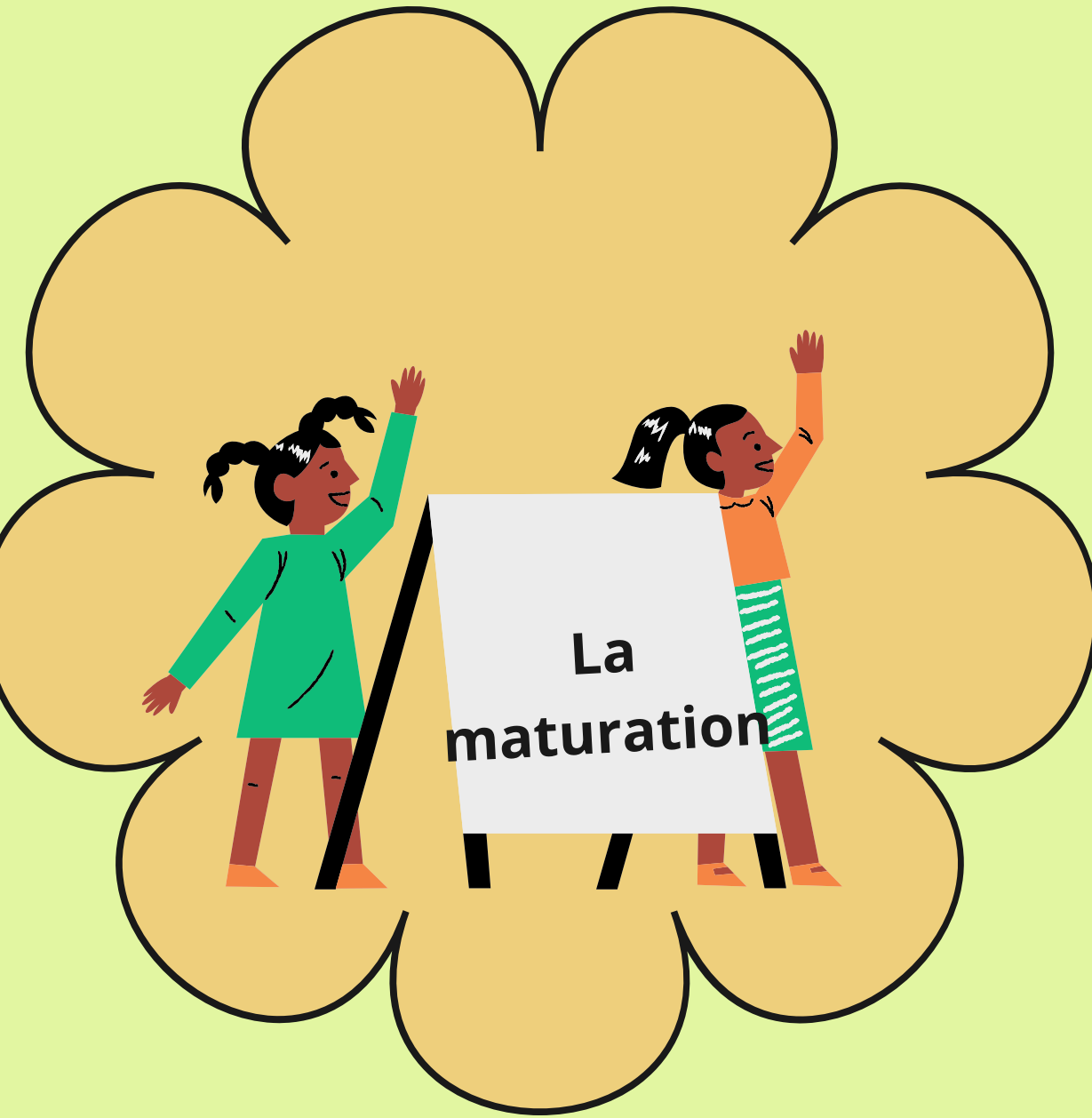


Croissance et développement



La prise des décisions qui permettent de jouir d'un état de santé et d'un bien-être personnels idéaux est guidée par la compréhension de la croissance et du développement

Les élèves examinent les facteurs physiques, sociaux, personnels et environnementaux liés à la maturation durant l'adolescence.



Les élèves étudient la reproduction humaine, de la fécondation à la naissance.



Liens à d'autres sections du programme d'Éducation Physique et Bien-être

Relations saines

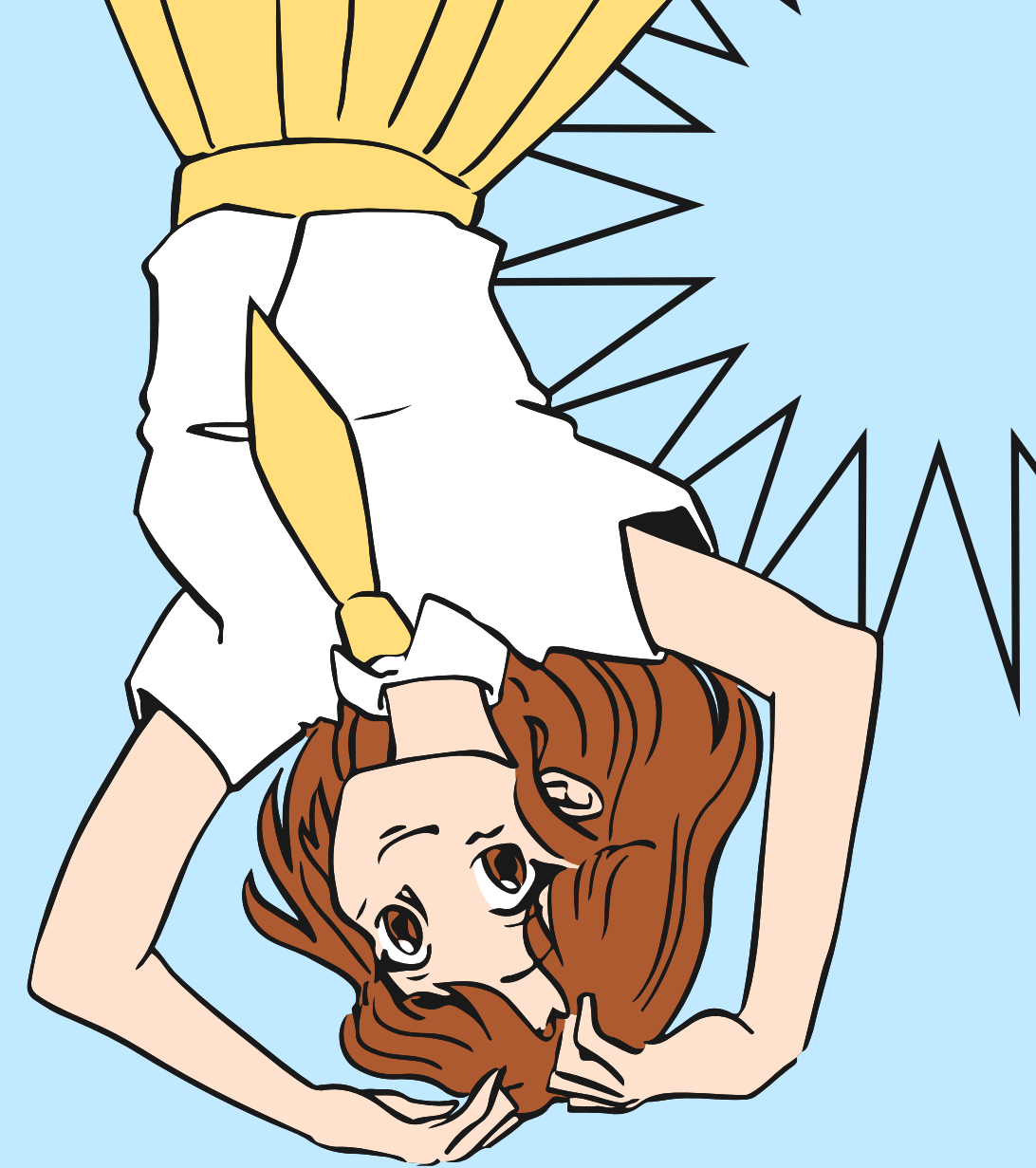
Les élèves étudient et décrivent diverses perspectives qui aident à établir des relations saines.

Développement du caractère

Les élèves établissent un lien entre les stratégies de bien-être et les occasions offertes par la vie et l'apprentissage tout au long de la vie

Alimentation saine

Les élèves examinent l'accès aux aliments et en quoi cela influence les prises de décisions liées à la nutrition.



HABILETÉS ET PROCÉDURES

Maturation



Étudier les conséquences qu'ont les changements sur les plans physique, cognitif, émotionnel et social durant la maturation se produisant à l'adolescence.

Nommer les facteurs personnels et environnementaux qui peuvent influencer le bien-être et la maturation durant l'adolescence.

Établir un lien entre les facteurs personnels et environnementaux et la prise de décisions durant l'adolescence.

Établir le lien entre les besoins physiques et les changements associés à la maturation durant l'adolescence.



Reproduction

Nommer des moyens efficaces d'éviter une grossesse et des infections transmissibles sexuellement.

Examiner des facteurs qui peuvent influencer la prise de décisions liées à la santé génésique.

Examiner le développement du fœtus lors de chacun des trois trimestres.

Examiner des facteurs nuisibles au développement du fœtus.

Nommer les éléments d'hygiène de vie qui favorisent une grossesse en santé.

Étudier en quoi les croyances traditionnelles, culturelles et religieuses peuvent avoir une influence sur la reproduction humaine.

Maturation

Compréhension



La connaissance et la conscience des changements qui peuvent survenir durant la maturation favorisent le bien-être holistique.

La maturation peut entraîner l'amélioration des aptitudes ainsi que l'accroissement de l'adaptabilité et des capacités d'une personne dans différents contextes.

Divers facteurs personnels et environnementaux peuvent favoriser la maturation.

La croissance associée à la maturation peut entraîner l'accroissement des besoins physiques.



Reproduction



Nommer des moyens efficaces d'éviter une grossesse et des infections transmissibles sexuellement.

Examiner des facteurs qui peuvent influencer la prise de décisions liées à la santé génésique.

Le développement du fœtus se produit par étapes tout au long de la grossesse.

Les éléments d'hygiène de vie favorables peuvent améliorer la santé génésique, assurer une grossesse en santé et augmenter les chances d'un accouchement sécuritaire.

Étudier en quoi les croyances traditionnelles, culturelles et religieuses peuvent avoir une influence sur la reproduction humaine.

Connaissances

Maturation

Une personne peut ressentir des changements sociaux durant la maturation, tels que :

- l'essai de nouvelles choses par curiosité
- l'importance accrue des pairs
- des changements dans la connaissance de soi et l'image de soi
- le langage qu'une personne utilise pour se décrire
- une attente accrue en matière de responsabilité.

L'image de soi se développe avec le temps et peut évoluer à partir d'expériences.

La maturation peut être favorisée par la prise de décisions liées à des facteurs personnels et environnementaux, tels que :

- la réduction du stress
- la santé mentale
- l'image corporelle
- l'immunisation
- la pratique quotidienne d'activités physiques
- la consommation de substances
- le sommeil et le repos
- l'alimentation.

Les variations des besoins physiques pendant la maturation peuvent entraîner :

- un état de fatigue et des changements aux cycles du sommeil
- des changements dans les niveaux d'énergie
- l'accroissement des exigences nutritionnelles
- l'augmentation de l'appétit.

Connaissances

Reproduction

La grossesse peut survenir à la suite d'un rapport sexuel.

Une grossesse peut être confirmée à l'aide d'un test.

L'abstinence consiste à choisir de ne pas avoir de rapports sexuels.

Toute activité sexuelle nécessite toujours un consentement.

La maîtrise de soi peut favoriser la prise de décision liée à la reproduction humaine.

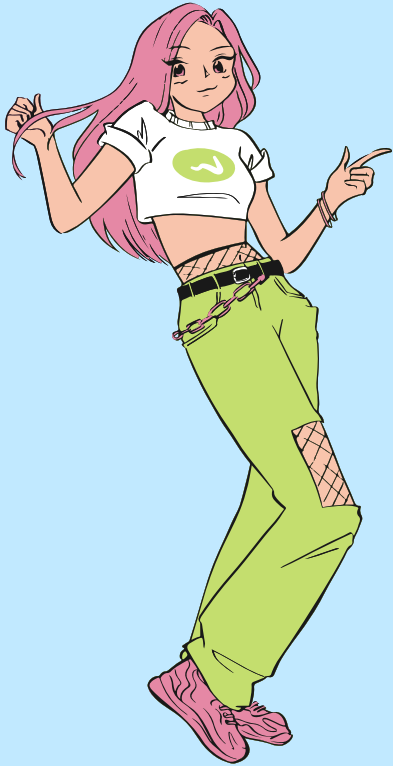
Les différents types de moyens de contraception peuvent présenter des niveaux d'efficacité et de risques variables.

L'activité sexuelle peut exposer les personnes à des infections transmissibles sexuellement et à des infections transmises par le sang.

Certains moyens de contraception peuvent réduire le risque d'infections transmissibles sexuellement et d'infections transmises par le sang.

Les facteurs qui influencent la prise de décisions liées à la reproduction comprennent :

- l'âge
- la disposition sur le plan financier
- l'état de santé
- le soutien de la famille, du fournisseur de soins et de la communauté.



Connaissances

Reproduction



La grossesse dure environ 40 semaines et se divise en trois stades appelés trimestres.

Une naissance avant 37 semaines de grossesse est appelée une naissance prématurée.

Les facteurs qui influencent la prise de décisions liées à la reproduction comprennent :

- l'âge
- la disposition sur le plan financier
- l'état de santé
- le soutien de la famille, du fournisseur de soins et de la communauté.

La grossesse dure environ 40 semaines et se divise en trois stades appelés trimestres.

Une naissance avant 37 semaines de grossesse est appelée une naissance prématurée.

Connaissances

Reproduction



Des éléments qui peuvent nuire au développement du fœtus durant la grossesse sont, notamment :

- la malnutrition
- le tabagisme
- la consommation d'alcool
- la consommation de drogue.
-

Quelques éléments d'hygiène de vie favorables pendant une grossesse comprennent :

- la consommation d'aliments nutritifs
- la pratique d'une activité physique
- des périodes de sommeil et de repos adéquates
- un suivi médical constant et effectué dès le début.

Il existe diverses croyances traditionnelles, culturelles et religieuses au sujet de la santé génésique.

Ressources



Alberta Regional Professional
Development Consortia
Adult learning for students' sake



Padlet



INFORMATION



Annie Drapeau
adrapeau@cpfpp.ab.ca

