

À propos du thème 3

Être humain, c'est être sexué. La sexualité, exprimée à travers notre masculinité et notre féminité, est une composante essentielle de l'identité individuelle. C'est pour cette raison que l'éducation sexuelle s'intègre dans l'éducation de toute la personne. Par conséquent, il faut aborder le thème 3 en considérant les thèmes précédents, sur la valeur de l'individu et des relations humaines, ainsi que les thèmes suivants, sur l'engagement et la responsabilité sociale. Sans ce contexte, il est trop facile de réduire la sexualité à l'appareil reproducteur et à son fonctionnement.

Les enfants sont à l'aube de l'adolescence et ils entretiennent différentes idées sur la sexualité. Ils ont d'abord reçu de l'information à la maison et à l'école. Ils ont appris que les hommes et les femmes sont physiquement différents, et que ces différences sont liées à notre potentiel de maternité et de paternité. Dans la relation du mariage, les rapports sexuels entre mari et femme expriment un amour enrichissant, tant spirituellement que physiquement. Les parents participent au pouvoir créateur de Dieu et les enfants issus de leur mariage sont un symbole unique de leur amour. Les enfants ont appris que toute nouvelle vie humaine commence dès la conception; ils en ont suivi le développement d'une simple cellule créée par l'union d'un spermatozoïde et d'un ovule jusqu'à la naissance d'un bébé.

Outre cette information sur la sexualité, les élèves de cet âge développent également leur propre attitude, façonnée à la fois à la maison, à l'école et par la société dans son ensemble, et plus particulièrement par les médias. La sexualité est profondément relationnelle. Dans les foyers où les parents collaborent, reconnaissent le travail que l'autre fait pour la famille et montrent leur affection et leur respect l'un pour l'autre et pour les enfants, les membres de la famille acquièrent des attitudes positives sur la complémentarité des hommes et des femmes. À l'école, les enfants ont appris que la sexualité est l'un des merveilleux dons de la création et nous les encourageons à être fiers d'être hommes et femmes. Ils ont également discuté du concept chrétien du mariage et de la famille, qui met l'accent sur l'engagement et la générosité.

Tout cela a eu une influence positive sur les élèves, influence qui donne lieu à des attitudes pleinement humaines sur la sexualité. Il existe cependant d'autres influences au sein de notre société qui dégradent la sexualité et qui nous rendent inférieurs à ce que nous sommes censés

être. Les médias représentent et créent souvent une compréhension moins qu'humaine de la sexualité. Ils proposent une image désinvolte, désengagée et souvent exploitante des dimensions relationnelles, tandis que les dimensions procréatrices sont soit ignorées ou rejetées. Les élèves sont exposés à cette image déformée de la sexualité et sont influencés par celle-ci, à différents degrés. Le troisième thème leur offre l'occasion d'examiner les messages qu'ils reçoivent et permet aux enseignants d'entamer un dialogue sur l'importance de la modestie et de la chasteté. Dès les premières années du primaire, les élèves sont encouragés à approfondir leur compréhension de l'aspect affectif et donneur de vie de la sexualité humaine, tandis que vers la fin du primaire, ils apprennent à croître dans leur engagement personnel envers la chasteté.

Survol des sujets présentés

- **Sujet 1 : Le corps humain, une création merveilleuse** — Le sujet d'ouverture du thème 3 aborde la merveille du corps humain et introduit le concept *d'être* un corps, plutôt que *d'avoir* un corps. Il présente les principaux systèmes et appareils de l'organisme et se termine par une brève introduction de l'appareil reproducteur humain.
- **Sujet 2 : L'appareil qui donne la vie** — Le sujet 2 complète l'introduction de l'appareil reproducteur par une description des organes des appareils reproducteurs féminin et masculin adultes.
- **Sujet 3 : La fertilité humaine** — Ce sujet s'appuie sur le précédent et propose une introduction au concept de la fertilité, suivie d'une explication de la fertilité féminine et de la fertilité masculine. Il se termine par l'exploration de l'ultime expression du don de la fertilité humaine : la création d'une nouvelle vie et l'expérience de la parentalité.
- **Sujet 4 : Le début de la puberté** — Le sujet 4 présente et explique les changements physiques de la puberté. Nous y retrouvons de l'information sur les changements précis qui se produisent chez l'homme et la femme lors du développement de leur appareil reproducteur ainsi que des tableaux indiquant les tranches d'âge au cours desquelles la puberté survient et les signes du développement sexuel apparaissent.
- **Sujet 5 : Grandir** — Le cinquième sujet du thème 3 souligne certains changements qui surviennent chez les jeunes après la puberté; des changements qui touchent la personne tout entière et non pas seulement son corps. La puberté marque le début du long processus de développement au cours duquel nous devenons des hommes et des femmes.
- **Sujet 6 : Grandir dans la résilience** — Ce sujet supplémentaire du thème 3 décrit quelques-unes des contraintes affectives et

relationnelles liées à la puberté. Il propose également des stratégies que les élèves peuvent utiliser pour gérer le stress, renforcer leur résilience et améliorer leur santé mentale et leur bien-être émotionnel.

Note finale

Tandis que l'enfance cède la place à la préadolescence, l'un des principaux objectifs du thème 3 est de préparer les élèves à cette nouvelle étape de découverte et de questionnement. Il s'agit également d'une période de réflexion; le concept d'identité, qui comprend la sexualité, prend de plus en plus d'importance, surtout plus tard dans l'adolescence.

Au début de la puberté, au moment où apparaissent les caractères sexuels secondaires et les premiers signes de la fécondité, les enfants développent un intérêt naturel envers leur corps. Le thème 3 reconnaît cet intérêt et propose des sujets qui répondent aux préoccupations des élèves concernant la progression de la puberté et où ils se situent par rapport à cette progression. Aux niveaux supérieurs, le thème 3 explore certaines préoccupations telles que l'évolution des relations avec le sexe opposé et la nouvelle expérience de l'attirance sexuelle.

Comme nous l'avons vu dans les niveaux précédents, la vision de la sexualité qui est présentée dans ce thème englobe également les aspects relationnel et procréatif de la sexualité. L'attirance sexuelle concerne non seulement l'attirance des corps, mais aussi celle des personnes. La fertilité humaine est un don qui doit être chéri et protégé; il s'agit d'une partie intégrante de notre identité en tant qu'hommes et femmes. Nous sommes des esprits incarnés, créés pour donner la vie et aimer, destinés à vivre en harmonie avec notre nature physique et spirituelle, et mis au défi de comprendre et de suivre le projet de Dieu pour la sexualité. Votre propre sentiment de reconnaissance envers le prodige de la vie humaine et de l'amour ainsi que votre réceptivité envers vos élèves constituent les éléments les plus importants que vous pouvez apporter au thème 3.

Il est essentiel que vous fassiez parvenir la lettre aux parents avant d'entreprendre l'étude du thème 3. En tant que premiers éducateurs de leurs enfants en matière de foi, de morale et de sexualité, les parents doivent être renseignés sur le contenu du programme. Certains enseignants ont reconnu la primauté du rôle des parents ainsi que la nature délicate de l'information sur la sexualité à cette étape du programme et ont demandé aux élèves d'apporter le livre de l'élève à la maison avant d'entamer le thème 3. D'après leur expérience, cette forme de communication s'est avérée très utile. Elle permet aux parents de prendre connaissance de l'information qui sera transmise à leurs

enfants et d'en discuter avec eux avant qu'elle soit présentée à la classe.

Étant donné la primauté de leur rôle, les parents conservent le droit de retirer leur enfant du programme s'ils estiment que cela est dans son intérêt et qu'ils acceptent la responsabilité de fournir une éducation sexuelle à la maison.

N'oubliez pas que vous jouez un rôle important en tant qu'enseignant catholique, et que le programme *Vivre pleinement* a été approuvé par les évêques de l'Ontario. Cette approbation confirme leur confiance envers votre capacité à être le complément des initiatives de la famille et à partager avec vos élèves votre compréhension chrétienne de ce que signifie être créés hommes et femmes.



Chère famille,

Nous sommes prêts à aborder le thème 3 du programme *Vivre pleinement*, notre programme d'éducation en vie familiale. Une collaboration fructueuse entre la maison, l'Église et l'école nous semble primordiale, et nous vous envoyons cette lettre pour vous informer des sujets dont nous discuterons en classe et vous proposer quelques suggestions concernant votre implication.

À propos du thème 3

Le thème 3 du programme *Vivre pleinement* s'intitule « Créature sexuée : homme ou femme ». Dieu nous a faits hommes et femmes et toutes les créations de Dieu sont bonnes. Dans les premières années du primaire, ce thème a été présenté à travers une histoire continue qui mettait l'accent sur le projet de Dieu pour la nouvelle vie résultant de l'amour entre les mères et les pères. Le message demeure le même aux niveaux supérieurs, mais l'approche est plus directe. Lorsque les élèves atteignent la puberté, ils doivent connaître les changements qu'ils vivront ainsi que les responsabilités qu'entraîne le fait d'avoir été créés homme ou femme et de suivre le projet que Dieu a établi pour eux.

Dans le thème 3, nous...

- explorerons l'idée que nous *n'avons pas* un corps, mais que nous *sommes* un corps; Dieu nous a créés en tant que personnes corps/esprit;
- examinerons les principaux systèmes et appareils de l'organisme et apprendrons les caractéristiques uniques de l'appareil reproducteur;
- en apprendrons sur les appareils reproducteurs féminin et masculin adultes et sur la fertilité chez la femme et l'homme adultes;
- discuterons des changements physiques de la puberté ainsi que des changements affectifs et sociaux.

Un regard vers l'avenir

Voici les nouveaux termes pour la cinquième année, qui sont associés à l'appareil reproducteur féminin et qui n'ont pas encore été abordés dans le livre de l'élève : *vulve*, *col de l'utérus*, *ovaires* et *trompes de Fallope*. Voici les nouveaux termes associés à l'appareil reproducteur masculin : *urètre*, *scrotum*, *testicules* et *canal déférent*. Le seul nouveau terme associé à la fertilité féminine est *menstruation*, et les nouveaux termes associés à la fertilité masculine sont les suivants : *sperme*, *éjaculation* et *érection*. D'autres nouveaux termes présentés en cinquième année sont *fécondation* et *implantation*. En sixième année, les élèves revoient la reproduction humaine et les changements de la puberté, pour ensuite explorer le développement d'une nouvelle vie humaine, de la conception et l'implantation à travers les trois trimestres de la grossesse.

La collaboration entre l'école et la maison

- À l'école, les enfants rempliront plusieurs fiches sur les appareils reproducteurs adultes, la fertilité humaine et les changements de la puberté qu'ils pourront apporter à la maison. Ces fiches comportent une section qui permet aux élèves de poser des questions sur les sujets étudiés. Assurez-vous de demander à votre enfant s'il a des questions. Certains enfants ne sont pas à l'aise de poser des questions devant les autres élèves et préféreront les poser à la maison.
- Les filles doivent connaître les changements de la puberté et être bien préparées avant le début des menstruations. Soyez également attentif au fait que les filles qui se développent plus vite se font souvent taquiner par les autres. Il est difficile de faire partie des premières personnes qui vivent les changements de la puberté, et il est tout aussi difficile d'être parmi les dernières. Des parents compréhensifs ne peuvent pas éliminer ces difficultés, mais ils peuvent alléger la situation en faisant preuve de tact et de patience.
- À l'école, les élèves parleront de modestie et de l'importance de respecter le don de la sexualité par leur façon de parler, de se vêtir et d'agir. Malheureusement, ils sont également exposés à de nombreux exemples du manque de respect envers la sexualité, surtout dans les médias. Lorsque l'occasion se présente, par exemple lorsque vous écoutez des émissions de télévision et des publicités ensemble, il est important de discuter de ces questions avec votre enfant et de mettre l'accent sur la nécessité de se respecter en tant que fille ou garçon et de respecter les autres.

Enseignant : _____ Date : _____



Le corps humain, une création merveilleuse

Votre corps est un temple de l'Esprit-Saint.

1 Corinthiens 6,19

Attentes

Les élèves pourront :

- nommer les principaux systèmes et appareils de l'organisme et les caractéristiques uniques de l'appareil reproducteur;
- reconnaître et apprécier que Dieu nous a créés en tant que personnes corps/esprit.

Note à l'enseignant

Ce premier sujet met l'accent sur le corps humain en tant que création remarquable. Le concept le plus important de ce sujet est sans doute la compréhension que nous *n'avons pas* un corps, mais que nous *sommes* un corps. Dieu nous a créés en tant que personnes corps/esprit. Ce concept est présenté dans ce sujet et sera développé davantage au cours des années subséquentes, car il est essentiel à la compréhension de la sexualité humaine. Notre société se préoccupe de l'aspect génital de la sexualité et favorise une vision de la sexualité centrée sur les caractéristiques physiques et les organes, quelque chose que nous avons, plutôt que sur la dimension fondamentale de la personne. La personne entière est une créature sexuée : homme ou femme. Nous pensons, agissons, ressentons, aimons et établissons des liens entre nous en tant que filles et garçons, hommes et femmes.

Ce sujet propose une brève introduction à l'appareil reproducteur humain dans le cadre d'une exploration des autres principaux systèmes et appareils de l'organisme humain. Les deux sujets suivants se concentrent sur les appareils reproducteurs féminin et masculin adultes, y compris les organes de ces appareils et la fertilité humaine.

Mots importants

- *sexuel, sexualité, appareil, reproducteur*

Matériel requis/Préparation

- Distribuez aux élèves la lettre de présentation du thème 3 adressée aux familles, afin qu'ils l'apportent à la maison.
- Avant de présenter ce sujet, demandez aux élèves de se décrire en complétant la phrase « Je suis un/une... » trois fois, en utilisant chaque fois un mot qui décrit un élément important à leur sujet. (Par exemple, je suis un élève; je suis une personne; je suis une sœur; je suis un garçon; je suis un athlète.) Demandez-leur d'écrire leurs trois phrases sur un morceau de papier.

Ressources du programme

- Livre de l'élève, p. 53 à 59
- Liens familiaux : Le corps humain, une création merveilleuse
- Fiche reproductible 20 : Le don de notre vie
- Fiche reproductible 21 : Les principaux systèmes et appareils de l'organisme (activités connexes)

Présentation du thème 3

Invitez les élèves à partager les trois mots qu'ils ont utilisés pour compléter leurs phrases (voir « Matériel requis/Préparation »). Combien d'entre eux ont utilisé le mot *fille* ou le mot *garçon* dans leurs phrases? Quels autres mots pourriez-vous utiliser pour fille et garçon? (Féminin et masculin)

Présentez la page 53 du livre de l'élève, et invitez les élèves à réagir au passage des Écritures et au texte de présentation du thème 3. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Que signifie le mot *sexué*? (Concerne votre sexe, féminin ou masculin.)
- Que signifie le mot *sexualité*? (Le fait d'être soit masculin ou féminin.)
- Pourquoi la sexualité est-elle un cadeau merveilleux? (Être masculin ou féminin est une partie importante du cadeau d'être une personne.)
- En quoi les hommes et les femmes sont-ils différents? (Leur corps, les parties de leur corps.)
- En quoi sont-ils semblables? (Ils sont des personnes; ils sont créés par Dieu.)
- Que savez-vous déjà à propos des pouvoirs de la vie et de l'amour offerts par Dieu aux hommes et aux femmes? (Ensemble, ils créent une nouvelle vie humaine. La vie humaine débute dès la conception, lorsque l'ovule de la mère et le spermatozoïde du père s'unissent pour former une seule cellule. La nouvelle vie grandit et se développe dans l'utérus de la mère pendant environ neuf mois, jusqu'à ce que le bébé soit prêt à naître.)

- Selon vous, quelles nouvelles idées et informations allez-vous apprendre dans cette partie du programme *Vivre pleinement*?

Informez les élèves qu'ils devront remplir une fiche reproductible sur le thème 3 une fois qu'ils auront terminé le cinquième sujet.

Nous expérimentons

Présentez les pages 54 et 55, lisez le texte ensemble et invitez les élèves à réagir au texte. En quoi ces photos concernent-elles notre corps? Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Croyez-vous que nous pourrions communiquer nos sentiments sans notre corps? Pourquoi? Pourquoi pas?
- Croyez-vous que les créatures comme les chiens ou les poules peuvent se sentir détachés de leur corps comme il nous arrive parfois?

Vous pouvez souligner que la principale raison pour laquelle nous nous sentons détachés de notre corps est notre cerveau volumineux et magnifique. Un chien ou une poule ne peut pas réfléchir à son corps. Nous sommes les seules créatures à pouvoir penser à nous-mêmes.

- Que signifie être une personne corps/esprit? (Nous sommes des créatures uniques; nous sommes créés à l'image de Dieu; après notre vie sur terre, nous entamons une nouvelle vie avec Dieu.)

Nous découvrons

Revoyez ensemble les pages 56 et 57 et invitez les élèves à réagir au texte. Proposez-leur de trouver leur pouls, de fléchir leurs muscles, de se concentrer sur leur respiration ou sur une douleur. Ceux qui ont faim pourraient entendre leur ventre gargouiller.

Explorez le mot *appareil* avec eux. Dites-leur de réfléchir à des appareils, par exemple, l'appareil politique ou l'appareil judiciaire. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Quelles sont les composantes de l'appareil politique? (Les élections, les partis politiques, le gouvernement fédéral et les gouvernements provinciaux et territoriaux.)
- Quelles sont les composantes de l'appareil judiciaire? (Les lois, les avocats, les cours.)
- Qu'est-ce que cela vous enseigne sur la signification d'un appareil? (Il est composé d'éléments ou de choses qui, lorsqu'ils sont réunis, forment un tout complexe.)

Lisez ensemble la page 58 et invitez les élèves à réagir au texte. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- À quoi sert l'appareil reproducteur humain? (Il fait en sorte que les gens peuvent avoir des enfants.)

Explorez les quatre façons dont l'appareil reproducteur humain est différent des autres appareils et systèmes de l'organisme humain, et invitez les élèves à réagir et à poser des questions.

Lorsque vous arriverez à la fin de ce sujet sur l'importance du corps humain et de ses appareils et systèmes complexes, demandez aux élèves de résumer les idées principales de la discussion. Notez ces idées dans un tableau. Si des choses importantes n'ont pas été abordées pendant la discussion, encouragez les élèves à approfondir leurs idées. Voici les idées principales de ce sujet :

- Le corps humain est une création merveilleuse. Dieu nous a créés en tant que personnes corps/esprit.
- Les principaux systèmes et appareils de l'organisme qui nous gardent en vie sont l'appareil digestif, l'appareil respiratoire, le squelette, les muscles, le système nerveux, le système circulatoire et l'appareil urinaire.
- L'autre important appareil de l'organisme se nomme l'appareil *reproducteur*. Le but de cet appareil est de créer une nouvelle vie humaine.

Une fois le tableau rempli, lisez-le avec les élèves et invitez-les à faire des commentaires. Pourrait-on y ajouter quelque chose? Y a-t-il quelque chose de trop? Invitez les élèves à proposer un titre pour le tableau. Vous pouvez également leur demander de noter ces idées principales dans leur cahier de vie familiale.

Nous réagissons

Présentez la page 59 du livre de l'élève, et invitez les élèves à y réagir. Expliquez-leur que cette toile peinte par Michel-Ange représente Dieu créant Adam. L'original se trouve à Rome parmi d'autres toiles de la chapelle Sistine.

Distribuez la Fiche reproductible 20 : Le don de notre vie, et récitez la prière ensemble. Vous pouvez réciter cette prière avant chaque sujet du thème 3.

Nous explorons (activités connexes)

- **Liens familiaux** — Demandez aux élèves de remplir la Fiche des liens familiaux : Le corps humain, une création merveilleuse et de l'apporter à la maison pour la partager avec leur famille.
- **Les principaux systèmes et appareils de l'organisme** — Distribuez aux élèves la Fiche reproductible 21 : Les principaux systèmes et appareils de l'organisme, et demandez-leur de la remplir. Ils peuvent également travailler à deux pour cette activité et voir combien de systèmes et appareils ils sont capables de trouver sans regarder dans leur livre.
- **Boîte à questions** — Vous trouverez sans doute utile d'installer une boîte à questions pendant le déroulement de ce thème. Informez les élèves qu'ils peuvent écrire leurs questions sur le fait d'être un garçon ou une fille et sur les sujets étudiés et les déposer dans la boîte à questions. Assurez-vous de leur rappeler que vous comptez sur leur maturité et qu'ils doivent utiliser un langage respectueux au moment de formuler leurs questions. Toute question qui utilise un langage cru ou vulgaire n'obtiendra aucune réponse.

Vous pouvez répondre aux questions à la fin de la présentation de chaque sujet. Utilisez votre jugement pour choisir les questions auxquelles vous répondrez publiquement. En général, vous ne devriez pas répondre publiquement à une question qui va au-delà du matériel présenté dans ce thème. Si l'une des questions vous préoccupe et que vous en connaissez l'auteur, vous pourriez en parler à l'élève en privé plus tard.



Date _____ Nom _____

Le corps humain, une création merveilleuse

Nous avons discuté de ce que signifie être une créature sexuée : homme et femme. Voici ce que nous avons appris :

- Le corps humain est une création merveilleuse. Dieu nous a créés en tant que personnes corps/esprit.
- Les principaux systèmes et appareils de l'organisme qui nous gardent en vie sont l'appareil digestif, l'appareil respiratoire, le squelette, les muscles, le système nerveux, le système circulatoire et l'appareil urinaire.
- L'autre important appareil de l'organisme se nomme l'appareil *reproducteur*. Le but de cet appareil est de créer une nouvelle vie humaine.

Qu'est-ce qui fait de l'être humain une création aussi merveilleuse?

Que signifie le mot *reproducteur*? _____

Nomme deux éléments qui distinguent l'appareil reproducteur des autres principaux systèmes et appareil de l'organisme humain :

Nom _____ Date _____



Le don de notre vie

Nous te remercions, Seigneur, pour le don de notre vie.

Nous sommes remarquablement créés à ton image.

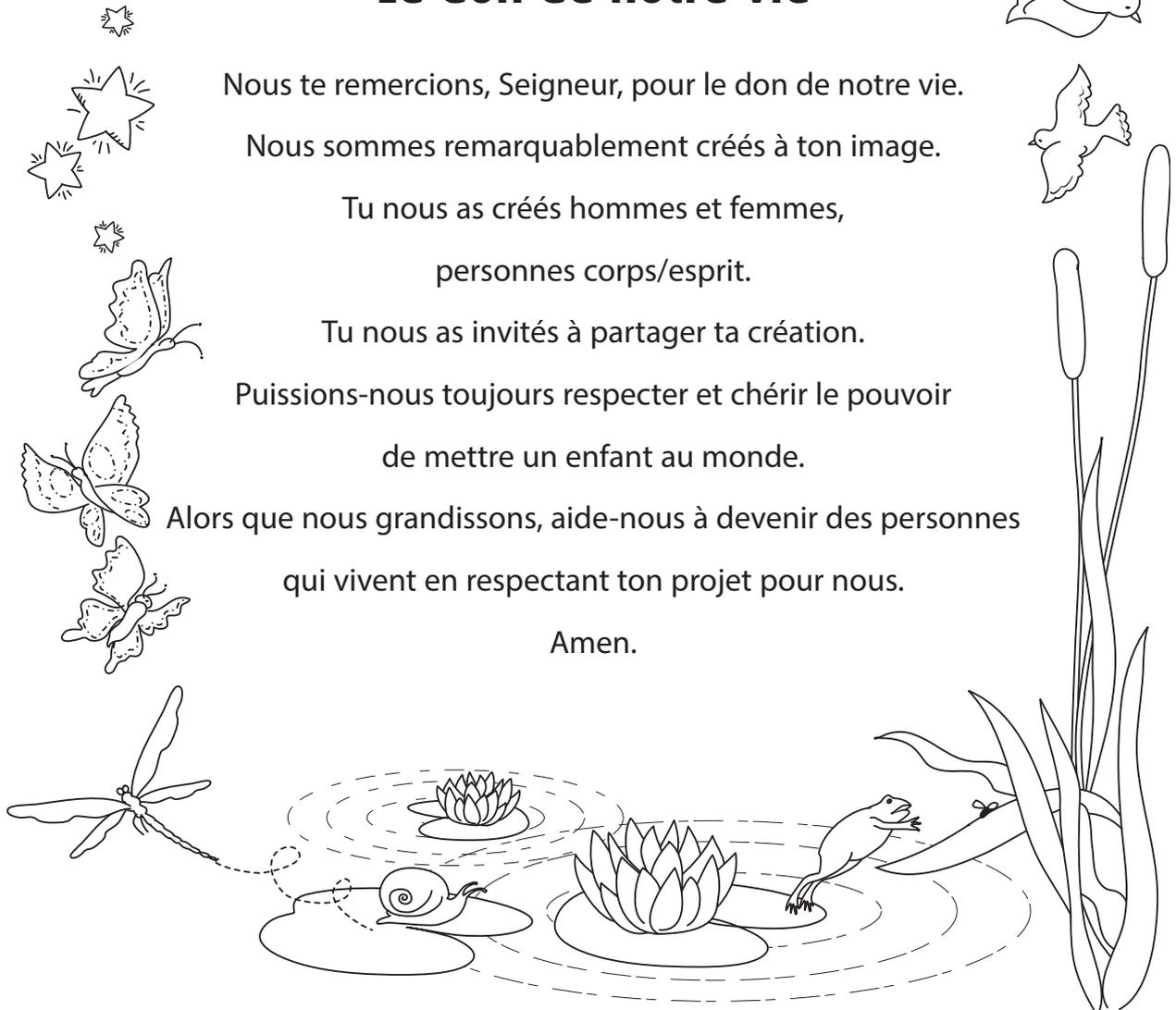
Tu nous as créés hommes et femmes,
personnes corps/esprit.

Tu nous as invités à partager ta création.

Puissions-nous toujours respecter et chérir le pouvoir
de mettre un enfant au monde.

Alors que nous grandissons, aide-nous à devenir des personnes
qui vivent en respectant ton projet pour nous.

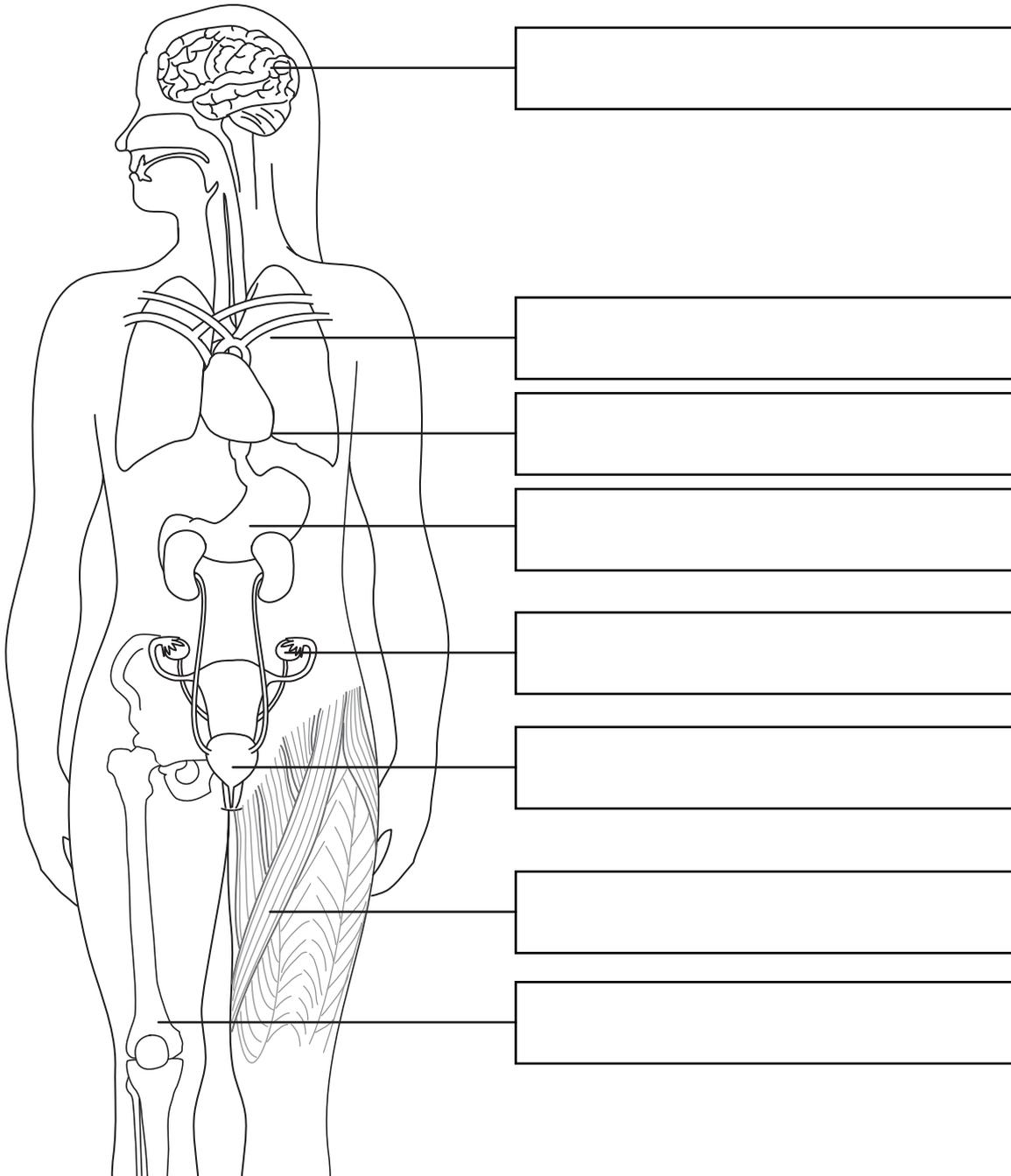
Amen.



Nom _____ Date _____

Les principaux systèmes et appareil de l'organisme

Chacune des illustrations suivantes représente un important système ou appareil de l'organisme humain. Combien de systèmes et appareils peux-tu nommer sans consulter ton livre?





L'appareil qui donne la vie

La sexualité personnelle est inévitablement liée aux valeurs éthiques ou morales de la personne, qui ne sont pas des normes ni des règles sans vie, mais bien une expression pratique du projet de Dieu.

AÉCO, Curriculum Guidelines for Family Life Education, 1983

Attentes

Les élèves pourront :

- nommer les différentes parties des appareils reproducteurs féminin et masculin;
- reconnaître et apprécier la nécessité du respect lors de conversations sur le don d'être capable de créer une nouvelle vie humaine.

Note à l'enseignant

Lorsque vous vous préparerez à présenter le matériel de ce sujet, vous remarquerez que celui-ci porte principalement sur les appareils reproducteurs féminin et masculin. Ainsi, les élèves peuvent aborder la matière d'un point de vue objectif plutôt que subjectif. Les changements physiques de la puberté, qui touchent plus personnellement les élèves, seront présentés dans le sujet 4 de ce thème.

À ce moment, les élèves connaîtront déjà certaines informations sur les appareils reproducteurs féminin et masculin. Voici les nouveaux termes associés à l'appareil reproducteur féminin qui n'ont pas encore été abordés dans le livre de l'élève des niveaux précédents : *vulve, col de l'utérus, ovaires* et *trompes de Fallope*. Voici les nouveaux termes associés à l'appareil reproducteur masculin qui n'ont pas encore été abordés dans le livre de l'élève des niveaux précédents : *urètre, scrotum, testicules* et *canal déférent*. Les élèves n'ont pas à mémoriser ces mots, mais ils doivent les comprendre.

Pour de plus amples informations, vous pouvez consulter la section 1 du Supplément d'information sur le thème 3 (l'annexe A) avant de présenter ce sujet. L'information sur l'appareil reproducteur humain vous sera sans doute très utile. La section 2 présente le vocabulaire utilisé dans le thème 3 des niveaux précédents et dans le niveau actuel.

La Fiche reproductible 22 : Les appareils reproducteurs humains adultes, que vous verrez dans le présent sujet, a été conçue pour être apportée à la maison afin que les élèves partagent leur apprentissage et leurs questions avec leur famille. Si vous n'avez pas encore demandé aux élèves d'apporter leur livre à la maison, faites-le une fois ce sujet terminé.

Avertissement : Une atmosphère respectueuse et ouverte est essentielle à l'exploration de ce sujet. Attendez-vous à de la gêne, à des rires et à des blagues au début. Bien que ce ne soit pas grave, encouragez les élèves à utiliser leur maturité croissante et leur capacité à discuter de sujets de nature délicate de façon appropriée.

Encouragez les élèves à poser des questions. Toutefois, un élève pourrait délibérément poser une question provocatrice ou soulever une préoccupation qui mènerait à une discussion de classe dont le contenu va bien au-delà de la matière présentée dans ce thème. Si, à votre avis, une question vous semble inappropriée, proposez à l'élève de la poser à la maison.

Mots importants

- *vulve, col de l'utérus, ovaires, trompes de Fallope, urètre, scrotum, testicules, canal déférent*

Ressources du programme

- Livre de l'élève, p. 60 à 62
- Fiche reproductible 22 : Les appareils reproducteurs humains adultes

Nous expérimentons

Présentez ce sujet en demandant aux élèves de se rappeler les quatre caractéristiques uniques de l'appareil reproducteur humain (livre de l'élève, page 58). Écrivez ces caractéristiques au tableau :

- Ne fonctionne pas tant que vous n'avez pas atteint la puberté.
- Les appareils reproducteurs masculin et féminin sont très différents.
- L'appareil ne peut pas fonctionner seul; il a besoin des deux sexes.
- D'autres appareils et systèmes nous gardent en vie; cet appareil sert à créer une nouvelle vie.

Invitez les élèves à poser leurs questions concernant ces caractéristiques.

Expliquez-leur que ce sujet portera sur l'une de ces caractéristiques : les différences entre les appareils reproducteurs masculin et féminin.

Nous découvrons

Lisez ensemble le paragraphe de présentation à la page 60, puis présentez la figure. Invitez les élèves à réagir à l'appareil reproducteur adulte féminin. Assurez-vous de leur préciser qu'il s'agit de l'appareil reproducteur d'une femme adulte, et non pas de celui d'une fille. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Quels mots du corps humain féminin connaissez-vous déjà? (*Vagin, canal génital, utérus, ovaire, ovule*)
- Quels mots ne connaissez-vous pas? (*Vulve, col de l'utérus, ovaires, trompes de Fallope*)
- Pour quelle raison croyez-vous que la plupart des organes reproducteurs d'une femme sont à l'intérieur de son corps? (Une nouvelle vie humaine commence et se développe dans son corps.)

Invitez-les à poser des questions sur les organes de l'appareil reproducteur féminin adulte.

Maintenant, présentez la figure à la page 61 et demandez aux élèves de réagir à l'appareil reproducteur masculin adulte. Encore une fois, assurez-vous de leur préciser qu'il s'agit de l'appareil reproducteur d'un homme adulte, et non pas de celui d'un garçon. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Quels mots du corps humain masculin connaissez-vous déjà? (*Pénis, spermatozoïde*)
- Quels mots ne connaissez-vous pas? (*Urètre, scrotum, testicules, canal déférent*)

Invitez-les à poser des questions sur les organes de l'appareil reproducteur masculin adulte.

Nous réagissons

Lisez ensemble la page 62 et invitez les élèves à réagir au texte. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Pourquoi les gens ressentent-ils de la gêne ou de l'inconfort au moment de parler de l'appareil reproducteur? (Il s'agit d'une partie du corps que nous gardons couverte parce qu'elle est privée; c'est très personnel.)
- Pourquoi est-ce important d'être respectueux lorsque nous parlons de ces parties du corps? (Dieu nous a créés personnes corps/esprit et nous méritons le respect; les blagues et le langage vulgaire sont irrespectueux envers la création de Dieu; le corps n'est pas un sujet duquel nous pouvons faire des blagues, le corps est une personne.)

- En quoi l'appareil reproducteur est-il un don puissant? (Il permet aux hommes et aux femmes de créer une nouvelle vie; il s'agit d'une partie importante du fait d'avoir été créés hommes et femmes.)

Distribuez la Fiche reproductible 22 : Les appareils reproducteurs humains adultes, et demandez aux élèves de la remplir. Une fois qu'ils vous auront montré leur travail, dites-leur d'apporter la fiche à la maison pour partager leurs questions avec leur famille.

Nom _____ Date _____

Les appareils reproducteurs humains adultes

1. Voici ce que j'ai appris au sujet de l'appareil reproducteur féminin adulte :

2. Voici ce que j'ai appris au sujet de l'appareil reproducteur masculin adulte :

3. Voici certaines questions que j'ai :

Lorsque tu as rempli cette fiche, apporte-la à la maison pour partager ce que tu as appris avec ta famille et poser toutes autres questions que tu as.



La fertilité humaine

Les valeurs de la fertilité humaine sont également les valeurs de la sexualité humaine [...] si les jeunes sont en mesure de voir le lien entre leur sexualité et leur fertilité, ils attacheront à chacune une grande valeur et seront fiers de mieux comprendre pourquoi Dieu les a faits masculins ou féminins.

Charles Norris et Jeanne Owen, Know Your Body

Attentes

Les élèves pourront :

- reconnaître les principales caractéristiques de la fertilité masculine et féminine;
- reconnaître et apprécier la puissance de la fertilité humaine et la responsabilité de l'utiliser selon le projet de Dieu.

Note à l'enseignant

Ce sujet s'appuie sur le précédent et présente de l'information de base sur la fertilité humaine. Les termes *menstruation* et *éjaculation* sont expliqués pour une première fois dans ce programme. Voici les nouveaux termes utilisés dans ce sujet : *menstruation*, *éjaculation* et *érection*. Les élèves n'ont pas à mémoriser ces mots, mais ils doivent les comprendre.

Ce sujet voit également les termes *fécondation* et *implantation*. À ce niveau scolaire, la description de la vie humaine dans l'utérus se termine au stade de l'implantation. Le programme de la sixième année propose une présentation détaillée de la grossesse par trimestre.

Une vision chrétienne de la sexualité comprend toujours une responsabilité personnelle et des normes morales. Il est important de transmettre aux élèves que les rapports sexuels ont lieu uniquement dans une relation engagée et fidèle d'amour conjugal. C'est un acte profondément intime et personnel qui a le potentiel de créer une nouvelle vie. La réalisation de ce potentiel va bien au-delà du simple processus biologique; il s'agit du partage du pouvoir créateur de Dieu. La fertilité est un don qui doit être chéri et utilisé conformément au projet de Dieu.

La Fiche reproductible 23 : La fertilité humaine, que vous verrez dans le présent sujet, a été conçue pour être apportée à la maison afin que les élèves partagent leur apprentissage et leurs questions avec leur famille. Si vous n'avez pas encore demandé aux élèves d'apporter leur livre à la maison, faites-le une fois ce sujet terminé.

Pour de plus amples informations sur la fertilité, vous pouvez consulter la section 1 du Supplément d'information sur le thème 3 (l'annexe A) avant de présenter ce sujet.

Avertissement : Vous remarquerez sans doute que certains élèves savent que des personnes non mariées ont des relations sexuelles, que certains parents célibataires n'ont jamais été mariés et que certains couples avec enfants ne sont pas mariés. Cette prise de conscience peut être le résultat d'une expérience personnelle, du portrait des relations et de la vie de famille dans les médias, ou les deux.

Si un élève soulève cette préoccupation, expliquez-lui que seul Dieu sait ce que contient notre cœur et les difficultés que nous vivons. Nous ne jugeons pas les autres. Mais nous savons aussi que Dieu nous a créés par amour et il veut que nous vivions conformément à son projet. Suivre le projet de Dieu pour le mariage et les enfants pourra assurer notre bonheur.

Mots importants

- *fertilité, procréer, cycle, menstruation, sperme, éjaculation, érection, fécondation, implantation*

Ressources du programme

- Livre de l'élève, p. 60 et 61, 63 à 67
- Fiche reproductible 23 : La fertilité humaine

Nous expérimentons

Présentez ce sujet en revoyant les quatre caractéristiques uniques de l'appareil reproducteur humain (livre de l'élève, page 58). Expliquez aux élèves que ce sujet portera sur trois de ces caractéristiques :

- Les appareils reproducteurs masculin et féminin sont très différents.
- Cet appareil ne peut pas fonctionner seul; il a besoin des deux sexes.
- D'autres appareils et systèmes nous gardent en vie; cet appareil sert à créer une nouvelle vie.

Présentez les figures aux pages 60 et 61 aux élèves et demandez-leur :

- Quelle information ces figures nous donnent-elles? (Les organes des appareils reproducteurs.)
- Ces figures nous montrent-elles le fonctionnement de ces appareils?

Dites-leur que ce sujet porte sur le fonctionnement de chacun de ces appareils et sur la façon dont ils fonctionnent ensemble pour créer une nouvelle vie.

Lisez ensemble la page 63 et invitez les élèves à réagir au texte. Explorez la signification des mots *fertilité* et *procréer*. La fertilité est le pouvoir de donner la vie, tandis que le mot procréer signifie de reproduire ou de donner la vie. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- En quoi la fertilité humaine est-elle différente de celle de la terre, des plantes ou des animaux? (Les êtres humains sont des créations uniques; une nouvelle vie humaine est créée à l'image de Dieu.)
- Pourquoi la création d'une nouvelle vie humaine est-elle une énorme responsabilité? (Les bébés ont besoin de soins et d'amour; ils ont besoin de parents qui sont prêts à veiller sur eux, à les guider et à les aider à grandir pour devenir de bonnes personnes; une mère et un père ont besoin d'être suffisamment matures pour aimer sans égoïsme et pour faire des sacrifices l'un pour l'autre et pour leurs enfants.)

Nous découvrons

Présentez la fertilité féminine et lisez ensemble la page 64. Invitez les élèves à réagir. Vous pouvez vous aider de la figure à la page 60 pour expliquer le fonctionnement de cet appareil. Après la lecture du texte, faites un retour et demandez aux élèves d'expliquer les points principaux dans leurs propres mots :

- La formation d'une épaisse couche de cellules sanguines dans l'utérus.
- La libération d'un ovule dans l'une des trompes de Fallope.
- L'élimination de la couche utérine lorsqu'il n'y a pas de grossesse.
- Le concept du cycle de fertilité d'une femme adulte. (Demandez-leur de réfléchir à d'autres exemples de cycles, comme le cycle des saisons, par exemple.)

Invitez les élèves à poser leurs questions sur la fertilité féminine.

Présentez la fertilité masculine et lisez ensemble la page 65. Invitez les élèves à réagir. Vous pouvez vous aider de la figure à la page 60 pour expliquer le fonctionnement de cet appareil. Après la lecture du texte, faites un retour et demandez aux élèves d'expliquer les points principaux dans leurs propres mots :

- Le développement de la fertilité masculine peu après la puberté;

- la signification du mot *sperme*;
- la signification des mots *éjaculation* et *érection*;
- les fonctions reproductrices et urinaires de l'urètre chez les hommes.

Invitez les élèves à poser leurs questions sur la fertilité masculine.

Nous réagissons

Vous pouvez demander aux élèves, par exemple :

- Vous avez appris le fonctionnement des appareils reproducteurs masculin et féminin. Quelle est leur fonction spéciale? (Créer une nouvelle vie.)
- L'appareil reproducteur masculin ou féminin peut-il accomplir sa fonction seul? Pourquoi pas? (Les deux sexes sont nécessaires à la procréation.)

Lisez ensemble la page 66 et invitez les élèves à réagir au texte. Explorez ensemble les mots *fécondation* et *implantation*.

- La fécondation se produit lorsqu'un spermatozoïde pénètre un ovule. Les deux cellules s'unissent pour devenir une seule cellule, ce que nous appelons la conception.
- Où a lieu la conception? (Dans l'une des trompes de Fallope.)
- L'implantation se produit lorsqu'une nouvelle vie, maintenant formée de plusieurs cellules, se déplace d'une trompe de Fallope vers l'utérus, où elle s'enfouit dans la couche de cellules sanguines.

Terminez le sujet en lisant ensemble la page 67. Vous pouvez demander aux élèves, par exemple :

- Comment le mari et la femme ont-ils partagé le pouvoir créateur de Dieu? (Ils ont créé une nouvelle vie ensemble grâce à leur amour l'un pour l'autre; la nouvelle vie est un signe unique de leur amour.)

Distribuez la Fiche reproductible 23 : La fertilité humaine, et demandez aux élèves de la remplir. Une fois qu'ils vous auront montré leur travail, dites-leur d'apporter la fiche à la maison pour partager leurs questions avec leur famille.

Nom _____ Date _____

La fertilité humaine

1. Voici ce que j'ai appris sur la fertilité féminine :

2. Voici ce que j'ai appris sur la fertilité masculine :

3. Voici certaines questions que j'ai :

Lorsque tu as rempli cette fiche, apporte-la à la maison pour partager ce que tu as appris avec ta famille et poser toutes autres questions que tu as.



Le début de la puberté

En ce monde, les choses qui sont faites pour durer longtemps sont celles qui prennent le plus de temps pour atteindre la maturité.

Saint Vincent de Paul

Attentes

Les élèves pourront :

- nommer les changements physiques de la puberté chez les filles et les garçons;
- reconnaître que les changements physiques de la puberté se produisent dans divers groupes d'âge.

Note à l'enseignant

Le sujet 4 s'appuie sur l'information que les élèves ont déjà apprise sur l'appareil reproducteur adulte et sur la signification de la fertilité chez les hommes et les femmes adultes. Ils connaissent probablement plusieurs des changements physiques qui surviennent à la puberté, mais ils n'ont pas encore discuté en classe de l'aspect du développement personnel de ces changements. Lors de vos discussions sur ces changements physiques, gardez en tête que plusieurs élèves de cinquième année ne démontrent pas encore de signes de maturation physique; cette situation peut être particulièrement vraie pour les garçons de votre classe.

La plupart des enfants ont hâte de grandir et d'entamer leur adolescence. À cette période de leur vie, leur principale préoccupation est de savoir s'ils sont normaux : normaux s'ils ont commencé à observer des changements physiques de la puberté et normaux si ce n'est pas encore le cas. Les élèves ont besoin d'être rassurés à propos du vaste éventail d'âges au cours desquels la puberté se manifeste. Nous devons également les encourager à agir avec respect, acceptation et patience les uns envers les autres.

La fillette de dix ou onze ans qui est la seule de sa classe à subir des changements peut ressentir beaucoup de stress. Les filles doivent être rassurées que les menstruations sont un processus naturel et un signe du développement de leur fertilité. Il faut faire très attention à ne pas aborder les menstruations comme un fardeau ou une maladie.

Pour de plus amples informations sur la puberté, vous pouvez consulter la section 1 du Supplément d'information sur le thème 3 (annexe A) avant de présenter ce sujet.

À l'approche de l'adolescence, le rôle des familles est crucial. En présentant ce sujet, encouragez vos élèves à discuter des changements de la puberté avec leurs parents. Rappelez aux élèves que vous, leurs parents, ainsi que tous les autres adultes avez déjà eu leur âge et que vous vous êtes posé de nombreuses questions sur le fait de grandir. Encore une fois, invitez les élèves à apporter leur livre à la maison puisque cela pourrait faciliter les discussions entre parents et enfants.

Avertissement : Certains élèves sont facilement embarrassés à l'idée de parler des changements physiques de la puberté puisqu'il s'agit d'une information personnelle. Pour cette raison, il serait sans doute préférable que vous lisiez la matière aux élèves plutôt que de leur demander de la lire. Cette timidité qu'ils ressentent envers leur corps est naturelle et ne doit pas être découragée. La modestie est la vertu qui protège tout ce qui est personnel et intime; elle est directement liée à la chasteté.

Une fois que vous aurez discuté des changements physiques de la puberté, organisez-vous pour rencontrer les filles et les garçons séparément. Ainsi, ils seront plus à l'aise de parler librement et de poser des questions qu'ils n'oseraient peut-être pas poser devant toute la classe. Profitez également de ce moment pour fournir aux filles davantage d'informations sur l'hygiène liée aux menstruations.

Mots importants

- *hypophyse, hormone, pilosité pubienne, pollution nocturne*

Ressources du programme

- Livre de l'élève, p. 68 à 73
- Fiche reproductible 24 : Les changements physiques de la puberté

Nous expérimentons

Présentez le sujet en lisant ensemble la page 68 et invitez les élèves à réagir au texte. Quels sont leurs sentiments sur le fait de grandir?

Lisez ensuite la page 69 et posez les questions suivantes :

- Pourquoi ces messages qu'émettent les hormones sont-ils si importants? (Ils disent au corps d'entamer le processus de maturation.)

- Quel important appareil de l'organisme entame sa maturation pendant la puberté? (L'appareil reproducteur)
- Pourquoi est-ce difficile pour les gens dont le développement se produit très tôt ou très tard? (On se demande si on est normal; on n'a pas envie d'être différent des autres, on n'aime pas se faire taquiner.)
- Que pourrions-nous faire pour faciliter la vie de ces gens? (Ne pas les agacer; ne pas faire de commentaires personnels sur le corps des gens.)

Nous découvrons

Présentez l'information sur les changements physiques de la puberté chez les garçons (pages 70 et 71) et invitez les élèves à réagir au texte. Répondez à toutes leurs questions sur les changements physiques. Vous pouvez aussi leur demander :

- Que vous montre le diagramme de la page 70? (Ces caractéristiques se développent dans un large éventail d'âges.)
- Que vous montre l'image de la page 71? (Certains garçons ont l'air beaucoup plus vieux que d'autres du même âge; il existe des différences dans la croissance et le développement corporel.)
- Pouvez-vous vous imaginer être père un jour? Pouvez-vous imaginer à quoi cela ressemblerait?

Présentez l'information sur les changements physiques de la puberté chez les filles (pages 72 et 73) et invitez les élèves à réagir au texte. Répondez à toutes leurs questions sur les changements physiques. Vous pouvez aussi leur demander :

- Que vous montre le diagramme de la page 72? (Ces caractéristiques se développent dans un large éventail d'âges.)
- Que vous montre l'image de la page 73? (Certaines filles ont l'air beaucoup plus vieilles que d'autres; il existe des différences dans la croissance et le développement corporel.)
- Pouvez-vous vous imaginer être mère un jour? Pouvez-vous imaginer à quoi cela ressemblerait?

Concluez le sujet en invitant les élèves à poser leurs questions. Invitez-les à parler de ce qu'ils ont appris avec leur famille.

Nous réagissons

Distribuez la Fiche reproductible 24 : Les changements physiques de la puberté et demandez aux élèves de la remplir. Une fois qu'ils vous auront montré leur travail, dites-leur d'apporter la fiche à la maison pour partager leurs questions avec leur famille.

Nous explorons

- **Journal** — Demandez aux élèves d'écrire un texte sous forme de journal sur le fait de devenir une mère ou un père dans le futur. Comment s'imaginent-ils en tant que parent? Quels seraient les défis? Quelles seraient les joies?

Nom _____ Date _____

Les changements physiques de la puberté

1. Voici ce que j'ai appris sur les changements physiques de la puberté chez les filles :

2. Voici ce que j'ai appris sur les changements physiques de la puberté chez les garçons :

3. Voici certaines questions que j'ai :

Lorsque tu as rempli cette fiche, apporte-la à la maison pour partager ce que tu as appris avec ta famille et poser toutes autres questions que tu as.



Grandir

Il y a deux choses durables qu'on peut léguer à nos enfants : la première, des racines, l'autre, des ailes.

Hodding Caner

Attentes

Les élèves pourront :

- nommer certains des changements sociaux et affectifs liés à la puberté;
- reconnaître que le fait de grandir est un processus qui requiert du temps et de la patience.

Note à l'enseignant

Le passage de l'enfance à l'âge adulte touche la personne tout entière dans tous ses aspects : physique, affectif, social, intellectuel et spirituel. Au moment de présenter ce sujet, invitez les élèves à revoir le thème 1, sujet 4, dans lequel ils ont exploré les cinq aspects du développement humain.

Ce dernier sujet du thème 3 met principalement l'accent sur les changements sociaux et affectifs liés à la puberté. Ces changements – une prise de conscience accrue, des sautes d'humeur, un engagement plus actif auprès des pairs – sont associés à la préadolescence. Le développement intellectuel et la croissance spirituelle apparaissent habituellement au milieu ou vers la fin de l'adolescence.

Au moment de conclure ce thème, il est important de faire un retour en arrière pour permettre aux élèves de réfléchir sur le sens de la sexualité en tenant compte de ce qu'ils ont appris sur la fertilité et la puberté. Vous trouverez une brève discussion sur la fierté du don de la sexualité et sur l'importance de la modestie dans le livre de l'élève. Il est important de rappeler aux élèves que la modestie est une indication de la valeur que nous accordons au don de la sexualité et que nous voulons la protéger.

Mots importants

- *modestie*

Ressources du programme

- Livre de l'élève, p. 74 à 76
- Fiche reproductible 25 : Créature sexuée : homme ou femme

Nous expérimentons

Lisez ensemble le paragraphe de présentation à la page 74 et invitez les élèves à réagir au texte. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- En quoi les changements de la puberté affectent-ils la personne tout entière? (Le corps n'est pas séparé de la personne; pour être un adulte indépendant, il faut atteindre la maturité dans tous les aspects de sa vie.)

Demandez aux élèves de jouer les trois scénarios dont le thème porte sur le fait de grandir (pages 74 et 75). Invitez les élèves à réagir après chaque scénario. Que leur enseigne ce scénario sur le fait de grandir?

Nous découvrons

Lisez ensemble la suite de la page 75 et invitez les élèves à réagir au texte. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Pourquoi Judith est-elle si préoccupée par ce que ses amies penseront d'elle? (Elle veut faire partie du groupe; ses amies sont très importantes pour elle; elle veut que ses amies la considèrent comme très mature.)
- Croyez-vous que l'idée de Judith pour se rendre au concert et en revenir est une bonne idée? Pourquoi? Pourquoi pas?
- Que signifie être mal à l'aise, comme Lucie? (Avoir conscience de soi-même, surtout au sujet des choses qu'on n'aime pas chez soi; avoir l'impression que tout le monde nous regarde.)
- Comment Lucie s'est-elle sentie lorsqu'on l'a taquinée? (Misérable; encore plus mal à l'aise.)
- De quelle façon Benito montre-t-il qu'il atteint de la maturité? (Il ne pense pas qu'à lui, il se préoccupe des sentiments de sa mère; il planifie son avenir; il est à l'aise de parler de ses projets à son père.)

Nous réagissons

Lisez ensemble la page 76 et invitez les élèves à réagir au texte. Vous pouvez leur demander, par exemple :

- Pourquoi les périodes de changement, comme le fait de grandir, sont-elles stressantes? (Nous rencontrons de nouveaux défis; nous ne savons pas ce que l'avenir nous réserve; nous ressentons de nouveaux sentiments que nous ne comprenons pas.)

- De quelles façons les gens montrent-ils leur respect envers le don de la sexualité lorsqu'ils s'expriment? (Ils évitent le langage ou les blagues vulgaires; ils évitent de faire des commentaires sur le corps des autres personnes.)
- De quelles façons les gens montrent-ils leur respect envers le don de la sexualité dans la façon qu'ils s'habillent? (Ils s'habillent modestement; ils n'affichent pas leur corps.)

Examinez la signification du mot *modestie* avec les élèves :

- La modestie est la vertu qui protège tout ce qui est personnel et intime. Notre sexualité est profondément personnelle et intime; nous ne l'affichons pas par notre façon de nous habiller, de parler ou d'agir.

Concluez le sujet en invitant les élèves à partager leurs réflexions sur le fait de grandir. À quoi ont-ils hâte? Quelles parties du développement considèrent-ils comme plus difficiles?

Réaction

Demandez aux élèves de s'écrire une lettre qu'ils ouvriront dans quelques années, vers la fin de la huitième année. Ils peuvent y décrire leurs sentiments à propos du fait de grandir, le type de personne qu'ils souhaitent être, leurs espoirs et leurs rêves pour l'avenir ainsi que les défis qu'ils pourraient rencontrer. Scellez chaque lettre avec du ruban adhésif et inscrivez au-devant la date à laquelle ils doivent l'ouvrir. Demandez aux élèves d'apporter la lettre à la maison et de trouver un endroit sécuritaire pour la conserver.

Réflexions sur le thème 3

Maintenant que les élèves ont presque terminé le thème 3, distribuez-leur la Fiche reproductible 25 : Créature sexuée : homme ou femme, et demandez-leur de la remplir. Ils peuvent consulter leur livre (pages 53 à 76) afin d'obtenir de l'aide pour répondre aux questions.

Nous explorons (activités connexes)

- **Enquête télévisuelle** — Invitez les élèves à regarder une ou plusieurs émissions de télévision du soir et de noter ce que les gens y disent, ce qu'ils portent et comment ils se comportent en ce qui a trait à la modestie. Demandez-leur de faire un rapport à la classe sur les émissions qu'ils ont regardées et de partager leurs commentaires sur la façon dont les dialogues, les vêtements et les comportements faisaient preuve ou non de modestie.

Nom _____ Date _____

Il les créa homme et femme.

Genèse 1,27

Créature sexuée : homme ou femme

Dans ce thème, tu en as appris davantage sur le don de la sexualité et sur le fait de grandir.

1. Explique deux des caractéristiques uniques de l'appareil reproducteur adulte :

2. Explique deux changements importants qui surviennent chez les gens après la puberté :

3. Quelle partie de ce thème as-tu préférée? Pourquoi?



Grandir dans la résilience

Considérez comme une joie extrême, mes frères, de buter sur toute sorte d'épreuves. Vous le savez, une telle vérification de votre foi produit l'endurance, et l'endurance doit s'accompagner d'une action parfaite, pour que vous soyez parfaits et intègres, sans que rien ne vous manque.

Jacques 1,2-4

Attentes

Les élèves pourront :

- reconnaître et apprécier la nécessité du soutien et de la collaboration au sein de la famille lorsqu'un changement survient;
- reconnaître que les difficultés liées à l'amitié sont un aspect normal du fait de grandir.

Note à l'enseignant

L'adolescence est une période stressante pour les élèves. Il est important de les aider à comprendre que le stress fait partie du fait d'être une personne entière. Nous avons tous des facteurs de stress positifs et négatifs qui sont à la fois de l'ordre émotif et relationnel. Demandez aux élèves de réfléchir sur ce qu'ils savent du stress et aidez-les à comprendre que nous développons tous des outils pour gérer le stress. Outre nos méthodes personnelles d'adaptation, il existe diverses manières de recevoir du soutien au sein de notre famille, de notre école, de notre paroisse et de la communauté. Nous vivons tous des revers et des déceptions. Toutefois, nous apprenons et nous grandissons grâce à nos erreurs et à nos échecs. Développer un état d'esprit résilient nous aide à affronter le stress et contribue à un développement affectif sain.

Mots importants

- *stress, résilience*

Ressources du programme

- Livre de l'élève, p. 74 à 75

Nous expérimentons

Demandez aux élèves de réfléchir aux trois scénarios qu'ils ont vus au sujet 5 (pages 74 et 75). Invitez-les à réfléchir au stress émotif ou relationnel que vivent les personnages dans chaque scénario.

Nous découvrons

Revoyez les trois scénarios ensemble, en rappelant aux élèves que le stress est un aspect normal du développement. Vous pouvez demander aux élèves, par exemple :

- En quoi la situation de Judith est-elle stressante? (Pression des pairs, besoin d'appartenance.) Que peut faire Judith pour gérer ce stress? (Prier pour obtenir l'aide et la force de prendre la bonne décision; parler à un adulte de confiance.)
- Lucie s'est fait taquiner; elle s'est sentie misérable et encore plus mal à l'aise. Ces sentiments l'ont également beaucoup stressée. Comment peut-elle gérer ces sentiments? (Prier pour obtenir la force et le soutien afin de gérer ses sentiments; écrire dans un journal personnel; parler à ses parents et à d'autres adultes de confiance.)
- Pourquoi Benito était-il stressé? (Il était préoccupé quant aux sentiments de sa mère.) Comment Benito gère-t-il son sentiment de stress? (Il planifie; il parle à son père.)

Nous réagissons

Au fur et à mesure que nous grandissons et que nous nous développons, nous apprenons à reconnaître les signes de stress dans notre vie. Vous pouvez demander aux élèves :

- Quelles sont certaines de nos réactions physiques au stress? (Gain ou perte de poids causés par des changements dans nos habitudes alimentaires; perte de cheveux; transpiration excessive; respiration saccadée; palpitations.)
- Quelles sont certaines de nos réactions émotives au stress? (Difficulté à s'endormir ou à dormir; se retirer de la compagnie de gens ou d'activités que nous aimons habituellement; réactions émotives plus fortes comme la colère ou la tristesse; difficulté de concentration.)
- Quels sont les moyens de gérer le stress? (Prier; pratiquer une activité physique; faire des exercices de respiration profonde; écrire nos sentiments dans un journal personnel; parler à nos parents, à notre famille, à un ami ou à un adulte de confiance; s'adresser à notre prêtre.)

Explorez ce que signifie renforcer sa résilience et discutez des façons dont nous gérons nos sentiments.

- Pendant l'adolescence, une partie de notre développement consiste à apprendre à connaître et à surveiller nos sentiments. La résilience est la capacité d'une personne à s'adapter au stress et à l'adversité. Nous développons notre résilience lorsque nous gérons avec succès les situations et les sentiments stressants. Lorsque nous ressentons un sentiment précis très longtemps (tristesse, fatigue, anxiété), il peut s'agir d'une indication que nous devons obtenir de l'aide pour comprendre et gérer ce sentiment.

Dans cette activité de groupe, demandez aux élèves d'énumérer des réactions physiques et émotives au stress. Notez leurs réponses sur du papier à tableau, puis faites un remue-méninges des façons à gérer ces réactions. Dressez une liste de ces solutions sur le papier à tableau. Invitez les élèves à réfléchir aux ressources communautaires (classe, école, paroisse, communauté plus large) qui offrent du soutien en cas de situations stressantes (parents et famille; enseignant; travailleur auprès des enfants et des jeunes; prêtre; animateur de pastorale; Jeunesse, J'écoute).

Nous explorons (activités connexes)

- **Soutien communautaire** — Invitez un travailleur auprès des enfants et des jeunes ou un animateur de pastorale à la classe pour discuter des options de soutien mises à la disposition des élèves stressés ou qui ont de la difficulté à gérer leur stress.