

Fiche 6 : Que se passe-t-il à la puberté ?

Matériel

- Annexes
- Fiche d'accompagnement

Introduction :

Cette activité permettra aux participants de découvrir ce qui se passe à la puberté dans son corps et dans sa tête.

Objectifs :

- Comprendre les changements corporels et sensoriels à la puberté
- Travailler les représentations de la puberté

Activité courte

Activité longue



7 ans et plus

Avoir conscience de soi
Prendre des décisions constructives
Développer des relations constructives

Techniques utilisées :

- Brainstorming
- Jeu de tri
- Débat/Echanges

Déroulé de l'animation :

⌚ 10 min Temps 1 : Découverte du processus de la puberté

L'animateur réalise un brainstorming en posant la question : " A votre avis, qu'est-ce que la puberté ? " Il écrit au tableau les mots qui ressortent. Il s'appuie sur la fiche d'accompagnement.

⌚ 15 min Temps 2 : Identifier les changements à la puberté

Constituer des sous-groupes et distribuer à chaque groupe un "schéma adolescente/adolescent" (cf. annexes 6.1 et 6.2) ainsi que les images préalablement découpées (cf. annexes 6.3 à 6.5).




Chaque groupe place les images sur les schémas des corps humains.

⌚ 20 min Temps 3 : Restitution

L'animateur à partir des schémas complétés replace les images en fonction de ce que les participants lui disent. Ils les commentent tous ensemble.



Pour aller plus loin :

- Mosaik le corps humain 
- Ado naissant 
- Vidéo "Que se passe-t-il à la puberté ?", Les essentiels de Jamy 

Moi, la Santé sexuelle et les autres

Moi et la Santé sexuelle

C'est quoi la santé sexuelle ?

Fiche d'accompagnement : Que se passe-t-il à la puberté ?

Brainstorming : A votre avis, qu'est-ce que la puberté?

Lors du brainstorming, plusieurs définitions vont peut-être émerger. L'animateur les prend toutes en compte et les recentre sur les modifications corporelles et sensorielles.

En complément de cette activité, l'animateur peut s'appuyer sur les autres fiches activités de Capsule Santé Sexuelle.

Repère pour l'animateur :

Définition de la puberté

"Période durant laquelle le corps se modifie pour permettre la reproduction. L'adolescent vit ses premières expériences sexuelles et acquiert une plus grande autonomie" ; "Durant la puberté, les caractères sexuels se développent, l'adolescent grandit et ses comportements changent" Améli.fr

Explication des pictogrammes

Les pictogrammes à positionner représentent les changements corporels, émotionnels, mentaux et sociaux liés à la puberté. Les cases vides peuvent être utilisées par les participants ou les animateurs pour y rajouter des changements. Ils permettent d'ouvrir le questionnement et l'échange entre participants.

Piste de constitution des groupes

L'animateur peut constituer selon son public, des groupes mixtes ou non.

L'animateur peut proposer à un groupe de filles de compléter l'affiche garçons et inversement.

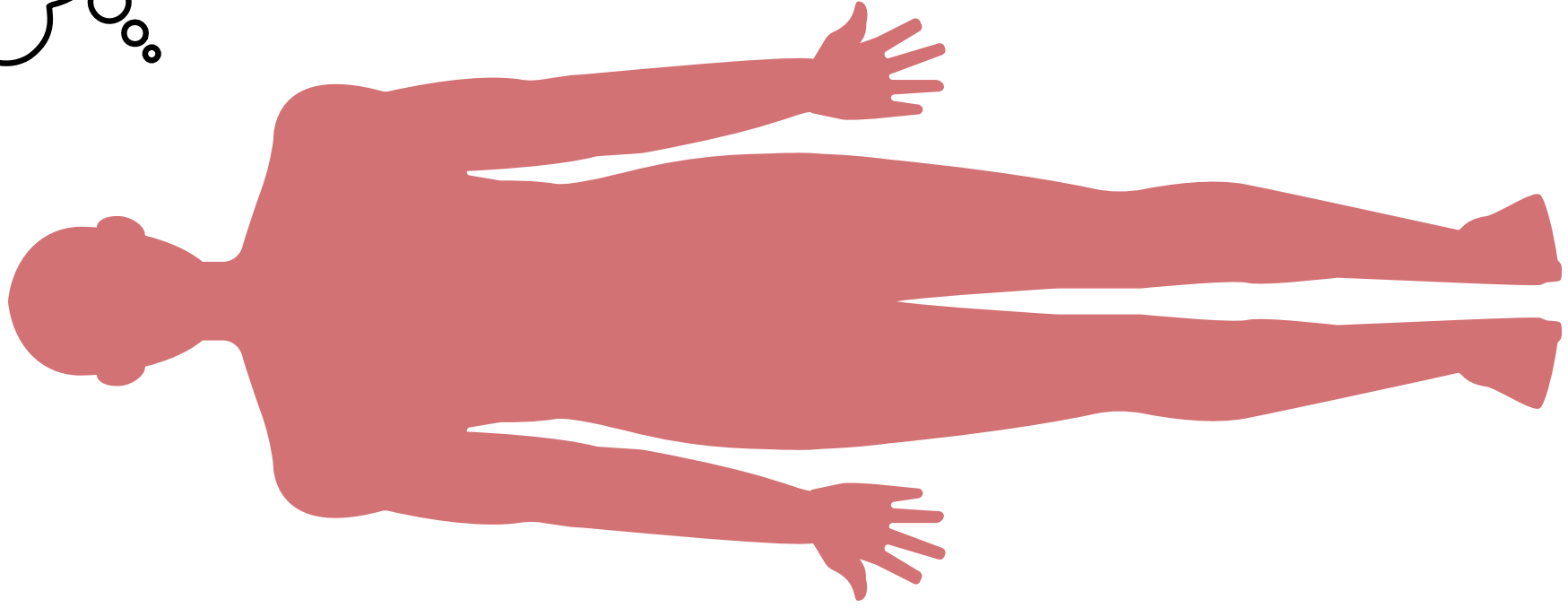
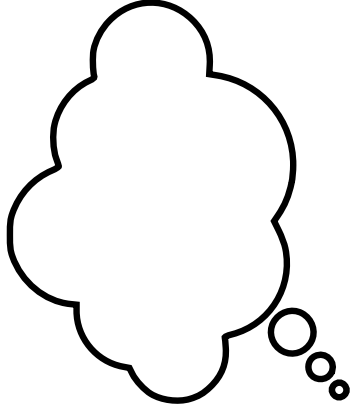
Moi, la Santé sexuelle
et les autres

Moi et la Santé
sexuelle

C'est quoi la santé sexuelle ?

Annexe 6.1

Schéma adolescent



Santé sexuelle

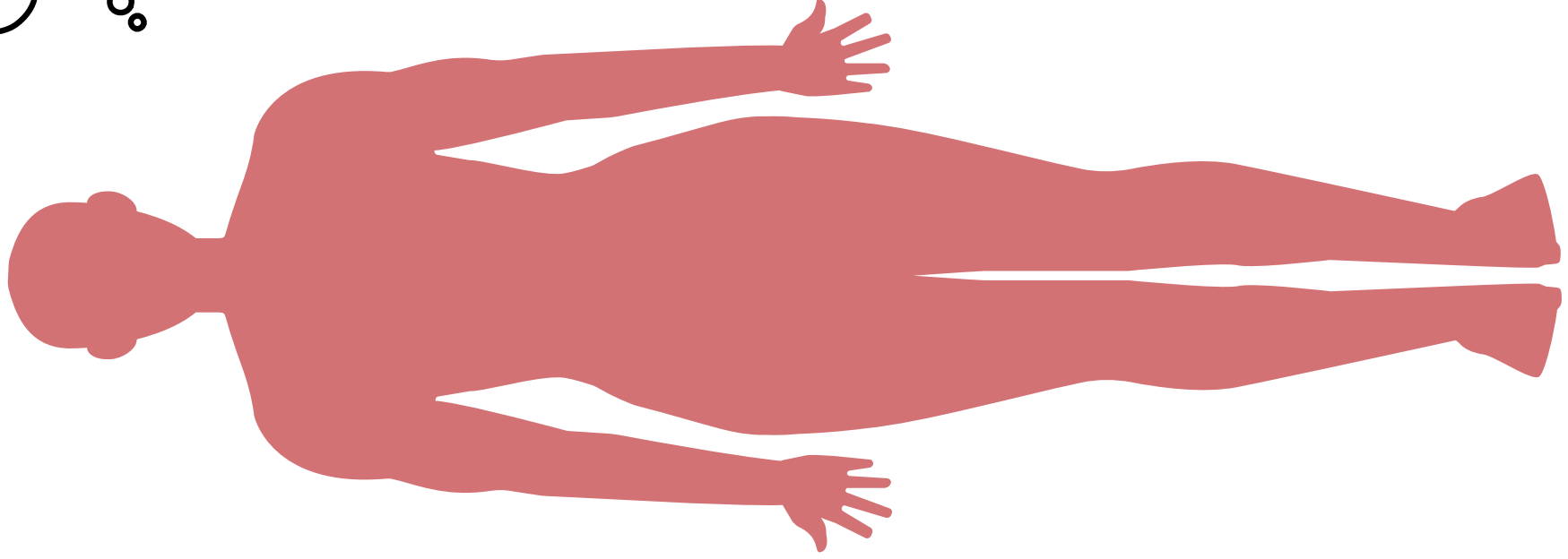
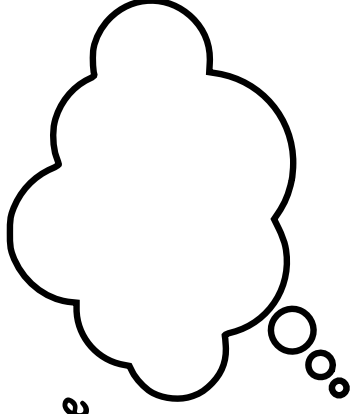
C'est quoi la santé sexuelle ?

Moi et la Santé sexuelle

Moi, la Santé sexuelle et les autres

Annexe 6.2

Schéma adolescente



Santé sexuelle

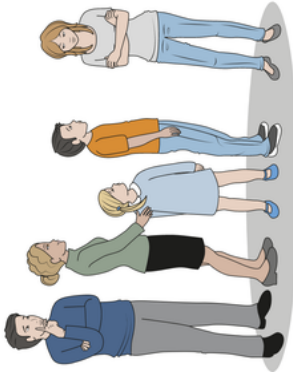


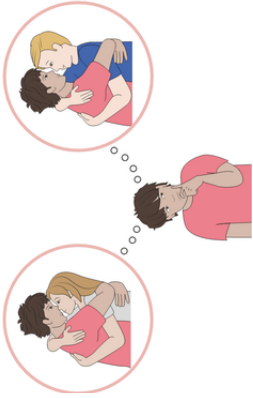
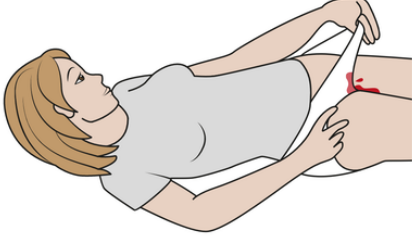


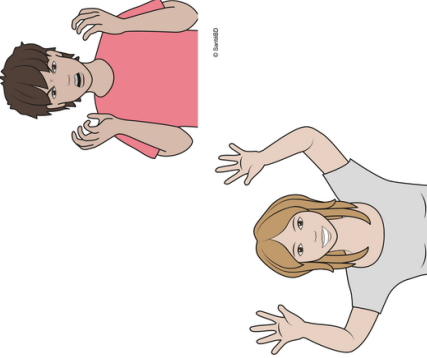

C'est quoi la santé sexuelle ?

Moi et la Santé sexuelle

Moi, la Santé sexuelle et les autres





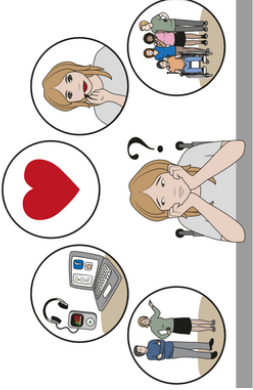







Annexe 6.3

Imagier

 <p>© SantéBD</p> <p>Relations</p>	 <p>© SantéBD</p> <p>Transpiration</p>	 <p>Muscles</p>
 <p>© SantéBD</p> <p>Amour</p>	 <p>© SantéBD</p> <p>Règles</p>	 <p>© SantéBD</p> <p>Sommeil</p>
 <p>© SantéBD</p> <p>Cheveux gras</p>	 <p>© SantéBD</p> <p>Emotions</p>	 <p>© SantéBD</p> <p>Concentration</p>


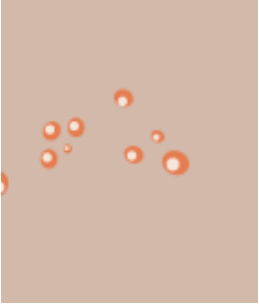






Annexe 6.4

Imagier

 <p>© SantéBD</p>	 <p>© SantéBD</p>	 <p>Pénis</p>
 <p>© SantéBD</p>	 <p>© SantéBD</p>	 <p>Vulve</p>
 <p>© SantéBD</p>	 <p>© SantéBD</p>	 <p>Bassin</p>
 <p>© SantéBD</p>	 <p>© SantéBD</p>	 <p>Bassin</p>

Annexe 6.5

Imagier

		
Acné	Acné	Poils
		
	Poils	Poils
		
Poils	Poils	Poils

C'est quoi la santé sexuelle ?

Moi et la Santé sexuelle

Moi, la Santé sexuelle et les autres