



# Intervention scolaire CM1/CM2

## Comprendre la Puberté et l'adolescence : Changements et Réalités

Les filles et les garçons sont encore insuffisamment informé.es sur les sujets de santé sexuelle. La puberté qui démarre parfois dès 9 ans est un bouleversement pour les enfants. En parler aux élèves avant qu'ils/elles y soient confronté.es les prépare aux changements corporels et émotionnels qu'ils vont bientôt traverser et réduit au passage leurs inquiétudes. Il est essentiel de déconstruire ces perceptions en normalisant ces expériences, pour que les élèves ne se sentent plus isolés ou gênés par ces aspects naturels de leur développement. En faisant cela, on réduit les stigmates et on encourage une attitude plus positive et ouverte envers les changements de la puberté tout en façonnant une société plus respectueuse et inclusive.

### Objectifs pédagogiques

- Expliquer les changements corporels et émotionnels liés à la puberté et à l'adolescence de manière adaptée et compréhensible
- Démystifier les idées fausses et promouvoir une compréhension correcte des processus naturels en mixité
- Créer un espace sécurisé où les élèves peuvent poser des questions et exprimer leurs préoccupations

### Publics

- Elèves de classe de CM1 ou CM2
- En mixité filles et garçons
- Présence de personnes issues de la communauté éducative possible

### Prérequis

- Aucun

### MODALITÉS DE LA FORMATION

- Format : présentiel dans les classes
- Durée : 1h30
- Formation dispensée par deux intervenantes qualifiées

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET MOYENS TECHNIQUES

- Echanges avec les enfants et implication active
- Planches d'anatomie adaptées
- Un vrai/faux
- Vidéo

### VALIDATION DES ACQUIS ET ÉVALUATION

- Non prévues avec cette tranche d'âge
- Ressources proposées à l'enseignante pour poursuivre le travail en classe



# Programme de l'intervention

## ■ Cadre de l'intervention

Bienveillance, respect, confidentialité, sécurité émotionnelle

### Présentation des intervenantes et de leurs parcours professionnels

#### Définitions

- La puberté : début, durée
- L'adolescence

#### C'est dû à quoi?

- Définition des hormones sexuelles
- Leur provenance et leurs actions

#### Les différentes dimensions de l'adolescence:

##### La dimension physique : ce qui se passe dans le corps

Description des différents changements corporels apparaissant pour les filles, pour les garçons et pour les deux

##### La dimension psychoémotionnelle : ce qui se passe dans la tête

Émergence du désir amoureux, changements d'intérêts, développement des émotions et de la conscience de soi, prise de risques.

### La dimension psychosociale : ce qui se passe avec les autres

Relations parfois conflictuelles avec les parents et les pair.es, importance de l'appartenance au groupe et pressions sociales

#### Conclusion

- Tous ces changements sont normaux et cette phase de vie, pas toujours simple, ne dure que quelques années
- Chacun.e traverse cette période à son propre rythme
- Importance de la tolérance et de la bienveillance envers soi-même et les autres
- Possibilité de trouver de l'aide si besoin