La puberté expliquée aux CM

1. Séance de déballage

Les élèves complètent individuellement les silhouettes masculine et féminine. Cela peut prendre la forme de dessins ou de mots. La mise en commun permet de mettre en lumière uniquement les changements physiques.

1. Mise en commun 1

-Les changements physiques : on grandit, des poils poussent au niveau des aisselles, sur les jambes et sur le pubis pour tous et toutes, et sur le visage pour les garçons. L’acnée fait son apparition. Chez les filles, la poitrine et le sexe se développent. Chez les garçons, le sexe grandit, les épaules s’élargissent.

[Document](file:///C:\Users\ddodin\Downloads\Courbes%20de%20croissances%20filles-garçons.png) courbes de croissance fille-garçon

1. Un deuxième temps de réflexion par deux pourra être proposé pour mettre en lumière les changements physiologiques et psychologiques, sur le cahier de brouillon des élèves.
2. Mise en commun 2

-les changements physiologiques : les hormones sexuelles sont produites en grands nombres : les oestrogènes chez les filles et la testostérone chez les garçons. L’appareil de reproduction devient opérationnel, il fonctionne. Chez les filles, les ovaires produisent un ovule chaque mois et les règles apparaissent. Chez les garçons, les testicules produisent des spermatozoïdes et la voix mue.

-les changements psychologiques : on a envie d’indépendance, on veut plaire sans se démarquer du reste du groupe, on est facilement irritable. C’est la période de nombreuses nouvelles expériences parce que l’adolescent se cherche. Cela entraîne souvent des situations de harcèlement, que l’on soit victime ou bourreau.

1. Visionnage de la vidéo de Lumni sur la puberté : <https://www.lumni.fr/video/que-se-passe-t-il-a-la-puberte>
2. Echanges après la vidéo, questions-réponses.
3. Institutionnalisation

Reprise de ce qui a été dit lors de l’étape 2, avec peut-être un complément lié aux questions du temps 4.