



Cahier d'animation

Capsule A Des changements, des changements...
oui, mais je n'en attendais pas autant!

Centre
de services scolaire
de Montréal

Québec 

La série Les classes Sexo-Logiques et les guides qui l'accompagnent sont des outils qui font la promotion d'une vision globale et positive de la sexualité. Les épisodes portent sur des sujets variés basés sur les contenus obligatoires en éducation à la sexualité du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MÉES). Ce matériel permet donc de diminuer la pression sur les enseignants en leur offrant un outil qui présente le contenu et les messages-clés selon l'âge des élèves.

Rédaction

Sophie Bourque, conseillère pédagogique

Isabelle Lepage, conseillère pédagogique

Coordination

Pierre Chartrand, Bureau des services éducatifs complémentaires

Comité de révision

Dominique Comtois, conseillère pédagogique

Geneviève Laberge, conseillère pédagogique de français au primaire

ISBN : 978-2-89467-084-2 © CSSDM – octobre 2020

Production imprimée : Bureau des communications et de la participation citoyenne du Centre de services scolaire de Montréal. Conception graphique : Maryse Roberge - 200047



**Capsule A Des changements, des changements...
oui, mais je n'en attendais pas autant!**

Casse-Tête se sent un peu différent depuis quelque temps et se pose beaucoup de questions concernant ses sentiments, les réactions physiologiques de son corps et ses relations avec les autres. Au parc-ados, il y a justement une foire aux questions. Ce sera l'occasion de poser des questions qui peuvent être gênantes...

Épisode 6.1 – Globalité de la sexualité

Capsule A La sexualité...qu'est-ce qu'on en sait?

Épisode d'introduction dans lequel Casse-Tête présente les différentes dimensions de la sexualité.

Épisode 6.3 – Identité, rôles, stéréotypes sexuels et normes sociales

Capsule A Outillé et entouré pour aller plus loin

Casse-Tête prend le métro pour se rendre à la Place centrale. Dans ce trajet vers l'autonomie, il comprend l'impact du sexisme et de l'homophobie. Casse-Tête, rejoint par ses amis, réfléchit à ce qu'il peut faire pour intervenir lors de blagues et de gestes sexistes ou homophobes et pour promouvoir le respect.

Table des matières

Avant de commencer _____	5
Niveaux d'aisance - Tableau des trois options _____	6
Niveaux d'aisance - Outil de réflexion _____	7
Quelques conseils _____	9
Épisode 6.2 _____	10
Concepts-clés	
Règles de fonctionnement	
Capsule A Des changements, des changements... oui, mais je n'en attendais pas autant!	
Intentions pédagogiques _____	11
Vocabulaire _____	11
Matériel nécessaire _____	11
Niveau d'aisance 1 _____	11
Niveau d'aisance 2 _____	12
Niveau d'aisance 3 _____	17
Fiche d'auto-évaluation _____	19
Annexes	
Lettre aux parents _____	20
Règles de fonctionnement _____	21
Passeport de l'élève _____	22
Fiches d'activités 1 et 2 _____	30

Avant de commencer

Comme expliqué dans la section Démarche suggérée du Guide de l'enseignant, pour agir en conformité avec les obligations ministérielles en éducation à la sexualité, il y a quelques actions à poser avant d'entreprendre le visionnement de cette série et l'animation avec les élèves.

Voici une liste à cocher pour vous assurer que toutes les conditions sont remplies (voir Démarche suggérée du Guide de l'enseignant pour tous les détails).

Quel est mon niveau de connaissance?

Il existe des documents pertinents pour vous familiariser avec le développement psychosexuel des enfants et comprendre ce que vivent les jeunes au plan physique, cognitif et émotif, selon le groupe d'âge. La plateforme SEXOcllic.ca contient une mine de renseignements et propose des messages-clés ainsi qu'un document questions et réponses.

Consulter la progression des apprentissages.

Est-ce que j'ai l'appui de la direction d'école et du conseil d'établissement?

Activité intégrée à la planification et approuvée par le conseil d'établissement.

Ressources :

education.gouv.qc.ca/enseignants/dossiers/education-a-la-sexualite
SEXOcllic.ca

Y a-t-il une équipe ressource dans mon école ?

Qui sont les personnes pouvant :

contribuer à me soutenir au moment d'une question embarrassante

coanimer une activité

servir de référents pour les élèves

être de bons guides s'il y a dévoilement d'une situation difficile

réinvestir les messages-clés.



Est-ce que j'ai avisé le personnel en relation d'aide du calendrier de mes animations.

Oui Non

Les parents sont-ils informés ?

Lettre envoyée (voir Annexe 1)

Ressources :

education.gouv.qc.ca/enseignants/dossiers/education-a-la-sexualite
msss.gouv.qc.ca/professionnels/jeunesse/mosaik/mobiliser-les-parents/
SEXOcllic.ca
publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-001285

Quel est mon niveau d'aisance ?

Pour déterminer votre niveau d'aisance, répondez aux quelques questions de l'outil de pratique réflexive à la page 7. Selon vos réponses, vous pourrez choisir le meilleur scénario d'animation pour vous parmi les trois options possibles.

Peu à l'aise – Niveau 1

Confortable – Niveau 2

À l'aise – Niveau 3

Niveaux d'aisance – Trois options possibles

Niveau 1

Projection de la capsule

Le contenu est présenté. Les vidéos incluent des jeux pour faire participer les élèves. Il n'y a pas d'animation aux questions, Casse-Tête y répond.

Rôle de l'enseignant

Peu à l'aise	Confortable	À l'aise
Rendre le contenu accessible : <ul style="list-style-type: none"> • Présenter la capsule • Expliquer brièvement le vocabulaire ciblé • Faire compléter l'évaluation 		

Niveau 2

Projection de la capsule et discussion en classe

Le contenu est présenté et la capsule est arrêtée lors des questions pour l'animation d'une discussion avec les élèves. Au moment de la reprise de la capsule, Casse-Tête fait une synthèse des réponses possibles.

Rôle de l'enseignant

Peu à l'aise	Confortable	À l'aise
Rendre le contenu accessible : <ul style="list-style-type: none"> • Présenter la capsule • Expliquer brièvement le vocabulaire ciblé • Faire compléter l'évaluation 	<ul style="list-style-type: none"> • Animer une discussion autour des questions posées et qui correspondent aux intentions pédagogiques des thématiques en variant les regroupements. 	

Niveau 3

Projection de la capsule, discussion en classe et activités de compréhension

Le contenu est présenté et la capsule est arrêtée lors des questions. Afin d'approfondir ou de s'assurer de la compréhension des élèves, des activités sont proposées suite au visionnement.

Rôle de l'enseignant

Peu à l'aise	Confortable	À l'aise
Rendre le contenu accessible : <ul style="list-style-type: none"> • Présenter la capsule • Expliquer brièvement le vocabulaire ciblé • Faire compléter l'évaluation 	<ul style="list-style-type: none"> • Animer une discussion autour des questions posées et qui correspondent aux intentions pédagogiques des thématiques en variant les regroupements. 	<ul style="list-style-type: none"> • S'assurer que les élèves sont en mesure de démontrer ce qu'ils comprennent au travers les activités proposées. • Faciliter le transfert quand un problème se présente et inviter les élèves à le résoudre en mettant en pratique les contenus dans différents contextes.

Niveaux d'aisance – Outil de réflexion

Pour vous préparer à l'animation de cette classe Sexo-Logique, prenez un moment pour réfléchir à vos forces en animation et aux habiletés que vous souhaitez mettre de l'avant. C'est aussi un moment pour accueillir les défis.

L'outil réflexif¹ proposé vous permet de mettre par écrit votre réflexion. Compléter ensuite la section « réflexion après l'animation », au verso, pour vous aider à faire le point.

Réflexion avant l'animation

Quelle est mon opinion par rapport au sujet abordé?

Quelles sont les valeurs en jeu dans le sujet traité?

Quelles sont mes forces?

Quelles sont mes appréhensions avant d'animer la capsule?

Si j'ai des appréhensions, je peux:

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | parler à mon équipe ressource |
| <input type="checkbox"/> | coanimer une activité |
| <input type="checkbox"/> | relire le guide « Les classes Sexo-Logiques » |
| <input type="checkbox"/> | consulter les concepts-clés du cahier d'animation |

Pour ce thème, je me sens:

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Peu à l'aise – Niveau 1 |
| <input type="checkbox"/> | Confortable – Niveau 2 |
| <input type="checkbox"/> | À l'aise – Niveau 3 |

¹ Adapté du cahier des participants de la sexologue SAMSON, Claudine (2014) *Éducation à la sexualité: s'outiller pour mieux l'aborder*, Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys

Réflexion après l'animation

Est-ce que mon opinion a influencé ma façon d'intervenir? Comment?

Est-ce que les valeurs en jeu ont influencé ma façon d'intervenir? Comment?

Y a-t-il eu un moment de malaise? Comment cela s'est passé?

Lors des difficultés, quels sentiments j'ai ressentis? Quelle a été ma réaction?

Par quelles stratégies les obstacles ont été surmontés?

Quelles ont été mes forces durant l'animation?

Quels sont les points à améliorer?

Quelques conseils

Ce que les enfants doivent savoir

Qu'il s'agisse du corps humain, de la conception ou de la puberté, les enfants peuvent avoir leurs propres explications. Il importe de demeurer respectueux de leurs propos en évitant de rire de leurs théories parfois farfelues. L'information doit être corrigée en énonçant les faits de façon simple en fonction du niveau de développement de l'enfant et en complétant l'information au fur et à mesure que l'enfant grandit. À cet effet, les documents de soutien du MEES balisent l'intervention. Il est préférable de ne pas submerger l'enfant sous une masse de renseignements complexes alors qu'il est à la recherche de quelques explications simples².

Les malaises et les questions non prévues

Malgré une bonne préparation et l'adoption d'une attitude confiante, des questions inattendues peuvent surgir. Dans ce cas, il ne faut pas hésiter à dire : « Je ne sais pas. Je vais me renseigner. » Par la suite, il faut s'assurer de faire le suivi et de revenir avec l'information promise³. Aussi, « l'embarras que provoquent certaines questions de la part des jeunes est tout à fait naturel et légitime. Il ne s'agit pas de nier ce malaise, de le combattre, ou pire de tenter vainement de le cacher. Lorsqu'une situation se révèle embarrassante, mieux vaut le dire très simplement. Voilà une belle occasion « d'humaniser » l'éducation à la sexualité. L'honnêteté intellectuelle et aussi affective est déterminante dans une telle démarche⁴ ».

Des documents pertinents pour vous aider

Il est recommandé de se familiariser avec le développement psychosexuel des enfants pour bien comprendre ce que vivent les jeunes au plan physique, cognitif et émotif, selon le groupe d'âge. Cela oriente et balise l'information à transmettre. La plateforme SEXOclik.ca contient une mine de renseignements pour les intervenants et propose des messages-clés par groupe d'âge ainsi qu'un document questions et réponses.

2 Adapté d'un outil de FRADETTE, Laurie (2014) *Éducation à la sexualité: comment s'y préparer?*, Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

3 Idem

4 DUQUET, Francine (2003) *L'éducation à la sexualité dans le contexte de la réforme de l'éducation*, Québec: Gouvernement du Québec, p. 13.

Cet épisode sur la thématique « Vie affective et amoureuse » apporte des réponses à plusieurs questions que se posent les élèves à propos des sentiments, des réactions physiologiques du corps et des relations avec les autres. La première partie de la vidéo aborde certains concepts. Dans la deuxième partie de la vidéo, Casse-Tête participe à une foire aux questions qui permet d'aborder des contenus plus délicats.

Dans une suite logique de transmission des contenus en éducation à la sexualité, cette thématique est abordée après la thématique « Globalité de la sexualité ».

Règles de fonctionnement⁵

Ces règles facilitent un climat de confiance. L'animation d'une activité en lien avec l'éducation à la sexualité implique une certaine intimité et nécessite des règles appropriées à ce contexte comme le droit de ne pas répondre à une question et l'obligation de respecter la vie privée des autres. Pour sécuriser les élèves et bien marquer le début et la fin d'une activité en lien avec l'intimité, vous êtes invité à afficher au début et à retirer à la fin les règles de fonctionnement que vous trouverez à l'annexe 2.

Il faut aussi préciser aux élèves que toutes les questions sérieuses pour eux sont les bienvenues. Vous pouvez mentionner à l'avance que si quelqu'un n'est pas à l'aise avec certains sujets, il peut en parler en privé avec un adulte de confiance. Invitez aussi les élèves à discuter avec leurs parents de ce qu'ils ont appris.

Concepts-clés

Ce lexique⁶ sexologique peut vous aider à répondre aux questions que pourraient poser les élèves et à préciser certains concepts liés à la thématique vie affective et amoureuse.

Puberté : C'est un passage de l'enfance à l'âge adulte où auront lieu plusieurs changements dans le corps, mais aussi dans la tête, dans le cœur et dans les relations. Elle est déclenchée par la croissance accrue des hormones sexuelles dans le corps par le cerveau pour mener à la maturation des ovaires (progestérone et œstrogène) et la maturation des testicules (testostérone).

En plus de ces changements dans le corps (changements physiques), les hormones sexuelles sont aussi responsables de l'éveil sexuel et amoureux. On peut donc être attiré par une autre personne ou avoir envie d'être amoureux ou de plaire. Elle prépare l'être humain à entrer en relation en vue de se reproduire éventuellement si c'est ce que la personne souhaite.

Lubrification vaginale : Des glandes produisent un liquide qui, en s'écoulant par la vulve, lubrifie le vagin. La lubrification vaginale se produit lorsqu'une personne est excitée sexuellement par des pensées sexuelles (ex. : rêver de contacts physiques avec l'autre, rêver d'embrasser). Elle prépare le corps à pouvoir vivre une relation sexuelle et à se reproduire.

Éjaculation/éjaculation nocturne : C'est lorsque du sperme sort du pénis. L'éjaculation peut avoir lieu la nuit. C'est ce qu'on appelle l'éjaculation nocturne. Il est possible de s'en apercevoir si le sous-vêtement est mouillé ou s'il y a des traces de sperme séchées. Pour d'autres personnes, l'éjaculation peut se produire lors de pensées sexuelles ou lorsqu'elles se masturbent.

Érection : C'est lorsque le pénis se gonfle de sang et devient dur pour permettre au corps de vivre une relation sexuelle et de se reproduire éventuellement.

⁵ Adapté de BERNIER-RIOPEL, Caroline et Bernard Ouellet (2011) Faire l'éducation à la sexualité à l'école primaire, Montréal : Les Éditions Québecor, p. 247.

⁶ Définitions adaptées du canevas pédagogique du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MÉES) (2019), Vie affective et amoureuse – 6^e année du primaire et d'un outil d'animation du gouvernement du Québec (2020), La puberté, un monde de changements!

Éveil amoureux: C'est lorsque notre regard sur les autres de son genre ou de genres différents change. C'est aussi être attiré par une autre personne ou l'envie d'être amoureux ou de plaire. L'éveil amoureux s'accompagne donc d'envies, d'attitudes et de sentiments nouveaux.

L'éveil amoureux ne se produit pas de la même façon et n'arrive pas au même moment pour tout le monde. Après la puberté, l'éveil amoureux est souvent lié à l'éveil sexuel.

Éveil sexuel: Il s'agit des manifestations d'excitation sexuelle ou des réactions physiologiques du corps telles que l'érection, l'éjaculation ou la lubrification vaginale.

Masturbation: C'est l'action de caresser ses organes sexuels pour se procurer du plaisir ou parce que le corps est excité sexuellement. La masturbation ne comporte aucun danger pour la santé. Il s'agit d'un geste qui relève d'un choix personnel : certains le font et d'autres non. La masturbation doit être faite dans un lieu intime, donc dans un lieu privé qui ne permet pas d'être vu ou entendu des autres.

Capsule A Des changements, des changements... oui, mais je n'en attendais pas autant!

Intentions pédagogiques

- Prendre conscience du rôle de la puberté dans l'éveil amoureux et sexuel.
- Exprimer ses interrogations à l'égard de l'éveil amoureux et sexuel.

Vocabulaire à travailler

Avant la projection, il est recommandé d'expliquer brièvement les mots de vocabulaire suivants pour faciliter la compréhension de la capsule.

Puberté

C'est un passage de l'enfance à l'âge adulte où auront lieu plusieurs changements dans le corps, mais aussi dans la tête, dans le cœur et dans les relations. Elle est déclenchée par la croissance accrue des hormones sexuelles dans le corps par le cerveau.

Les hormones sexuelles sont aussi responsables de l'éveil sexuel et amoureux. On peut donc être attiré par une autre personne ou avoir envie d'être amoureux ou de plaire. Elle prépare l'être humain à entrer en relation en vue se reproduire éventuellement si c'est ce que la personne souhaite.

Matériel nécessaire

- Crayon
- Passeport de l'élève (voir Annexe 3)
- Fiches d'activités 1 et 2 (voir Annexe 4)
- Fiche d'évaluation (voir page 19)

Niveau

1

Projection de la capsule sans animation aux questions.

a

Le minutage où trouver chaque question est indiqué entre parenthèses à la fin des questions.

Durée : 17 min 15 s

b

Les élèves doivent remplir la fiche d'évaluation (page 19)

Cette évaluation vous permettra de mesurer l'appréciation des élèves, de réitérer les messages-clés et d'ouvrir le dialogue avec la famille en demandant aux élèves de rapporter cette évaluation à la maison et d'en discuter avec leurs parents.

1	a	Projection de la capsule avec animation aux questions Le minutage où trouver chaque question est indiqué entre parenthèses à la fin des questions. Durée : 60-70 minutes
	b	Les élèves doivent remplir la fiche d'évaluation (page 19) Cette évaluation vous permettra de mesurer l'appréciation des élèves, de réitérer les messages-clés et d'ouvrir le dialogue avec la famille en demandant aux élèves de rapporter cette évaluation à la maison et d'en discuter avec leurs parents.

Avant le visionnement, remettre à chacun des élèves une copie des cartes conceptuelles se retrouvant dans le passeport de l'élève (annexe 3).

Chaque carte conceptuelle est liée à une question (Q1 à Q5). Au cours du visionnement de la capsule, les élèves seront invités à les compléter en prêtant attention aux mots qui sont manquants. Au besoin, expliquer aux élèves qu'une carte conceptuelle permet d'expliquer avec des mots ou des images des concepts plus complexes ou des idées nouvelles.

Des arrêts sont suggérés pour chacune des cinq questions et ainsi impliquer les élèves dans une réflexion. Des pistes d'animation sont d'ailleurs suggérées pour chacune des questions.

Q1. Depuis que mon amie est amoureuse, je ne la comprends plus. Elle fait des choses étranges. Qu'est-ce qui se passe ?

- Maëlle (10 min 11 s)

- Arrêter la capsule à 10 min 11 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

- Qu'est-ce que ça veut dire plaire ?

Ex. : se faire remarquer, démontrer son intérêt.

- Qu'est-ce que des gens, comme l'amie de Maëlle, font parfois pour plaire ?

Ex. : faire certains gestes, changer leur apparence, dire certaines paroles.

- Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q1.

- Demander aux élèves :

- Pourquoi l'amie de Maëlle prend le temps de boucler ses cheveux le matin avant de venir à l'école même si elle doit se lever 15 minutes plus tôt et en plus, elle insiste pour faire les mêmes jeux qu'Éloi, même si lui, il ne veut pas toujours ?

Ex. : son amie cherche peut-être à plaire en lui démontrant qu'elle s'intéresse aux jeux qu'il apprécie et elle souhaite peut-être attirer son attention.

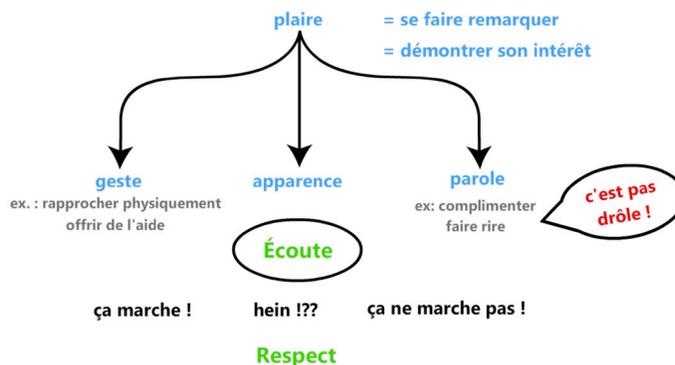
- Pourquoi Maëlle n'arrive plus à comprendre son amie ?

Ex. : elle n'a peut-être pas encore vécu le sentiment amoureux comme semble le vivre son amie et se demande pourquoi elle ne vit pas la même chose. Elle observe peut-être que son amie est différente depuis quelque temps. Elle est peut-être attirée par lui alors qu'elle ne l'était pas avant.

- Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

Depuis que mon amie est amoureuse, je ne la comprends plus. Elle fait des choses étranges. Qu'est-ce qui se passe ? - Maëlle

« Mon amie prend le temps de boucler ses cheveux le matin avant de venir à l'école même si elle doit se lever 15 minutes plus tôt et en plus, elle insiste pour faire les mêmes jeux qu'Éloi, même si lui, il ne veut pas toujours ».



Q2. Comment montrer mon amour à la personne que j'aime ? - Renaud (11 min 41 s)

- Arrêter la capsule à 11 min 41 s et questionner les élèves en utilisant cet élément de discussion :

- Qu'est-ce qu'on peut faire pour démontrer son amour à quelqu'un ?

Ex. : par des paroles et par des gestes.

- Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q2.

- Arrêter à nouveau la capsule à 12 min 52 s.

- Demander aux élèves :

- Qu'est-ce que pourrait faire Renaud pour démontrer son amour ?

Ex. : démontrer son amour par des paroles (ex. : « Je t'aime », « Tu as des yeux magnifiques », « Tu me plais », « Tu m'intéresses et si tu es d'accord j'aimerais apprendre à te connaître ») ou par des gestes (ex. : passer du temps ensemble à la récréation, l'inviter à manger à la maison, lui donner la main, lui écrire un courriel ou lui téléphoner).

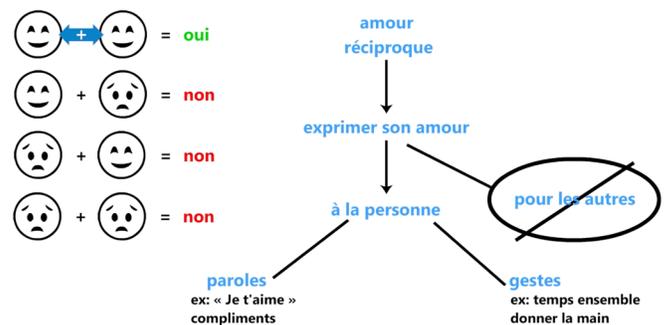
- Que peut faire Renaud si Éli n'est pas intéressée ou si elle n'aime pas la manière dont il s'y prend pour lui démontrer son amour ?

Ex. : demander ce qu'elle aime, ne pas continuer si elle n'est pas confortable ou n'aime pas ça.

- Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

Comment montrer mon amour à la personne que j'aime ? - Renaud

« J'aimerais ça montrer à tout le monde qu'Éli et moi on est ensemble. Mais je ne veux pas avoir l'air idiot... ».



Q3. On se sent comment quand on est en amour ? Je suis un peu mêlée... amour ? attirance ? amitié ? - Méli Mélo (13 min 02 s)

• Arrêter la capsule à 13 min 02 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

• En quoi l'amour et l'amitié sont semblables ?

Ex. : ce sont deux choses que l'on ressent. Les amis et les amoureux peuvent se confier l'un à l'autre, s'entraider et partager des activités et des intérêts communs.

• Pourquoi Méli Mélo est mêlée dans ses sentiments ?

Ex. : les sentiments peuvent changer avec le temps, les sentiments peuvent se ressembler, il peut être difficile d'être à l'écoute de ses sentiments et de prendre un moment pour bien y réfléchir.

• Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q3.

• Arrêter à nouveau la capsule à 13 min 49 s.

• Demander aux élèves :

• Qu'est-ce qui est proposé à Méli Mélo pour clarifier si ce qu'elle vit est de l'amour, de l'attirance ou de l'amitié ?

Ex. : elle peut porter attention à ce qu'elle ressent dans sa tête, dans son corps et dans son cœur en se posant des questions et demander l'aide aux personnes de son entourage.

• Quelles questions peut se poser Méli Mélo pour l'aider à comprendre ses sentiments ?

Ex. : quelles sont ses pensées lorsqu'elle réfléchit à cette personne, comment se sent-elle lorsqu'elle est avec cette personne ou lorsqu'elle n'est pas avec elle, si elle est attentive à sa petite voix intérieure, est-ce qu'elle ressent du confort et du respect en présence de cette personne?

• À qui Méli Mélo peut demander de l'aide pour clarifier ses sentiments ?

Ex. : elle peut aller voir un adulte de confiance ou un ami.

• Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

On se sent comment quand on est en amour ? Je suis un peu mêlée... amour ? attirance ? amitié ? – Méli Mélo

« L'amitié s'est transformée en amour... Et après, je n'étais plus en amour du tout. Je suis toute mêlée ».



!?!?!

« À quoi tu penses ? »
« comment je me sens ? »



Q4. Elle ne m'aime pas. Je suis tellement déçu... Qu'est-ce que je peux faire ?

- E. Sansfaçon (13 min 57 s)

- Arrêter la capsule à 13 min 57 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

- Quelles émotions vit E. Sansfaçon?

Ex. : la tristesse, la déception, la colère.

- Qu'est-ce que peut faire E. Sansfaçon qui vit ces émotions ?

Ex. : discuter avec un ami, demander conseil à un adulte de confiance, se changer les idées en faisant des activités qu'il aime.

- Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q4.

- Arrêter à nouveau la capsule à 15 min 16 s.

- Demander aux élèves :

- Quels comportements seraient respectueux dans cette situation ?

Ex. : ne pas insister si la personne ne partage pas les mêmes sentiments, ne pas se venger même si la situation est difficile, ne pas répandre des rumeurs au sujet de cette personne

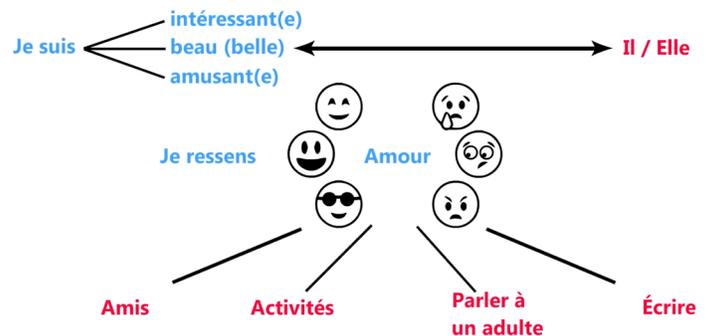
- Qu'est-ce que pourrait faire E. Sansfaçon pour se sentir mieux ?

Ex. : rester lui-même et éviter de plaire à tout prix, discuter avec un ami, se changer les idées en faisant des activités qu'il apprécie, en parler à ses parents ou à un adulte de son entourage, écrire ses pensées dans un journal intime.

- Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

Elle ne m'aime pas. Je suis tellement déçu... Qu'est-ce que je peux faire ? – E. Sansfaçon

« J'ai tout fait pour lui plaire. Malgré tout, elle m'a dit qu'elle n'était pas intéressée ».



Q5. Pour que les autres me trouvent belle, est-ce que je dois ressembler aux femmes que je vois dans les publicités ?

- Anne (15 min 12 s)

- Arrêter la capsule à 15 min 22 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

- Pourquoi Anne veut-elle que les autres la trouvent belle ?

Ex. : elle veut plaire, elle veut savoir qu'elle est attirante, elle veut ressembler aux femmes dans les publicités.

- Quelles préférences pourrait avoir une personne concernant la beauté ? Nomme des exemples.

Ex. : la longueur des cheveux, la couleur des yeux, le style vestimentaire, le format corporel.

- Que doit faire Anne pour se sentir bien ?

Ex. : être critique à l'égard des images qu'elle a pu observer autour d'elle qui sont souvent irréalistes, apprendre à apprécier son corps tel qu'il est, avoir de saines habitudes de vie, choisir des amis qui respectent qui elle est.

- Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q5.

- Arrêter à nouveau la capsule à 16 min 33 s.

- Demander aux élèves :

- Qu'est-ce qui influence les critères de beauté ?

Ex. : les préférences personnelles, les médias, la culture des personnes.

- Quels sont les facteurs qui influencent l'apparence physique ?

Ex. : les gènes, l'activité physique, l'alimentation, le sommeil, l'hygiène.

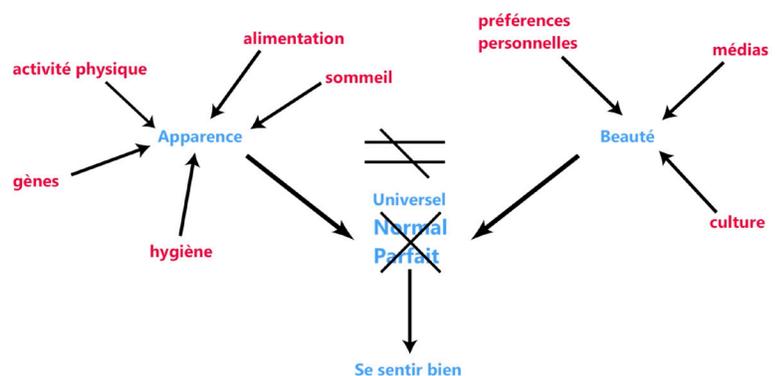
- Comment je peux améliorer mon bien-être ?

Ex. : en faisant de l'activité physique, en mangeant bien, en dormant suffisamment, en ayant une bonne hygiène corporelle.

- Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

Pour que les autres me trouvent belle, est-ce que je dois avoir des gros seins ? - Anne

« Je vois beaucoup de publicités qui montrent des filles avec des gros seins et j'entends les garçons faire des commentaires sur ça à la récré. »



1	a	Projection de la capsule avec animation aux questions Durée : 60-70 minutes
	b	Les élèves doivent remplir la fiche d'évaluation (page 19) Cette évaluation vous permettra de mesurer l'appréciation des élèves, de réitérer les messages-clés et d'ouvrir le dialogue avec la famille en demandant aux élèves de rapporter cette évaluation à la maison et d'en discuter avec leurs parents.
2	a	Animation des activités visant la compréhension Durée : 30 minutes par activité

Si vous êtes à l'aise, les activités suivantes permettent d'approfondir et de vérifier la compréhension des élèves. Ces activités peuvent être animées immédiatement après le visionnement de la capsule A ou à un autre moment.

Activité 1

La boîte à questions

Objectif : approfondir sa compréhension de l'éveil amoureux et sexuel et normaliser les changements qui y sont associés.

Matériel :

- Passeport de l'élève complété (Annexe 3)
- Fiche d'activité « La boîte à questions » (Annexe 4)

Déroulement :

- Remettre la fiche d'activité « La boîte à questions ».
- Amener les élèves à choisir une des questions de la fiche d'activité (préciser que ce sont les mêmes questions qu'ils auront pu voir dans la vidéo) :
 1. Depuis que mon amie est amoureuse, je ne la comprends plus. Elle fait des choses étranges. Qu'est-ce qui se passe ? - Maëlle
 2. Comment montrer mon amour à la personne que j'aime ? - Renaud
 3. On se sent comment quand on est en amour ? Je suis un peu méléée... amour ? attirance ? amitié ? - Méli Mélo
 4. Elle ne m'aime pas. Je suis tellement déçu... Qu'est-ce que je peux faire ? - E. Sansfaçon
 5. Pour que les autres me trouvent belle, est-ce que je dois ressembler aux femmes que je vois dans les publicités ? - Anne
- Demander aux élèves de réfléchir individuellement à une réponse possible selon la question choisie. Ils peuvent utiliser l'annexe 3 pour les aider. La réponse à rédiger doit permettre :
 - de s'adresser directement à la personne qui pose la question (ex. : « chère Maëlle »);
 - d'informer la personne qui pose la question (ils peuvent reprendre des éléments de contenu de la capsule vidéo ou de la carte conceptuelle associée);
 - d'inclure une phrase qui permet de ressortir l'idée que cette personne n'est pas seule à se poser cette question (ex. : « plusieurs jeunes de ton âge se posent cette question », « il est tout à fait normal de se poser cette question », « cela peut être différent selon les personnes »).
- Former des équipes de 3 en rassemblant les élèves qui ont travaillé sur les mêmes questions.
- Demander aux élèves de rédiger en équipe une réponse.
- Effectuer un retour sur l'activité en grand groupe. Proposer aux élèves volontaires de partager leurs réponses.

Activité 2

Le journal intime

Objectif : reconnaître des situations qui peuvent générer du stress concernant l'éveil amoureux et sexuel.

Matériel :

- Fiche d'activité « Le journal intime » (Annexe 4)

Déroulement :

- Remettre la fiche d'activité « Le journal intime ».
- Introduire l'activité en précisant aux élèves que : dans la capsule vidéo, les jeunes ont pu poser leurs questions dans la Foire aux questions. Ils ont peut-être eux aussi des inquiétudes en lien avec la puberté ou l'éveil amoureux et sexuel.
- Expliquer les consignes de l'activité :
 - les élèves pourront réfléchir individuellement à des situations pour lesquelles ils ont des inquiétudes ou peut-être même un certain stress;
 - l'activité est confidentielle. La réflexion individuelle ne sera donc pas ramassée.
- Conclure en mentionnant que peu importe leurs inquiétudes et leurs questions, il est possible :
 - d'en parler à un adulte de confiance;
 - d'exprimer comment on se sent à quelqu'un (ex. : « le début de mes menstruations m'inquiète et me fait peur »);
 - de rechercher de l'information à la bibliothèque;
 - de poser ses questions à un intervenant sur une ligne d'aide ou par courriel (ex. : Tel-jeunes).



Capsule A Des changements, des changements...
oui, mais je n'en attendais pas autant!

MON ÉVALUATION

de l'atelier animé le _____

par _____

Mon nom: _____

J'ai apprécié cette activité:

- Pas du tout Un peu Beaucoup

Ce que je retiens:

- La puberté amène plusieurs changements qui se vivent dans le corps, la tête et le cœur.
- L'éveil amoureux et sexuel n'arrive pas au même moment pour tout le monde. Cela se passe à un rythme qui peut être différent d'une personne à l'autre.
- Ces changements sont souvent nouveaux. Plusieurs personnes se posent donc des questions et découvrent de nouveaux sentiments.
- Si je me pose des questions, je peux parler à un adulte de confiance ou encore consulter un livre à la bibliothèque.

Je retiens aussi:

Annexe 1

Lettre aux parents (fichier Word à imprimer sur le papier entête de l'école)

Montréal, le jour/mois/année

Objet: Projection d'une vidéo de la série Les classes Sexo-Logiques

Madame, Monsieur,

Le ____ (date) ____ prochain, un épisode de la série Les Classes Sexo-Logiques sera présenté dans la classe de votre enfant. Ces capsules vidéos produites par le Centre de services scolaire de Montréal sont en lien avec la progression des apprentissages du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MÉES) en éducation à la sexualité que vous pouvez consulter sur le site Internet:

education.gouv.qc.ca/enseignants/dossiers/education-a-la-sexualite.

Les activités auront pour thème la vie affective et amoureuse. Cette intervention vise à faire réfléchir les élèves sur l'éveil amoureux et sexuel qui se produit à la puberté.

Pour tout renseignement supplémentaire ou si vous avez des questions, vous pouvez communiquer avec la direction de l'école au ____ (numéro de téléphone ou courriel) ____.

Veillez accepter, Madame, Monsieur, nos salutations les plus distinguées.

Signature

Nom de l'enseignant(e)

Signature

Nom de la direction

Annexe 2

Les règles de fonctionnement (voir fichier PDF 8,5 x 14 pouces pour chaque règle)

- Je lève la main pour obtenir mon droit de parole ([PDF](#))
- Je parle pour moi et j'utilise le « je » pour m'exprimer ([PDF](#))
- J'ai le droit de ne pas répondre à une question ([PDF](#))
- J'écoute les opinions et les questions des autres ([PDF](#))
- Je respecte la vie privée des autres ([PDF](#))

Annexe 3

Passeport de l'élève

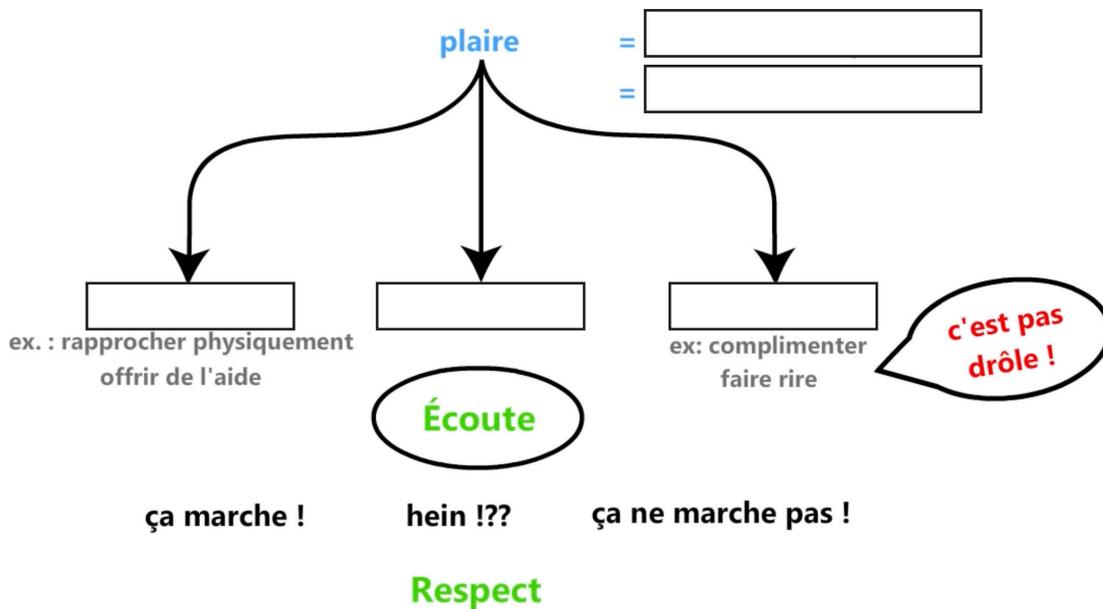
Vous pouvez imprimer ces pages et les remettre à l'élève au début de l'activité. Il est recommandé de conserver le passeport dans un cartable qui suivra l'élève durant tout son parcours primaire.

Plusieurs cartes conceptuelles te seront présentées durant le visionnement de la capsule vidéo. Elles sont associées à des questions que des jeunes de ton âge peuvent avoir sur l'éveil amoureux et sexuel.

Carte conceptuelle #1 – Question de Maëlle

Depuis que mon amie est amoureuse, je ne la comprends plus.
Elle fait des choses étranges. Qu'est-ce qui se passe ? - Maëlle

« Mon amie prend le temps de boucler ses cheveux le matin avant de venir à l'école même si elle doit se lever 15 minutes plus tôt et en plus, elle insiste pour faire les mêmes jeux qu'Éloi, même si lui, il ne veut pas toujours ».

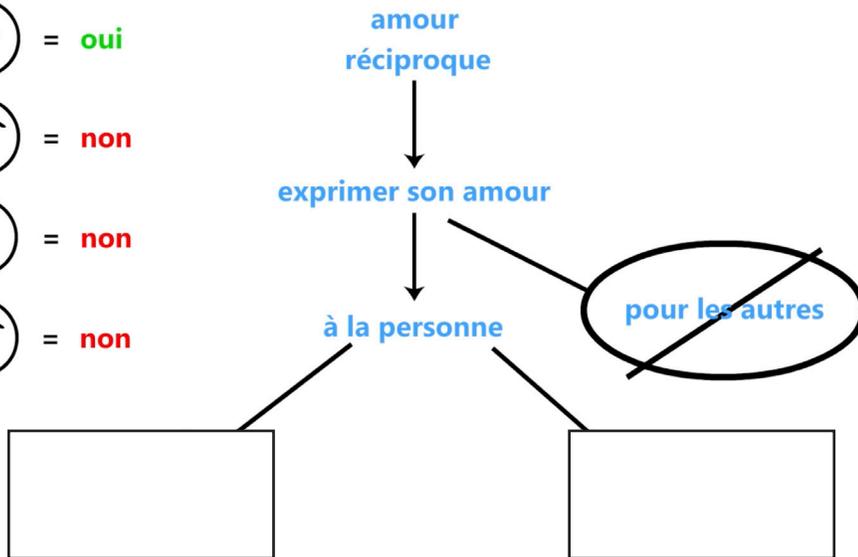
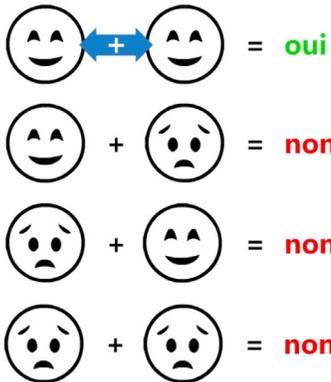


Plusieurs cartes conceptuelles te seront présentées durant le visionnement de la capsule vidéo. Elles sont associées à des questions que des jeunes de ton âge peuvent avoir sur l'éveil amoureux et sexuel.

Carte conceptuelle #2 – Question de Renaud

Comment montrer mon amour à la personne que j'aime ? - Renaud

« J'aimerais ça montrer à tout le monde qu'Éli et moi on est ensemble. Mais je ne veux pas avoir l'air idiot... ».



Plusieurs cartes conceptuelles te seront présentées durant le visionnement de la capsule vidéo. Elles sont associées à des questions que des jeunes de ton âge peuvent avoir sur l'éveil amoureux et sexuel.

Carte conceptuelle #3 – Question de Méli Mélo

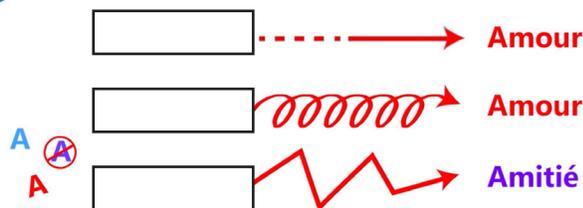
On se sent comment quand on est en amour ? Je suis un peu mêlée... amour ? attirance ? amitié ? – Méli Mélo

« L'amitié s'est transformée en amour... Et après, je n'étais plus en amour du tout. Je suis toute mêlée ».



!?!?!?

« À quoi tu penses ? »
« comment je me sens ? »

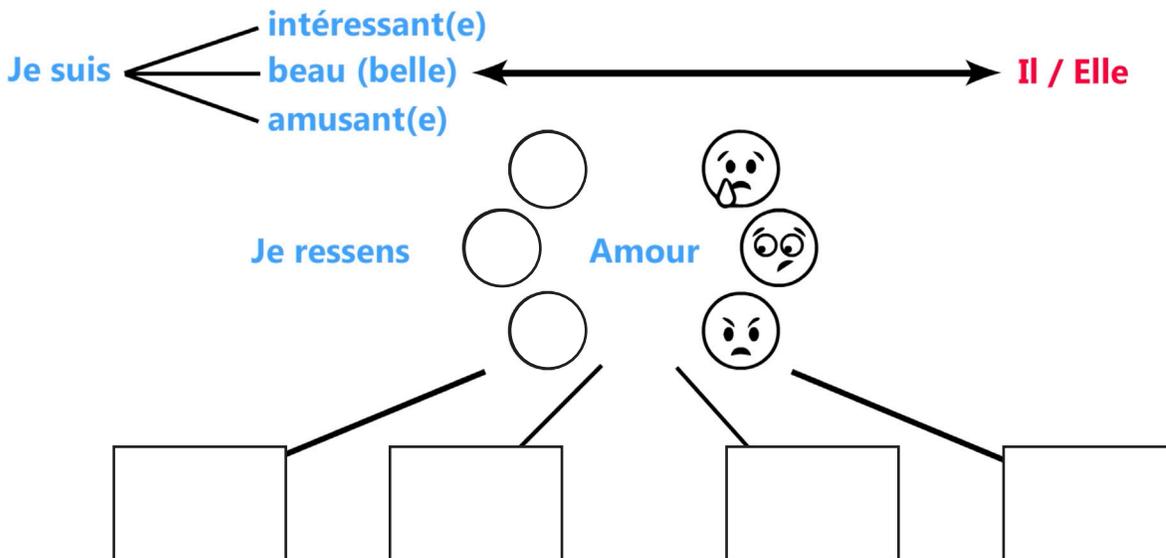


Plusieurs cartes conceptuelles te seront présentées durant le visionnement de la capsule vidéo. Elles sont associées à des questions que des jeunes de ton âge peuvent avoir sur l'éveil amoureux et sexuel.

Carte conceptuelle #4 – Question de E. Sansfaçon

Elle ne m'aime pas. Je suis tellement déçu... Qu'est-ce que je peux faire ? – E. Sansfaçon

« J'ai tout fait pour lui plaire. Malgré tout, elle m'a dit qu'elle n'était pas intéressée ».

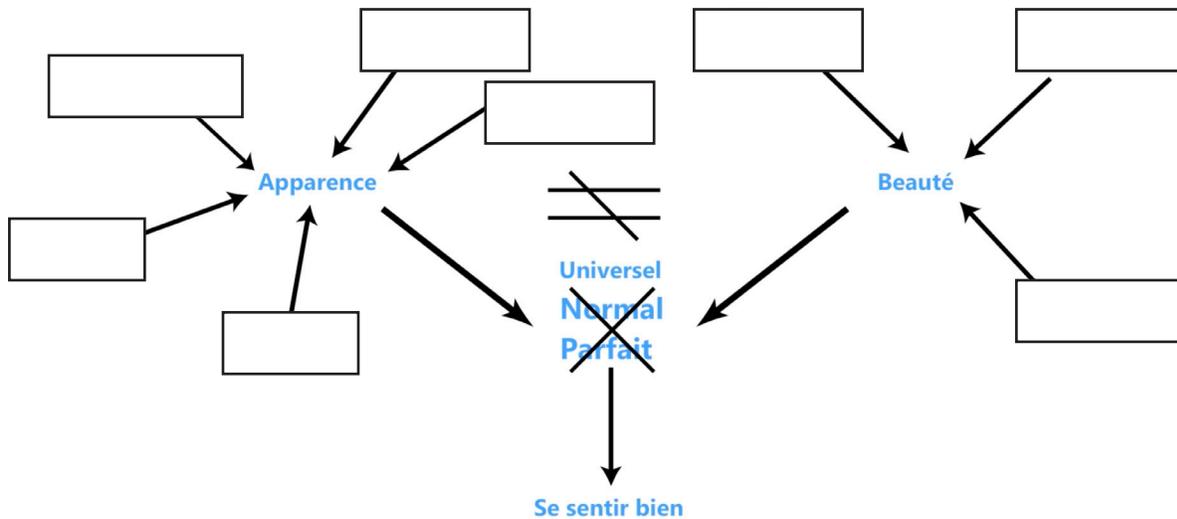


Plusieurs cartes conceptuelles te seront présentées durant le visionnement de la capsule vidéo. Elles sont associées à des questions que des jeunes de ton âge peuvent avoir sur l'éveil amoureux et sexuel.

Carte conceptuelle #5 – Question d'Anne

Pour que les autres me trouvent belle, est-ce que je dois avoir des gros seins ? - Anne

« Je vois beaucoup de publicités qui montrent des filles avec des gros seins et j'entends les garçons faire des commentaires sur ça à la récré. »



Annexe 4

Fiches d'activités

Vous pouvez imprimer ces pages et les remettre à l'élève au début de l'activité. Il est recommandé de conserver les fiches d'activités dans un cartable qui suivra l'élève durant tout son parcours primaire.

LA BOÎTE À QUESTIONS

1. Fais une lecture des cinq questions qui concernent l'éveil amoureux et sexuel dans le tableau ci-dessous (ce sont les mêmes questions que dans la capsule vidéo).

2. Choisis ensuite celle qui t'intéresse davantage ou pour laquelle tu souhaites donner une réponse à l'écrit. Pour ce faire, coche ton choix de question.

Questions	Coche ton choix (☐)
Maëlle Depuis que mon amie est amoureuse, je ne la comprends plus. Elle fait des choses étranges. Qu'est-ce qui se passe ?	☐
Renaud Comment montrer mon amour à la personne que j'aime ?	☐
Méli Mélo On se sent comment quand on est en amour ? Je suis un peu mêlée... amour ? attirance ? amitié ?	☐
E. Sansfaçon Elle ne m'aime pas. Je suis tellement déçu... Qu'est-ce que je peux faire ?	☐
Anne Pour que les autres me trouvent belle, est-ce que je dois ressembler aux femmes que je vois dans les publicités ?	☐

3. Donne ensuite une réponse à la question qui est posée par cette personne en utilisant les pages suivantes. Dans ta réponse :

- adresse-toi directement à la personne qui pose cette question (ex. : « chère Maëlle »);
- informe la personne qui pose cette question (tu peux reprendre des éléments de contenu de la capsule vidéo ou de la carte conceptuelle associée);
- inclus une phrase qui permet de ressortir l'idée qu'elle n'est pas seule à se poser cette question (ex. : « plusieurs jeunes de ton âge se posent cette question », « il est tout à fait normal de se poser cette question », « cela peut être différent selon les personnes »).

LA BOÎTE À QUESTIONS

QUESTION #1

Depuis que mon amie est amoureuse, je ne la comprends plus. Elle fait des choses étranges. Qu'est-ce qui se passe? - Maëlle

QUESTION #2

Comment montrer mon amour à la personne que j'aime? - Renaud

QUESTION #3

On se sent comment quand on est en amour? Je suis un peu mêlée... amour? attirance? amitié? - Méli Mélo

QUESTION #4

Elle ne m'aime pas. Je suis tellement déçu... Qu'est-ce que je peux faire? - E. Sansfaçon

QUESTION #5

Pour que les autres me trouvent belle, est-ce que je dois ressembler aux femmes que je vois dans les publicités? - Anne

LE JOURNAL INTIME

Complète chacune des phrases ci-dessous en inscrivant tes réponses dans les encadrés. Des exemples te sont aussi donnés pour t'aider à y réfléchir. Tes réponses sont confidentielles. Tu n'auras donc pas à les partager avec tes camarades de classe.

Les situations qui me préoccupent ou les questions que je me pose concernant l'éveil amoureux et sexuel sont :

Ex. : le passage au secondaire, mon ami Alex est amoureux et je me demande s'il voudra toujours être mon meilleur ami, je me demande si je suis normale puisque toutes mes amies ont déjà eu leurs menstruations.

Lorsque je me pose une question ou que quelque chose me préoccupe, je peux aller voir ces personnes :

Ex. : un parent, un enseignant, un intervenant de l'école, un ami.

Lorsque je me pose une question ou que quelque chose me préoccupe, je peux trouver des réponses qui sont justes en consultant ces ressources :

Ex. : un livre à la bibliothèque, le site de teljeunes.com.
