

PUBERTE

Contenu

- a. Changement physiques et physiologiques
- b. Changements émotionnelles

Savoir :

- Connaître les différentes manifestations des changements physiques, physiologiques et psychologique du corps de l'adolescent
- Connaître les différentes émotions et comment elles se manifestent
- Expliquer les émotions fluctuantes pendant la puberté

Savoir - faire :

- Accueillir positivement les changements liés à la puberté
- Adopter un comportement adéquat à son état d'adolescence
- Gérer ses émotions

Savoir - être :

- Être à l'aise avec son corps et les changements physiques et psychologiques

Programme

- 1 Mise en train - 10 minutes
- 2 Episode - 10 minutes
- 3 Création/Jeu de rôle - 30 minutes
Cependant, en fonction du temps, vous pouvez faire une ou plusieurs activités.
- 4 Jeu (optionnel) - 5 minutes
- 5 Points à retenir
- 6 Engagement

Mise en train - Ouragan

Objectifs d'apprentissage : Les élèves sont plus énergiques et il y a une atmosphère ouverte et détendue dans la classe.

Étape 1. Demandez aux élèves de former un cercle.

Étape 2. Expliquer aux élèves que vous allez donner la consigne, par exemple, toutes les personnes qui portent des chaussures marrons / ceux (celles) qui ont un petit frère, etc.

Étape 3. Les élèves qui ont les mêmes caractéristiques changent très vite de place. Quand vous dites 'Ouragan' tous les élèves doivent changer de place.

Episode - Puberté

Objectifs d'apprentissage : Le sujet sur la Puberté est introduit et les élèves comprennent les changements physiques, physiologiques et émotionnels pendant la puberté.

Étape 1. Dites aux élèves d'aller sur l'ordinateur et d'ouvrir l'épisode de la leçon sur la Puberté.



Étape 2. Laissez aux élèves le temps de lire et d'écouter l'épisode:

- Ils peuvent l'écouter et regarder individuellement dans leur ordinateur
- Ils peuvent l'écouter ensemble et le voir sur un projecteur
- Ils peuvent le lire individuellement sur l'ordinateur.

Étape 3. Promenez-vous pour voir si tous les élèves savent où aller. Permettez aux élèves de poser des questions sur des choses qu'ils ne comprennent pas.

jeu de rôle - mes changements

Objectifs d'apprentissage : Les élèves connaissent les différentes manifestations des changements physiologiques et émotionnelles chez l'adolescent et ils sont à l'aise avec leurs corps et émotions.

Étape 1. En plénière, composez une liste de changements émotionnels et comportementaux qui surviennent pendant l'adolescence.

Étape 2. Formez des groupes d'environ 4/5 élèves. Chaque groupe prend un changement émotionnel et/ou un changement comportemental.

Étape 3. Expliquez aux élèves qu'ils doivent faire un petit jeu de rôle qui explique comment ce changement se manifeste dans la vie quotidienne.

Étape 4. Demandez aux élèves de prendre environ 10 minutes pour créer le jeu de rôle court (2/3 minutes) avec le groupe.

Étape 5. Chaque groupe joue son jeu de rôle devant les autres groupes.

Étape 6. Quand tous les groupes ont présenté leur jeu de rôle, donnez vos impressions ou menez une discussion sur le jeu de rôles:

- Est-ce que vous vous reconnaissez dans cette histoire ?
- Est-ce que cela traduit la réalité ?
- Avez-vous une autre fin pour l'histoire?

Création - Mes conseils

Objectifs d'apprentissage: Les élèves prennent conscience de leurs propres sentiments et leurs corps. Ils explorent les choses qu'ils peuvent faire au mieux, et comprennent qu'ils ne sont pas impuissant.

Étape 1. Demandez aux élèves de faire une liste de leurs propres préoccupations en utilisant ces questions directrices:

- Quels changements physiques vous inquiète le plus ?
- Quels changements émotionnels vous inquiète le plus ?
- Comment ressentez-vous ces changements?

Étape 2. Expliquez aux élèves qu'après ils doivent Penser à comment les problèmes peuvent être réduits ou supprimés. S'ils ont des difficultés, ils peuvent s'entraider.

Étape 3. Ensuite, demandez aux élèves de formuler une liste de conseils pour leurs pairs en utilisant les idées de l'étape 2. Expliquez qu'ils doivent essayer de présenter ces conseils avec des phrases courtes, ou des slogans.

Étape 4. Demandez aux élèves d'ouvrir le document Powerpoint sur leurs ordinateurs ou, alternativement, ils peut travailler sur du papier. Tout dans le style peut être modifié: les couleurs, les images et les polices, les images sous forme Internet, etc. Demandez aux élèves de jeter un oeil sur le livre réalisé par Astou.

Jeu – Les changements physiques

Objectifs d'apprentissage : Les élèves connaissent les changements physiques chez l'adolescent.

Étape 1. Dites aux élèves de cliquer sur « Jeu » dans la leçon de puberté.

Étape 2. Laissez les élèves faire le jeu eux-mêmes. Et faites le tour pour voir si tous les élèves savent où aller.

Étape 3. Évaluez l'exercice. Demandez aux élèves de montrer leurs réponses, pour voir s'ils ont compris le jeu.

Points à retenir

Objectifs d'apprentissage : les élèves comprennent les messages les plus importants de la leçon

Étape 1. Dites aux élèves de cliquer sur « Points à retenir » dans la leçon de puberté.

Étape 2. Demandez aux élèves de lire les points à retenir eux-mêmes. Et faites le tour pour voir si tous les élèves savent où aller. Permettez aux élèves de poser des questions sur des choses ils ne comprennent pas.

Étape 3. Demandez aux élèves s'ils ont pris d'autres messages clés de l'épisode et des exercices.

Engagement

Objectifs d'apprentissage: les élèves mettent en oeuvre ce qu'ils ont appris sur le puberté.

Étape 1. Affichez les élèves où ils trouvent les engagements. Permettez-leur de regarder à travers les quelques minutes et de décider pour eux-mêmes si et quelle engagement ils veulent prendre.

Étape 2. Rappelez aux élèves que l'engagement est personnel, ils peuvent également formuler leurs propres engagements.

Étape 3. Expliquez aux élèves, de mettre en pratique un engagement prend du temps, ils ne devraient pas y renoncer, si au début, il ne vient pas naturellement.

Note: Un engagement est plus efficace quand il est librement choisi. C'est pourquoi il faut encourager les élèves à s'engager mais cela n'est pas une obligation. Ils doivent le faire quand ils sont prêts et se sentent engagés.

