



3^e - Chapitre 10

REPRODUCTION ET SEXUALITÉ



Thème 3 - Le corps humain et la santé

Livret réalisé par Jonathan ANDRÉ
Enseignant spécialisé
SEGPA.org



Livret enseignant



01 La puberté et les changements du corps

02 Le fonctionnement des appareils reproducteurs et les contrôles hormonaux

03 Sexualité, contraception et prévention

04 Synthèse

05 Pour aller plus loin...

INTRODUCTION

Pourquoi notre corps change-t-il à la puberté ?

Comment se déroule une grossesse ?

Pourquoi certaines personnes ont-elles recours à la contraception ou à l'aide médicale pour avoir un enfant ?

Comment peut-on vivre une sexualité en respectant l'autre et en se protégeant ?



Présentation du sujet : Dans ce chapitre, nous allons explorer le fonctionnement des appareils reproducteurs à partir de la puberté, les modifications hormonales, et les principes de la maîtrise de la reproduction. Nous parlerons aussi de sexualité responsable, de contraception, de prévention des IST et du respect de l'autre dans les relations.

Objectifs d'apprentissage

L'élève doit être capable de :

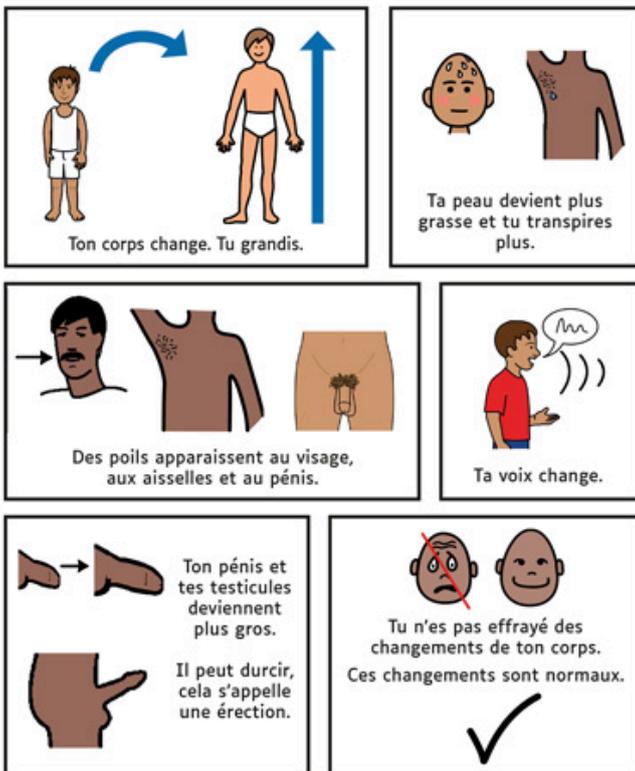
- Identifier les changements liés à la puberté et leur lien avec la fonction de reproduction.
- Comprendre le fonctionnement des appareils reproducteurs et la production des cellules reproductrices.
- Expliquer l'action des hormones à partir de la puberté.
- Relier ces connaissances à la maîtrise de la reproduction (contraception, aide à la procréation).
- Expliquer les conditions d'une fécondation et d'une grossesse.
- Argumenter sur les comportements responsables en matière de sexualité : consentement, prévention, respect de l'autre.
- Distinguer sexualité et reproduction.

Questionnement initial

- Pourquoi notre corps change-t-il à la puberté ?
- Comment se déroule une grossesse ?
- Pourquoi certaines personnes ont-elles recours à la contraception ou à l'aide médicale pour avoir un enfant ?
- Comment peut-on vivre une sexualité en respectant l'autre et en se protégeant ?

LA PUBERTÉ ET LES CHANGEMENTS DU CORPS

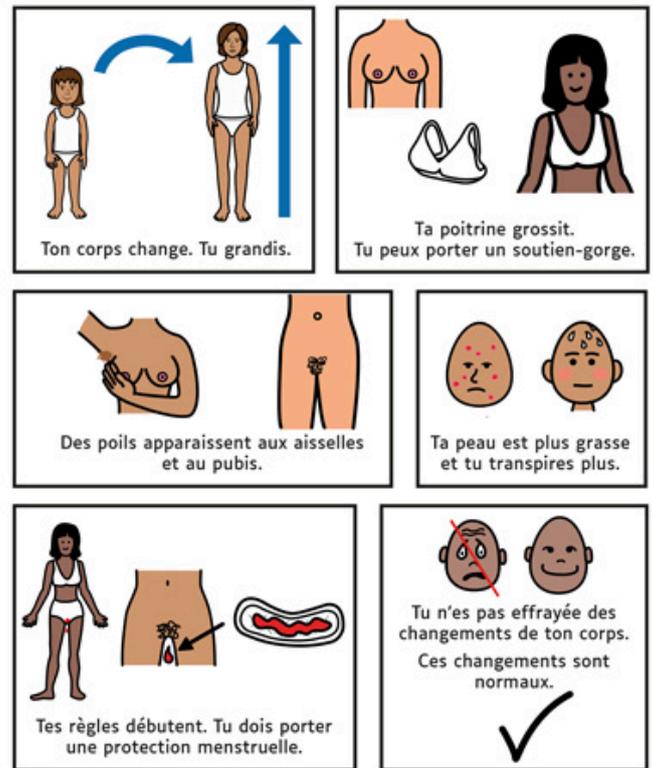
La puberté chez l'homme



hoptoys.fr

planche réalisée avec le logiciel Boardmaker 7

La puberté chez la femme



hoptoys.fr

planche réalisée avec le logiciel Boardmaker 7

- **Contenus abordés :**
 - Modifications physiques et psychiques de la puberté.
 - Mise en route des appareils reproducteurs.
 - Début de la production des cellules reproductrices (spermatozoïdes / ovules).
 - Premiers cycles menstruels et premières éjaculations.
- **Activité possible :**
 - Mise en lien entre des documents ou illustrations (photos neutres, silhouettes) et les changements observables à la puberté.
- **Questions de compréhension :**
 - Quels sont les changements liés à la puberté ?
 - Qu'est-ce qui change dans le fonctionnement du corps à partir de la puberté ?

La puberté est une période de changements physiques et psychiques qui marque le début du fonctionnement des organes reproducteurs. Elle commence généralement entre 10 et 16 ans, mais ce moment peut varier d'une personne à l'autre.

Pendant la puberté :

- Le corps se transforme (pilosité, poussée de croissance, changement de voix chez les garçons, développement des seins chez les filles...).
- Les organes reproducteurs deviennent actifs :
 - les testicules commencent à produire des spermatozoïdes chez les garçons.
 - les ovaires libèrent un ovule à chaque cycle menstruel chez les filles.
- Ces changements sont contrôlés par des hormones fabriquées par le cerveau et les organes reproducteurs.

La puberté peut aussi s'accompagner de changements émotionnels : envies d'indépendance, questionnements sur soi, attirance pour les autres...

Chaque personne vit sa puberté à son rythme, il n'y a pas de norme. Ces changements sont naturels et normaux.

Complément d'information pour l'enseignant

La puberté est une phase clé du développement, marquant la transition de l'enfance à l'âge adulte. Elle est déclenchée par l'activation de l'axe hypothalamo-hypophysio-gonadique : l'hypothalamus sécrète la GnRH, qui stimule l'hypophyse à produire deux hormones importantes : la LH et la FSH. Ces hormones vont agir sur :

- Les testicules chez le garçon, entraînant la production de spermatozoïdes (spermatogenèse) et la sécrétion de testostérone.
- Les ovaires chez la fille, stimulant la libération cyclique d'ovules et la production d'œstrogènes et de progestérone.

Ces hormones sont responsables :

- Des modifications morphologiques (développement des seins, élargissement du bassin chez les filles, mue de la voix, développement musculaire chez les garçons, etc.).
- De la maturation des organes génitaux internes et externes.
- De l'apparition de la pilosité pubienne, axillaire et d'autres caractères sexuels secondaires.

La puberté s'accompagne également de transformations psychologiques et comportementales, dues notamment aux réorganisations cérébrales hormonodépendantes. Les adolescents peuvent vivre cette période avec gêne, questionnements, ou curiosité. Il est important d'aborder ces sujets avec bienveillance, neutralité et respect.

Enfin, les rythmes pubertaires sont très variables (précoces ou tardifs) et influencés par la génétique, la nutrition, la santé globale et des facteurs environnementaux. Il convient de normaliser la diversité des parcours pubertaires pour éviter les complexes ou les inquiétudes inutiles.



La puberté, qu'est-ce que c'est ?

Faut que je t'explique, avec le Dr Jimmy Mohamed
www.lumni.fr/video/la-puberte-qu-est-ce-que-c-est

Que se passe-t-il à la puberté ? Quel est l'élément déclencheur ? Combien de temps dure la puberté ? Est-ce c'est possible d'y échapper ? Dans ce nouvel épisode de Faut que je t'explique, avec le Dr Jimmy Mohamed tu vas tout savoir sur cette période charnière.

C'est quoi la puberté ?

Tu grandis, les poils poussent... C'est la transition entre ton corps d'enfant et ton corps d'adulte. Tout le monde y passe et cela dure plusieurs années. Dans ton cerveau, une horloge invisible donne le départ, c'est différent pour chacun. Au moment voulu, les neurones de l'**hypothalamus** stimulent la production d'hormones. La puberté est un processus progressif qui prend du temps :

- La puberté chez les filles dure environ 4 ans, entre 8 et 14 ans, souvent vers 11 ans. Chez la femme, l'hormone s'appelle l'œstrogène. Elle est produite par les ovaires.
- La puberté chez les garçons dure environ 6 ans, entre 9 et 14 ans, souvent vers 12 ans. Chez l'homme, l'hormone s'appelle la testostérone. Elle est produite par les testicules.

Quelles sont les conséquences de ces hormones pendant la puberté ?

- À cette période, grâce à ces hormones, la **taille** augmente et les poils poussent.
- Chez les filles : les seins se développent, les hanches et les cuisses s'élargissent ; les règles arrivent.
- Chez les garçons : la voix mue, le volume des testicules augmente, le pénis s'allonge ; les premières éjaculations arrivent (souvent la nuit).
- La peau devient plus grasse et peut occasionner de l'**acné**. En cas de gêne, parles-en à ton médecin, certains traitements sont efficaces. Il faut savoir aussi que l'acné finit presque toujours par partir.

Comment se sent-on à la puberté ?

À la puberté, on peut avoir l'impression de ne pas être comme les autres. La crise d'ado peut s'accompagner de **sautes d'humeur, d'émotivité** liés aux changements hormonaux et physiques. N'hésite pas à en parler à des personnes de confiance, tes parents, tes amis, même s'il s'agit d'un sujet un peu tabou : dis-toi que tout le monde passe par cette étape. Garde en tête que ce n'est qu'une petite période de ta vie : la puberté finit toujours par passer !



Exercice : QCM

1. Qu'est-ce que la puberté ?

- Une maladie passagère de l'adolescence
- Un moment où le corps arrête de grandir
- Une période de transformation entre l'enfance et l'âge adulte
- Une phase qui ne concerne que les garçons

2. Quelle est l'origine du déclenchement de la puberté ?

- Le changement de saison
- Une décision volontaire du cerveau
- Une stimulation hormonale déclenchée par l'hypothalamus
- La croissance des os

3. Quelle hormone est produite par les ovaires chez la fille ?

- La progestérone
- L'œstrogène
- L'insuline
- La testostérone

4. Quelle est la durée moyenne de la puberté chez les garçons ?

- 2 ans
- 4 ans
- 6 ans
- 8 ans

5. Quelle est l'une des premières manifestations visibles de la puberté chez les garçons ?

- L'arrivée des règles
- Le développement des seins
- La mue de la voix et l'allongement du pénis
- L'élargissement du bassin

6. Que se passe-t-il souvent chez les filles à la puberté ?

- La pilosité disparaît
- Les hanches s'élargissent et les règles apparaissent
- La voix devient plus grave
- La production de testostérone augmente

7. Quel effet fréquent peut apparaître sur la peau pendant la puberté ?

- Une peau plus sèche
- Une peau plus grasse et parfois de l'acné
- Une perte de pigmentation
- Une pousse excessive de cheveux

LE FONCTIONNEMENT DES APPAREILS REPRODUCTEURS ET LES CONTRÔLES HORMONAUX

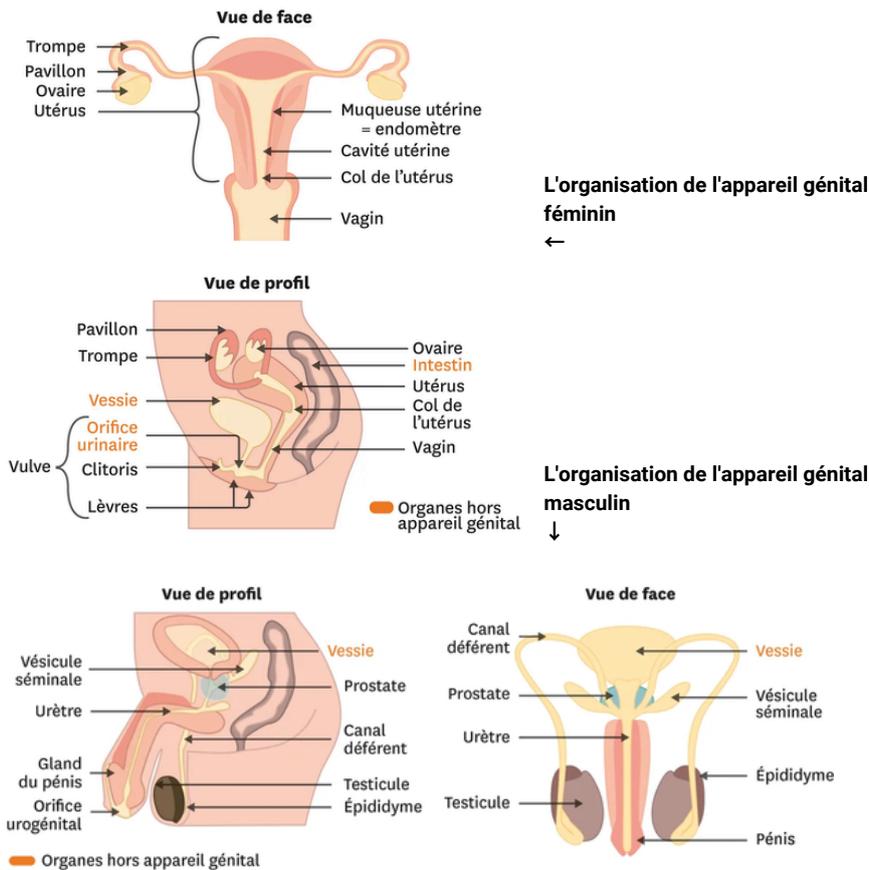


Schéma lelivrescolaire.fr

- **Contenus abordés :**
 - Anatomie simplifiée des appareils reproducteurs (homme et femme).
 - Rôle des hormones dans le déclenchement de la puberté et la régulation du cycle menstruel.
 - Production continue des spermatozoïdes / libération cyclique d'un ovule.
 - Implantation de l'embryon dans l'utérus.
 - Notion de fertilité, notion de cycle.
- **Activité possible :**
 - Schémas annotés des appareils reproducteurs.
 - Frise du cycle menstruel (simplifiée).
 - Jeu de cartes / vocabulaire sur les rôles des hormones.
- **Questions de compréhension :**
 - Quel est le rôle des hormones dans le corps ?
 - Quelles sont les différences entre la reproduction masculine et féminine ?
 - Comment se déroule une fécondation et une grossesse ?

À partir de la puberté, les organes reproducteurs deviennent fonctionnels grâce à l'action des hormones sexuelles.

Chez la fille, ce sont les ovaires qui produisent des ovules et sécrètent une hormone appelée œstrogène.

Chez le garçon, ce sont les testicules qui produisent des spermatozoïdes et sécrètent une hormone appelée testostérone.

Ces hormones déclenchent des changements physiques (seins, hanches, mue de la voix, pilosité...) mais aussi le fonctionnement cyclique ou continu des organes reproducteurs.

- Chez la fille : l'ovulation a lieu tous les mois et peut être suivie d'une grossesse.
- Chez le garçon : la production de spermatozoïdes est continue à partir de la puberté.

Le cerveau, par l'intermédiaire de l'hypothalamus et de l'hypophyse, contrôle la production des hormones sexuelles.

Les hormones circulent dans le sang et coordonnent le fonctionnement des organes reproducteurs.

Complément d'information pour l'enseignant – Le fonctionnement des appareils reproducteurs et les contrôles hormonaux

La puberté marque le début du fonctionnement des appareils reproducteurs. Elle est déclenchée par l'activation de l'axe hypothalamo-hypophysaire.

L'hypothalamus libère une hormone (la GnRH) qui stimule l'hypophyse. L'hypophyse sécrète ensuite deux hormones :

- LH (hormone lutéinisante)
- FSH (hormone folliculo-stimulante)

Ces deux hormones circulent dans le sang et agissent sur :

- Les testicules, chez le garçon, en stimulant la production de spermatozoïdes et la sécrétion de testostérone.
- Les ovaires, chez la fille, en stimulant la maturation d'un ovule et la sécrétion d'œstrogènes et de progestérone.

Chez la fille, le fonctionnement est cyclique (environ 28 jours) :

- La première partie du cycle prépare l'ovulation (œstrogènes).
- La seconde partie prépare l'utérus à une éventuelle grossesse (progestérone).
- En l'absence de fécondation, les règles apparaissent (destruction de la muqueuse utérine).

Chez le garçon, la production de spermatozoïdes est continue à partir de la puberté.

Cette régulation hormonale permet également de comprendre certains modes de contraception :

- Les contraceptifs hormonaux (comme la pilule) empêchent l'ovulation en agissant sur l'axe hormonal.
- D'autres contraceptifs modifient la glaire cervicale ou la muqueuse utérine pour empêcher la fécondation ou la nidation.

Cette leçon permet d'installer une vision scientifique du fonctionnement reproducteur tout en préparant les élèves à réfléchir aux choix liés à la contraception et à la procréation.



Les règles

Sexotuto

www.lumni.fr/video/la-reaction-inflammatoire

Tous les mois, deux milliards de filles dans le monde ont leurs règles : du sang qui s'écoule du vagin. Causes, durée, symptômes, protections hygiéniques... On vous dit tout.

Les règles, c'est quoi ?

Les règles font partie d'un cycle qui prépare le corps des femmes à accueillir un enfant. Chaque mois, la partie interne de l'utérus, l'endomètre, s'épaissit pour accueillir éventuellement un ovule fécondé. Si l'ovule et le spermatozoïde ne se rencontrent pas, la fécondation ne se fait pas et une partie de l'endomètre s'autodétruit. À ce moment-là, les règles se déclenchent.

Ne pas avoir ses règles n'est pas synonyme de grossesse. Cela peut faire suite à un problème médical, un choc émotionnel, un stress... En moyenne, les femmes ont leurs règles tous les 28 jours. On appelle cela le cycle menstruel. Parfois, ce cycle s'interrompt ou se décale sans raison, surtout lors des premières règles. En général, elles arrivent entre 11 et 14 ans et s'arrêtent à la ménopause, autour de 50 ans.

Quels sont les symptômes des règles ?

Les symptômes arrivent un peu avant et pendant les règles. Tu peux te sentir ballonnée, fatiguée, avoir mal à la tête ou aux reins, avoir une poussée d'acné, les seins qui gonflent, des troubles de l'appétit, des petites bouffées de chaleur... Si les douleurs sont très fortes au point de ne pas pouvoir sortir, tu dois alors consulter un médecin car cela peut être le signe d'une maladie comme l'endométriose.

Les symptômes physiques des règles peuvent être accompagnés aussi de changements d'humeur, d'envie de pleurer sans raison, de troubles du sommeil. Ce n'est pas agréable. Mais, c'est surmontable et cela dure environ 5 jours par mois.

Quelles protections hygiéniques pendant les règles ?

Pour aller à la piscine, il faut une protection qui va dans l'eau. Par exemple, un tampon ou une coupe menstruelle. Tu plies la coupe menstruelle et tu la places dans le vagin comme les tampons. La première fois que tu mets un tampon ou une cup, il vaut mieux prendre un miroir.

Si tu ne te sens pas à l'aise avec ce type de protection tu peux toujours utiliser une serviette hygiénique et une culotte menstruelle. Tu la mets le matin, tu la laves le soir et tu peux la remettre le lendemain. Attention, quelle que soit la protection, il faut la changer régulièrement. Sinon tu peux attraper des infections.



Exercice : QCM

1. Quel organe produit les ovules chez la femme ?

- Le vagin
- **Les ovaires**
- L'utérus
- Les trompes de Fallope

2. Quelle hormone est produite par les testicules ?

- **La testostérone**
- L'œstrogène
- La progestérone
- L'adrénaline

3. Quelle est la durée moyenne d'un cycle menstruel ?

- 7 jours
- 15 jours
- **28 jours**
- 35 jours

4. Que se passe-t-il dans l'utérus en l'absence de fécondation ?

- L'ovule devient un embryon
- L'endomètre continue de s'épaissir
- **L'endomètre se détruit et les règles apparaissent**
- Les ovaires cessent de fonctionner

5. Quelle glande cérébrale déclenche la production des hormones sexuelles à la puberté ?

- La thyroïde
- L'amygdale
- **L'hypothalamus**
- Le cervelet

6. Chez le garçon, quand commence la production de spermatozoïdes ?

- À la naissance
- À 18 ans
- **À la puberté**
- Après les premières règles

7. Quelle protection n'est pas insérée dans le vagin ?

- Tampon
- Coupe menstruelle
- **Serviette hygiénique**
- Anneau contraceptif

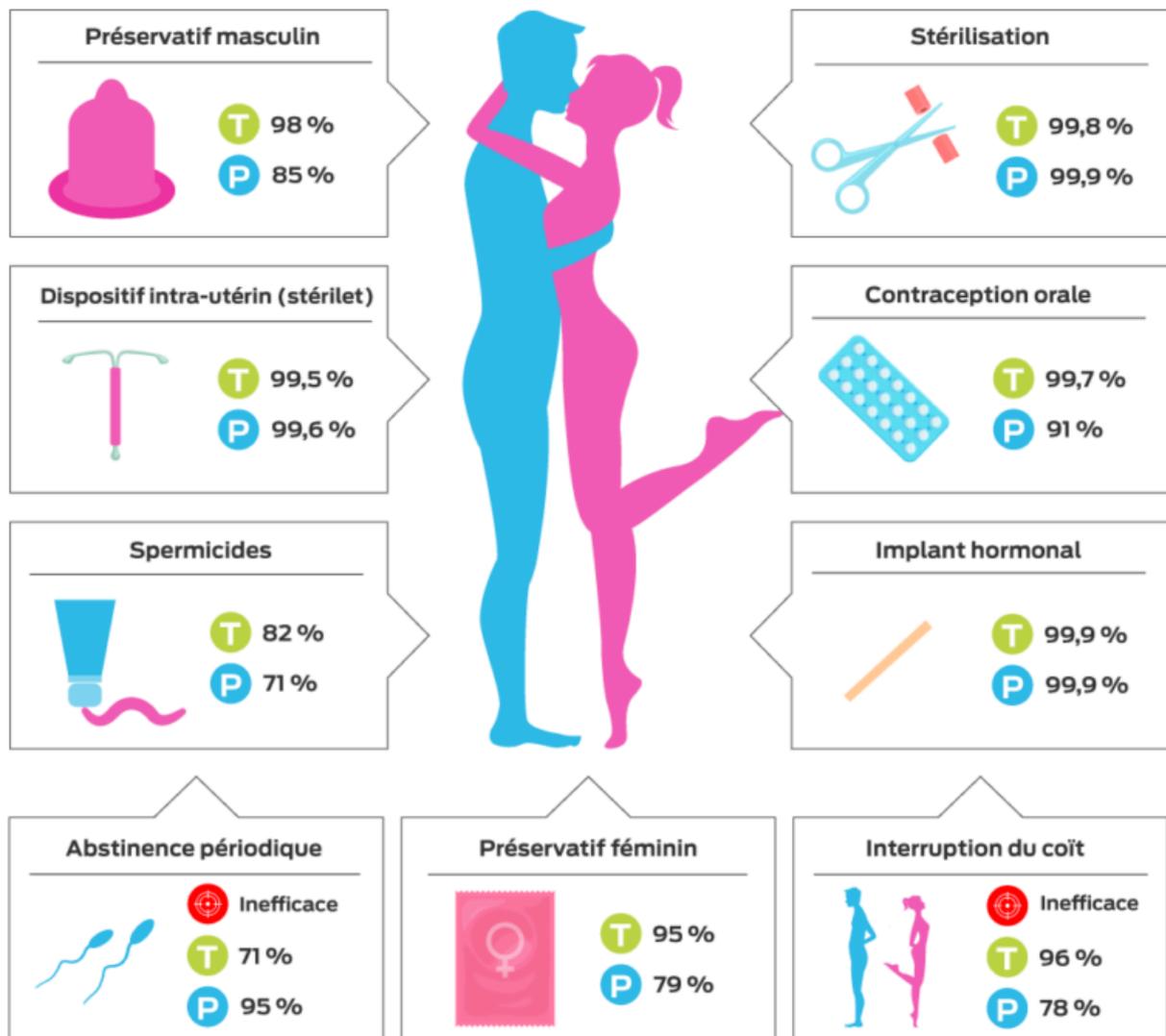
8. Pourquoi faut-il changer régulièrement sa protection hygiénique ?

- Pour éviter de tomber enceinte
- **Pour prévenir les infections**
- Pour faire des économies
- Pour améliorer le confort thermique

SEXUALITÉ, CONTRACEPTION ET PRÉVENTION

Méthodes contraceptives

La contraception la plus efficace est celle qui vous convient.



T Efficacité théorique : Lorsque le contraceptif est utilisé sans problème d'utilisation.

P Efficacité pratique : C'est l'efficacité prenant en compte les erreurs d'utilisation, les oublis.

La sexualité est une dimension naturelle de la vie humaine. Elle ne concerne pas seulement la reproduction, mais aussi les émotions, les relations et le respect de soi et des autres.

À partir de la puberté, le corps est capable de se reproduire. Chez la femme, un ovule est libéré chaque mois. Chez l'homme, des spermatozoïdes sont produits en continu.

La fécondation se produit lorsqu'un spermatozoïde rencontre un ovule. Cela peut entraîner une grossesse.

Il est possible de maîtriser la reproduction grâce à la contraception, qui empêche une grossesse non désirée. Il existe plusieurs méthodes contraceptives :

- Le préservatif (masculin ou féminin) : il empêche la fécondation et protège contre les IST.
- La pilule : elle empêche l'ovulation chez la femme.
- Le stérilet, l'implant, le patch, etc.

Pour se protéger des infections sexuellement transmissibles (IST), il faut :

- utiliser un préservatif à chaque rapport sexuel ;
- se faire dépister régulièrement ;
- éviter les contacts à risque.

Un comportement responsable repose sur :

- le respect du consentement ;
- la communication entre partenaires ;
- le choix réfléchi de sa contraception.

Complément d'information scientifique pour l'enseignant

La sexualité humaine est un domaine complexe mêlant dimensions biologiques, affectives, sociales et culturelles. En 3e, on aborde les connaissances essentielles à la compréhension de la reproduction et de la prévention.

1. Biologie de la reproduction

- Ovulation : libération d'un ovule par un ovaire, autour du 14^e jour du cycle menstruel.
- Spermatozoïdes : produits continuellement dans les testicules à partir de la puberté.
- Fécondation : union d'un ovule et d'un spermatozoïde dans les trompes utérines.
- Grossesse : si l'ovule fécondé s'implante dans l'utérus.

2. Contraception

On distingue :

- Méthodes mécaniques : préservatifs (masculin/féminin), diaphragme.
- Méthodes hormonales : pilule, implant, patch, anneau vaginal. Ces méthodes modifient les taux d'hormones (progestérone, œstrogènes) pour bloquer l'ovulation.
- Méthodes intra-utérines : DIU ou stérilet, parfois hormonal.
- Méthodes naturelles (peu fiables) et d'urgence (pilule du lendemain).

3. Prévention des IST

Les IST (ex : chlamydia, VIH, herpès, papillomavirus) se transmettent par contacts sexuels. Le préservatif est le seul moyen de contraception qui protège également contre ces infections. Le dépistage (gratuit et anonyme dans les centres de santé) est essentiel, même en l'absence de symptômes.

4. Éducation à la sexualité

Les séances doivent aborder les notions de consentement, de respect, d'émotions, et permettre aux élèves de construire des repères pour agir avec responsabilité. La coanimation avec des professionnels de santé ou associations est recommandée. Le professeur peut aborder les enjeux de santé publique (IST, contraception, grossesses non désirées) avec des ressources scientifiques validées.



La contraception

Sexotuto

www.lumni.fr/video/la-reaction-inflammatoire

Si on ne veut pas avoir un enfant, on opte pour la contraception. Elle concerne les femmes et les hommes. La meilleure contraception est celle que l'on choisit. Tu peux en parler avec un médecin généraliste, un gynécologue ou une sage-femme. La consultation de ces professionnels de santé se fait en cabinet ou gratuitement dans un CPEF (Centre de planning et d'éducation familiale).

Les différents types de contraception

Plusieurs méthodes de contraception permettent de se protéger des risques d'une grossesse non désirée. Préservatifs féminins ou masculins, pilule, stérilet, anneau contraceptif, implant, patch... La meilleure contraception est celle que l'on choisit seul ou si l'on est en couple, à deux.

Comment choisir sa contraception ?

L'implant c'est le plus fiable. Inséré sous la peau du bras, il est efficace trois ans. Le plus connu c'est la pilule, mais à prendre tous les jours, parce qu'un oubli et c'est la contraception d'urgence : elle se prend le plus tôt possible et au plus tard cinq jours après. Le stérilet, posé par un gynécologue en cabinet, peut se garder cinq ans. Le patch est collé sur la peau trois semaines sur quatre. L'éponge contraceptive, placée dans le vagin, protège pendant 24 heures. Quand on est mineur, la contraception peut être fournie gratuitement et sans l'autorisation des parents. Avoir une contraception ne protège pas des IST (Infections sexuellement Transmissibles).



Exercice : QCM

1. Quel est le rôle principal de la contraception ?

- Favoriser les naissances.
- Réduire les règles.
- Protéger contre toutes les maladies.
- Éviter une grossesse non désirée.

2. Qui peut être concerné par la contraception ?

- Les femmes et les hommes.
- Les enfants uniquement.
- Les personnes âgées uniquement.
- Les couples mariés seulement.

3. Quelle est la méthode contraceptive qu'il faut prendre chaque jour ?

- La pilule.
- Le stérilet.
- Le préservatif.
- L'implant.

4. Quelle contraception doit être prise rapidement après un rapport non protégé ?

- Le patch.
- Le stérilet.
- La contraception d'urgence.
- L'anneau vaginal.

5. Quelle méthode protège à la fois d'une grossesse et des IST ?

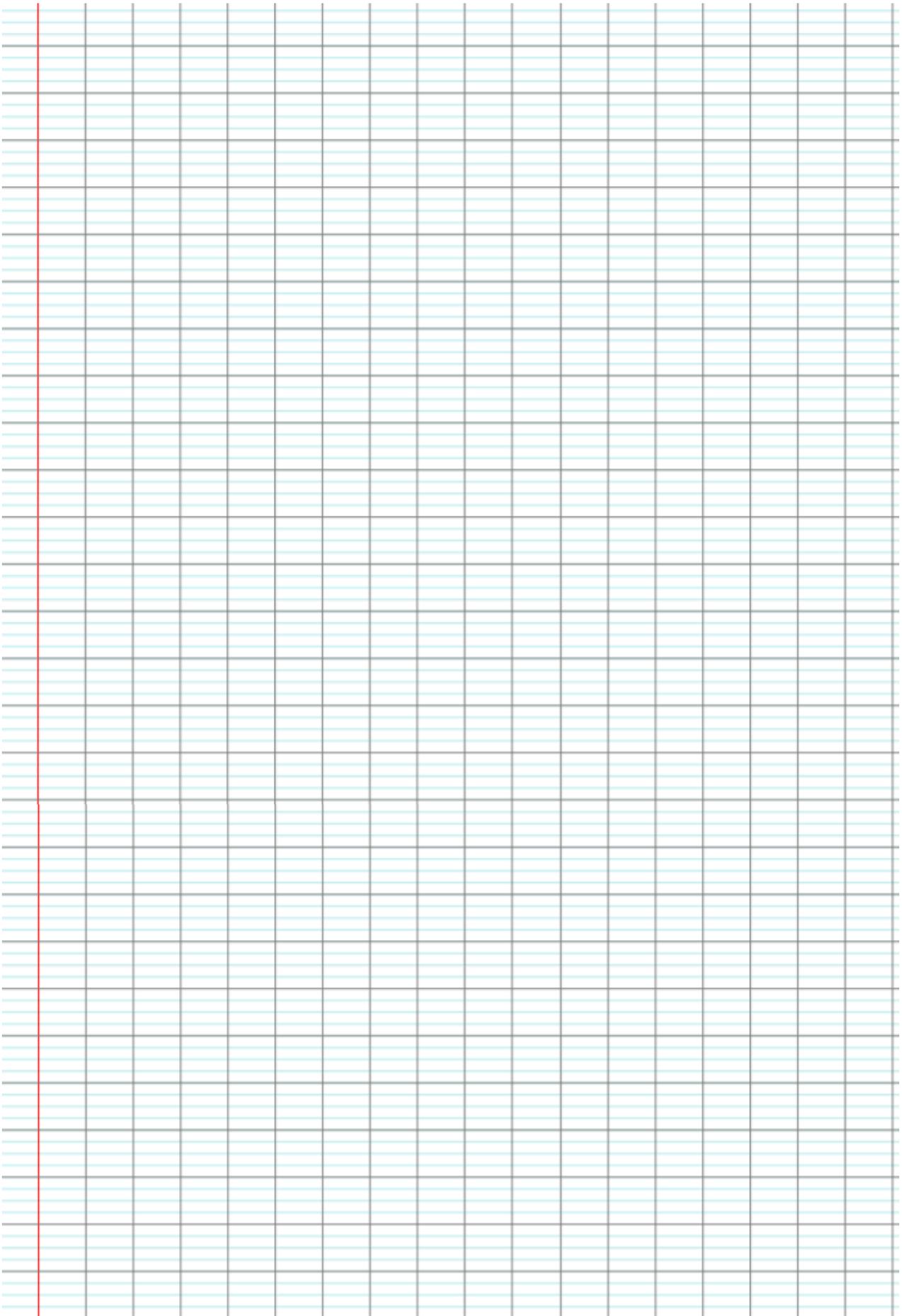
- La pilule.
- Le patch.
- Le préservatif.
- Le stérilet.

6. Où peut-on obtenir des informations fiables et gratuites sur la contraception ?

- Sur les réseaux sociaux.
- Dans les centres commerciaux.
- Dans un CPEF (Centre de planification et d'éducation familiale).
- Uniquement à l'hôpital.

7. Quelle contraception est placée sous la peau et dure trois ans ?

- Le patch.
- La pilule.
- L'implant.
- Le diaphragme.



Le programme : Reproduction et sexualité

COMPÉTENCES :

- Relier le fonctionnement des appareils reproducteurs à partir de la puberté aux principes de la maîtrise de la reproduction.
- Expliquer sur quoi reposent les comportements responsables dans le domaine de la sexualité

CONNAISSANCES :

- Puberté ; organes reproducteurs, production de cellules reproductrices, contrôles hormonaux.
- Fertilité, grossesse, respect de l'autre, choix raisonné de la procréation, contraception, prévention des infections sexuellement transmissibles.

Notions des cycles précédents

Au cours du cycle 3, les élèves ont caractérisé les modifications subies par un organisme vivant au cours de sa vie, et plus particulièrement identifié celles liées à la puberté chez l'être humain. Le rôle respectif des deux sexes dans la reproduction a été précisé. Au cours des cycles 2 et 3, l'enseignement moral et civique a permis d'aborder une éducation à la sensibilité visant à mieux connaître et identifier ses sentiments et émotions et ceux d'autrui. Dans ce cadre, le respect de l'autre (contre le sexisme, l'homophobie) a été abordé.

Certains élèves ont des représentations erronées sur l'origine des règles, la distinction « vrais » et « faux » jumeaux, la localisation intra-utérine de l'embryon... Certains élèves ont pu discuter des relations garçons-filles dans le cadre d'une séance d'éducation à la sexualité. Certains peuvent aussi avoir été influencés dans l'image qu'ils se font de la sexualité et plus généralement des relations homme/femme par des éléments présents sur des réseaux sociaux et des sites Internet.

Au cours du cycle, l'élève apprend à :

- relier les changements liés à la puberté et le déclenchement du fonctionnement des organes reproducteurs ;
- expliquer le fonctionnement des appareils reproducteurs à partir de la puberté (production continue de spermatozoïdes tout au long de la vie ; libération cyclique d'un ovule) et le relier avec certains principes de la maîtrise de la reproduction (choix raisonné de la procréation : contraception - aide à la procréation) ;
- expliquer les contrôles hormonaux du fonctionnement des appareils reproducteurs et les relier avec certains principes de la maîtrise de la reproduction (contraception - aide à la procréation) ;
- expliquer les conditions d'une fécondation (rapport sexuel, formation d'une cellule-œuf) et du déroulement d'une grossesse (implantation dans la muqueuse utérine, échanges placentaires) et les relier avec certains principes de la maîtrise de la reproduction (contraception - aide à la procréation) ;
- expliquer les méthodes de prévention des infections sexuellement transmissibles ;
- expliquer la distinction entre reproduction et sexualité ;
- argumenter les enjeux liés aux comportements responsables dans le domaine de la sexualité.

Précisions et limites

Il est important de veiller à la qualité des schémas des appareils reproducteurs utilisés et à ce qu'ils n'omettent pas le vocabulaire minimum suivant : vulve, clitoris, vagin, cavité et paroi de l'utérus, trompes, ovaires, pour la femme ; pénis, testicules, prostate, canaux déférents, urètre, pour l'homme. Mais ces termes structuraux sont à installer en lien avec leurs fonctions.

Concernant la fertilité, il est important de faire comprendre qu'elle est liée au couple (et non pas uniquement à un individu). Pour les aides à la procréation, il s'agit de montrer qu'elle est adaptée au besoin du couple, par exemple, il n'y a pas de justification à proposer une FIVETE si une stimulation ovarienne peut suffire (ou encore si un calendrier des périodes du cycle et des rapports sexuels n'est pas mis en place en amont).

Dans les contrôles hormonaux, les boucles de régulation ne font pas partie des notions à bâtir. Pour autant, concernant l'action des contraceptifs hormonaux, pilules et implants, en plus d'une action directe sur la sécrétion d'une glaire cervicale plus épaisse (donc empêchant la progression des spermatozoïdes) et celle sur la paroi interne de l'utérus (empêchant la nidation), il est envisageable d'évoquer de façon simplifiée l'action sur la sécrétion des hormones cérébrales pour expliquer le blocage de l'ovulation. Même s'il ne semble pas nécessaire de mémoriser le nom de toutes les hormones, l'élève pourra retenir le fait qu'il y a différentes hormones présentes chez la femme et chez l'homme.

Aide à la mise en œuvre

La fonction de reproduction appartient au domaine de la biologie. La sexualité humaine s'élabore en fonction des interactions entre la dimension biologique de l'individu et les influences diverses des facteurs relationnels, sociaux, culturels du milieu de vie. Elle inclut de nombreux aspects comme le sexe, l'identité sexuée, les rôles de sexe, l'orientation sexuelle, le plaisir, l'intimité, la transmission de la vie, et s'exprime sous des formes variées liées au parcours singulier de chacun.

La partie du programme évoquant la sexualité s'apparente davantage à un temps d'accompagnement qu'à un temps de transmission d'un savoir, en veillant à prendre de la distance par rapport à ses propres représentations : il s'agit d'accompagner de façon adaptée les jeunes dans une réflexion commune qui permette d'élaborer leurs propres réponses à partir de la mise en commun et de l'analyse de leurs représentations³, d'informations objectives et de l'appropriation de connaissances scientifiques. Pour autant, il ne s'agit pas, pour les jeunes comme pour le professeur, de parler de leur intimité. À l'opposé d'un discours moralisateur et normatif, l'objectif est de développer l'estime de soi et la capacité à faire des choix personnels.

Cette partie de programme est à organiser, en co-intervention avec les personnels formés dans le cadre de l'éducation à la sexualité¹ et des organismes ou associations partenaires reconnus, en ayant également pour objectif d'apprendre à utiliser les ressources spécifiques d'information, d'aide et de soutien dans et à l'extérieur de l'établissement. Ainsi, le débat sur la sexualité des adolescents notamment dans sa dimension affective et sociale relève plutôt du travail en partenariat avec ces intervenants. Cette organisation commune est à établir par le comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté (CESC).

Il sera important d'adopter une approche positive de la sexualité dans le cadre de la promotion de la santé dépassant les objectifs d'absence de maladie, de grossesse non souhaitée, de traitement de dysfonctionnements. L'approche globale de l'éducation à la sexualité doit contribuer à permettre aux jeunes de construire une image positive d'eux-mêmes et de la sexualité comme composante essentielle de la vie (connaissance de soi et respect de l'autre). On montrera que les dimensions émotionnelles, relationnelles, cognitives, juridiques, économiques, politiques, sociales, culturelles font que la sexualité humaine dépasse largement la mécanique reproductive.



Dans ce chapitre, nous avons appris que le corps change à l'adolescence. Ces changements sont liés à la puberté, une période de transformation où les organes reproducteurs deviennent fonctionnels. Ces transformations sont déclenchées par des hormones spécifiques, comme l'œstrogène chez les filles ou la testostérone chez les garçons.

Le fonctionnement des appareils reproducteurs commence alors : les garçons produisent des spermatozoïdes en continu, tandis que les filles libèrent un ovule chaque mois lors du cycle menstruel. Ce cycle prépare le corps à une éventuelle grossesse, et il est régulé par un système hormonal complexe.

Nous avons aussi vu que la fécondation est la rencontre d'un spermatozoïde et d'un ovule, qui peut donner naissance à une cellule-œuf, début d'un nouvel être humain. Mais aujourd'hui, on peut choisir quand et comment avoir un enfant grâce à des moyens de contraception, comme la pilule, le stérilet ou le préservatif.

Enfin, nous avons découvert que la sexualité est liée au respect de soi et des autres. Il est important d'avoir une attitude responsable, de s'informer, de se protéger contre les grossesses non désirées mais aussi contre les IST (Infections Sexuellement Transmissibles). Le préservatif reste la seule méthode qui protège à la fois d'une grossesse et des infections.

Ce chapitre nous montre que connaître son corps et comprendre la reproduction aide à faire des choix éclairés et respectueux, pour soi-même et pour les autres.

Elise THIEBAUT Mission MALLE
LES RÈGLES...
QUELLE AVENTURE !



LES RÈGLES, QUELLE AVENTURE !

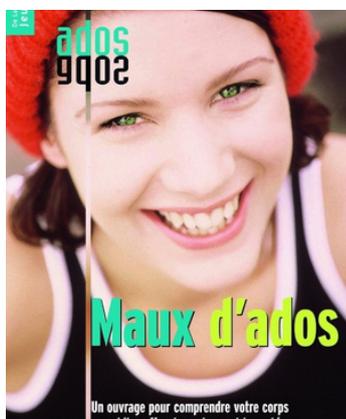
Si tu fais partie de l'espèce humaine et que tu as un utérus, tu auras un jour tes règles, comme 3,5 milliards de personnes dans le monde. C'est normal, avoir ses règles est une chose naturelle et un signe de bonne santé !

Pourtant, tu entendras peut-être dire que c'est sale et que tu ne dois surtout pas en parler. Les tabous, la peur, la honte... il est temps d'en finir avec tout ça et de faire enfin tes propres règles !



L'ABC DE LA SANTÉ

Guide pratique pour répondre à toutes les questions en matière de santé : nutrition, maladies, sexualité, vaccins, drogues, hygiène...



MAUX D'ADOS

Présentation des maux du corps : Mal de tête, de dos, mal au ventre, maux de filles, maux de garçons, allergies, problèmes de peau. Comment être en accord avec son corps ? Quel est le rôle du sport ? Comment manger pour être en forme ? Comment devenir moins vulnérable ? Comment éviter le stress ?

3^e - Chapitre 09

REPRODUCTION ET SEXUALITÉ

Mon résultat à l'évaluation :