



# Éducation à la sexualité

## Lettre à l'intention des parents d'un élève du 3<sup>e</sup> cycle

Chers parents,

Cette année, votre enfant aura la chance de vivre des activités en classe faisant partie de la démarche d'éducation à la sexualité.

Au primaire, l'éducation à la sexualité permet aux élèves de mieux se connaître, de réfléchir aux rôles et aux stéréotypes sexuels, de comprendre les événements importants de leur développement comme les transformations de la puberté. Elle contribue également à réduire leur vulnérabilité à différents problèmes comme les agressions sexuelles et l'homophobie.

L'éducation à la sexualité privilégie une vision globale et positive de la sexualité. Elle permet d'acquérir des connaissances, mais aussi de développer des attitudes et des comportements respectueux et égalitaires. Elle s'appuie sur des valeurs telles que l'égalité des femmes et des hommes, le respect de la diversité, le respect de l'intégrité physique et psychique des personnes, le sens des responsabilités et le bien-être.

Les activités en éducation à la sexualité ont été bâties par une équipe multidisciplinaire composée de sexologue, psychologue, psychoéducateur, conseillers pédagogiques et d'enseignants. Elles respectent l'âge et le niveau de développement des élèves. Elles seront animées par l'enseignant de votre enfant ou par des partenaires invités comme l'infirmière scolaire.

Votre rôle de parent est primordial dans l'éducation à la sexualité de votre enfant. C'est dans la famille que l'enfant prend d'abord conscience des façons de vivre, d'entrer en relation avec les autres et de s'exprimer. Il apprend à se connaître comme personne, et à recevoir et à exprimer l'affection, l'amour et l'empathie. C'est pourquoi vous recevrez à la suite de chaque activité, une lettre vous expliquant les éléments abordés en classe.

L'école et la famille ont des rôles complémentaires en éducation à la sexualité. Cette complémentarité renforce et optimise les actions de chacun. Soyez assurés, chers parents, de la grande importance que l'équipe-école accorde au bon développement de chacun des élèves.

Pour en savoir plus, consultez le [www.education.gouv.qc.ca/education-a-la-sexualite](http://www.education.gouv.qc.ca/education-a-la-sexualite) .

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec la direction de l'école de votre enfant.

L'équipe pédagogique en éducation à la sexualité  
Commission scolaire des Phares



## À chacun son rythme

Avec la collaboration de l'infirmière scolaire



(Thème : Croissance sexuelle et image corporelle)

Prendre conscience des changements physiques et psychologiques de la puberté

- ✓ Rôle des hormones.
- ✓ Cinq stades du développement physique
- ✓ Besoins du corps en transformation : hygiène, alimentation, sommeil, activité physique.
- ✓ Changements psychologiques : individuation, besoin d'autonomie et d'intimité, sauts d'humeur, exploration de valeurs et de normes dans le groupe des pairs.

Comprendre le rôle de la puberté par rapport aux capacités reproductrices

- ✓ Grandir : passage vers l'âge adulte.
- ✓ Fertilité : ovulation et cycle menstruel, production de spermatozoïdes.
- ✓ Phénomène de la conception : organes impliqués, fertilité, fécondation.

Plusieurs changements de la puberté surviennent entre 9 et 13 ans chez les filles et entre 10 et 14 chez les garçons



## Mes empreintes sur le WEB

(Thème : Agression sexuelle)

Examiner divers contextes d'agression sexuelle en vue de les prévenir

- ✓ Situations dans l'univers virtuel

Prendre conscience que les règles permettant d'assurer sa sécurité personnelle peuvent s'appliquer dans différents contextes

- ✓ Déploiement d'habiletés préventives et d'autoprotection selon les situations : repérer les stratégies de personnes qui agressent, discerner les renseignements qui peuvent être communiqués, réagir contre une sollicitation sexuelle dans l'espace virtuel.
- ✓ Recherche de solutions : chercher de l'aide auprès d'adultes de confiance, protéger ses amis en prévenant ou en révélant une situation d'agression sexuelle réelle ou virtuelle.

6<sup>E</sup> ANNÉE SEULEMENT



## Puberté côté cœur

(Thème : Vie affective et amoureuse)

Prendre conscience du rôle de la puberté dans l'éveil amoureux et sexuel

- ✓ Puberté : influence des hormones
- ✓ Éveil amoureux
- ✓ Éveil sexuel

Exprimer ses interrogations à l'égard de l'éveil amoureux et sexuel

- ✓ Attitudes et sentiments à l'égard de ces phénomènes nouveaux
- ✓ Images et messages en provenance de l'environnement social et médiatique