

TITRE  
de la SA

**S’aimer dans la  
santé**

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Thème

Les relations

Objet d'apprentissage

Développer une compréhension des  
relations amoureuses saines

Durée

180 minutes

Section 1

**Planification des apprentissages**

**Mise en contexte**

Cette situation d’apprentissage s’intéresse à la découverte et aux développements des relations amoureuses entre adolescents. Les adolescents évoluent au sein de dynamiques changeantes qui résultent des importants changements hormonaux qu’ils subissent peu à peu. Ils éprouvent de nouveaux désirs et de nouvelles sensations. Les relations qu’ils établissent sont teintées bien souvent de l’influence de leur entourage ou de ce qu’ils voient sur Internet. À prime abord, ils partent de leur conception très personnelle de l’intimité.

**Intention pédagogique**

Cette activité amène les élèves à réfléchir sur la création d’une intimité saine, qu’elle soit intime ou à l’intérieur d’une relation amoureuse. Ils découvrent les changements physiques qui apparaissent à la puberté, leur influence sur le développement de leur sexualité et de leurs relations sociales et intimes.

Tâche no 1

Tâche no 2

Tâche no 3

**Remue-méninges**

Les élèves fouillent dans leurs expériences personnelles ou celles vécues dans leurs familles, avec leurs amis ou connaissances. En discutant en groupe, ils arrivent à distinguer leur propre définition de relation amoureuse et celle qui est partagée par leurs camarades.

**Drapeau rouge ou drapeau vert**

Les élèves analysent des mises en situations qui illustrent les fondements d’une relation amoureuse saine et parviennent à établir des balises ou des limites partagées en société.

**Totalement Réforme**

Les élèves concrétisent leurs apprentissages avec le jeu de construction anatomique Réforme.

Outils &  
matériel

- **Fiche S2A : Exemple de carte mentale**

- **Fiche S2B : Mises en situations**  
- **Carton rouge (X6)**  
- **Carton vert (X6)**

- **Jeu de construction anatomique Réforme (Ensemble de classe)**

TITRE  
de la SA

S'aimer et rester en  
santé

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Objectif d'apprentissage

Développer une compréhension des relations  
amoureuses saines

Durée

180 minutes

## Préparation

Aviser les élèves qu'ils seront divisés en sous-groupes et qu'ils travailleront en équipe.

Chaque équipe aura besoin d'une feuille blanche pour rédiger la carte mentale.

Projeter au tableau la Fiche S2A : Exemple de carte-mentale.

### Tâche no 1

Remue-méninges

Réfléchir, définir et comprendre  
ce qu'est une relation amoureuse

30 min

**Amener les élèves à réfléchir à leurs propres expériences de relations amoureuses.  
Trouver leur définition de relation amoureuse en se basant sur leurs observations dans  
leur entourage.**



#### Introduction

Questionnez les élèves sur ce qu'ils connaissent au sujet des relations amoureuses.

Encouragez la réflexion :

- Qu'est-ce qu'une relation amoureuse?
- Qu'est-ce qui prime dans une saine relation amoureuse?
- Quelles différences y a-t-il entre un relation amoureuses et une relation amicale?
- Est-ce que les médias influencent notre conception des relations amoureuses?



#### Formation des équipes

Formez six (6) équipes d'élèves et remettez-leur une **feuille vierge**.

TITRE  
de la SA

S'aimer et rester en  
santé

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Objectif d'apprentissage

Développer une compréhension des relations  
amoureuses saines

Durée

180 minutes



### Fiche S2A

À l'aide de la **Fiche S2A** projetée au tableau, demandez aux élèves de rédiger leur propre définition d'une relation amoureuse.

Voici quelques pistes de réflexion pour les guider :

- Qu'est-ce qu'une relation amoureuse?
- Quelles sont les différences entre une relation amoureuse et une amitié?
- Quelles attentes sont courantes dans une relation amoureuse ?
- Comment peut-on savoir si on est prêt pour une relation amoureuse?
- Quels sont les sentiments ressentis dans une relation amoureuse ?
- Quels comportements favorisent une relation amoureuse saine ?
- Quels comportements peuvent nuire à une relation amoureuse ?



### Retour en classe

Rassemblez toute la classe et invitez chaque groupe à partager les résultats de leur carte mentale et de leur discussion.

Encouragez les groupes à partager les principaux thèmes et idées qu'ils ont abordés : sentiments, attentes, comportements, défis, etc.

Identifiez les thèmes communs entre les groupes, comme les sentiments partagés dans une relation amoureuse ou les attentes courantes.

Notez les différences : des aspects ou des points de vue qui varient d'un groupe à l'autre.

Posez des questions pour encourager la réflexion :

- Est-ce que certains des thèmes ou des idées que vous avez notées vous ont surpris?
- Pourquoi pensez-vous que les relations amoureuses sont parfois difficiles à comprendre ou à exprimer?
- Comment pensez-vous que les expériences personnelles influencent notre vision des relations amoureuses?
- Pensez-vous qu'il est important de discuter ouvertement de ses sentiments et attentes dans une relation? Pourquoi?

TITRE  
de la SA

S'aimer et rester en  
santé

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Objectif d'apprentissage

Développer une compréhension des relations  
amoureuses saines

Durée

180 minutes

- Comment peut-on aborder les conflits ou les malentendus dans une relation de manière constructive ?
- Comment les stéréotypes sur les relations amoureuses peuvent-ils influencer notre comportement ou nos attentes?

Concluez l'activité en rappelant que les relations amoureuses sont un aspect important de la vie et qu'il est crucial d'être ouvert et respectueux envers les différentes expériences et perspectives.

Insistez sur l'importance de la communication et de la compréhension dans le développement de relations saines et positives.

Tâche no 2

Drapeau rouge ou  
drapeau vert

Mettre en pratique les  
apprentissages des fondements  
et de la construction d'une  
relation amoureuse saine

30 min

### Préparation

Annoncer aux élèves que la classe sera divisée en sous-groupes et qu'ils devront travailler en équipe.

Chaque équipe aura besoin de deux (2) drapeaux, soit un drapeau rouge et un drapeau vert.

**Amener les élèves à définir les bases d'une relation amoureuse saine. Ils développeront différents thèmes pour ensuite les mettre en pratique.**

TITRE  
de la SA

S'aimer et rester en  
santé

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Objectif d'apprentissage

Développer une compréhension des relations  
amoureuses saines

Durée

180 minutes



## Introduction

Présentez aux élèves une définition exhaustive d'une relation amoureuse saine :

- Une relation amoureuse est une relation **intime** entre deux personnes qui ressentent une attirance sexuelle réciproque, de l'affection, de l'amour et un attachement mutuel. Elle implique souvent un lien émotionnel fort et peut inclure des aspects de complicité, de soutien mutuel et d'intimité physique ou sexuelle.
- Dans une relation amoureuse saine, il y a généralement un **respect** mutuel des besoins, des désirs et des limites de chacun. Les partenaires partagent des sentiments de proximité et de connexion émotionnelle. Ils peuvent exprimer leur amour de différentes manières, par des gestes affectueux, des mots tendres ou un désir de passer beaucoup de temps ensemble.
- Les relations amoureuses varient grandement d'une personne à l'autre et **évoluent** au fil du temps. Elles peuvent inclure des étapes comme l'attirance initiale, la séduction, le développement d'une connexion émotionnelle, et parfois des engagements plus profonds.
- Il faut reconnaître que les relations amoureuses doivent être établies sur une **mutualité**, c'est-à-dire que les sentiments et les actions doivent être réciproques et respectueux et que le **consentement** doit prévaloir dans toute forme d'intimité.



## Formation des équipes

Répartissez les élèves en six (6) équipes et distribuez à chacune un drapeau vert et un drapeau rouge.

Expliquez les règles du jeu de mises en situation :

1. Lisez à voix haute à toute classe une première mise en situation (**Fiche S2B**)
2. Après discussion, les équipes déterminent si la relation décrite respecte ou non les critères d'une relation saine.
3. Les élèves lèvent le drapeau **vert** si la relation est saine et le drapeau **rouge** indiquera le contraire.
4. Chaque équipe **explique et justifie son choix de drapeau**.
5. L'enseignant(e) intervient pour apporter des précisions ou leur demande d'approfondir la discussion.

TITRE  
de la SA

S'aimer et rester en  
santé

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Objectif d'apprentissage

Développer une compréhension des relations  
amoureuses saines

Durée

180 minutes

6. Passez à la mise en situation suivante et répétez le processus.



### Retour sur l'activité

Invitez les élèves à partager leurs observations et à discuter des critères d'une relation saine et des comportements à éviter.

Questions pour encourager la réflexion :

1. Quel drapeau avez-vous levé le plus souvent, vert ou rouge?
2. Quelles situations vous ont semblé clairement saines ou malsaines? Expliquez pourquoi.
3. Y a-t-il eu des situations où vous n'étiez pas d'accord avec votre équipe sur le drapeau à lever?
4. Quels comportements ou actions avez-vous identifiés comme étant des signes d'une relation saine?
5. Quels comportements ou actions avez-vous identifiés comme étant des signes d'une relation malsaine?
6. Pourquoi pensez-vous qu'il est important de reconnaître ces signes dans les relations?
7. Comment pouvons-nous appliquer ce que nous avons appris aujourd'hui dans nos propres relations?

Expliquez que, tout comme nous avons des signes externes pour identifier une relation saine ou malsaine, il est important de reconnaître les signes internes et émotionnels qui peuvent indiquer comment nous nous sentons dans une relation. Discutez des différentes dynamiques relationnelles et de l'importance de la communication, du respect, et de la compréhension dans toutes les relations. Encouragez les élèves à réfléchir sur l'importance de construire des relations basées sur la confiance, la réciprocité et le respect mutuel.

TITRE  
de la SA

S'aimer et rester en  
santé

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Objectif d'apprentissage

Développer une compréhension des relations  
amoureuses saines

Durée

180 minutes

Tâche no 3

Totalement  
Réforme

Appliquer les apprentissages de  
l'atelier

2 x 60 min

## Préparation

Introduisez les trousse de jeu de construction anatomique Réforme et montrez qu'il existe deux (2) modèles anatomiques soit : le modèle masculin et le modèle féminin.

Présentez le matériel qu'ils utiliseront lors de l'activité en ouvrant une trousse. Ils auront à manipuler les pièces du jeu de construction anatomique, les instructions d'assemblage et les cartes du jeu.

Annoncer aux élèves qu'ils seront divisés en sous-groupes et qu'ils devront travailler en équipe.

**Amener les élèves à concrétiser leurs apprentissages en mettant en pratique avec le jeu éducatif Réforme. Ils répondent en équipe aux questions touchant les deux modèles (féminin et masculin).**



### Formation des équipes

Répartissez les élèves en six (6) équipes et remettez une trousse du jeu de construction anatomique Réforme à chaque équipe.



### Construction du modèle anatomique

Demandez aux élèves de construire leur modèle anatomique en se référant aux instructions d'assemblage dans les premières cartes du jeu de construction anatomique.

Les élèves constatent où sont placés les organes à l'intérieur du corps. Ils pourront également observer superficiellement les différences entre les deux modèles anatomiques.

Cette activité a été élaborée en collaboration avec l'équipe de Réforme et madame Yannicka St-Pierre, étudiante à la maîtrise en Technologie éducative et a été basée sur la grille modèle d'élaboration de situations d'apprentissage disponibles sur le Récit.

TITRE  
de la SA

S'aimer et rester en  
santé

Niveau

2<sup>e</sup> secondaire

Objectif d'apprentissage

Développer une compréhension des relations  
amoureuses saines

Durée

180 minutes



### Le jeu

Une fois les modèles assemblés, il ne reste plus qu'à jouer et réaliser les cartes.

**Dès qu'une équipe termine son jeu, elle peut échanger de système reproducteur avec une autre équipe pour explorer l'autre version du jeu, permettant ainsi aux élèves d'étudier les deux systèmes reproducteurs.**



### Retour sur l'activité

Par des questions, amenez les élèves à partager avec les autres leurs observations, à détailler les caractéristiques particulières des deux modèles.

- Avez-vous appris de nouvelles choses? Qu'avez-vous découvert?
- Est-ce qu'il y a des éléments du jeu qui vous ont surpris? Pourquoi?
- Comment pensez-vous que cette représentation en 3D aide à mieux comprendre la diversité corporelle?
- Y a-t-il des aspects du corps ou du système reproducteur que vous souhaitez explorer davantage? Lesquels?

Ces questions visent à encourager les élèves à revenir sur ce qu'ils ont appris, à partager ce qui les a surpris et à discuter de la représentation et de la compréhension des systèmes corporels de manière interactive

Section 2

Les outils

Fiche S2A

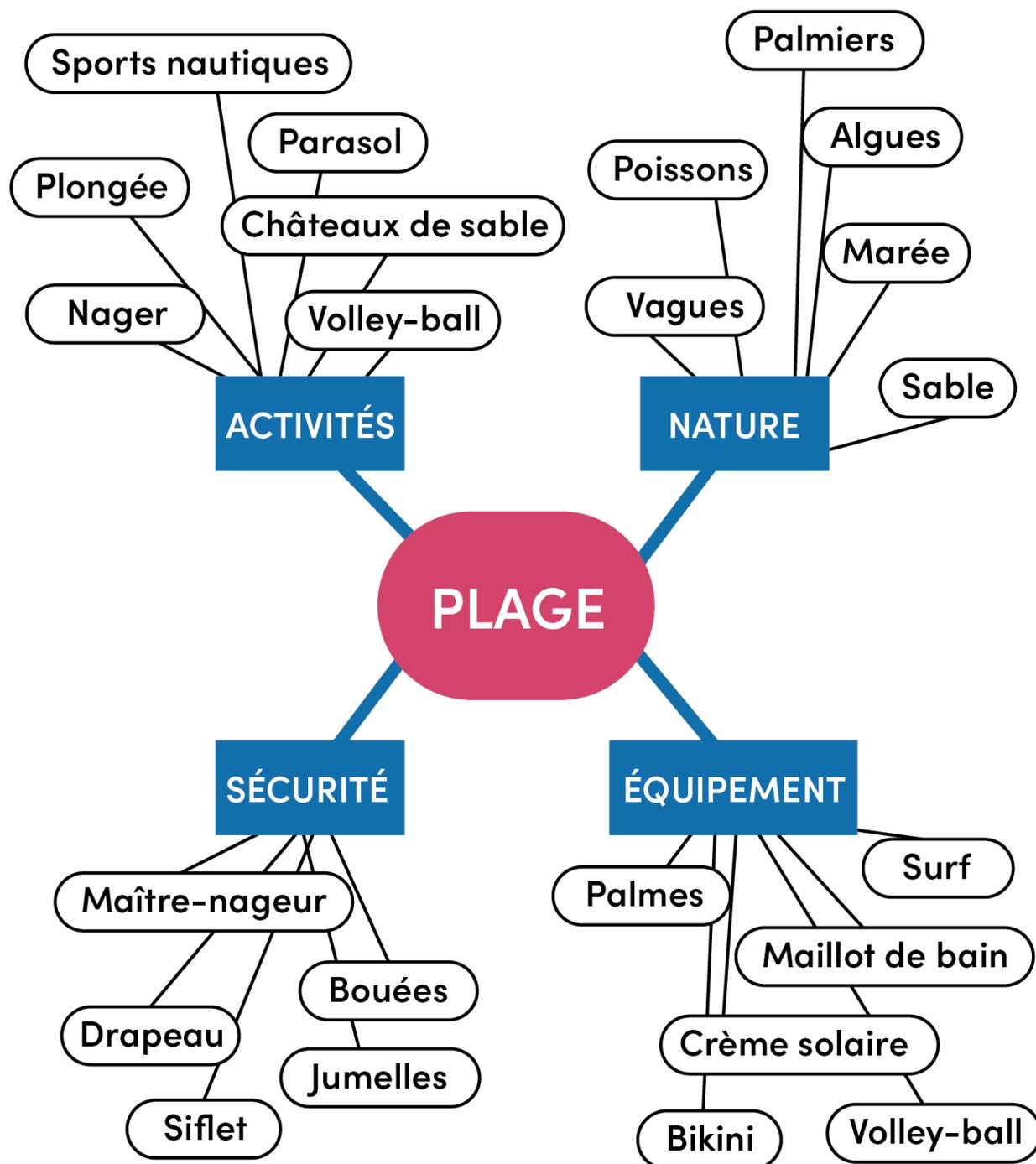
Exemple de carte mentale

Fiche S2B

Mises en situation

Cette activité a été élaborée en collaboration avec l'équipe de Réforme et madame Yannicka St-Pierre, étudiante à la maîtrise en Technologie éducative et a été basée sur la grille modèle d'élaboration de situations d'apprentissage disponibles sur le Récit.

Exemple de carte-mentale sur le thème de la plage.



## Mises en situation

Voici cinq mises en situation pour le jeu « drapeau vert, drapeau rouge » concernant des relations amoureuses saines et malsaines.

### Relations Saines

#### Mise en situation 1

Julien et Amélie, tous deux âgés de 16 ans, sortent ensemble depuis quelques mois. Un jour, Amélie remarque que Julien semble préoccupé et distant. Au lieu d'ignorer ce comportement, Amélie décide de lui en parler calmement. Julien explique qu'il traverse une période difficile à cause de problèmes familiaux. Amélie écoute attentivement, offre son soutien et encourage Julien à parler à un adulte de confiance.

#### Mise en situation 2

Liam et Zoe ont 15 ans et sont en couple depuis un an. Un jour, Zoe remarque qu'elle n'est pas à l'aise avec certains messages que Liam lui envoie. Elle décide d'en parler à Liam, qui écoute ses préoccupations sans la juger. Liam comprend que Zoe se sent mal à l'aise et s'excuse. Ils discutent de leurs limites respectives et établissent des règles claires pour leur communication à l'avenir.

#### Mise en situation 3

Alex et Max, tous deux âgés de 17 ans, sont en couple depuis plusieurs mois. Un jour, Max exprime son souhait de passer plus de temps avec ses amis sans Alex. Au lieu de se vexer, Alex respecte la demande de Max et en profite pour passer du temps avec ses propres amis et faire d'autres activités qu'il aime.

### Relations Malsaines

#### Mise en situation 4

Lucas et Jade sortent ensemble depuis six mois. Lucas commence à envoyer des messages à Jade sans arrêt et lui demande de lui envoyer sa localisation à chaque fois qu'elle sort. Il se met en colère si elle ne répond pas immédiatement. Jade commence à se sentir étouffée et stressée par le comportement de Lucas, mais elle a peur de lui en parler parce qu'il se fâche facilement.

#### Mise en situation 5

Marie et Mélina, âgés de 14 ans, sortent ensemble depuis quelques semaines. Marie remarque que Mélina critique souvent ses choix de vêtements et elle dit qu'elle devrait s'habiller d'une certaine manière pour lui plaire davantage. Marie se sent blessée par les remarques de Mélina mais pense qu'elle a peut-être raison et commence à changer son style pour lui faire plaisir.