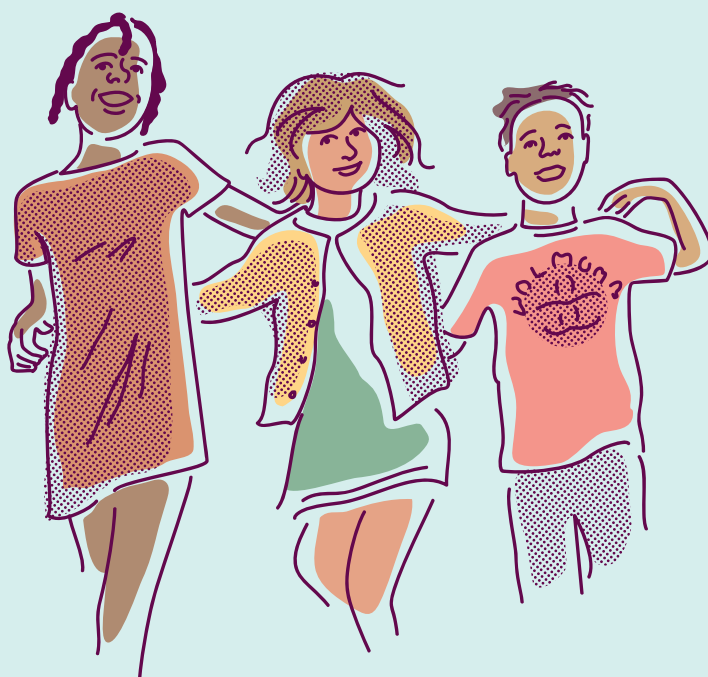




MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE,
DE L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR
ET DE LA RECHERCHE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Un programme ambitieux : éduquer à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité



- **Présentation du programme de l'école maternelle et de l'école élémentaire :** éduquer à la vie affective et relationnelle
- **Présentation du programme du collège, du lycée et du CAP :** éduquer à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité

Table des matières

Principes, valeurs, finalités	p. 3
Organisation et mise en œuvre.....	p. 5
Organisation du programme	p. 5
Mise en œuvre des séances spécifiques obligatoires.....	p. 6
La place des compétences psychosociales dans le cadre des séances d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité.....	p. 7
Parcours de l'élève.....	p. 7
Objectifs d'apprentissage pour chaque niveau	p. 9
École maternelle.....	p. 11
Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau	p. 11
À aborder avant 4 ans	p. 11
À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	p. 13
À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	p. 15
École élémentaire	p. 17
Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau	p. 17
Cours préparatoire	p. 17
Cours élémentaire première année.....	p. 19
Cours élémentaire deuxième année	p. 20
Cours moyen première année.....	p. 22
Cours moyen deuxième année	p. 23
Collège	p. 25
Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau	p. 25
Sixième.....	p. 25
Cinquième.....	p. 27
Quatrième	p. 29
Troisième	p. 31
Lycée	p. 34
Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau	p. 34
Seconde.....	p. 34
Première	p. 37
Terminale.....	p. 39
Classes préparant au certificat d'aptitude professionnelle (CAP)	p. 42
Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par année	p. 42
Première année de formation	p. 42
Deuxième année de formation	p. 45



École maternelle

→ Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau

Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
À aborder avant 4 ans	• Connaître son corps. • Comprendre ce qu'est l'intimité.	• Apprendre à exprimer son accord ou son refus, apprendre à envisager et à respecter un refus.	• Appréhender et comprendre l'égalité entre les filles et les garçons et la liberté d'être soi-même.
À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	• Connaître son corps et identifier des émotions.	• Identifier une personne de confiance (adulte, enfant), apprendre à faire appel à eux.	• Vivre l'égalité entre les filles et les garçons. Découvrir les différentes structures familiales et les respecter.
À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	• Connaître son corps, ses sensations et ses émotions.	• Identifier différents types de sentiments dans sa relation à l'autre.	• Découvrir les ressemblances et les différences entre les autres et soi, respecter les autres dans leur différence ; être respecté par eux.

→ À aborder avant 4 ans

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Connaître son corps et comprendre ce qu'est l'intimité.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Nommer les différentes parties du corps. • Prendre conscience de ce qu'est l'intimité : les parties intimes du corps ; les espaces d'intimité ; les mots, les gestes et les conduites associés. • Développer sa connaissance de soi. • Identifier les espaces où chacune et chacun a droit à son intimité par rapport aux adultes et aux autres élèves.	• Nommer, par exemple à partir d'albums ou de jouets, les différentes parties du corps, les nommer en partant des dénominations spontanées pour aller vers un vocabulaire scientifique. • S'approprier la notion d'intimité à partir de différentes situations de la vie quotidienne, relatives par exemple à l'habillage-déshabillage (toilette, consultation médicale, à l'école) ou dans des albums traitant de ces situations.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Apprendre à exprimer son accord ou son refus, apprendre à envisager et à respecter un refus.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Développer la capacité de s'affirmer par le consentement et le refus. • Développer la capacité de respecter le refus de l'autre	• Apprendre à associer un geste à un mot simple (« non », « oui », « d'accord », « stop »), en particulier dans des situations qui nécessitent un contact physique (par exemple, « est-ce que je peux m'asseoir à côté de toi ? »). • À partir de situations de la vie quotidienne, systématiser l'expression de son consentement ou son refus, ainsi que de son acceptation (avec les adultes et les élèves): « Est-ce que je peux m'asseoir à côté de toi ? » ; « Est-ce que je peux te prendre la main ? » ; « Est-ce que je peux te prendre dans mes bras pour te consoler ? » ; etc. • Au cours de séances d'activités physiques et artistiques : - exprimer l'accord ou le désaccord par le geste et le déplacement à travers des rondes et jeux chantés et dansés ; - effectuer une suite de mouvements et de déplacements sur la thématique consentement/refus, avec ou sans support musical.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Appréhender et comprendre l'égalité entre les filles et les garçons et la liberté d'être soi-même.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Comprendre qu'une activité ou un métier peuvent être choisis indifféremment par les filles ou les garçons, en fonction des compétences requises et de l'envie de l'exercer.	• Lors d'une activité d'expression orale à partir d'un album jeunesse, ou d'activités menées en classe, comprendre que le choix d'une activité et les goûts ne sont pas prédéterminés par le fait d'être une fille ou un garçon. • Choisir parmi de nombreuses illustrations de métiers/activités/sports celles qu'on aime, qu'on voudrait faire et celles qu'on n'aime pas et que l'on n'aimerait pas faire ; expliquer les choix à l'oral ou à l'écrit. • Participer à des activités de classement et des jeux de la classe pour exprimer ses goûts (j'aime/je n'aime pas), réaliser une affiche avec les jeux préférés dans la classe et comprendre que ces jeux ne sont pas réservés aux filles ou aux garçons. • Décrire et échanger à partir de la lecture d'albums ou d'imagiers en explicitant les assignations de rôle et les stéréotypes perceptibles.

→ À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage :** Connaître son corps et identifier des émotions.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Nommer les différentes parties du corps. • Découvrir ce qu'est une grossesse et la naissance. • Découvrir et identifier ses émotions (quatre des émotions de base : joie, tristesse, peur, colère), ses sentiments et les reconnaître quand on les ressent.	• Repérer et nommer, à partir d'imagiers ou de planches dessinées, les différentes parties du corps, les ressemblances et les différences physiques entre les filles et les garçons. • Découvrir ce qu'est une grossesse et la naissance, en particulier à l'occasion de la naissance d'un enfant dans l'entourage de la classe et en partant des représentations des élèves. • Lors des parcours de motricité : exprimer sa peur de monter ou de descendre, sa joie de réussir, le plaisir d'essayer (et accepter de se tromper). • À partir de saynètes, d'albums, de productions écrites ou dessinées, nommer et décrire les émotions des personnages à la lecture des expressions de leur visage.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage :** Identifier une personne de confiance (adulte, enfant), apprendre à faire appel à eux.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Définir la notion de confiance. • Définir un adulte de confiance comme étant un adulte à qui on peut parler et qui est susceptible d'apporter une aide et avec qui on se sent bien (école, famille, environnement médical, sportif, etc.). • Identifier un adulte de confiance. • Savoir qu'il existe des comportements interdits même avec un adulte de confiance. • Distinguer ce que l'on peut garder pour soi ou entre enfants (un secret), d'une situation de danger ou de violence qu'il est important de partager avec un adulte de confiance. • Renforcer son attention à ses sensations. • Savoir demander de l'aide pour soi ou pour les autres.	• Décrire, à partir de la lecture d'albums sur des secrets, les émotions des personnages face au secret reçu, comprendre les motivations des créateurs du secret. • Découvrir qu'un secret ne doit pas faire de mal et que toute situation de malaise, de souffrance, de danger ne doit pas constituer un secret, mais doit être partagée avec un adulte de confiance. Prendre des exemples de secrets positifs (un poème, la fabrication d'un cadeau, d'une carte, etc.) et de situations qui nécessitent au contraire d'être signalées. • Créer collectivement une « marguerite des adultes de confiance », en s'appuyant sur les « marguerites » individuelles. Apprendre à repérer les adultes avec lesquels il est possible d'exprimer ses joies et ses peines, et qui seraient capables d'apporter de l'aide en cas de difficulté. • Explorer ce qui pourrait troubler cette confiance et provoquer un sentiment de malaise, de peur, etc.

	• Réfléchir aux changements possibles des personnes de confiance, si quelque chose fait peur ou met mal à l'aise dans la relation. • Apprendre à porter attention à ses sensations lors d'activités variées. Exprimer ensuite ce que l'on ressent, à l'oral ou à l'écrit. • Dans les situations de vie de la classe (difficulté face à une tâche à réaliser, conflit avec un autre élève, douleur, etc.), utiliser des outils ou des formules proposées par l'enseignant pour demander de l'aide ou aller dans un endroit de la classe défini comme « le coin de l'aide » (par exemple, lever une carte avec un symbole, dire « j'ai besoin d'aide », etc.).
--	--

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✔ **Objectif d'apprentissage :** Vivre l'égalité entre les filles et les garçons. Découvrir les différentes structures familiales et les respecter.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Prendre conscience qu'il est possible d'acquérir et de développer des compétences diversifiées, quel que soit son sexe. • Appréhender, comprendre et respecter les différentes structures familiales à partir de ce que l'élève a observé dans son environnement proche à cet âge. • Développer des liens sociaux (aller vers l'autre, entrer en relation, etc.).	• Participer à des activités qui permettent de s'épanouir, par exemple à travers l'utilisation mixte, ouverte et proposée à tous, de tous les espaces de jeux (coin cuisine, garage, bricolage, déguisement), la participation aux activités artistiques et physiques, l'utilisation de matériel aux couleurs variées. • Décrire sa famille et son environnement proche (par exemple avec un support comme le cahier de vie de l'élève). • Lire des albums sur le thème : « Qu'est-ce qu'une famille ? ». Observer différents types de famille (images, photographies, récits). Parler de sa famille avec d'autres élèves.

→ À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage :** Connaître son corps, ses sensations et ses émotions.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Identifier ses émotions et sentiments et celles des autres. • Prendre conscience de la différence de sensations selon les personnes et du fait qu'un même événement n'engendre pas la même réaction chez tous. • Communiquer de façon efficace et constructive.	• À partir d'œuvres d'art comme des photos ou des tableaux, reconnaître ou dessiner un personnage joyeux ou triste pour identifier les manifestations physiques des émotions. • Mimer, recréer les expressions de son camarade en lien avec des émotions. • Apprendre à s'exprimer par des messages clairs, en particulier dans le champ des émotions. Lors d'une situation de conflit, participer à un temps pour exprimer clairement ses émotions dans le respect de l'autre. • Découvrir différents sens (voir, entendre, goûter, sentir, toucher), nommer son ressenti, l'exprimer à l'oral ou à l'écrit et observer que les réactions peuvent ne pas être les mêmes chez tous. • Apprendre à repérer les adultes qui seraient capables d'apporter de l'aide en cas de difficulté.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage :** Identifier différents types de sentiments dans sa relation à l'autre.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Identifier différents types de sentiments (par exemple, l'amitié, l'amour). • Définir et prendre conscience de ce qu'est l'amitié. • Développer des liens sociaux positifs (par exemple, aller vers l'autre, entrer en relation, nouer des amitiés).	• Apprendre à définir sa relation aux autres et à exprimer les émotions qu'elle procure : - une personne que j'aime bien ; - une personne avec qui je suis à l'aise ; - une personne qui m'écoute quand je parle ; - une personne qui va toujours essayer de m'aider si j'ai un problème. • Décrire les composantes positives d'une relation à l'autre (par exemple, la confiance, l'échange, le respect, le soutien, l'empathie et l'entraide) et comment il est possible de les exprimer. • Expérimenter la notion de confiance au travers d'un jeu de motricité de type colin-maillard et exprimer ses ressentis (choix du partenaire, relation de confiance, émotions éventuelles). • Participer à des activités collaboratives ou coopératives avec d'autres élèves (y compris des élèves d'autres classes ou hors de son groupe d'amis), par exemple pour réaliser un parcours en motricité avec du matériel qu'il n'est pas possible de déplacer seul ou en jouant à des jeux de société collaboratifs. Exprimer, à l'oral ou à l'écrit, ce que l'on ressent quand on va demander quelque chose à quelqu'un qu'on connaît ou non.

	• Apprendre qu'il est possible de refuser une démarche ou une action sans remettre en question des liens d'amitié. • Lors de conflits, utiliser un « message clair » permettant d'exprimer dans un cadre choisi et expliqué à l'autre la contrariété vécue par l'un face au comportement de l'autre.
--	---

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage :** Découvrir les ressemblances et les différences entre les autres et soi, respecter les autres dans leur différence ; être respecté par eux.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Identifier les ressemblances et les différences physiques entre les filles et les garçons. • Décrire ce que signifie traiter quelqu'un avec respect et identifier les effets de ses paroles et de ses actes sur les autres. • Développer l'empathie et des relations sociales constructives (comportements tels que la collaboration, la coopération, l'entraide).	• À partir d'albums de littérature jeunesse, identifier des ressemblances et des différences entre les personnages, les décrire sous la forme d'un texte. • Proposer et pratiquer des actions qui favorisent l'égalité entre les filles et les garçons, par exemple à propos de la répartition des espaces de cour disponibles et des jeux collectifs qui y sont menés. • À partir d'une image ou d'une photographie : décrire ce que ressentent les différents personnages, écrire un dialogue imaginaire entre les personnages, exprimant leurs pensées et émotions. • Participer à des jeux et activités collaboratifs ou coopératifs (jeux de société, co-construction).



École élémentaire

→ Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau

Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
CP	Connaître son corps et comprendre ce qu'est l'intimité.	Comprendre la diversité des émotions et des sentiments : les siens et ceux des autres.	Appartenir à une famille, comprendre la nature, la fonction et le sens des liens familiaux.
CE1	Grandir, avoir une bonne connaissance et estime de soi, protéger son intimité.	Comprendre les différentes dimensions (affectives, éthiques, sociales et légales) d'une relation humaine.	Promouvoir des relations égalitaires, repérer des discriminations issues de stéréotypes, notamment de genre.
CE2	Se sentir bien dans son corps et en prendre soin.	Comprendre ce qu'est le consentement et les différentes manières de le solliciter et de l'exprimer ou d'accepter et de respecter un refus.	Connaître ses droits.
CM1	Connaître les changements de son corps.	Apprendre à développer des relations constructives et à repérer les situations de harcèlement.	Promouvoir des relations égalitaires et positives ; comprendre les stéréotypes pour lutter contre les discriminations.
CM2	Connaître et comprendre les changements de son corps et celui des autres.	Promouvoir des relations positives, apprendre à repérer et se protéger des violences sexistes et sexuelles.	Prévenir les risques liés à l'usage du numérique et d'Internet.

→ Cours préparatoire

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Connaître son corps. Comprendre ce qu'est l'intimité.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
- Nommer les parties du corps, dont les parties intimes, avec un vocabulaire scientifique précis. - Identifier les points communs et les différences physiques entre les filles et les garçons.	- Identifier, à partir de documents variés, des changements communs aux enfants au cours de leur développement, depuis la naissance jusqu'à l'âge de six ans. - Identifier et apprendre à nommer les parties du corps, dont les parties intimes, en utilisant un vocabulaire scientifique.

• Définir ce qu'est son intimité (corps, pensées, écrits) et celle des autres. • Comprendre que toute personne a le droit au respect de son intimité. • Développer sa connaissance de soi.	• À partir de textes et d'albums, s'interroger sur ce qu'est l'intimité, sur la manière de l'exprimer. • Repérer, à partir de situations de la vie quotidienne, des espaces où la question de l'intimité, du respect du corps se pose (les soins par un professionnel, respect d'une boîte à secrets, utilisation des toilettes ou des vestiaires), en exprimant comment différents lieux sont perçus (« ici je peux être tranquille » ; « ici je me sens en sécurité si je me déshabille » ; « ici je peux avoir une conversation intime »). • Apprendre comment réagir si quelqu'un ne respecte pas son intimité, par exemple par un contact non souhaité.
--	--

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Comprendre la diversité des émotions et des sentiments : les siens et ceux des autres.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Comprendre, identifier et nommer ses sentiments et ses émotions, savoir les gérer. • Exprimer ses sentiments et ses émotions de façon appropriée. • Résoudre des conflits de façon constructive.	• Fabriquer deux affiches représentant des sentiments, des émotions, avec tous les mots correspondants rencontrés au fur et à mesure de l'année. • Identifier les émotions des personnages sur des images ou des photographies et expliquer comment on le sait. • Lire et comprendre des œuvres variées de littérature jeunesse : repérer la diversité d'expression des émotions et des sentiments, comprendre le lien entre les actions des personnages et leurs émotions, imaginer à l'écrit ce qu'ils peuvent ressentir. • Nommer les émotions que l'on ressent dans diverses situations de la vie de classe : à la lecture d'un poème, en regardant un tableau, en écoutant de la musique, lors d'un conflit ou lors d'une réussite ou d'une difficulté au cours d'une séance d'apprentissage, etc. • Participer à des temps de médiation de conflits avec un adulte et apprendre à exprimer ce que l'on ressent sans agressivité envers l'autre.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Appartenir à une famille, comprendre la nature, la fonction et le sens des liens familiaux.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Identifier différents liens familiaux, se rendre compte de la diversité des structures familiales. • Respecter la diversité des structures familiales. • Développer la connaissance de soi et les liens sociaux.	• Identifier les liens familiaux à partir de son histoire ou d'une histoire fictive (frise de vie, approche chronologique). • Lire des albums présentant différents types de familles et comprendre qu'il en existe une grande variété (par exemple famille hétéroparentale, monoparentale, homoparentale, adoptive, recomposée, sans enfant). • Observer différentes représentations des familles dans la peinture ou la photographie. • Rédiger des récits de vie fictifs : faire parler des personnages représentés. • Parler de soi et de sa famille : à l'écrit, à l'oral ou en dessinant.

→ Cours élémentaire première année

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Grandir, avoir une bonne connaissance et estime de soi, protéger son intimité.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
- Comprendre que la croissance entraîne des changements physiques. - Prendre conscience que chaque personne a un corps unique et qu'il existe des différences en termes de taille, de morphologie, de fonctionnement et de caractéristiques, etc. - Apprendre à respecter son corps, celui des autres, leurs différences, leur singularité. - Savoir protéger son intimité : préserver son intimité, c'est pouvoir créer un espace où l'on se sent bien, un espace à soi où l'on peut s'isoler. - Développer une bonne connaissance de soi.	- Observer les ressemblances et les différences physiques entre les filles et les garçons, par exemple dans des œuvres d'art (peinture, sculpture) adaptées à l'âge des enfants. - Discuter sur la manière dont la diversité des corps est représentée ou pas. - Découvrir, à partir d'œuvres de littérature jeunesse, différentes représentations des corps : réfléchir à ce qui peut influencer la perception de soi ou des autres et à l'impact du regard des autres, identifier ce que le respect apporte dans les relations aux autres. - Compléter son « blason » avec ses qualités, ses goûts, ses valeurs, ses buts, etc.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Comprendre les différentes dimensions (affectives, éthiques, sociales et légales) d'une relation humaine.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
- Identifier et différencier plusieurs types de sentiments et de relations amoureuses et amicales. - Décrire les principales composantes d'une relation positive (par exemple, la confiance, l'échange, le respect, le soutien, l'empathie et l'entraide). - Prendre conscience que le genre, le handicap ou l'état de santé ne sont pas un obstacle pour nouer des amitiés. - Comprendre qu'il est possible d'apprécier et aimer qui on veut, d'avoir et d'exprimer ses préférences, et prendre conscience de l'importance de respecter les différences. - Identifier ses droits et ses devoirs au travers d'exemples simples.	- Lire et comprendre des albums de littérature de jeunesse sur les thèmes de l'amitié entre filles, entre garçons, entre filles et garçons. Exprimer (à l'oral ou à l'écrit) ses propres représentations de l'amitié ou de l'amour. - Lire et comprendre des œuvres littéraires (poésie, théâtre, romans), écouter et comprendre des musiques pour repérer la diversité des relations interpersonnelles et les caractériser, par exemple en écrivant une biographie fictive. - Réfléchir aux différentes manières de témoigner de la confiance, du respect et de la compréhension et d'échanger avec un ami. - Examiner les questions suivantes dans le cadre de discussions réflexives et argumentées : qu'est-ce qu'aimer ? Qu'est-ce qu'un ami, une amie ? Pourquoi avons-nous besoin d'amis ? Peut-on avoir été amoureux et ne plus l'être ? Quels sont les gestes ou paroles qui peuvent blesser ou faire souffrir ? Peut-on être heureux sans être ou avoir été amoureux ? - Participer à des activités de collaboration, par exemple, construire un arbre des qualités des élèves de la classe ou une fresque ou un parcours d'activité physique ou résoudre collectivement des défis.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✔ **Objectif d'apprentissage** : Promouvoir des relations égalitaires, repérer des discriminations issues de stéréotypes, notamment de genre.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Savoir définir et repérer des stéréotypes, notamment de genre, et des discriminations. • Prendre conscience que les stéréotypes, notamment de genre, varient selon les lieux et les époques. • Prendre conscience que les stéréotypes peuvent entraîner des préjugés et des discriminations. • Développer des relations sociales constructives (comportements tels que l'acceptation, la collaboration, la coopération, l'entraide). • Savoir penser de façon critique (biais, influences).	• Repérer les stéréotypes dans les catalogues de jouets, dans les publicités, le choix des couleurs dans les emballages, etc. • Lire et exploiter des albums de littérature de jeunesse permettant d'être sensibilisé à la question de la place donnée aux filles et aux garçons, aux femmes et aux hommes, dans la société. • Réfléchir à l'organisation et à l'utilisation des espaces de l'école : demander par exemple qui joue à quoi et où pendant une récréation. Proposer des stratégies pour une organisation et une utilisation plus égalitaire des espaces partagés. • Comparer des représentations stéréotypées à partir de documents historiques (tableaux, affiches). • Dans le cadre de tournois sportifs mixtes, apprendre à respecter son adversaire, ses coéquipiers et coéquipières, en veillant à proscrire toute forme de discrimination ; pratiquer des activités collaboratives, veiller à l'inclusion de tous les élèves dans tous les temps de la vie de l'école (par exemple, repérer les élèves isolés dans la cour et leur proposer un jeu). • Participer à un débat sur l'influence du groupe et l'importance de ne pas se moquer.

→ Cours élémentaire deuxième année

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✔ **Objectif d'apprentissage** : Se sentir bien dans son corps et en prendre soin.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Prendre conscience de l'importance d'apprécier et de prendre soin de son corps. • Développer sa capacité d'attention à soi. • Être capable de repérer les comportements favorables à sa santé et apprendre à faire des choix favorables à soi et aux autres. • Savoir demander de l'aide.	• Analyser les notions de santé et de bien-être : décrire à l'écrit ce que signifie « être en bonne santé », « ne pas être en forme », « aller bien », « aller mal » ? • Identifier ses qualités et ses forces (jeu des qualités, liste de ses forces : ce que l'on sait bien faire et qui nous rend heureux). • Comprendre que la bonne santé concerne la santé physique, la santé mentale et la santé sociale (relations avec les autres). Identifier ce qui peut l'influencer. Être capable de l'évaluer et, si nécessaire, de demander de l'aide. Apprendre à prêter attention à ce que l'on ressent lors de différentes activités. • À partir de situations du quotidien, identifier des pratiques favorables à la santé et au bien-être (et les mettre en œuvre). • Identifier les personnes-ressources en cas de problème, la manière de les contacter et les numéros d'urgence : le 15 et le 119.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Comprendre ce qu'est le consentement, les différentes manières de le solliciter et de l'exprimer ou d'accepter et de respecter un refus.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Définir ce qu'est le consentement, savoir comment l'exprimer, comment refuser. • Savoir quoi faire lorsqu'on hésite entre « oui » et « non ». • Comprendre que chaque personne a droit au respect de son corps de la part de toute personne (jeune ou adulte, familière ou non familière) et prendre conscience qu'il existe des mots et des gestes déplacés ou abusifs, qui font violence à l'intégrité personnelle et corporelle. • Savoir identifier un adulte de confiance et où chercher de l'aide. • Savoir demander de l'aide. • Développer des relations sociales constructives.	• Réfléchir collectivement, à partir de situations de la vie quotidienne, pour : - savoir distinguer quand dire « oui » et quand dire « non » ; - comprendre qu'on a le droit d'hésiter et qu'une hésitation ou un doute ne doivent pas être considérés comme un « oui » ; - comprendre qu'on a le droit de changer d'avis : qu'un « oui » ou un « non » n'est pas définitif ; - savoir se donner le temps d'une décision éclairée et réfléchie ; - savoir demander le consentement de l'autre : avant de lui prendre la main, avant de s'asseoir juste à côté, de lui prendre un objet, etc. ; - savoir accepter et respecter le refus de l'autre. • À partir de l'exploitation d'albums de littérature de jeunesse, apprendre à reconnaître des situations de consentement, d'absence de consentement ; prendre conscience qu'il s'agit d'une violation des droits qui est néfaste ; réfléchir aux façons de se protéger ; comprendre l'importance d'une intervention ou d'une aide extérieure, apprendre à chercher du soutien si l'on est témoin ou victime de violences. • À partir d'une situation dans laquelle un élève a besoin d'aide, écrire un dialogue et jouer différentes scènes pour imaginer plusieurs solutions pour lui venir en aide.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Connaître ses droits.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Connaître ses droits et reconnaître que chaque individu a des droits fondamentaux qui doivent être reconnus. • Savoir ce qu'est la Convention internationale des droits de l'enfant. • Prendre conscience du rôle que chacune et chacun peut avoir dans le respect de la diversité et de la différence.	• Étudier la définition des droits humains et comment ils s'appliquent à chaque individu. • Examiner les termes « liberté », « égalité » dans le cadre d'une discussion argumentée et réflexive, par exemple à partir d'un corpus de textes adaptés à l'âge des élèves ou de situations concrètes vécues en classe. • Étendre sa connaissance de la Convention internationale des droits de l'enfant, et notamment les articles 16 et 19, le droit d'être protégé de la violence, de la maltraitance et de toute forme d'abus et d'exploitation portant atteinte à l'intégrité, à la dignité, et à la santé. • À partir d'affiches non légendées représentatives des différents droits proposés par des instances institutionnelles (telles que l'Unicef), écrire les légendes des douze droits principaux auxquels chaque affiche fait référence.

→ Cours moyen première année

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Connaître les changements de son corps.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Connaître les principaux changements à la puberté. • Prendre conscience que ces changements sont normaux et apprendre à les respecter. • Comprendre qu'il est important de se sentir bien dans son corps et de l'écouter. • Comprendre que la puberté se produit à des âges différents selon les individus et qu'elle n'a pas les mêmes effets. • Comprendre pourquoi se moquer de quelqu'un est un comportement néfaste. • Apprendre à parler des autres et aux autres de manière positive.	• Partir des représentations des élèves de ce qu'est la puberté pour construire une définition scientifique, la relier à la capacité à se reproduire, comparer des similitudes et des différences entre les filles et les garçons s'agissant des modifications qui apparaissent à la puberté. • Repérer ce qui relève d'une brimade, d'une humiliation, ou d'une stigmatisation en lien avec les changements du corps à la puberté et faire décrire l'impact négatif que cela peut avoir sur celui qui les subit, apprendre à ne pas y contribuer et à y réagir de manière adaptée.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Apprendre à développer des relations constructives et à repérer les situations de harcèlement.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Développer sa capacité d'écoute et l'attention portée aux autres. • Résoudre des conflits de façon constructive. • Exprimer son consentement ou son refus. • Définir et reconnaître le harcèlement et ses différentes formes, en particulier le harcèlement sexiste et sexuel. • Comprendre que tout acte de harcèlement ou d'intimidation est irrespectueux et néfaste, qu'il a des conséquences graves et peut être sanctionné par la loi. • Prendre conscience que les victimes n'en sont jamais responsables et qu'il est de la responsabilité de chaque témoin de signaler les actes de harcèlement ou d'intimidation. • Savoir où et comment demander de l'aide pour soi ou autrui.	• Faire preuve d'empathie à travers l'analyse de situations de classe (temps de médiation ou de résolution de conflits) et à travers des situations fictives : être capable d'identifier les émotions et les sentiments des personnages et le lien avec les actions/événements. • Identifier les aides pour gérer ses émotions difficiles (par exemple la colère, l'anxiété) : possibilité de signaler une difficulté avec une carte ou un code, possibilité de s'isoler dans un lieu spécifique. • Prendre en compte ce que ressent l'autre, exprimer son consentement ou son refus (mettre en place des jeux de rôle et faire jouer plusieurs fois les situations pour lister les différentes réactions possibles et leurs conséquences). • Étudier des situations fictives pour : - distinguer le harcèlement, l'intimidation, les disputes et les moqueries ; - caractériser le harcèlement (une violence sous différentes formes, une récurrence, un isolement de la victime) ; - mettre en évidence que le harcèlement se fonde sur le rejet de la différence et sur la stigmatisation ; - proposer des manières de réagir pour prévenir ou faire cesser une situation de harcèlement. • Identifier les différentes manières, bonnes ou mauvaises, dont les pairs peuvent influencer nos comportements, réfléchir aux moyens de résister à la pression négative des pairs et d'encourager l'influence positive des pairs.

	• Identifier l'importance pour une victime de chercher du soutien ; réfléchir aux actions possibles pour soutenir les personnes victimes (pratiquer une écoute empathique, apporter du soutien solidaire à la victime, chercher de l'aide en alertant un adulte de confiance) ; prendre connaissance du numéro d'alerte 3018.
--	---

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Promouvoir des relations égalitaires et positives ; comprendre les stéréotypes pour lutter contre les discriminations.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Définir ce que sont les stéréotypes et les préjugés. • Comprendre en quoi les stéréotypes et les représentations liées au genre ont une influence sur la manière dont les individus vivent leur vie et peuvent être à l'origine de discriminations. • Agir pour lutter contre les stéréotypes, les préjugés et les discriminations. • Comprendre qu'on peut choisir librement une activité ou un métier (qu'on soit une fille ou un garçon) en fonction de ses motivations ou de ses compétences. • Se sentir libre de ses choix pour une activité ou une passion. • Savoir penser de façon critique : apprendre à résister à la pression sociale sans préjugés ni discriminations.	• Lire et exploiter des articles de presse, des données chiffrées (pourcentages, proportions et représentations graphiques) et des textes de loi pour identifier des inégalités entre les femmes et les hommes dans l'histoire ou encore présentes de nos jours (professionnelles, politiques, financières, dans la sphère familiale), ou des situations de violences ; rechercher des conceptions du genre ou des stéréotypes qui en sont à l'origine. • Étudier des extraits de la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes. • Découvrir des femmes ayant joué un rôle important dans l'histoire, les arts, les sciences et le sport ; découvrir des femmes exerçant des métiers traditionnellement associés à la masculinité et des hommes exerçant des métiers traditionnellement associés à la féminité. • Analyser les incidences des idéaux de beauté diffusés par les médias (réseaux sociaux, publicités), la littérature, la musique, le cinéma sur l'image et l'estime de soi. • Décrire et analyser une campagne de sensibilisation institutionnelle à l'égalité femmes-hommes.

→ Cours moyen deuxième année

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Connaître et comprendre les changements de son corps et celui des autres.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Connaître les changements du corps lors de la puberté et savoir qu'ils ne se produisent pas au même moment chez tous les enfants. • Nommer le nom et la fonction des organes reproducteurs. • Apprendre scientifiquement ce que sont les menstruations (règles) et qu'elles sont une composante normale et naturelle du développement physique des filles, et ne doivent pas faire l'objet de tabous ou de moqueries.	• À partir de documents scientifiques et en lien avec le programme de sciences et technologie, décrire et expliquer les changements physiques liés à la puberté, le mécanisme des règles et l'impact sur la vie quotidienne.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Promouvoir des relations positives, apprendre à repérer et se protéger des violences sexistes et sexuelles.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Savoir que les relations entre individus peuvent traduire différents types de relations affectives (par exemple, l'affection entre amis, l'amour entre parents, l'amour au sein de la famille, l'amour entre partenaires) et qu'il existe des façons différentes d'exprimer son amour. • Nommer divers sentiments qui peuvent être éprouvés dans les relations interpersonnelles. • Exprimer ses émotions. • Demander et s'assurer du consentement ; exprimer son consentement ou son refus ; comprendre et respecter le refus des autres. • Comprendre qu'il existe des mots et des gestes qui constituent des violences : violences verbales, physiques, psychologiques, sexistes, sexuelles (dont l'inceste) ; savoir identifier ces situations et percevoir les relations d'emprise. • Prendre conscience que les violences sexuelles, quel qu'en soit l'auteur, constituent toujours une violation des droits humains et que les victimes n'en sont jamais responsables. • Savoir comment chercher de l'aide et du soutien lorsque l'on est victime de violences.	• Lire et comprendre des œuvres littéraires (poésie, théâtre, romans), écouter et comprendre une chanson pour identifier des sentiments positifs (tels que l'amour, la confiance, le respect, la loyauté, la solidarité) et des sentiments négatifs (la jalousie, la déception, la tristesse, la culpabilité). • Repérer les différentes formes d'expression de ses sentiments ou ses émotions aux personnes que l'on aime, selon les personnes (parents, famille, amis, autres personnes), selon les sentiments. Réfléchir aux gestes et attitudes appropriés pour les exprimer, ainsi qu'à ceux qui ne sont pas acceptables et doivent être signalés. • Rédiger un texte sur ses propres représentations de l'amitié, les comparer avec celles des autres et définir ensemble ce qu'est l'amitié. • Réfléchir à ce que signifie « témoigner de la confiance », « témoigner du respect », notamment lors d'« ateliers à visée réflexive », par exemple en s'interrogeant sur ce qu'est un secret et ce qui le différencie d'une situation de danger ou de violence qu'il est important de signaler et en expliquant comment identifier un adulte de confiance à qui se confier. • Définir ce que sont les violences physiques, psychologiques, verbales, sexuelles (dont l'inceste), apprendre à les reconnaître et réfléchir ensemble à qui parler, à qui demander de l'aide, pour soi ou autrui. • Prendre connaissance des numéros d'urgence : le 119 (enfance en danger) ou le 30 18 (harcèlement) s'il est difficile d'aller voir un adulte de confiance. • Apprendre à communiquer avec des formulations claires et sans moquerie (être capable de rappeler les règles d'une communication efficace, respectueuse afin de pouvoir s'exprimer et poser des questions dans un cadre sécurisant au début de chaque séance d'éducation à la vie affective et relationnelle).

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Prévenir les risques liés à l'usage du numérique et d'Internet.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
• Comprendre ce qu'est la majorité numérique et son objectif de protection des enfants. • Devenir acteur de sa protection sur Internet et savoir identifier un adulte de confiance à qui s'adresser si quelque chose qui a été vu sur Internet ou sur les réseaux sociaux perturbe ou fait peur. • Prendre conscience que l'utilisation d'Internet et des réseaux sociaux présente des dangers et nécessite des mesures particulières, notamment car des images et des médias sexuellement explicites, interdits pour les mineurs, violents et choquants y sont accessibles.	• Se familiariser avec les notions de sécurité et de protection sur Internet, évaluer ses représentations et connaissances autour des risques et des enjeux de protection sur Internet, les réseaux sociaux, les plateformes de jeux vidéo, la toile : droit à l'image ; protection de la vie privée ; risque de cyberharcèlement et cyberviolences. • Prendre connaissance des dispositifs de signalement et des lois en vigueur, notamment par rapport à l'interdiction des réseaux sociaux aux moins de 13 ans ; la majorité numérique à 15 ans, la protection du droit à l'image, la protection des mineurs contre la pornographie en ligne.



Collège

→ Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau

Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
Sixième	Comprendre et apprendre à vivre les changements de son corps.	Entrer en relation avec les autres et comprendre que les relations peuvent changer.	Trouver sa place au sein d'un groupe sans renier ses propres sentiments, respecter les autres et en être respecté.
Cinquième	Développer librement sa personnalité sans se sentir obligé ou contraint.	Choisir ses relations : connaître et assumer ses préférences, comprendre qu'elles peuvent évoluer.	Distinguer vie publique et vie privée, en réfléchissant à ce que signifie la liberté individuelle, en particulier sur les réseaux sociaux.
Quatrième	Aborder la sexualité comme une réalité complexe pouvant faire intervenir le plaisir, l'amour, la reproduction, etc.	Développer une compréhension critique et respectueuse des relations interpersonnelles et des enjeux associés à la sexualité ; favoriser des choix responsables et protecteurs en matière de santé sexuelle et relationnelle.	Étudier des représentations de la sexualité dans l'espace public et en examiner la dimension égalitaire ou inégalitaire.
Troisième	Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité.	Construire une relation réciproque et égalitaire ; savoir reconnaître et caractériser des contextes de danger et de vulnérabilité.	Inscrire la sexualité dans la définition et le respect des droits humains.

→ Sixième

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Comprendre et apprendre à vivre les changements de son corps.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
Connaître les changements induits par la puberté.	- Réfléchir collectivement, en s'appuyant sur des textes scientifiques et le programme des sciences et technologie : - autour du mot « puberté » et ce qu'il peut signifier ;

• Comprendre que la puberté est une composante de l'adolescence, qui entraîne des changements physiques, physiologiques, psychologiques et affectifs, et savoir que ces changements se produisent selon des rythmes différents pour chaque individu. • Savoir que les menstruations (règles) douloureuses nécessitent une consultation médicale.	- à la diversité des rythmes biologiques des individus : le passage de l'enfance à l'adolescence suit-il un rythme unique ? Est-ce un modèle unique ? Quelle place y a-t-il pour la singularité ? ; - autour des changements induits par la puberté dans ses différentes dimensions (biologique, psychoaffective, morale, socioculturelle, relationnelle) et de leur diversité ; - sur la manière de trouver des informations, fiables et adaptées à son âge, au sujet de la puberté ; - à des comportements et moyens qui aident à se sentir à l'aise avec les effets et conséquences des transformations corporelles, tout particulièrement les menstruations (règles). • Observer et analyser la diversité des représentations du corps sexué à partir d'œuvres artistiques (peinture, sculpture, etc.) ou littéraires (anciennes ou contemporaines) et prendre conscience du fait que chaque personne a un corps singulier et qu'il existe des différences en termes de taille, de morphologie et de fonctionnement. • Porter un regard bienveillant sur soi : nommer ses forces et ses qualités.
---	--

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

 **Objectif d'apprentissage :** Entrer en relation avec les autres et comprendre que les relations peuvent changer.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Caractériser le contexte, la nature et les enjeux d'une relation interpersonnelle : indifférence/intérêt ; familiarité/altérité ; sympathie/antipathie ; attirance/répulsion. • Savoir penser de façon critique : reconnaître les influences positives et négatives des pairs sur les décisions et les comportements à l'adolescence. • Connaître, en particulier dans l'usage des outils numériques, le cadre légal qui vise à protéger la vie privée et respecter l'intimité de tout individu et la dimension éthique qui le sous-tend. • Développer des relations constructives : développer des liens sociaux.	• À partir d'un atelier de photolangage ou d'exemples fictifs de témoignages, identifier les composantes des différentes relations interpersonnelles (par exemple, la confiance, l'échange, le respect, le soutien, l'empathie, la solidarité) et montrer comment elles peuvent être exprimées. • Analyser une liste de messages circulant dans les réseaux sociaux et impliquant la considération du corps des autres (messages adaptés à l'âge de 11-12 ans) et inviter les élèves : - à jouer un rôle de modérateur en argumentant leurs décisions ; - à identifier ce qu'il convient de faire si l'on est victime ou témoin de cyberharcèlement (identifier des adultes de confiance, dans l'établissement et en dehors, à qui en parler ; s'adresser à des structures ou services d'aide : 119, 3018, services de police et de gendarmerie). • Décrire une situation de harcèlement selon plusieurs points de vue en décrivant les émotions ressenties par les différents protagonistes.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Trouver sa place au sein d'un groupe sans renier ses propres émotions, respecter les autres et être respecté.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Étudier les fonctionnements sociaux : - en différenciant : règles, normes, modèles et stéréotypes ; - en interrogeant les normes sociales et culturelles et en analysant leurs impacts ; - en considérant les processus de hiérarchisation ou d'exclusion (réelle ou symbolique) à l'œuvre au sein des groupes d'appartenance. • Comprendre ce que signifie, à la puberté, la liberté d'être soi-même et le devoir de respect des autres. • Développer des relations fondées sur l'acceptation des autres dans leur diversité, la collaboration, la coopération, l'entraide.	• Réfléchir à l'organisation et à l'utilisation des espaces du collège : les stéréotypes ont-ils une répercussion négative et inégalitaire ? Proposer des stratégies pour une organisation et une utilisation plus égalitaire des espaces partagés. • Réfléchir de façon argumentée : « être à l'aise », ou « ne pas être à l'aise », lorsqu'on se trouve au milieu des autres. À quoi cela est-il dû ? Comment agir pour que chacune et chacun se sente mieux ? • Identifier et caractériser le lien entre des enjeux individuels de santé et des enjeux collectifs (par exemple, en posant la question de la vaccination comme acte citoyen).

→ Cinquième

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Développer librement sa personnalité sans se sentir obligé ou contraint.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Différencier sexe, genre et orientation sexuelle et respecter leurs diversités. • Comprendre comment l'attirance et les sentiments amoureux permettent de prendre conscience de son orientation sexuelle. • Comprendre que la diversité des apparences physiques n'empêche pas l'égalité, et réciproquement. • Identifier la santé comme un « état complet de bien-être physique, mental et social » (définition de l'Organisation mondiale de la santé). • Développer des relations sociales constructives : l'acceptation des autres dans leur diversité.	• En s'appuyant sur des documents scientifiques et les programmes de sciences et technologie, identifier ce qui relève de la détermination du sexe biologique, du genre et de l'orientation sexuelle. • Prévenir les discriminations liées au sexe, au genre ou à l'orientation sexuelle. • Analyser les notions de santé et de bien-être : par exemple, que signifie « être en bonne santé », « ne pas être en forme », « aller bien », « aller mal » ? Comment différencier un malaise, un trouble, une douleur, une maladie ? Quelles conséquences pratiques en tirer ? Comment se faire aider ? • Analyser les places que la société confère aux femmes et aux hommes, leurs parcours sociaux ou professionnels : sont-ils différenciés, hiérarchisés, choisis, imposés ? • Déterminer des facteurs qui les influencent positivement et négativement. • Étudier des législations nationales et des accords internationaux qui reconnaissent et protègent les droits humains de chaque individu.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Choisir ses relations ; connaître et assumer ses préférences, comprendre qu'elles peuvent évoluer.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Reconnaître l'importance de la diversité et de la non-discrimination et prendre conscience que chaque individu a droit à la liberté et au respect. • Identifier ce qui caractérise une relation interpersonnelle positive et ce qui caractérise une relation interpersonnelle négative. • Comprendre que tout acte de nature sexuelle non désiré constitue une violence sexuelle. • S'affirmer par le consentement et le refus. • Développer des relations sociales fondées sur l'acceptation des autres dans leur diversité, la collaboration, la coopération, l'entraide. • Prendre conscience que les réseaux sociaux et Internet diffusent des contenus sexuellement explicites, interdits aux personnes mineures, qui peuvent être choquants, violents, peuvent véhiculer des stéréotypes et banaliser des comportements violents. Élaborer des stratégies pour s'en protéger et protéger les autres.	• Discuter de façon argumentée et réflexive : « qu'est-ce qu'une relation respectueuse de l'intimité et de l'intégrité corporelle des personnes ? » • À partir d'exemples dans la littérature ou les médias, définir la notion de consentement et les différentes manières de le solliciter, de l'exprimer, d'exprimer le refus, de reconnaître le consentement, de reconnaître et respecter le refus. Expliquer l'importance du consentement sur la prise de décisions relatives à la sexualité. • À partir de textes de littérature ou d'extraits de film, analyser différentes relations amicales ou amoureuses pour identifier les facteurs positifs de relations agréables et heureuses, et les facteurs venant faire obstacle à de telles relations. • Discuter de façon argumentée et réflexive : qu'est-ce qu'une relation respectueuse de l'intimité des personnes qui entrent en relation ? • Réfléchir sur les conséquences des comportements problématiques et sur la manière de développer des relations positives et constructives. • Analyser des cas simples et concrets (tirés de situations de saisines de la Cnil ou du Défenseur des droits) pour sensibiliser aux questions des données personnelles, du cyberharcèlement et de contenus illégaux.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Distinguer vie publique et vie privée, en réfléchissant à la signification de la liberté individuelle, en particulier sur les réseaux sociaux.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Définir les notions de liberté, de respect et d'égalité concernant le sexe, le genre et l'orientation sexuelle. • Identifier des situations de cyberviolences à caractères sexistes et sexuels et leurs effets néfastes. • Prendre conscience que chaque individu possède des droits humains (droit à la dignité, droit au respect de sa vie privée, droit à l'image). • Savoir comment réagir de manière efficace lorsqu'une personne est victime de harcèlement ou de violences sexistes ou sexuelles (pratiquer une écoute empathique, apporter du soutien solidaire à la victime, signaler les violences). • Prendre conscience que l'utilisation d'Internet et des réseaux sociaux peut entraîner des situations dangereuses ou des infractions à la loi, élaborer des stratégies pour s'en protéger et protéger les autres. • Développer sa capacité d'écoute, l'attention portée aux autres et des relations sociales constructives. • Savoir faire des choix responsables.	• Réfléchir sur les intentions, les pensées, les émotions et les comportements à partir de situations cybersexistes ou cyberviolentes qu'ils auraient pu rencontrer ou connaître. • Identifier des personnes de confiance à qui signaler des violences et demander de l'aide, pour soi ou quelqu'un d'autre, prendre connaissance du 3018, le numéro pour les personnes victimes ou témoins d'un cas de harcèlement et/ou de violences numériques. • S'inscrire dans une démarche empathique et comprendre où se situe la limite entre l'acceptable et l'inacceptable. • Analyser ou rejouer, dans le cadre d'un théâtre forum, certaines saynètes mettant en scène différents protagonistes (victime, agresseur, témoins) pour prendre la mesure des risques et des responsabilités impliquées. • Définir les droits humains en matière de défense contre les discriminations. Se documenter et s'informer sur des législations visant à protéger les droits des individus et à lutter contre les discriminations, en particulier l'article 225-1 du Code pénal.

→ Quatrième

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✔ **Objectif d'apprentissage** : Aborder la sexualité comme une réalité complexe pouvant faire intervenir le plaisir, l'amour, la reproduction, etc.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Envisager les différents aspects de la sexualité : physique/psychologique ; personnelle/interpersonnelle ; impliquant différentes parties du corps ; faisant l'objet d'une série de représentations et de modèles sociaux pouvant impliquer l'amour, le plaisir, la reproduction. • Savoir qu'il existe des personnes intersexes. • Envisager la sexualité comme un cheminement personnel singulier et comprendre sa diversité d'expression. • Comprendre, identifier, apprendre à gérer ses émotions. • Connaître où et comment s'informer ou bénéficier de dépistages ou d'une prise en charge médicale en santé sexuelle (vaccination contre les infections à papillomavirus humains, douleurs gynécologiques, troubles du cycle menstruel, dépistage de l'endométriose, etc.). • Développer sa capacité à faire des choix responsables.	• Reconnaître la variété des termes et des niveaux de langue associés à la sexualité et à son expression (vécue, imaginée, objective et scientifique). • Repérer les différents sentiments ou les différentes émotions en lien avec la sexualité, ainsi que les manières dont le corps se trouve impliqué et représenté. • Apprendre à gérer ses émotions, comprendre leur importance pour développer des relations de qualité et prévenir les violences. • Présenter et expliquer les différentes sources d'information sur la santé sexuelle et leur fonctionnement (infirmier de l'établissement, centres de santé sexuelle de la ville, centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic).

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✔ **Objectif d'apprentissage** : Développer une compréhension critique et respectueuse des relations interpersonnelles et des enjeux associés à la sexualité ; favoriser des choix responsables et protecteurs en matière de santé sexuelle et relationnelle.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Définir la notion de relation (échange, don, partage, réciprocité), les positions au sein des groupes d'appartenance, la notion de consentement dans son rapport à la liberté. • Connaître les incidences des réseaux sociaux sur les relations et les choix de relations : être ou ne pas être sous le regard des autres ; examiner ce que ce regard des autres apporte à l'affirmation de soi et à la reconnaissance, pourquoi il peut aussi nuire et comment s'en protéger ; identifier les ressources et les comptes favorables ou non au bien-être et à l'estime de soi.	• En étudiant ou en représentant une scène de rencontre amoureuse (en littérature, au cinéma, au théâtre), repérer et analyser les notions de consentement et de plaisir. • Repérer et analyser les mécanismes d'emprise et de domination psychologique qui ont pour but de soumettre et contrôler la victime, et qui sont des mécanismes intrinsèques : - des violences au sein du couple ; - des violences sexuelles de personnes ayant autorité sur un enfant, un adolescent, un adulte (famille, entraîneur sportif, soignant) ; - de l'exploitation sexuelle. • Identifier ce qui caractérise un délit et les personnes-ressources susceptibles d'apporter de l'aide, à partir d'une situation ou d'un témoignage fictif, ou bien d'un témoignage réel déjà exprimé dans l'espace public.

• Comprendre les problèmes associés à la diffusion et au commerce des images (des autres ou de soi), à la marchandisation du corps, à l'exploitation sexuelle, à la prostitution des mineurs, savoir comment il est possible de s'en protéger et d'être aidé pour le faire. • Comprendre l'importance de prendre des décisions favorables à sa santé et celle des autres, faire des choix responsables : - décision d'avoir ou non un rapport sexuel ; - prévention des infections sexuellement transmissibles (modes de transmission et moyens de protection) ; - prévention des grossesses non prévues et/ou non désirées (moyens de contraception, interruption volontaire de grossesse). • Identifier un adulte de confiance, un lieu, un service d'aide et de soutien à qui s'adresser pour échanger, poser des questions, trouver des informations en lien avec sa santé sexuelle, bénéficier d'un dépistage ou d'une prise en charge médicale ou être aidé en cas de violences sexistes et sexuelles (y compris l'inceste) ou de violences fondées sur des discriminations telles que définies par le Code pénal. • Savoir demander de l'aide pour soi ou pour une autre personne.	• Identifier les situations où le partage d'images ou de documents en ligne est interdit (harcèlement), ainsi que les conséquences de l'utilisation du « like » ou du « j'aime », quelle qu'en soit la forme. • Identifier, à partir d'exemples fictifs, des attitudes qui permettent : - de reconnaître les risques liés à la diffusion d'images (dont des images qui exposent des corps nus, partiellement nus ou sexualisés) et comment s'en protéger ; - d'aider les victimes de cyberviolences sexistes et sexuelles ; - d'identifier des adultes de confiance, des autorités et des services disponibles pour aider les victimes (3018 pour les violences numériques et 119 enfance en danger) ; - de montrer comment réagir de manière efficace lorsque l'on est victime ou témoin de violences ; - d'apprendre à lutter contre les cyberviolences sexistes et sexuelles, notamment en signalant les contenus intimes non consentis diffusés (pornodivulgateur), les comptes et les supports destinés à harceler une personne par la diffusion de contenus humiliants.
---	---

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

 **Objectif d'apprentissage** : Étudier des représentations de la sexualité dans l'espace public et en interroger la dimension égalitaire ou inégalitaire.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Analyser la notion de norme sociale, de modèle, de stéréotype et réfléchir aux effets induits : intégration, exclusion, socialisation, normalisation. • Repérer et expliquer la différence entre des situations ou des représentations égalitaires et d'autres qui ne le sont pas (femmes/hommes ; majorités/minorités). • Savoir penser de façon critique. • Décrypter les messages et les images de la sexualité dans les médias (explicites et/ou implicites). • Comprendre la notion de pornographie, la différencier des contenus érotiques et prendre conscience que la pornographie représente, de manière faussement réaliste et stéréotypée, des actes sexuels dépourvus de toute dimension affective ou sentimentale et souvent violents. • Comprendre les raisons de l'interdiction d'accès des mineurs à la pornographie, inscrite dans le Code pénal. • Identifier les conséquences de la prostitution sur la santé des victimes et prendre conscience que les réseaux prostitutionnels utilisent les réseaux sociaux pour développer leurs activités illégales.	• Par l'analyse d'images et de spots publicitaires, repérer et analyser la marchandisation des corps, la sexualisation des situations et des corps ainsi que les stéréotypes véhiculés. • Analyser les stéréotypes dans une perspective historique pour discuter d'égalité dans la sexualité, à partir d'œuvres littéraires ou artistiques. • Réaliser une exposition de sensibilisation des autres collégiens de l'établissement sur les stéréotypes et les questions d'égalité. • À partir de témoignages ou d'extraits de reportages, identifier les mécanismes de recrutement des systèmes prostitutionnels (via les réseaux sociaux ou des recruteurs).

→ Troisième

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Définir les notions de désir, d'excitation, de plaisir, de bonheur, ainsi que leurs relations à la sexualité. • Faire la différence entre le désir qui fait référence aux imaginations, aux émotions et aux envies, et le comportement qui correspond à des actions qui peuvent être réfléchies et contrôlées ; examiner la part et la place de la liberté dans ces différentes situations. • Comprendre que le désir peut ne pas toujours être assouvi. • Développer sa capacité à maîtriser ses impulsions, ses émotions et ses sentiments. • Prendre conscience que les pratiques de mutilations sexuelles féminines, qui ne touchent pas directement la fonction reproductive et atteignent la fonction de plaisir, de sexualité et de construction de soi des femmes qui en sont victimes, correspondent à une appropriation du corps des femmes et à l'enrayement de leur liberté de choix.	• Réfléchir à la notion de « santé sexuelle ». • Comprendre comment fonctionnent les émotions et les impulsions pour mieux les gérer. Jouer des saynètes montrant plusieurs manières de réagir à une même situation. • Examiner, en s'appuyant sur une œuvre littéraire, artistique, ce que la sexualité peut avoir d'attrayant ou d'exaltant, mais aussi ce qu'elle peut avoir d'inquiétant (et pour quelles raisons). • Développer une analyse critique des représentations, parfois fausses ou déformées, associées à la sexualité (par exemple autour de la performance ou de la première fois) ainsi que des idées préconçues sur le genre ou l'orientation sexuelle. • S'engager dans des activités interactives, permettant de s'exprimer et d'échanger des points de vue (par exemple la photo-expression). • Identifier les conséquences immédiates et durables des mutilations sexuelles, comprendre que ces violences sont enracinées dans les inégalités historiques entre les femmes et les hommes, qu'elles constituent une atteinte aux droits fondamentaux de la personne, qu'elles sont interdites et sévèrement punies par la loi et qu'aucune tradition ne peut justifier de tels actes. Identifier les personnes, les lieux et les services d'aides et de soutien.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Construire une relation réciproque et égalitaire ; savoir reconnaître et caractériser des contextes de danger et de vulnérabilité.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Distinguer les notions de partage, de consentement, de réciprocité, de frustration ; prendre la mesure des enjeux et des difficultés liés au partage des sensations, des émotions, des plaisirs : par exemple, être d'accord ou pas ; être synchrone ou asynchrone. • Analyser la notion de risque, pour soi et pour les autres, aux plans physiques et psychologiques ; faire des choix responsables pour sa santé et celle des autres.	• Repérer et analyser des situations de partage et de réciprocité, mais aussi de non-partage et de frustration ; interroger ce qui est en jeu : égalité et liberté dans la relation, et dans le partage (ou non) des désirs ; réaliser une production collective ou individuelle (chanson, poème, scène de théâtre, vidéo) pour partager son analyse. • À partir de situations fictives, identifier différents risques ; s'informer sur l'IVG, les moyens de prévention, de protection, de contraception et leurs conditions d'accès ; identifier les ressources dans l'établissement et hors de l'établissement : ressources en ligne, numéro vert « sexualité, contraception, IVG », centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic. Produire une plaquette ou une affiche d'information et de référencement des ressources locales et nationales à destination d'autres élèves.

- Prendre la mesure des risques à prévenir ou à maîtriser s'agissant de la sexualité :
 - réduction des risques d'infections sexuellement transmissibles (IST), y compris d'infection par le VIH : modes de transmission, moyens de protection, dépistage, prophylaxie préexposition (PrEP), traitement post-exposition au VIH (TPE), vaccination contre les infections à papillomavirus (HPV) ;
 - grossesses non prévues et/ou non désirées : moyens de contraception, tests de grossesse, interruption volontaire de grossesse (IVG).
- Prendre conscience de la place qu'occupent l'attraction et les sentiments dans une relation.
- Reconnaître l'importance de donner et d'obtenir le consentement. Apprendre à accepter un refus de la part de l'autre.
- Prendre conscience que l'usage de substances psychoactives modifie le raisonnement et augmente le risque de prise de décision inappropriée y compris en matière de sexualité.
- Reconnaître des mécanismes d'emprise et des situations de violences (physiques, psychologiques, verbales, violences sexistes, violences sexuelles, cyberviolences, violences au sein du couple ou non) ; prendre conscience de leurs effets néfastes et de l'importance pour une personne qui en est victime de chercher du soutien.
- Comprendre que le mariage forcé est une atteinte aux droits humains fondamentaux.

- Prendre connaissance du cadre juridique (constitution, loi) qui garantit le droit d'accès à l'IVG et connaître les lieux qui permettent d'y avoir accès.
- Réfléchir à la question de la protection des risques et de son sens pour soi et pour les autres : de quoi, pourquoi, pour qui et comment se protéger ?
- À partir de situations fictives ou de phrases types (par exemple, « elle/il a dit non, mais elle/il voulait dire oui » ; « elle/il n'a pas dit qu'elle/il n'était pas d'accord »), participer à un débat réflexif pour apprendre à caractériser le consentement.
- Analyser ce qui peut avoir une influence sur la capacité à reconnaître ou à donner le consentement (par exemple, les substances psychoactives, les situations de violences [telles que l'emprise], les situations de handicap, les situations de domination ou de pouvoir, la soumission chimique).
- Définir ce qu'est un mariage forcé, décrire les différentes manières de contraindre au mariage ; comprendre qu'il est possible d'échapper à un mariage forcé, que la loi protège les victimes et qu'aucune situation ou tradition ne justifie un mariage forcé ; identifier à qui s'adresser si l'on est victime ou témoin.
- Aborder la question des violences conjugales et du féminicide.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Inscrire la sexualité dans la définition et le respect des droits humains.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Déterminer le champ des droits et des devoirs en matière de sexualité et comprendre leur raison d'être (principes et valeurs impliquées : égalité entre les femmes et les hommes, entre les orientations sexuelles, droit à la différence). • Caractériser et savoir reconnaître une situation de violence sexuelle (y compris l'inceste), de stigmatisation, de violence ou de discrimination opérée sur le fondement notamment du sexe, de l'orientation sexuelle, de l'identité de genre ou de l'état de santé (article 225-1 du Code pénal) : homophobie et autres. • Prendre conscience que les victimes n'en sont jamais responsables et réfléchir aux moyens d'y faire face (soutien aux victimes, capacité à chercher et trouver de l'aide, promotion de l'égalité, éducation).	• Analyser les lois et leurs évolutions rendant compte de l'évolution de la société, prendre conscience des décalages entre principes universels et réalité, en comparant : - une situation contemporaine posant problème au regard des lois en vigueur ; - une situation plus ancienne à replacer dans un contexte historique antérieur, associé à d'autres éléments légaux, en considérant par exemple, la dépénalisation de l'homosexualité pour les mineurs de plus de 15 ans (France : loi du 4 août 1982), son retrait de la liste des pathologies (OMS : 17 mai 1990). • Les situations étudiées peuvent prendre appui sur des films (fiction ou actualité) ou être présentées sous forme de jeu de questions-réponses permettant d'aborder les questions de genre et d'orientation sexuelle en les replaçant dans un contexte historique et légal. • Interroger la place des discriminations envers l'orientation sexuelle dans le champ sportif, analyser les processus de conformité à une norme et d'influences au sein des groupes sportifs, proposer des stratégies efficaces pour les prévenir et y mettre fin.

- Développer sa capacité d'écoute et l'attention portée aux autres.
- Mettre en lien le respect des droits humains avec les évolutions de la société, des lois et des politiques publiques.

- Analyser des situations réelles ou fictives de violences sexistes et de violences sexuelles ; apprendre à les caractériser et les différencier ; identifier des facteurs de vulnérabilité ; réfléchir au rôle actif que toute personne peut jouer pour les prévenir ou les dénoncer.
- Connaître les numéros d'urgence comme le 119 pour les mineurs.
- Rédiger des témoignages selon différents points de vue.



Lycée

→ Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau

Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
Seconde	Prendre soin de son corps et développer une image positive de soi.	Reconnaître et comprendre ses émotions, ses sentiments et ceux des autres.	Se protéger et protéger les autres : l'intimité à l'ère des réseaux sociaux.
Première	Faire des choix en restant maître de soi et attentif à sa santé.	Désirer et vouloir, donner ou refuser son consentement, savoir être libre et respecter les autres et leurs propres libertés.	Être soi, entre acceptation et déni.
Terminale	Reconnaître ses émotions et ses désirs pour mieux se connaître.	S'épanouir dans une relation équilibrée à l'autre.	Être libre d'être soi parmi les autres et réfléchir aux conditions sociales garantissant cette liberté.

→ Seconde

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Prendre soin de son corps et développer une image positive de soi.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
- Connaître les différences biologiques entre femmes et hommes ; comprendre que les appareils génitaux mâles et femelles sont comparables (le clitoris et le pénis sont composés de tissu érectile générateur de plaisir ; l'ovaire et le testicule produisent des cellules reproductrices), et qu'il existe des personnes intersexes qui naissent avec des caractéristiques sexuelles (chromosomes, hormones, organes génitaux) qui ne correspondent pas aux définitions types des corps féminins ou masculins. - Comprendre que les différences biologiques entre les femmes et les hommes ne déterminent pas à elles seules les expressions, les comportements et les rôles attribués aux genres « masculin » et « féminin ».	- À partir de témoignages, prendre conscience que l'identité de genre peut ne pas correspondre au sexe biologique. - Du mythe de Narcisse aux réseaux sociaux : à partir de l'entrée culturelle (présentée par l'intermédiaire de récits mythologiques et de représentations artistiques), conduire une réflexion sur la question du narcissisme et de la recherche de la validation de son image par les autres. - À partir de différents médias, s'interroger sur les normes sociales et culturelles qui influencent nos comportements. - Montrer, à travers des études de cas, que l'idéal du corps peut inviter à des comportements de « sculpture de soi » tels que la retouche des photographies, la chirurgie esthétique, certaines pratiques physiques, le culte de la performance ou certaines conduites alimentaires. - Analyser des photographies d'influenceurs, les comparer avec des photographies banales et non retouchées, engager une réflexion sur la perception de son image de soi. Construire une image positive de soi.

• Prendre en compte les articulations entre nature et culture (anthropologie, sociologie, philosophie) et prendre conscience de la façon dont les normes sociales et culturelles influencent les comportements. • Comprendre que la construction de son image corporelle et le souci de soi sont influencés par des facteurs sociaux et familiaux (compliments, fréquentation d'images artistiques, stéréotypes et préjugés, consommation d'images érotiques ou pornographiques, violences sexistes et sexuelles). • Développer la conscience de soi par une autoévaluation positive (confiance en soi, estime de soi) et par la connaissance de soi (ses forces, ses limites, ses buts, ses valeurs). • Prendre conscience de sa capacité à agir au bénéfice de son bien-être et de sa santé sexuelle, savoir où et comment s'informer, bénéficier d'un dépistage, d'un accompagnement ou d'une prise en charge médicale en santé sexuelle (par exemple, la vaccination contre les infections à papillomavirus humains, les douleurs gynécologiques et troubles du cycle, le dépistage de l'endométriose, la contraception, la contraception d'urgence).	• Identifier les conséquences immédiates et durables des mutilations sexuelles féminines, comprendre que ces violences sont enracinées dans les inégalités historiques entre les femmes et les hommes, qu'elles constituent une atteinte aux droits fondamentaux de la personne, qu'elles sont interdites et sévèrement punies et qu'aucune tradition ne peut justifier de tels actes. • Identifier les personnes, les lieux et les services d'aides et de soutien, savoir comment réagir de manière efficace lorsqu'une personne est victime ou s'apprête à en être victime. • Identifier les lieux, les personnes et les ressources qui permettent de s'informer ou bénéficier d'un accompagnement ou d'une prise en charge médicale en santé sexuelle : les ressources dans l'établissement, les sites Internet fiables, le numéro vert 0 800 08 11 11 « sexualité, contraception, IVG », les centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic, etc.
--	--

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Reconnaître et comprendre ses émotions, ses sentiments et ceux des autres.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Reconnaître des conditions qui permettent de s'engager émotionnellement et/ou physiquement dans une relation pour s'y épanouir. • Connaître et reconnaître les codes au cours des différentes étapes d'une rencontre et d'une relation (approche, déclaration, contact physique, relation sexuelle, engagement, rupture) ; prendre conscience des émotions qui s'y jouent et des différents facteurs qui influencent les représentations et attentes de chacune et chacun. • Comprendre et identifier les émotions et le stress, et savoir les gérer.	• Analyser une ou plusieurs scènes de rencontre dans des œuvres littéraires, théâtrales ou cinématographiques, donnant à voir des représentations variées des relations et des sexualités, en réfléchissant aux effets produits au fil des événements (par exemple timidité, plaisir et jeu de séduction, pudeur, peur et souffrance de l'échec). • À partir d'un jeu de cartes qui représentent les étapes possibles d'une relation, reconstituer une chronologie possible et analyser de manière critique les différentes représentations et ce qui les influence. • À travers un corpus documentaire, étudier la diversité culturelle des codes et des conduites qui permettent ou régulent les rencontres entre les humains. • Visionner ou réaliser une prestation (danse, théâtre, mime) mobilisant les corps entre proximité et éloignement, rencontres et ruptures, et analyser ce qui s'y joue. • S'exprimer et échanger des points de vue à partir d'exemples fictifs, de photographies. • Apprendre des techniques pour gérer son stress et ses émotions.

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Se protéger et protéger les autres : l'intimité à l'ère des réseaux sociaux.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Distinguer, à l'ère du numérique et des réseaux sociaux, « se montrer », « s'exposer » et « s'exhiber ». • Identifier les situations où le partage d'images ou de documents en ligne est interdit (pornodivulgateur, harcèlement). • Comprendre pourquoi et comment on peut publier des présentations de soi tout en réduisant les facteurs de risque d'exploitations et de violences. • Identifier des cas de haine et de discriminations en ligne (sexistes, homophobes et autres) ; prendre conscience qu'il est de la responsabilité de tous d'agir pour les signaler et de défendre les personnes stigmatisées ou discriminées. • Savoir penser de façon critique pour repérer les situations à risques. • Développer les relations sociales constructives (tolérance, respect, coopération, entraide). • Prendre conscience que les victimes ne sont jamais responsables des violences. • Connaître les moyens d'y faire face tels que : soutien aux victimes, savoir où chercher de l'aide, signalement des comptes et supports destinés à harceler une personne par la diffusion de contenus humiliants et des contenus intimes non consentis diffusés (pornodivulgateur), promotion de l'égalité. • Savoir demander de l'aide. • Réfléchir aux dangers liés à l'image en étudiant le cadre légal qui l'entoure, et qui, notamment, interdit l'exposition des mineurs aux images pornographiques. • Prendre conscience que les réseaux prostitutionnels utilisent Internet et les réseaux sociaux pour développer leurs activités.	• Définir les termes « se montrer », « s'exposer », « s'exhiber » : au travers d'exemples (performance sportive, prestation corporelle, autoportraits et postures séductrices), questionner les frontières de l'intime, du privé et du public. • Connaître les principes de liberté d'expression et leurs limites au regard du respect et de la considération de l'autre (diffamation, injure). • Analyser des cas de censure afin de mettre en discussion la représentation des corps dans l'espace public et de comprendre les enjeux du cadre juridique qui l'entoure. • Analyser des cas de haine, stigmatisation ou discriminations en ligne ; s'interroger sur leurs caractéristiques communes ; identifier leurs impacts sur les individus et la société ; identifier les principaux éléments du cadre juridique ; réfléchir à des actions pour dénoncer et lutter contre la haine en ligne (notamment signaler les contenus illicites, promouvoir le civisme en ligne, la tolérance et le respect) et aux moyens pour aider et soutenir les victimes (notamment pratiquer une écoute empathique, apporter du soutien solidaire à la victime, signaler les violences).

→ Première

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Faire des choix en restant maître de soi et attentif à sa santé.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Analyser comment la notion de fête met en jeu le plaisir, la mesure et l'excès (hybris). • Prendre conscience que l'usage de substances psychoactives modifie le raisonnement et augmente le risque de prise de décision inappropriée, y compris en matière de sexualité. • Identifier différents risques encourus sur la santé, dont la santé mentale et la santé sexuelle : rapports sexuels non protégés (infections sexuellement transmissibles [IST], grossesses non prévues et/ou non désirées) ; connaître les moyens qui permettent de les prévenir ou de les réduire : moyens de contraception, préservatifs, dépistage, prophylaxie préexposition (PrEP) et traitement post-exposition (TPE) au VIH, vaccination contre les IST, dont les infections à papillomavirus. • Développer sa capacité à gérer ses impulsions, ses émotions et à faire des choix responsables. • Affirmer sa prise de décision par rapport à la pression d'un groupe (comment être dans un groupe sans céder à la pression qu'il exerce ?). • Savoir penser de façon critique en prenant en compte les biais et les influences. • Savoir comment réagir de manière efficace lorsqu'il y a eu une prise de risque. • Réfléchir aux enjeux éthiques et de santé de la modération : questionner les notions d'harmonie, d'équilibre, de mesure, de maîtrise de soi.	• À travers l'étude de textes littéraires ou philosophiques, de scènes picturales, romanesques ou cinématographiques, faire émerger les éléments jugés nécessaires pour qu'une fête soit réussie. Réfléchir au rôle de l'excès, à son lien au plaisir, à ses risques. • Promouvoir des conduites favorables à la santé. Identifier des facteurs clés de la santé et du bien-être, par exemple en participant à des groupes de parole ou des débats sur les différentes manières de faire la fête pour partager ce que l'on ressent, développer sa capacité à résister à la pression du groupe et rechercher du soutien auprès des autres. • À partir d'une scène de fête dans une œuvre cinématographique ou littéraire, ou de scènes de pression de groupe, ou encore de campagnes de prévention, analyser les réactions des personnages après la prise de substances psychoactives ; analyser les paramètres qui influencent la consommation ainsi que les facteurs de risques et de protection ; rappeler les textes de loi en matière de consommation de ces substances et de l'administration à une personne, à son insu, d'une substance de nature à altérer son discernement ou le contrôle de ses actes (soumission chimique) ; dégager les lignes d'une conduite responsable ; analyser les facteurs qui peuvent avoir une incidence sur la capacité à reconnaître le consentement ou à le donner. • Dans ce même contexte, s'interroger sur les conduites à adopter afin de prévenir pour soi-même et pour les autres les risques d'infection sexuellement transmissible (IST) ou de grossesse non désirée et/ou non prévue : quels moyens utiliser ? Dans quelles conditions ? Comment en parler ? Comment réagir quand l'attitude de l'autre n'est pas celle que l'on souhaiterait ? Comment intervenir sans brusquer ou priver les autres de leur liberté ?

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : Désirer et vouloir, donner ou refuser son consentement, savoir être libre et respecter les autres et leurs propres libertés.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Exprimer ses envies et ses limites en matière de sexualité, dans le respect de soi, de l'autre et de la loi. • Prendre conscience de l'importance du consentement avéré en tant qu'élément essentiel d'une relation sexuelle, comprendre l'importance d'exprimer, de reconnaître et de respecter le consentement ou le refus.	• À partir d'un texte de littérature ou d'un extrait de film, reconnaître et étudier l'expression et les manifestations du désir/du non-désir, des fantasmes, du plaisir/du non-plaisir/du déplaisir ; réfléchir aux différentes manières d'exprimer son amour ou son affection (faire émerger l'idée que la relation sexuelle est possible sans être obligatoire pour exprimer son amour ou son affection).

• Connaître les conditions du consentement et du non-consentement ainsi que les principaux éléments du cadre juridique et les risques encourus en cas de non-respect. • Prendre conscience du fait que chaque personne a droit à une sexualité exempte de toute violence, respectueuse de sa liberté, de sa dignité et de son intimité – l'agression sexuelle et le viol constituant toujours des actes criminels, qui portent atteinte aux droits humains fondamentaux, qui ne peuvent en aucun cas être désirés et consentis, et dont les victimes ne sont jamais responsables. • Prendre conscience de l'importance pour une victime de harcèlement, de violences verbales, physiques, psychologiques, sexuelles (abus, harcèlement, inceste) de chercher du soutien. • Savoir comment réagir lorsqu'une personne est victime : l'écouter de manière empathique, la soutenir, alerter. • Identifier des personnes-ressources, notamment dans l'établissement scolaire, et des structures d'aides.	• Au travers d'exemples fictifs ou réels, de scènes de films ou de théâtre, au sein d'un couple ou non, identifier la notion du consentement : différencier consentement/absence de consentement/hésitation équivoque ou incertaine n'ayant pas le sens d'un consentement ; questionner leurs formes d'expression verbales et non verbales, leurs représentations stéréotypées, leur caractère ponctuel et circonstancié, les formes et les expressions de la réciprocité, réfléchir à la notion de consentement enthousiaste. Savoir que les situations d'hésitation ou d'incertitude doivent être reçues comme une absence de consentement. • En s'appuyant sur la législation en vigueur, élaborer les définitions des termes de « harcèlement », « cyberviolences sexistes et sexuelles », « outrages sexistes et sexuels », « agression sexuelle », « viols », « violences au sein du couple », « violences sexuelles », « inceste », « exploitation sexuelle », « délai de prescription » ; illustrer d'exemples ou de comportements parfois banalisés et pourtant passibles de poursuites, distinguer « diffamation », « révélation de violences » et « obligation de signalement ».
--	--

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Être soi, entre acceptation et déni.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Analyser l'articulation entre désir et déni en matière de relations (notamment : désir et déni de l'autre, déni de son propre désir ou de son non désir). • Reconnaître la diversité humaine dans son ensemble, en considérant la variété des orientations sexuelles et des identités de genre. • Prendre conscience des conséquences du déni, des violences qu'il peut engendrer envers soi comme envers les autres et étudier les possibilités de les prévenir. • Identifier des normes qui influencent l'identité et les comportements. • Identifier des facteurs qui aident ou qui font obstacle à l'acceptation de soi. • Développer sa capacité à s'autoévaluer de façon positive et à porter sur soi un regard bienveillant.	• Désir et déni de l'autre, quelle que soit la personne : élaborer la notion de respect des différences en réfléchissant à ce qu'est une société inclusive et aux types de relations qu'elle implique. • À partir d'extraits d'œuvres littéraires ou cinématographiques : analyser le poids que peuvent avoir les préjugés, les stéréotypes, les pressions familiales et sociétales sur le choix d'une relation amoureuse et/ou sexuelle ; identifier des comportements exprimant le déni du désir, le rejet du désir de l'autre tels que la stigmatisation, le harcèlement, les violences verbales, les violences physiques, les violences sexistes, les violences sexuelles, les violences au sein du couple. • Analyser la place des discriminations envers l'orientation sexuelle en s'appuyant sur l'exemple du monde du sport, analyser les processus de conformité à une norme et d'influences au sein d'un groupe ou d'une équipe, proposer des stratégies efficaces pour les prévenir et y mettre fin. Rechercher des déclinaisons dans d'autres sphères sociales comme le monde du travail ou le monde associatif. • Découvrir des parcours de vie variés de personnalités représentant la diversité humaine. • Questionner l'égalité entre les femmes et les hommes dans la société, dans la vie politique, dans les postes de direction des grandes entreprises, etc. • En s'appuyant sur la législation en vigueur, savoir identifier les violences sexistes et sexuelles au travail et connaître les démarches et les interlocuteurs pour s'en prémunir et/ou les faire cesser, notamment l'inspection du travail et la médecine de prévention.

→ Terminale

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✓ **Objectif d'apprentissage** : Reconnaître ses émotions et ses désirs pour mieux se connaître.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
- Différencier excitation, sentiment, désir et plaisir. - Comprendre les mécanismes de la réponse biologique sexuelle (désir, excitation, plaisir, phase réfractaire) et leur lien avec la sexualité et le bien-être. - Prendre conscience que la santé sexuelle englobe des dimensions du bien-être physique, affectif, mental et social, et ne consiste pas seulement en l'absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité. - Connaître les sources fiables et les lieux qui permettent d'accéder à un soutien et des conseils en matière de santé sexuelle ou reproductive en particulier s'agissant de contraception, tests de dépistage, prévention et traitement des infections sexuellement transmissibles (IST), prophylaxie préexposition (PrEP) et traitement post-exposition (TPE) au VIH, interruption volontaire de grossesse (IVG), vaccination contre les infections sexuellement transmissibles dont le papillomavirus, dépistage de l'endométriose. - Distinguer la représentation pornographique du corps et l'esthétique érotique à travers une analyse critique de ces deux phénomènes. - Savoir penser de façon critique pour faire des choix responsables. - Identifier ses émotions et ses sentiments, ceux des autres, et l'effet produit sur les actions. - Apprendre à les maîtriser.	- À partir de situations d'activités physiques variées, considérer la pluralité des sensations et des plaisirs ou déplaisirs éprouvés, les effets produits par l'effort ainsi que par le regard ou le jugement d'autrui. Par exemple, analyser ce qui rapproche et ce qui distingue différentes modalités de la nage : nage pour le plaisir, nage fonctionnelle, nage sportive. - Analyser des représentations en échangeant sur des idées reçues autour de la performance, des premières fois, des stéréotypes, etc. Identifier des sources et lieux qui permettent d'accéder à des informations fiables en matière de santé sexuelle et reproductive. - Réfléchir aux différents déterminants de la santé, identifier les facteurs clés de la santé. - Analyser les risques de la prostitution pour la santé physique et mentale. - Comprendre les fondements et les mécanismes de la fabrique culturelle de l'excitation et ses liens avec les émotions qu'elle provoque. - Analyser des représentations stéréotypées et non réalistes, dans une société d'images et de réseaux ; réfléchir à ses effets sur les représentations de ce qu'est ou ce que doit être la sexualité ; analyser ce qui différencie l'érotisme de la pornographie. - Afin de chercher et de trouver ses propres mots pour appréhender et exprimer ses sensations et émotions, imaginer une scène de fiction permettant d'explorer la subjectivité et la relativité de la perception.

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✓ **Objectif d'apprentissage** : S'épanouir dans une relation équilibrée à l'autre.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
- Identifier ce qui peut faire obstacle à l'épanouissement d'une relation. - Comprendre la notion de maîtrise de soi et reconnaître des situations d'emprise. - Savoir communiquer de façon appropriée (par exemple, valorisation, formulations claires et non agressives).	Envisager la possibilité de partager sentiments, sensations, émotions (notions de communication explicite et implicite, de formulation de ses désirs, d'attention à l'autre, de respect et de considération de l'autre, d'expression littérale ou poétique), en réfléchissant à ce que signifie, dans le partage, le fait d'y contribuer et d'en bénéficier.

• Analyser les composantes d'une relation positive à l'autre : - équilibre entre égoïsme et altruisme ; - place et sens de la frustration et de la retenue ; - entendre le « non », ne jamais faire pression. • Développer des relations fondées notamment sur l'acceptation des autres dans leur diversité, la collaboration, la coopération, l'entraide.	• Réfléchir à sa communication avec les autres pour parvenir à partager ses émotions sans verser dans le reproche ou l'agressivité. • Apprendre à identifier, comprendre les émotions des autres et à en tenir compte. • Examiner le lexique de la sexualité et ses effets modélisants sur les comportements et les représentations. • Étudier, dans la littérature ou la philosophie, la palette des métaphores dans le vocabulaire de la sexualité. • Imaginer une scène de fiction dans laquelle un personnage évalue les raisons et les émotions en jeu dans le choix d'être ou de ne pas être en relation (voire d'y mettre fin) ou dans l'appréciation d'une relation : ce que l'on donne ou pas, ce que l'on reçoit ou pas en retour.
--	--

Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✓ **Objectif d'apprentissage** : Être libre d'être soi parmi les autres et réfléchir aux conditions sociales garantissant cette liberté.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
• Identifier la pression sociale : ses avantages, ses inconvénients. Faut-il y résister ? Comment y résister ? • Savoir penser de façon critique. • Appréhender et prendre la mesure du droit d'être soi-même, reconnaître sa singularité et celle des autres, l'existence du fait majoritaire et du fait minoritaire. • Savoir résister individuellement et collectivement aux violences sexistes et sexuelles et aux discriminations liées au sexe, à l'identité de genre, à l'orientation sexuelle, prendre conscience des responsabilités individuelles et collectives, connaître les lois qui protègent les individus et les conséquences juridiques de leur violation. • Réfléchir à la « réparation » des souffrances et des pathologies liées aux discriminations et aux violences sexistes et sexuelles. • Connaître les lieux qui permettent d'accéder à des services de soutien et d'aide à des personnes victimes de stigmatisation, de discrimination, de violences sexistes, de violences sexuelles (y compris l'inceste), de violences familiales, de violences fondées sur l'identité de genre ou l'orientation sexuelle. • Savoir demander de l'aide et savoir réagir quand on nous demande de l'aide. • Savoir qu'une personne séropositive sous traitement ne peut pas transmettre le VIH (« indétectable = intransmissible ») et prendre conscience des préjugés et des discriminations liées à la sérophobie et leurs conséquences sur la vie des personnes vivant avec le VIH.	• Analyser quelques fictions et personnages de fiction afin d'identifier les contraintes à surmonter pour être soi, en se demandant si ces obstacles ne sont pas justement, par la résistance qu'ils opposent, déterminants dans la constitution de l'identité propre. • Comprendre, à partir d'exemples de parcours de vie variés que la diversité fait partie de nos vies. • Comprendre le sens des « marches des fiertés » destinées à donner une visibilité aux personnes LGBTQ+, au regard d'événements qui marquent l'histoire de la lutte pour les droits (par exemple, les émeutes de Stonewall, la dépénalisation de l'homosexualité, le pacte civil de solidarité, le mariage des couples de même sexe) et des enjeux actuels (droits ; lutte contre les stigmatisations, discriminations, violences homophobes et autres ; visibilité). • Réfléchir aux conséquences néfastes d'un « outing » qui constitue une atteinte à la vie privée sanctionnée par la loi. Établir le sens des termes « coming in » et « coming out » et identifier les enjeux associés. • Analyser des mouvements de dénonciation des violences sexistes et sexuelles tels qu'ils se sont produits dans le monde du cinéma ou du sport ; réfléchir à la récurrence de ces violences, aux processus qui les favorisent et aux responsabilités engagées ; proposer des stratégies efficaces pour les prévenir et y mettre fin. • Analyser des situations de violence, définir ce que signifie rechercher et reconnaître le consentement, analyser ce qui peut avoir une influence sur la capacité à reconnaître ou à donner le consentement, par exemple les substances psychoactives (dont l'alcool), les situations de violences (telles que l'emprise), les situations de handicap, les situations de domination ou de pouvoir, la soumission chimique, etc. • Interroger les notions d'injustice, de déni, de diffamation (de la part de proches, de tiers sociaux ou institutionnels).

	• Apprendre comment réagir de manière efficace dans des situations de violence si l'on est victime ou témoin (accueillir la parole, pratiquer une écoute empathique, soutenir et aider la victime). Analyser les processus de victimisation secondaire, leur lien avec les violences sociales, réfléchir aux actions, à la fois individuelles, collectives et institutionnelles, qui permettent de les prévenir et y mettre fin. • Parmi une liste de déclarations courantes sur le VIH et le Sida, prendre la mesure de leur véracité ou de leur fausseté. • À partir du témoignage d'une personne vivant avec le VIH et confrontée à des situations discriminatoires, identifier les idées fausses et les préjugés qui en sont à l'origine, analyser les conséquences pour la personne et proposer des moyens pour les prévenir et y mettre fin.
--	--

education.gouv.fr