

## La puberté chez les êtres humains

La puberté est l'ensemble des transformations qui se produisent chez les êtres humains généralement entre 9 et 14 ans. Il y a deux types de puberté la puberté précoce et la puberté tardive chez la fille les signes de puberté sont le développement des seins, l'apparition des règles, des poils sur le pubis et sous les aisselles, l'affinement de la taille.

Chez le garçon les signes de puberté sont l'augmentation du volume des testicules, l'apparition des poils sur le pubis sur les aisselles sur les jambes, sur les bras, sur le torse, l'apparition de la pomme d'Adam sous le menton, la mue (la voix devient grave), le développement de la musculature. Les règles d'hygiène corporelle et vestimentaires qu'il faut appliquer sont : se nettoyer et se couper les ongles, se couper les cheveux, raser les poils sous les aisselles, faire sa toilette intime, laver les habits et les sous-vêtements, mettre des serviettes hygiéniques pendant les règles.

### Application

- 1) Relie chaque transformation au sexe correspondant.

Apparition de poils sous

Les aisselles

Voix grave

Développement des seins

Apparition des règles

Augmentation du volume des testicules

fille

garçons

- 2) Ecris vrai ou faux devant chaque réponse.

La puberté est l'ensemble des transformations qui se produisent chez les êtres humains généralement entre 9 et 14 ans :

- Il y a plusieurs types de puberté :

Tous les signes de puberté chez la fille et le garçon sont les mêmes :

- 3) Cite quelques règles d'hygiène corporelle et vestimentaire pendant la puberté.