



Fiche 3 - Anglais

Les idéaux de beauté

CLASSE
2 périodes
Sec I, 11H
Langues

Questionner les normes sociétales
Résister aux pressions

Les thèmes

Idéaux de beauté, débat, stratégie.

L'activité

Dans cette activité, les élèves sont invités à identifier et à contrer des affirmations qui entretiennent des idéaux de beauté. Il s'agit d'enseigner aux élèves que le fait de parler positivement d'eux-mêmes aide à développer l'estime de soi. L'objectif principal de cette activité est de redéfinir l'idéal de beauté et de développer des stratégies pour contrer des remarques qui entretiennent un certain idéal de beauté.

Les objectifs

Être conscient du jugement porté sur la beauté.
Favoriser une attitude positive à l'égard de son apparence.
Argumenter contre des idées reçues liées à la beauté.
Valoriser d'autres qualités que les qualités physiques.
Valoriser les différences physiques.

Formation générale (FG)

FG38 « Identité »

Analyser les effets de diverses influences (modes, pairs, médias, publicité, ...) et en prenant un recul critique.



Fiche 3 - Anglais

Les idéaux de beauté

CLASSE
2 périodes
Sec I, 11H

Langues – Anglais

Questionner les normes sociétales
Résister aux pressions

Capacités transversales (CT)

Collaboration

- Prise en compte de l'autre : accueillir l'autre avec ses différences ?
- Connaissance de soi : percevoir l'influence du regard des autres et manifester de plus en

plus d'indépendance.

- Action dans le groupe : élaborer ses **propres opinions et choix**.

Domaines disciplinaires

Domaines disciplinaires
Langues – Anglais

Préparation

Sera complété !

Liste de matériel – ressources

Vidéo « *Dove. Are you your own worst critic?* » lien : <https://youtu.be/PPjeelgG9Cg>

Handout: cards with scenarios

Période 1

Etape 1 : Self-esteem and body image (15 minutes)

Material : vidéo (Dove)

1. Show your students the Dove self-esteem project video.

Examples of questions:

- *Answer the questions in the video for yourself. Is it easier to find the least beautiful part of your body than the most beautiful? Why?*
- *Who decides what is or is not beautiful?*
- *Is the video true for boys?*
- *If you had to compliment the women in the video, what would you say?*

Reflections:

What should come out of this discussion is that appearance ideals are impossible to achieve and that everyone has features and characteristics that can be considered beauti-

Etape 2: Complimenting (20 minutes):

This activity looks at compliments and how we can use them in a positive way to boost the self-esteem of others. This activity shows some examples of people worrying about their bodies and appearance and the students have to find arguments to ease these worries.

Material: set of comments cards (see resources-handout)

Invite your students to play a game, the “compliment game”.

- In groups of 4, one student picks up a card with a negative comment and reads it and acts it out in front of the group. The speaker pretends to be a girl or a boy who is struggling with body image.
- The other members of the group use positive comments and challenge appearance ideal in order to persuade the girl or the boy to think differently.

Combattre les images négatives

Example:

SPEAKER: *“No way I’m going swimming with the school today. I don’t feel well. The idea of everyone seeing me in swimsuit makes me feel sick.”*

GROUP MEMBERS. *“But swimming is so much fun and makes you feel good. Everyone has a different shape and size – that’s normal!”*

- When the group has no more arguments, another student picks up a card with a new challenge.
- Make sure that every group member participates in the discussion.

Etape 3: What have we learned today? (10 minutes)

The students can reflect on what they have learned by writing meaningful quotes on a board or a poster.

Example: *“Our body enables us to do things, that’s more important than the way it looks.”*

Questions d’approfondissement:

Find out more about appearance ideals. Do some research on the internet (what are appearance ideals, what are they now, how are appearance ideals constantly changing, what is the impact of these appearances pressures?)

Conclusion et messages principaux

La pression des idéaux corporels n’est pas seulement véhiculée par les médias mais fait partie de notre quotidien. Apprendre à les reconnaître et à les contrer permet de développer sa confiance en soi.