

Activités périscolaires

Période 3 2024-2025

Les activités périscolaires représentent des moments éducatifs à part entière. Un des objectifs principaux du Lycée Montaigne est d'offrir à ses élèves un service d'animation périscolaire diversifié et de qualité à des tarifs accessibles. Un ensemble d'activités adaptés à leur développement et leur épanouissement.

Tennis

Animatrice : *Christelle Feghali*

Envie de bouger tout en amusant ?

Le tennis est l'activité parfaite pour développer votre agilité, votre rapidité et votre précision ! Que ce soit en solo ou en duo, initiez les enfants à ce sport de raquettes.

Zumba

Animatrice : **Darine ABBOUD**

La Zumba est un programme d'entraînement physique combinant des éléments d'aérobic et de jazz. Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, kuduro...), mais aussi de styles variés comme le bollywood, la danse du ventre ou le swing. Cette activité permet à l'élève de développer ses capacités motrices, ainsi que son expression corporelle mise en mouvement sur une musique.

Échecs

Animateur : **Rony GEBARA**

Apprentissage des différentes techniques du jeu d'échecs. Cette activité permet de développer la concentration de l'enfant et son aptitude à trouver des stratégies.

Violon

Animatrice : Rebecca Raye

L'apprentissage du violon vise à offrir aux élèves une expérience enrichissante qui stimule leur créativité et l'expression musicale. Il est conçu pour les aider à développer des compétences techniques et musicales, tout en cultivant des valeurs personnelles telle la discipline, la persévérance et la collaboration.

Patin à roulettes

Animateur : Elie IBRAHIM

Le roller, une activité qui met l'accent sur une pratique sécurisée et plaisante, favorisant le plaisir et l'épanouissement personnel dans le cadre d'un sport à la fois ludique et accessible.

L'apprentissage du roller a pour objectif de leur enseigner les techniques de base, telles l'équilibre, le freinage et les manœuvres, tout en renforçant leur condition physique, leur coordination et leur confiance en eux.

Espagnol

Animateur : Nassib KARAM

L'espagnol est la deuxième langue la plus parlée au monde, et la langue officielle dans plus de 22 pays. L'apprentissage de l'espagnol contribue à la maîtrise d'une langue vivante étrangère et à découvrir la culture de l'Espagne et l'Amérique latine. Cette activité vise à développer chez les élèves une compréhension orale et écrite ainsi que des compétences leur permettant de comprendre, de s'exprimer, en espagnol en utilisant des phrases simples. L'inscription à cette activité nécessite un engagement sur l'année entière.

Robotique

Animateur : Eddy BACHAALANY

Apprendre à utiliser des outils numériques. La robotique initiera les élèves une à la programmation et l'automatisation ce qui favorisera, aussi, un apprentissage basé sur la valorisation de l'erreur.

Basketball

Animateur : Paul BOU RAHAL

Sport de haute intensité, le basketball est excellent pour le développement cardio-vasculaire. La condition physique est clairement améliorée par cette pratique. Conduire le ballon à la main requiert et développe la coordination neuromotrice. Voilà pourquoi le basket allie efforts physiques et adresse.

Nutty Scientists

Animatrice : Marylise HALABY

Le programme "Nutty scientists " a de quoi transformer vos enfants en petits génies. Des séances amusantes pour des activités scientifiques. Durant chaque séance, les enfants sont plongés dans une ambiance de laboratoire pour réaliser des maquettes et des travaux pratiques. Les expériences conviennent à des groupes d'âges variés : fabrication de savon, lancement de fusée et construction de bras hydrauliques. Ces ateliers stimulent l'imagination ainsi que l'esprit critique des enfants. Ce qui permettra d'accroître leur curiosité.

Initiation au Ballet Classique

Animatrice : Micheline GHORAYEB

L'initiation au ballet développe la grâce des mouvements, la souplesse, l'expression corporelle et la musicalité. C'est un sport qui rassemble plusieurs techniques, et mouvement doux et gracieux. Par ces exercices de contrôle musculaire et de coordination, le ballet est à la base de toutes formes de danse.

Karaté-Aïkido

Animatrice : Nayla MAKHOUL

Le but ultime du karaté ne réside pas dans la victoire ou la défaite, mais dans la perfection du caractère de ses participants. Pour les enfants, le karaté vise à canaliser leur enthousiasme naturel pour le transformer en une combativité contrôlée et créative.

L'Aïkido est un art martial japonais qui permet de contrôler l'énergie et la force de l'adversaire. L'Aïkido enseigne les clés au niveau des mains, des épaules mais aussi l'art de chuter sans se faire mal. Le Karaté-Aïkido combine le côté physique et mental dans l'entraînement.

Dessin

Animatrice : Maha ABOU JAWDE

Cet atelier reprend les bases essentielles du dessin : la représentation de la lumière, des ombres, et des formes.

Le programme combine l'enseignement classique du dessin développé par les anciens maîtres avec des méthodes d'enseignement modernes : dessiner grâce à l'hémisphère droit, apprendre à regarder et observer, la perception des contours, des espaces, des relations, de la lumière et des ombres, et du tout (gestalt) afin que les élèves puissent constater une amélioration rapide de leurs compétences tout en développant un style unique. Ce cours est parfait pour les débutants et sert de point de départ pour les autres cours.

Macramé

Animatrice : Mireille Nasser

Le macramé est une technique de création artistique qui consiste à nouer des fils en formant des motifs décoratifs.

Cette technique est utilisée depuis des siècles pour créer des objets tels que des tentures ou tapisseries murales, des suspensions de plantes, des bracelets ou encore des sacs.

Le macramé utilise principalement des nœuds de base tels que le nœud plat, le nœud carré, le nœud tordu et le nœud feston. En combinant ces nœuds et en jouant avec la disposition des fils, il est possible de réaliser une grande variété de motifs et de structures.

Le macramé est une activité créative et relaxante qui peut être pratiquée par tous. C'est également une façon écologique de créer des objets décoratifs, car elle utilise principalement des fils en coton ou en fibres naturelles.

Une exposition des travaux effectués sera prévue en fin d'année.

Bricolage

Animatrice : Jennifer KASSIR

Le bricolage est une activité manuelle polyvalente qui permet au jeune d'apprendre à réparer, à entretenir, à réaliser divers travaux ou à fabriquer de petits objets.

Que ce soit pour des petits ajustements ou des projets plus importants, le bricolage offre la possibilité de prendre en main ses propres projets et d'apporter une touche personnelle à son environnement.

Cette activité favorise l'autonomie ainsi que le développement artistique et culturel des enfants.

Une exposition des travaux effectués pourra être prévue en fin d'année.

Escrime

Animateur : Antoine ONEYSI

L'escrime, sport de combat, implique l'utilisation de trois types d'armes : le fleuret, l'épée et le sabre. Les escrimeurs s'affrontent sur une piste en essayant de toucher leur adversaire tout en évitant d'être touchés eux-mêmes.

L'escrime trouve ses racines dans les duels d'épée et les entraînements militaires des temps anciens. L'escrime est devenue un sport codifié avec des règles précises.

C'est un sport olympique. Les compétitions se déroulent selon des règles strictes et sont organisées à différents niveaux locaux, national et international.

L'escrime développe la concentration, la rapidité, la précision et la stratégie. Il enseigne également le respect de l'adversaire et des règles, la discipline et l'esprit sportif.

En résumé, l'escrime est un sport combinant l'agilité physique avec la stratégie mentale.

Calligraphie

Animatrice : Laure HOAYEK

La calligraphie implique l'utilisation de divers outils d'écriture, tels que des plumes, des pinceaux, des stylos à encre et des feutres, pour créer des lettres et des symboles de manière esthétique. Cette activité peut être pratiquée dans différents styles.

Les séances de calligraphie peuvent inclure :

1. **Apprentissage des bases** : Introduction aux différents types d'outils et de supports (papier, parchemin, etc.), et aux techniques de base de l'écriture calligraphique.
2. **Études des styles** : Exploration des différents styles de calligraphie et apprentissage des caractéristiques propres à chaque style.
3. **Pratique** : Exercices réguliers pour développer la dextérité, le contrôle et la précision.
4. **Création artistique** : Réalisation de projets personnels ou collectifs, tels que des cartes, des affiches, des citations encadrées, etc.
5. **Analyse critique** : Réflexion sur les œuvres réalisées pour identifier les points forts et les axes d'amélioration.