

Activités périscolaires - 1^{er} degré

Année scolaire 2025-2026 - Période 3

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. Un ensemble d'activités adaptés à leur développement et leur épanouissement.

Football

 **Animateur: Ghassan KHOURY**

 **Bouger, courir et marquer des buts!**

Au programme: techniques de football, esprit d'équipe et matchs!

Objectif : Cette activité permet de développer :

- l'esprit sportif
- les capacités motrices
- la coopération entre les joueurs

Zumba

 **Animatrice: Darine ABOUD**


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.

 **Objectifs:**

Cette activité permet à l'élève de développer:

- Les capacités motrices
- Expression corporelle, mise en mouvement sur une musique entraînante.

Échecs

 **Animateur: Cherif Mourad**

Apprentissage des différentes techniques du jeu d'échecs.

Cette activité développe la concentration de l'enfant et son aptitude à trouver des stratégies.

Robotique

 **Animateur: Eddy BACHAALANY et Raed El Kady**

Apprendre à utiliser des outils numériques.

La robotique initie les élèves à la programmation et à l'automatisation, ce qui favorise, aussi, un apprentissage basé sur la valorisation de l'erreur.

Pour un meilleur suivi, les élèves seront répartis en deux groupes selon leurs compétences en robotique.

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 comment le basket allie efforts physiques et adresse !

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 mouvements doux et gracieux. Par ces exercices de contrôle musculaire et de coordination, le ballet est la base des différentes danses.

Karaté-Aïkido

 **Animateur: Peter ATTALAH**

Le but 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 des techniques de contrôle au niveau des mains et des épaules, ainsi que l'art de chuter sans se faire mal.

Dessin

 **Animateur: Antoine JABBOUR**

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 avec des méthodes d'enseignement modernes :

- Apprendre à regarder et observer,
- La perception des contours, des espaces, des relations, de la lumière et des ombres,

Ce cours est parfait pour les débutants !

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,
- 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.

Escrime

Animateur : Antoine ONEYSI 

Un sport de combat élégant et stratégique !

Qu'est-ce que l'escrime ?




L'escrime se pratique avec trois armes :

- le fleuret
- l'épée
- le sabre

Sur la piste, les escrimeurs cherchent à atteindre leur adversaire sans se faire toucher.

Née des duels d'épée et des entraînements militaires d'autrefois, l'escrime est aujourd'hui un sport codifié, reconnu aux Jeux Olympiques.

En pratiquant l'escrime, l'enfant :

-  Développe la concentration, la rapidité et la précision
-  Combine agilité physique et stratégie mentale
-  Apprend le respect, la discipline et l'esprit sportif

Initiation à la Musique

Animatrice : **Pascale Gemayel**

 Un atelier ludique pour découvrir le monde de la musique !

Les enfants écoutent, apprennent à reconnaître des rythmes et voyagent à travers des musiques d'ici et d'ailleurs.

Lors de cette activité, les enfants :

- ✓ Développent leur curiosité, leur imagination et leur sens de l'écoute tout en s'amusant.
- ✓ Découvrent des instruments et des styles musicaux variés
- ✓ Éveillent l'imagination et la sensibilité musicale.

Cet atelier est un moyen d'expression dans lequel les enfants apprennent à libérer leurs émotions en partageant un moment de plaisir collectif autour de la musique.

Atelier Bricolage

Atelier Bricolage


Animatrice : Jennifer KASSIR

Créer, réparer et personnaliser avec les mains !

Le bricolage, est une activité manuelle riche et polyvalente qui permet à votre enfant de :

- Réparer, entretenir, fabriquer de petits objets.
- Prendre en main ses projets avec créativité et autonomie.

Le bricolage :

 Favorise le développement artistique et culturel

 Renforce l'autonomie et la confiance en soi

Une exposition sera organisée en fin d'année pour mettre en valeur toutes les créations !

BEAVER Edu – « Coupe du vrai bois et construis ! »

BEAVER Edu – « Coupe du vrai bois et construis ! »

Animatrice : Jana BARHOUC

BEAVER Edu – « Coupe du vrai bois et construis ! »

Beaver est un kit éducatif libanais fondé sur la construction et la manipulation de matériaux authentiques. Il permet aux élèves de développer leur créativité, leur esprit d'équipe ainsi que leurs compétences en résolution de problèmes en réalisant des structures en bois en 3D à l'aide d'un *cutter spécial* entièrement sécurisé.

Grâce à cet outil adapté, les enfants peuvent découper du vrai bois en toute sécurité et donner vie à leurs idées. Lors de séances hebdomadaires, ils auront l'occasion de construire différents modèles, de les tester et de les améliorer au fil de leurs expérimentations.

Les réalisations pratiques ont pour objectifs de :

- développer les compétences de résolution de problèmes
- stimuler la créativité et l'imagination
- initier aux notions d'ingénierie
- favoriser la confiance en soi et l'autonomie.

Nous souhaitons que chaque enfant puisse :

- être fier de ses réalisations ;
- considérer les erreurs comme une étape naturelle et constructive du processus d'apprentissage ;
- adopter une posture d'innovateur prêt à relever les défis du futur.