

Activités périscolaires _2nd degré

Période 3 2025-2026

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.




Football

 **Animateur: Ghassan KHOURY**

 Viens bouger, courir et marquer des buts!

Au programme: apprentissage des **techniques de football**, esprit d'équipe et matchs endiablés!

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:

- **Ses capacités motrices**
- Ainsi que son **expression corporelle**, mise en mouvement sur une musique entraînante.

Théâtre


 **Animatrice: Claudine RIZK**

L'activité périscolaire de l'atelier théâtre a pour objectif principal de développer les compétences artistiques et personnelles des jeunes participants. Cet atelier vise à leur offrir un espace d'expression et de création où ils pourront explorer leur imagination, développer leur confiance et leur estime de soi.


Grâce à la pratique théâtrale, les enfants et adolescents apprendront à maîtriser leur corps, leur voix et leur gestuelle, tout en développant leur capacité à interagir avec les autres et à travailler en équipe.

Cet atelier favorise également le développement de leur sensibilité artistique et leur réactivité, en les initiant à la lecture de textes théâtraux, au jeu de rôles et à l'interprétation de personnages.

En somme, l'objectif de l'activité périscolaire de l'atelier de théâtre est de permettre aux jeunes participants de s'épanouir sur le plan artistique, tout en développant des compétences sociales et personnelles essentielles à leur épanouissement et à leur pratique de l'oral.

 Une présentation théâtrale sera organisée en fin d'année.

Échecs

 **Animateur: Cherif Mourad**

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.

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**
- Des **compétences leur permettant de comprendre et de s'exprimer** en espagnol à l'aide de phrases simples.

L'inscription à cette activité nécessite un engagement sur l'année entière.

Basketball

 **Animateur: Roger Sakr**

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**.

Pétanque

 **Animateurs: Rabih BOU DEBS & Elias BOU DEBS**

La pétanque est un jeu de boules dérivé du jeu provençal aussi appelé "la longue". L'objectif est de marquer des points en plaçant les boules plus près du but que son adversaire par rapport au cochonnet.

Les règles de la pétanque sont simples, ce qui rend ce jeu accessible à tous. C'est à la fois un jeu de **précision** et de **stratégie**.

Il séduit les amis, les familles et les passionnés pour sa **convivialité** et sa **simplicité**.

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 par les anciens maîtres 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,

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,
- 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.

Atelier MakeX - Plongée dans le monde de la robotique!

Animateurs : Eddy BAACHALANI & Raed KADI

Bienvenue dans un univers où **technologie, créativité et compétition** s'unissent pour propulser nos élèves vers l'avenir !

Classe 1 : Initiation à la Robotique

Les élèves découvrent l'univers passionnant des robots à travers des **sessions pratiques** de programmation, de construction et de défis logiques.

 **Objectifs :**

- Comprendre les bases de la robotique et de la programmation.
- Développer la pensée critique et la logique.
- Favoriser l'esprit d'équipe et la créativité.

Classe 2: Préparation à la Compétition MakeX


Une classe annuelle dédiée aux plus passionnés! Ici, les élèves se préparent pour représenter leur école (et leur pays !) lors de la **compétition internationale MakeX**.

Objectifs :


- S'entraîner sur des projets complexes.
- Se préparer aux défis techniques et collaboratifs.
- Renforcer leur autonomie, leur rigueur et leur esprit d'innovation.

Catégories de la Compétition MakeX:

MakeX Starter - All-Core Journey

 Pour les débutants

Les élèves construisent un robot capable d'accomplir des missions simples dans une arène dédiée.

 **Objectifs:** Découverte de la robotique et des bases du code.

MakeX Inspire - Smart Logistics

 Pour les logisticiens du futur

Grâce à l'**IA** et à l'**IoT**, les participants imaginent des systèmes automatisés de transport et de stockage.

 **Objectifs:** Appliquer la robotique aux défis du monde moderne.

MakeX Fruit Wonderland

 Pour les inventeurs de demain

Un focus sur l'environnement, l'agriculture et la durabilité. Les élèves conçoivent des robots pour répondre à des **défis alimentaires et écologiques**.

 **Objectifs :** Explorer les enjeux de la production durable et innover pour la planète.

Ce que les élèves gagnent avec MakeX :

- ✓ Des **compétences STEAM** (Science, Technologie, Ingénierie, Art, Mathématiques)
- ✓ Un esprit d'analyse et de résolution de problèmes
- ✓ Un goût du challenge et du **travail collaboratif**
- ✓ Une vraie **préparation au monde de demain**



Badminton - Un sport rapide et plein d'énergie!

Animateur : Samir Chaghouri

⚡ Le badminton, c'est un duel intense entre deux joueurs...
Ou une bataille en équipe de quatre, avec un filet au centre du terrain.

🎯 Le but?

Frapper le volant pour qu'il tombe dans le camp adverse, sans qu'il touche le sol chez toi!

🚀 Avec sa légèreté, le volant file à toute vitesse,
Demandant des réflexes éclairs et une grande agilité.

💪 Ce sport travaille ta condition physique, ta précision,
Et ta stratégie pour surprendre ton adversaire.

🎯 Objectifs de atelier:

- Apprendre les règles et les techniques clés : service, déplacements, frappes.
- Améliorer ta coordination et ta motricité.
- Développer l'esprit d'équipe et le fair-play.
- Renforcer ton endurance et ta rapidité de réaction.

🏆 Le badminton, c'est aussi un sport de compétition:

Des tournois locaux aux Jeux Olympiques et aux championnats du monde!

👉 Prêt(e) à prendre ta raquette et à faire voler le volant ? Let's go !



Escrime

Animateur : Antoine ONEYSI 🎭

Plongez dans l'univers passionnant de l'escrime, 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 une piste, les escrimeurs s'affrontent en essayant de toucher leur adversaire tout en évitant d'être touchés.

Un sport chargé d'histoire

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

Pourquoi pratiquer l'escrime ?

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

BEAVER Edu - Coupe du vrai bois et construis tout ce que tu imagines !

Animatrice : Jana Barhouche

Beaver est un kit éducatif libanais, basé sur la construction, qui aide les élèves à transformer les notions vues en classe en projets pratiques, développant ainsi leur créativité, leur esprit d'équipe et leurs compétences en résolution de problèmes. Grâce à notre cutter sécurisé, les enfants peuvent découper du vrai bois en toute sécurité et donner vie à leurs idées.

Nous organiserons des séances hebdomadaires où les enfants construiront différents modèles, les testeront et expérimenteront avec eux.

Nos défis pratiques sont conçus pour :

- Développer les compétences de résolution de problèmes
- Stimuler la créativité et l'imagination
- Renforcer les compétences STEM et les notions d'ingénierie
- Booster la confiance et l'autonomie

Notre objectif est que chaque enfant puisse :

- Être fier de ce qu'il crée
- Considérer les erreurs comme une partie du processus d'apprentissage
- Penser comme un innovateur prêt pour l'avenir