

Descriptions des activités parascolaires

1. Salsa :

Les enfants s'initieront à la salsa ainsi qu'à d'autres danses latines, à travers lesquelles ils pourront développer le rythme et la coordination.

Classes : 1^{re} à 6^e année

Horaire : 15h30 - 16h30 (1^{re} à 3^e année) – mardi

16h30 - 17h30 (4^e à 6^e année) – mardi

2. Ballet :

Le ballet constitue la technique de base de toutes les autres formes de danse, de gymnastique et de patinage. Il aide à développer la musculature, la souplesse, l'équilibre, la posture, la grâce, la coordination et la musicalité.

Classes : Marins, Capitaines, Maternelle à 6^e année

Horaire : 10h45 - 11h45 (Maternelle) – jeudi

15h00 - 16h00 (Marins et Capitaines) – jeudi

16h30 - 17h30 (1^{re} à 6^e année) – jeudi

3. Hip-hop :

Les enfants découvriront la danse à Hip-hop, visant à développer le rythme et la coordination.

Classes : Capitaines, maternelle à 6^e année

Horaire : 15h30 - 16h30 (Capitaines, maternelle) – vendredi

16h30 - 17h30 (1^{re} à 6^e année) – vendredi

4. Chorale :

Les élèves apprendront à chanter dans un chœur et travailleront leur technique vocale. L'occasion leur sera donnée de se produire plusieurs fois dans l'année.

Classes : Maternelle à 6^e année

Horaire : 13h00 - 13h30 – lundi
13h00 - 13h30 – mercredi

5. Piano :

Les cours de piano sont adaptés aux besoins de chaque élève. L'approche personnelle offre la possibilité aux participants de se produire deux fois par année. De plus, les meilleurs élèves auront l'opportunité de passer un examen au conservatoire de **l'Université McGill** et de se produire au **Festival annuel de musique classique de Montréal**.

Classes : Capitaines, maternelle à 6^e année

Horaire : Jour et heure au choix

6. Sciences & technologie :

Les enfants se familiariseront avec les différents termes scientifiques à travers des expériences variées.

Classes : 1^{re} à 6^e année

Horaire : 16h45 - 17h30 – mercredi

7. Peinture et arts graphiques :

Une activité artistique et amusante offerte en fin de journée et qui permet aux élèves d'exercer leur imagination et de s'exprimer, à travers leur perception d'eux-mêmes et du monde. Ce cours vise à enseigner aux élèves les notions de base quant au choix, au mélange et à l'application des couleurs sur une toile. Les parents ont ainsi l'occasion de découvrir une autre facette de leur enfant.

Classes : Maternelle à 6^e année

Horaire : 16h30 - 17h30 – jeudi

8. Art et bricolage :

Ce cours fera découvrir aux élèves les différents médiums utilisés dans les arts visuels et le bricolage. Ils apprendront les concepts et techniques de peinture, dessin, céramique et sculpture, ainsi que différentes activités de bricolage. Les enfants découvriront l'histoire et la tradition liées aux différents médiums et projets. L'expression individuelle sera encouragée. Les projets seront adaptés à l'âge et aux aptitudes de l'enfant..

Classes : Maternelle à 6^e année

Horaire : 16h30 - 17h30 – jeudi

9. Croquis :

Ce cours visant à renforcer les habiletés en dessin, on enseignera aux élèves les notions de base et autres éléments du dessin. Ils apprendront, après observation, à dessiner en faisant appel à leur imaginaire ou en découvrant les rudiments de la bande dessinée. Ils analyseront également les formes et à exploiteront leur créativité. Différents médiums, tels que le charbon, la plume et l'encre, le pastel et le graphite seront étudiés. Les projets seront adaptés aux différents niveaux d'élèves.

Classes : Maternelle à 6^e année

Horaire : 16h30 - 17h30 – lundi

10. Calligraphie :

Ce cours permet aux élèves de s'initier à la calligraphie artistique. Tout en améliorant leur écriture en classe. Durant cette heure, les élèves pourront découvrir les bases de la calligraphie ancienne et se l'approprier. Ce cours les intéressera certainement car ils pourront démontrer leurs talents sur des t-shirts et des livres.

Classes : Maternelle à 6^e année

Horaire : 16h30 - 17h30 – vendredi

11. Cours de basketball :

Les participants apprécieront entièrement ce programme. En plus de manier le ballon, de dribbler, de tirer, d'améliorer leur jeu de jambe et leur prise de décision, ils construiront leur estime personnelle, apprendront le travail d'équipe et valoriseront le dur labeur. Un programme que nous recommandons fortement à tous les niveaux.

Classes : Maternelle à 6^e année

Horaire : 16h30 - 17h30 – lundi

16h45 - 17h45 – mercredi

12. Soccer :

Ce cours permettra aux étudiants de tous les niveaux d'améliorer leurs habiletés et d'exploiter leur talent en soccer à un niveau élite de performance. Les étudiants développeront leur endurance musculaire ainsi qu'équilibrer leur puissance explosive

Classes : Marins, Capitaines, Maternelle à 6^e année

Horaire : 15h30 - 16h30 (Capitaines et maternelle) – vendredi
16h30 - 17h30 (1^{re} à 6^e année) – vendredi

13. Patinage :

Un cours amusant et diversifié pour les patineurs de tous niveaux, offert aux enfants de pré-maternelle et maternelle.

Classes : Marins, Capitaines & maternelle uniquement

Horaire : 13h00 - 16h00 – mardi (début janvier 2016 -
détails à venir)

Transport inclus

Les autobus quittent l'école à 13h00 et sont de retour vers 16h00.

14. Natation :

Un programme de gymnastique et natation qui permet aux élèves d'acquérir ou d'améliorer des techniques de nage par le biais de diverses activités.

Classes : Marins, Capitaines & maternelle uniquement

Horaire : 13h00 - 16h00 – jeudi (début avril 2016 -
détails à venir)

Transport inclus

Les autobus quittent l'école à 13h00 et sont de retour vers 16h00.

15. Karaté :

Ce cours permet aux élèves d'apprendre, à partir des techniques de combat, comment utiliser les éléments naturels du corps pour l'auto-défense.

Classes : 16h30 - 17h30 Maternelle à 6^e année – mardi
17h00 - 18h00 – lundi *Karaté Élite

16. Karaté élite

Ce cours permet de développer des compétences en auto-défense et au combat. Les élèves sont également exposés plus en profondeur au karaté à travers Kobudo où ils apprennent à utiliser diverses armes de karaté (Bo, Sai, et Kama entre autres). Un pré-requis à ce cours est la complétion du programme élémentaire de karaté. Ce cours est réservé aux élèves à un niveau avancé.

Classes : Maternelle à 6^e année

Horaire : 17h00 - 18h00 – Lundi

ACTIVITÉS SPÉCIALES

17. Ski :

Les cours auront lieu au **Chanteclerc à Ste-Adèle** (Québec). Le prix inclut le transport, le repas de midi, le remonte-pente, la location de l'équipement complet, une heure et demie de cours et 1 heure supplémentaire après le lunch pour les skieurs de niveaux intermédiaire et avancé. La célèbre **fondue au chocolat** aura lieu le vendredi 11 mars 2016.

Classes : Capitaines, maternelle à 6^e année

Horaire : 7h30 - 15h30 – vendredi

L'activité de planche à neige s'adresse exclusivement aux 3^e, 4^e, 5^e et 6^e années. Un minimum de 6 participants est nécessaire pour offrir le cours.