Samuel-De Champlain

Programmation activités parascolaires

Automne 2023

- Activités de loisirs et socio-culturelles
- Comités
- Activités sportives
- Implication bénévole et communautaire

Date d'inscription: du 7 au 14 septembre 2023

Table des matières

Activités de loisirs et socio-culturelles **5**

Comités **10**

Activités sportives **12**

Implication bénévole et communautaire **14**

Les activités parascolaires sont des activités qui se réalisent en dehors des heures de cours : le matin avant 9h15, le midi de 12h05 à 13h25 et le soir après 16h15.

Deux programmations des plus diversifiées et pour tous les goûts te sont proposées durant l'année scolaire : Session automne, du 18 septembre au 2 février, et session printemps, du 5 février au 8 juin.

Dans le présent document, tu découvriras une multitude d'activités socio-culturelles, sportives, bénévoles et communautaires ainsi que divers comités d'implication auxquels nous t'invitons à participer.

Ces activités te permettront d'agrémenter tes périodes libres en t'amusant. Par ton implication dans des activités de la vie étudiante, tu pourras faire de nouvelles connaissances, partager tes intérêts et ton savoir-faire et développer de nouveaux talents.

Pour participer aux activités, tu dois remplir la fiche d'inscription en cliquant ICI au plus tard le 14 septembre. De plus, le lien se trouve aussi sur le site de l'école dans le menu **ÉLÈVES** (Activités culturelles/sportives, Inscriptions Activités étudiante session automne 2023).

Pour toute question ou idée de projet, viens me voir au bureau de la vie étudiante, local 301 (en face de l'entrée du bloc sportif)!

S'impliquer à école, c'est un bon moyen pour que l'année passe plus rapidement!

Amusez-vous bien et bonne année scolaire à tous!

Marie-Josée Vallière
Technicienne en loisirs, responsable de la vie étudiante

RÉFÉRENCES

Nombre de personnes
Horaire / date de début
Local

Activités de loisirs et socio-culturelles

Atelier culinaire

Animé par « Les mains à la pâte — Créateurs d'ateliers », cet atelier a pour objectif de te donner le goût de cuisiner tout en découvrant de nouveaux aliments. Sachant que le goût se développe avec l'expérience, nous tentons de créer des expériences sensorielles qui éveilleront ta curiosité afin que tu développes le plaisir de manger sainement.

Groupe 1 : Jour 2, de 12h10 à 13h20 / 27 septembre
Groupe 2 : Jour 1 ou 3, de 12h10 à 13h20 / 26 septembre

12 pers. / jour (24 total)
1508

Atelier de projets d'arts créatifs

Animé par « Ateliers Bulles en tête », tu confectionneras différents projets d'art qui te permettront d'expérimenter diverses techniques, médiums et matériaux.

Les mercredis, de 12h15 à 13h15 / 27 septembre

20 personnes
542

POUR T'INSCRIRE:
HTTPS://FORMS.GLE/STD3DQJUUV4MP4DI9

Band Profs-Élèves

Tu chantes ou tu joues d'un instrument de musique? Alors joins-toi au band profs-élèves! Pour faire partie du groupe tu dois absolument maîtriser ton instrument de musique ou savoir chanter, car ceci n'est pas un cours. Le band fera des spectacles lors de certaines activités thématiques (Noël, St-Valentin, etc.).

Les jours 2 et 9, de 12h15 à 13h15 / 1re rencontre sera annoncée lors des messages au télévox

Limité

403

Chant

11 ateliers au cours desquels tu seras en contact avec un(e) chanteur(euse) professionnel (le) qui te fera découvrir le métier de chanteur (euse). Tu verras entre autres des notions sur le timbre de la voix, les harmonies vocales, la présence sur scène... Tu auras même l'occasion de côtoyer et d'échanger avec un invité spécial qui partagera son expérience avec toi.

Les lundis, de 12h15 à 13h15 / 25 septembre

15 personnes

À déterminer

Club d'animé

Le club invite tous les amateurs de mangas japonais et d'animés à venir visionner en continu deux séries japonaises par midi, à raison d'un midi par semaine, et à discuter brièvement du déroulement des animés. Tu peux arriver dès le début de l'heure du midi (12h05) et apporter ton lunch.

Les jours 3 et 8, de 12h05 à 13h15 / 25 septembre

30 personnes /midi

1411

Donjon & Dragon

Jeu de rôle sur table qui se joue en petit groupe fixe de 6 personnes, où le destin des joueurs se file et se défile au rythme des jets de dés, de l'imagination du maître de jeu, des actions et des décisions des joueurs qui évoluent à chaque rencontre. Cette activité passionnante est animée par « De Gloire et d'Aventures ». Elle est à la fois une façon ludique d'apprendre, de se faire des amis et de se découvrir.

Du lundi au vendredi, de 12h10 à 13h20, pour les groupes du midi et de 16h30 à 18h30 pour les groupes de soir, selon un horaire préétabli / semaine du 18 septembre

9 groupes de 6 personnes

À déterminer

Échecs

Tu aimes les jeux de stratégie? Tu as la possibilité de jouer aux échecs sous la supervision d'un instructeur qualifié. Cela te permettra d'apprendre à jouer ou améliorer ton jeu. Les joueurs débutants et avancés sont les bienvenus.

Les vendredis / 29 septembre

30 personnes / midi

À déterminer

Génies en herbe

Jeu questionnaire mettant en compétition des équipes devant répondre le plus rapidement possible à diverses questions de culture générale (sport, musique, science, histoire, géo, cinéma, etc.). Cette activité t'offre la possibilité d'acquérir de nouvelles connaissances, d'aiguiser ta capacité à travailler en équipe, de mettre à profit ta curiosité intellectuelle tout en faisant appel à ta vitesse d'esprit.

Tous les jours de 12h15 à 13h15 / 30 août

Illimité

413

POUR T'INSCRIRE:
HTTPS://FORMS.GLE/STD3DQJUUV4MP4DI9

Improvisation

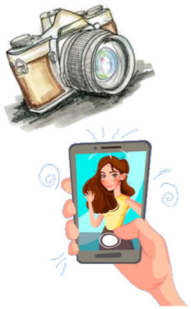
C'est une technique théâtrale permettant de développer la créativité, l'écoute et l'échange. L'acteur joue sans texte prédéfini, sans mise en scène préalable et selon son inspiration. C'est un moyen de s'extérioriser, de développer sa confiance en soi, de créer des liens, de travailler l'imaginaire, de mettre ses talents de comédien au profit des autres, et surtout, une façon de s'amuser en se dépassant.

***Possibilité de s'inscrire dans la ligue et de participer à des tournois. Si nous avons assez d'inscriptions pour former une équipe junior ou sénior, des frais seront alors demandés.**

Mercredis de 12h10 à 13h20 / 20 septembre

Illimité

À déterminer



Initiation à la photographie

Animée par le photographe Sylvain Pageau, cette formation te permet d'améliorer tes photos autant avec une caméra qu'un téléphone intelligent.

Tu acquerras certaines connaissances de base telles que: initiation aux réflexes, technique de prise d'image, évaluation de l'éclairage, matériel recommandé selon ton champ d'intérêt, etc.

Tout au long des ateliers, tu auras des devoirs et exercices à faire te demandant de prendre certaines photos qui seront analysées au prochain atelier.

À déterminer / 1re rencontre sera annoncée lors des messages au télévox

10 personnes

À déterminer

Secondaire en spectacle

C'est un concours mettant en lumière la passion des jeunes pour les arts de la scène axé sur des prestations francophones.
Il s'adresse autant aux jeunes qui veulent évoluer sur scène que ceux qui aiment graviter autour de la scène. Tu peux y participer de différentes façons, que ce soit en tant qu'artiste, animateur, maître de cérémonie, organisateur, technicien journaliste ou comme bénévole!
Il développe l'estime de soi et l'engagement, soutient la motivation scolaire et fait rayonner la culture en français.
Le programme se déroule en trois grandes étapes : les finales locales en février, les finales régionales en mars et le rendez-vous panquébécois (RVPQ) en mai. Les finales locales et régionales se veulent des événements compétitifs pour sélectionner les meilleurs talents de chaque région. Dernier volet, le RVPQ est un événement festif auquel tous les jeunes peuvent participer, mais seuls les gagnants se produisent sur scène.

À déterminer, de 12h15 à 13h15 / 1re rencontre sera annoncée lors des messages au télévox

Illimité

1573

Hatha - Yoga

Tu as le goût d'apprendre à te calmer, à mieux respirer, à baisser ton niveau de stress afin de te sentir mieux?
De faire de l'exercice sans que ce soit trop intense tout en augmentant ton niveau d'énergie?
De développer l'équilibre, la flexibilité, la force musculaire et de bonnes habitudes afin de te sentir mieux dans ton corps et dans ta tête?
Le Hatha-yoga te permet tout ça!

Les vendredis / 1re rencontre sera annoncée lors des messages au télévox

12 personnes / midi

À déterminer

POUR T'INSCRIRE:
HTTPS://FORMS.GLE/STD3DQJUUV4MP4DI9

Comités

Premier ministre - Parlement étudiant

Tu as le goût de t'impliquer, de donner ton opinion, d'organiser des activités (journées thématiques et fêtes), d'améliorer et maintenir une qualité de vie et d'être au premier plan de la vie étudiante de ton école? Tu es la personne qu'il nous faut!

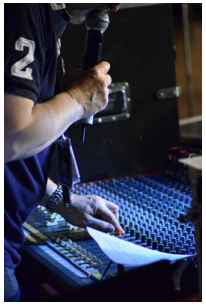
Le parlement étudiant est formé d'un premier ministre, d'un vice-premier ministre, d'un trésorier, d'un secrétaire et de plusieurs conseillers de tous les niveaux (nombre illimité).

Le premier ministre est un élève de 3e, 4e ou 5e secondaire élu par ses pairs. Il doit être investi dans sa mission, à l'écoute, de confiance, présent et motivé.

Il a comme responsabilité de préparer et animer les réunions du parlement étudiant, de représenter les élèves auprès de la direction et représenter les élèves au Conseil d'établissement (environ 7 réunions en soirée durant l'année).

C'est un mandat long, à ne pas prendre à la légère.

Tu es intéressé à relever le défi comme premier ministre? Je t'invite à te procurer le formulaire de mise en candidature au bureau de la vie étudiante, local 301. Tu dois le retourner complété au plus tard le 18 septembre. Par la suite, tu pourras lancer ta campagne électorale. Les élections auront lieu le 29 septembre.



Équipe technique

Tu es intéressé(e) à t'impliquer dans la vie étudiante de ton école, mais tu préfères être en arrière scène? Tu aimerais t'occuper du soutien technique (sonorisation, éclairage, décors, projection de film, etc.) lors de spectacles et activités? L'équipe technique, c'est pour toi! Pour te former, tu auras à vivre 8 à 10 ateliers qui seront offert des midis d'octobre à janvier (horaire à venir).

À déterminer/ 1re rencontre sera annoncée lors des messages au télévox

Illimité

Auditorium

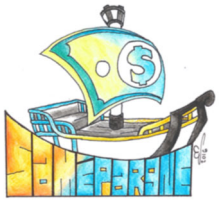
Radio étudiante

La musique te coule dans les veines et tu as le goût de partager cet art? Alors, nous comptons sur toi pour faire vibrer le salon étudiant, le midi, au rythme d'une musique riche et diversifiée.

Tous les jours de 12h30 à 13h15 / 20 septembre (selon un horaire préétabli)

2 personnes / midi

403A



Sam'Épargne

Tu as le goût de t'impliquer, de gérer et d'administrer la caisse étudiante à ton école? Sam'Épargne est une mini caisse étudiante qui est gérée par et pour les élèves. Elle offre le service de paiement aux divers événements et activités de l'école. Nous sommes à la recherche d'élèves organisés, responsables, autonomes et consciencieux pour relever le défi.

À déterminer/ 1re rencontre sera annoncée lors des messages au télévox

10 personnes

À déterminer

POUR T'INSCRIRE:
HTTPS://FORMS.GLE/STD3DQJUUV4MP4DI9

Comités des finissants

Tu es finissant(e) et tu désires t'impliquer?

Plusieurs comités s'adressant uniquement aux élèves de 5e secondaire sont mis sur pied afin de clôturer votre passage à Samuel-De Champlain. Voici les comités :

- **Bal**
- **Album**
- **Fête de la reconnaissance (journée d'activités et remise des diplômes)**

Afin d'impliquer le plus d'élèves possible et de s'assurer de ta disponibilité, nous te demandons de t'inscrire à un seul de ces comités.

Bal : Jours 4 et 6 / 19 septembre
Album : Jours 1 et 5 / 12 septembre
Reconnaissance : À déterminer / février

10 personnes / comité

Bal: 450
Album: 421
Reconnaissance: à déterminer

Activités sportives

FILLACTIVE

Est une activité spécialement conçue pour les filles de 12 à 17 ans. L'objectif est d'amener les adolescentes à être actives pour la vie, en créant des moments inoubliables pour elles et en bâtissant une communauté de gens inspirants et engagés autour d'elles. Au cours de l'année, différentes activités physiques seront proposées afin de bouger toutes ensembles.

À déterminer, de 12h15 à 13h15 / 1re rencontre sera annoncée lors des messages au télévox

Illimité

Gymnase

Katag (1er cycle seulement)

Grand jeu de «TAG» où deux équipes s'affrontent à l'aide d'épées en mousse. Pour marquer un point, il faut mettre hors-jeu tous les joueurs de l'autre équipe en les touchant avec son épée mousse. À ce système de base, s'ajoutent des personnages, variantes et scénarios qui permettent de faire évoluer les parties.
Les équipes sont formées à 12h25 avec les élèves présents.
N.B: Le port de vêtements d'éducation physique est obligatoire.

Les mercredis, de 12h15 à 13h15 / 20 septembre

30 personnes / midi

Palestre

Skateboard

Tu aimerais faire du skate? C'est ta chance!
Une école spécialisée, Qc.SkateboardCamp, viendra t'enseigner les bases du skate de manière professionnelle, sécuritaire et amicale.
N.B: Le port d'un casque de protection est obligatoire.

Les jeudis, de 12h15 à 13h15 / 21 septembre

20 personnes / midi

Palestre

Salle de conditionnement physique

La salle est dotée de plusieurs stations d'entraînement diversifiées et de qualité (appareils cardiovasculaires, appareils de musculation et poids libres) elle t'offre un milieu agréable et convivial pour t'entraîner.
En t'inscrivant tu pourras profiter de nos services dans un cadre sécuritaire, accueillant et professionnel. Tu y retrouveras une équipe dynamique créant une atmosphère des plus appréciées. Viens le constater par toi-même!
N.B: Le port de vêtements d'éducation physique est obligatoire.

Tous les jours, de 12h15 à 13h15 / À déterminer, sera annoncée lors des messages au télévox

20 personnes / midi

131A

POUR T'INSCRIRE:
HTTPS://FORMS.GLE/STD3DQJUUV4MP4DI9

Sport midi

Tu as besoin de bouger? Tu veux faire du sport et t'amuser entre amis?
Nous te proposons plusieurs sports libres tels que : basketball, dek hockey, volleyball, badminton, futsal et Spikeball selon un horaire qui sera affiché sous peu à l'entrée du bloc sportif ainsi qu'au local de la vie étudiante (local 301). Les équipes sont formées à 12h25 avec les élèves présents.
N.B: Le port de vêtements d'éducation physique est obligatoire.

Tous les jours, de 12h15 à 13h15 / À déterminer, sera annoncée lors des messages au télévox

Illimité

Gymnase

Implication bénévole et communautaire

Aide à la Ressourcerie Agapé

Cet engagement pour la communauté de Beauport prendra toute sorte de formes : triage des objets, préparation des paniers de nourriture, aide à la cuisine, etc. Ces sorties se feront durant les cours, ce qui implique que tes parents ainsi que les enseignants concernés, devront approuver ta sortie. Pour plus d'information voir Mme Hélène Pomerleau au local 456.

École secondaire
Samuel-De Champlain

Marie-Josée Vallière
Technicienne en loisirs

Téléphone : 418-666-4500 poste 0176
Courrier : marie-josee.valliere@cssps.gouv.qc.ca