



# Les Alouettes de l'Assomption

## Livret d'activité 2018-2019

«Les Alouettes de l'Assomption» proposent à tous les élèves de l'Institut de l'Assomption des activités périscolaires. Cette association à but non lucratif (loi 1901), fondée en 1945, a pour objet de promouvoir les arts, la culture, les langues et le sport au sein de l'Institut afin de proposer à chaque élève de Lübeck de la maternelle à la Terminale un développement complet.

- Les activités se déroulent à l'heure du déjeuner (**les élèves doivent obligatoirement être inscrits à la cantine le jour des activités**), le soir à partir de 16h30 ou le mercredi après-midi.

- Tout élève inscrit aux activités proposées par les Alouettes s'engage à être ponctuel, assidu et motivé.

En cas d'absences répétées, les parents s'engagent à prévenir le responsable de l'association par email à l'adresse suivante : [communication@assomption-lubeck.com](mailto:communication@assomption-lubeck.com).

- Toute activité commencée est due à l'année et non remboursable.

- Echange ou annulation possibles jusqu'au 30 septembre et dans la limite des places disponibles (cotisation non remboursable).

- A partir du 1<sup>er</sup> octobre, aucun échange ni remboursement ne sera possible, quelle qu'en soit la raison même si l'enfant n'assiste pas aux cours.

- Les inscriptions se font par internet et démarreront le jeudi 21 juin 2018.

- Inscription à **deux activités MAXIMUM par élève à l'heure du déjeuner**.

- Début des activités : lundi 1<sup>er</sup> octobre 2018.

- Il faut 10 élèves minimum ou plus par groupe pour que l'activité ait lieu, sauf spécifié autrement.

- Concernant les ateliers se déroulant à l'extérieur de Lübeck, les transports sont à effectuer par les parents.

# LANGUES

<b>English for bilinguals</b> (A. Dedieu)	<b>CM1 et CM2</b>	<b>Prix : 230€ l'année</b>
<b>Mardi 12h30-13h30</b> Cet atelier propose aux élèves bilingues des activités variées telles que la rédaction de nouvelles, la création d'un mini-journal d'école, la fabrication de marionnettes et leur mise en scène ou encore des discussions sur la littérature anglo-saxonne. Le tout « in English of course » ! Cet atelier s'adresse aux élèves bilingues. 12 élèves maximum		

<b>Eveil musical en anglais</b> (Tempo)	<b>MS-GS</b>	<b>Prix : 280€ l'année</b>
<b>Lundi 12h-12h45 : GS</b> <b>Lundi 12h45-13h15 : MS</b>		
<b>Nouvel atelier</b>		
Les enfants apprennent à travers le jeu, les chansons et le mouvement. Ils acquièrent les notions simples du langage musical et de l'anglais. Chaque semaine, le professeur propose des activités selon une thématique qui dure environ un mois (la ferme, la jungle, les émotions, les transports en ville, la plage...) afin de renforcer l'indépendance, les habiletés sociales, le langage et la coordination motrice. 12 élèves maximum		

<b>Yoga-Kids</b> (A. Dedieu)	<b>CE1 au CM1</b>	<b>Prix : 360€ l'année</b>
<b>Jeudi 12h30-13h30 : débutants</b> <b>Vendredi 12h00-12h55 : confirmés</b> Réconcilier le corps et l'esprit grâce à une cinquantaine de postures variées. Le yoga améliore la souplesse et la concentration. Les consignes de postures simples sont répétées oralement en anglais. <b>Attention : les CE1 et CM1 ont piscine le vendredi après-midi. L'enchaînement yoga piscine est possible mais fatigant pour l'enfant.</b> 20 élèves maximum		

<b>Yoga pour tous</b> (A. Dedieu)	<b>CM2 à 6ème</b>	<b>Prix : 360€ l'année</b>
<b>Jeudi 17h-18h</b> Cet atelier propose aux ados « to let of some steam... » dans du Yoga-Flow : un enchaînement dynamique de postures qui étirent, tonifient et musclent. Synchronisé avec une respiration profonde et régulière, le Yoga Flow nous permet de recharger nos batteries et de retrouver du calme pour faire face à nos journées souvent trop chargées. Le tout en anglais et accompagné de funky musique ! 15 élèves maximum		

<b>Yoga-Family</b> (A. Dedieu)	<b>7 à 77 ans</b>	<b>Prix : 360€ l'année (par pers.)</b>
<b>Mercredi 13h30-14h30</b> Accessible à tous, cet atelier en anglais permet de bénéficier des bienfaits du Yoga dans une ambiance détendue en famille. Le Yoga Flow est basé sur l'enchaînement dynamique de postures qui tonifient le corps et permettent de se ressourcer grâce à une respiration profonde et régulière. 15 personnes maximum		

<b>Théâtre en anglais</b> (Langues en scène)	<b>CM – 6ème</b>	<b>Prix : 300€ l'année</b>
<b>Vendredi 12h30-13h30</b> L'association « Langues en scène » propose l'apprentissage de l'anglais par le théâtre avec un comédien natif ou parfaitement bilingue. Il s'agit d'apprendre en s'amusant, de se libérer, de prendre confiance, d'intégrer le bon accent avec les bonnes intonations, de s'ouvrir à d'autres cultures et d'aborder une pratique artistique. 8 élèves minimum - 12 élèves maximum		

<b>Arabe</b>	<b>CP à 3ème</b>	<b>Prix : 500€ l'année</b>
<b>Lundi, mardi, jeudi et vendredi 12h-12h50 : école</b> <b>Lundi, mardi, jeudi et vendredi 12h50-13h40 : collège</b> Le jour et le groupe (3 à 6 personnes) dépendent du niveau. L'horaire sera communiqué à la rentrée. Lire, écrire et comprendre le vocabulaire. Acquérir la grammaire et la conjugaison. L'ensemble des cours est traduit en français.		

<b>Atelier Mandarin calligraphie</b> (V. Perrin)	<b>CE1 au CM2</b>	<b>Prix : 300€ l'année</b>
<b>Lundi 12h30-13h30 : niveau avancé du CE2 au CM2</b> <b>Mardi 12h30-13h30 : niveau débutant du CE1 au CM2</b> Cours ludique de mandarin avec un professeur natif. L'oral, l'écriture et la calligraphie seront travaillés tout au long de l'année. La calligraphie aura lieu une fois par mois, les autres séances étant réservées à l'apprentissage du mandarin de manière ludique. Les parents devront fournir une bouteille d'encre de Chine et un lutin d'une vingtaine de feuilles, ainsi qu'une dizaine de feuilles de papier Canson en couleur. 8 élèves minimum - 12 élèves maximum.		

<b>Mandarin</b> (V.Perrin)	<b>Collège</b>	<b>Prix : 300€ l'année</b>
<b>Mercredi 13h-13h55 : niveau 1</b> <b>Vendredi 12h50-13h45 : niveau 3</b> Le niveau 1 pour débutant a pour but de faire acquérir rapidement un savoir de base. Le niveau 2, après l'apprentissage de la phonétique et du pinyin, couvre des thèmes variés tels savoir se présenter, la famille, la vie quotidienne, l'acquisition de 80 à 100 caractères. Le niveau 3 prépare activement, par le dialogue continu et la compréhension écrite, à l'examen du HSK (le HSK est l'équivalent du TOEFL en mandarin). Le mandarin est une langue demandant de la rigueur et de la mémoire. Apprendre le mandarin est aussi apprendre la valeur d'un travail régulier. 8 élèves minimum - 12 élèves maximum.		

# ARTS ET CULTURE

<b>Arts plastiques</b> (P. Gogué)	<b>CP au CM2</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<p><b>Lundi 17h-18h : CE2</b> <b>Lundi 18h-19h : CM</b> <b>Mardi 12h30-13h30 : CP-CE1</b></p> <p>En faisant appel à la créativité et l'imagination, les élèves ont la possibilité d'affirmer et d'exprimer leur personnalité à travers une activité à la fois manuelle et cérébrale. La découverte d'artistes ainsi que des différentes techniques pastels gras, encres colorées, gouache, fil de fer, crayon, collages permettent à chacun de s'y retrouver, d'apprendre et de progresser en s'amusant. Observer, imaginer, créer, s'amuser : tels sont les objectifs de cet atelier d'arts plastiques.</p> <p>Apporter une blouse et un plastique pour protéger les tables.</p> <p>12 élèves maximum</p>		

<b>Atelier écriture</b> (C. de Decker)	<b>CM et collège</b>	<b>Prix : 400€ l'année</b>
<p><b>Lundi 12h30-13h30 : CM</b> <b>Jeudi 12h30-13h30 : Collège</b> <b>Nouvel atelier</b></p> <p>Participer à un atelier d'écriture c'est permettre à votre enfant de développer son imagination par le biais d'exercices ludiques et amusants. Chaque exercice s'organise ainsi : lecture de l'énoncé, travail individuel de l'élève avec l'aide de l'animatrice, puis lecture à voix haute de chaque texte et retours constructifs, à la fois de l'animatrice, mais aussi des autres élèves.</p> <p>Un projet de fin d'année est envisagé afin de motiver les élèves tout au long des ateliers.</p> <p>Animatrice : Camille de Decker - directrice littéraire chez Beta Publisher.</p> <p>8 élèves minimum- 12 élèves maximum</p>		

<b>Atelier Lego</b> (Playwell)	<b>GS-CP-CE1</b>	<b>Prix : 420€ l'année</b>
<p><b>Jeudi 12h30-13h30</b> <b>Nouvel atelier</b></p> <p>Ateliers technologiques sur les concepts d'ingénierie, de mécanique, d'architecture et de construction à l'aide de briques Lego. La pédagogie est basée sur la découverte, l'expérimentation et l'approfondissement. L'objectif est de permettre aux enfants d'acquérir des savoirs, des connaissances et d'appréhender le monde à travers l'expérience et le jeu : manipuler et expérimenter, formuler une hypothèse et la tester, réaliser des projets sur lesquels les enfants peuvent s'exprimer et argumenter.</p> <p>15 élèves minimum et maximum</p>		

<b>Broderie</b> (H. Pinsard)	<b>CE1 à CM2</b>	<b>Prix : 210€ l'année</b>
<p><b>Lundi 12h30-13h30 : CE1 et CE2</b> <b>Jeudi 12h30-13h30 : CM1 et CM2</b></p> <p>Découvrir le plaisir de la broderie et des travaux de couture. Réalisation de petits ouvrages.</p> <p>20 élèves maximum</p>		

<b>Chorale</b> (Tempo)	<b>CP à CM2</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<p><b>Mardi 12h30-13h30</b></p> <p>Tempo fera découvrir le plaisir de chanter un répertoire varié, apprendre à respirer, à poser sa voix, à l'écouter et à écouter celle des autres. L'enfant développe des qualités de contrôle de soi, de mémoire, d'interprétation, d'improvisation. Spectacle à la fin de l'année.</p> <p>20 élèves maximum</p>		

<b>Echecs</b> (Elan)	<b>CE1 à 3ème</b>	<b>Prix : 210 € l'année</b>
<p><b>Lundi 12h30-13h30 : débutants</b>  <b>Jeudi 12h30-13h30 : perfectionnement 1</b>  <b>Vendredi 12h30-13h30 : perfectionnement 2</b>  <b>Vendredi 12h50-13h45 : collège</b></p> <p>S'initier et progresser aux échecs grâce aux professeurs de l'association ELAN (Fédération Française des Echecs).  14 élèves maximum</p>		

<b>Gospel</b> (G. Feuillette)	<b>Collège</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<p><b>Jeudi 12h50-13h45</b> <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;"><b>Nouvel atelier</b></span></p> <p>L'atelier Gospel est destiné à tous les passionnés de Gospel quelque soit leur formation musicale et leur origine. Cet atelier a pour vocation de permettre à tous de s'adonner aux joies du chant gospel ensemble au travers de « negro spiritual » et de gospel moderne. Il est animé par Géraldine Feuillette, professeur de chant et chanteuse professionnelle, qui partage son expérience de chef de chœur à travers le coaching professionnel et amateur ainsi que dans l'animation d'atelier de Gospel. Spectacle à la fin de l'année.  15 élèves maximum</p>		

<b>Méditation</b> (L. de Caspary)	<b>CP-CE1-CE2</b>	<b>Prix : 330€ l'année</b>
<p><b>Vendredi 12h30-13h30</b> <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;"><b>Nouvel atelier</b></span></p> <p>Ce programme laïc développé par Eline Snel, auteur du livre "Calme et attentif comme une grenouille", aide les enfants à renforcer concentration, mémoire, patience, confiance et tolérance.  Son approche concrète, simple et ludique est à la portée des plus jeunes au travers de jeux, histoires et activités sollicitant notamment le corps, la respiration, les sens et les émotions.  10 élèves maximum</p>		

<b>Percussions</b> (Tempo)	<b>MS à CM2</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<p><b>Mardi 11h30-12h15 : MS et GS</b>  <b>Mardi 12h30-13h30 : CP à CM2</b></p> <p>Tempo propose une approche ludique et sensorielle des percussions. Eveil au monde de la percussion à travers l'écoute, la découverte des sonorités, les rythmes simples et une pratique instrumentale adaptée à l'enfant. Les enfants du CP au CM2 travailleront particulièrement les percussions brésiliennes.  12 élèves minimum - 15 élèves maximum</p>		

<b>Piano</b> (MN. Combes)	<b>CP à Terminale</b>	<b>Prix : 780€ l'année</b>
<p><b>Horaires déterminés à la rentrée par le professeur</b></p> <p>Cours particuliers de piano d'une durée de 30 minutes. Un concert est donné à la fin de l'année. Les enfants participent à plusieurs auditions par an. Le professeur propose une assistance internet à la demande via skype pour aider les enfants à travailler le piano à la maison. Le piano demande un travail quotidien et personne de chaque élève. Réunion avec le professeur début septembre.</p>		

Théâtre	CE2 à 3ème	Prix : 300€ l'année
<p>Avec Langues en scène  <b>Lundi 12h30-13h30 : CE2 à CM2</b>  <b>Mardi 12h30-13h30 : CE2 à CM2</b>  <b>Jeudi 12h30-13h30 : CE2 à CM2</b></p> <p>L'association « Langues en scène » propose d'apprendre à être ensemble et à créer par soi-même au moyen des improvisations. Découvrir le théâtre, le plaisir de la scène, le répertoire classique et moderne. Travailler sur la maîtrise de sa voix, son aisance corporelle. Spectacle en fin d'année.  8 élèves minimum - 12 élèves maximum</p> <p>Avec P. Fesquet  <b>Mercredi 13h10-14h10 : CM2- 6<sup>ème</sup></b>  <b>Mercredi 14h10-15h10 : 5<sup>ème</sup></b>  <b>Mercredi 15h10-16h10 : 4<sup>ème</sup> - 3<sup>ème</sup></b></p> <p>Accompagner les élèves dans l'apprentissage des techniques théâtrales en travaillant la voix, la gestuelle et l'utilisation de l'espace. En partageant le plaisir de la scène, l'apprenti comédien apprend à développer ses créations, à écouter l'autre. Il découvre les textes du répertoire et monte un spectacle à la fin de l'année.  8 élèves minimum - 12 élèves maximum</p>		

# SPORTS

<b>Danse</b> (Chantraine)	<b>MS à CM2</b>	<b>Prix : 320€ l'année</b>
<b>Mercredi 13h30-14h30 : CP-CE1-CE2</b> <b>Mercredi 14h30-15h15 : Maternelles</b> La méthode Chantraine, enseignée dans de nombreux centres en France (à Lübeck depuis 2006) et en Angleterre, est reconnue à la fois par la richesse de son répertoire chorégraphique et la qualité de sa pédagogie. Spectacle à la fin de l'année. Pour mieux connaître la méthode Chantraine : <a href="http://www.dansechantraine.com">www.dansechantraine.com</a> . Tenue : pieds nus pour tous, justaucorps sans volant et collant sans pied 8 élèves minimum - 14 élèves maximum		

<b>Danse Modern Jazz</b> (Athéon)	<b>CM et collège</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<b>Mardi 16h45-17h45 : CM</b> <b>Mardi 17h45-18h45 : Collège</b> <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">Nouvel atelier</span> Le Modern'jazz est un mélange de plusieurs danses comme le jazz, la danse classique, la danse moderne, la danse africaine, les claquettes et la danse espagnole. Il laisse beaucoup de liberté à l'expression sans pour autant en oublier toutes les techniques et les codes associés à la danse. Le Modern' jazz se caractérise par la coordination et l'isolation des mouvements. Cette danse joue sur les rythmes et les techniques. Elle demande souplesse, rigueur et énergie. 10 élèves minimum-12 maximum		

<b>Escrime</b> (Maître Allain)	<b>GS à 3ème</b>	<b>Prix : 340€ l'année</b>
<b>Lundi 16h45-17h45 : débutants</b> <b>Jeudi 16h45-17h45 : CE2 – 3<sup>ème</sup> : confirmés</b> L'escrime permet l'épanouissement physique et mental. L'enfant développe des qualités physiques (l'observation, la vivacité de jugement et de prise de décision) mais aussi psychologiques (la confiance en soi, la courtoisie, la loyauté, l'attention, la maîtrise de soi, la précision, le contrôle de l'équilibre, la coordination...) 24 élèves maximum		

<b>Football</b> (A. Bouthier)	<b>CE1 à 6ème</b>	<b>Prix : 220€ l'année</b>
<b>Mercredi 13h30-14h30 : CE1 et CE2</b> <b>Mercredi 14h30-15h30 : CM1 à 6ème</b> Initiation et perfectionnement à la pratique du football dans un cadre ludique afin de développer les habiletés motrices et cognitives liées à l'activité. Tenue : short et baskets 16 élèves maximum en CE et 20 élèves maximum en CM-6ème		

<b>Judo</b> (Athéon)	<b>MS à CE2</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<b>Mercredi 13h-14h : MS-GS</b> <b>Mercredi 14h-15h : CP-CE2</b> Sport d'équilibre, sport de défense, le judo est un véritable sport éducatif. Il permet de devenir plus adroit, plus souple, plus fort mais aussi d'apprendre à respecter des règles, de découvrir l'entraide, d'évaluer ses forces et ses faiblesses pour progresser et de développer sa concentration. Tenue : un kimono 15 élèves maximum		

<b>Karaté</b> (Athéon)	<b>CE2 à 3ème</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<b>Mardi 16h45-17h45 : CE2 à CM2</b> <b>Mardi 17h45-18h45 : 6<sup>ème</sup> à 3<sup>ème</sup></b> Le karaté est un art de combat à mains nues qui utilise toutes les parties du corps. Il permet aux enfants de canaliser leur énergie et de développer leur confiance en eux. 15 élèves maximum		

<b>Self defense / Krav maga</b> (Athéon)	<b>CM1 à 3ème</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<b>Mercredi 16h-17h : CM1 à 3<sup>ème</sup></b> Méthode moderne de self-defense caractérisée par un mode de pensée cohérent et logique qui permet des techniques naturelles, pratiques et faciles basées sur des mouvements simples du corps humain. 15 élèves maximum		

<b>Tennis</b> (JC. Sakalakis)	<b>CP à Terminale</b>	<b>Prix : 400€ l'année</b>
<b>Lundi 17h-20h CNE de la FFT 10 bd Murat</b> <b>Mardi 17h-20h Stade Montherlant 30-32 bd Lannes</b> <b>Jeudi 17-19h Stade Montherlant 30-32 bd Lannes</b> Cours d'1 heure dont l'horaire sera précisé par le professeur à l'issue d'un test qui aura lieu début septembre pour faire les groupes. Les dates et lieux du test seront précisés début septembre.		

<b>Les Petites Alouettes</b> (B. Baffet)	<b>MS à CP</b>	<b>Prix : 260€ l'année</b>
<b>Jeudi 12h30-13h20 : MS à CP</b> Activités physiques, sportives et de bien-être à destination des élèves de MS, GS et CP. Développement de la motricité et de la coordination aux moyens de jeux sportifs, traditionnels et d'oppositions, parcours gymniques et athlétiques, expression corporelle et relaxation. 10 élèves minimum - 20 élèves maximum		

## Sans oublier l'Association Sportive (AS) au collège et lycée

<b>Association Sportive</b>	<b>6ème à 3ème</b>	<b>Prix : 80 € l'année</b>
<b>Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 12h20-13h10 : 6ème à 3ème</b> L'AS permet la pratique d'activités sportives. Les séances se déroulent tous les jours de la semaine de 12h20 à 13h10, à l'exception du mercredi. Une fois inscrit, l'élève a la possibilité de participer à toutes les activités qu'il souhaite durant toute l'année. La pratique d'une ou plusieurs activités au sein de l'AS permet d'améliorer le niveau de pratique de chacun. Sports proposés: football, tennis de table, badminton et gymnastique		



## Récapitulatif activités école

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
11h35-12h15	-Eveil musical en anglais	- Eveil musical et percussions			
12h30-13h30	- Mandarin - Broderie - Echecs - Théâtre - Arabe - Atelier écriture - Eveil musical en anglais - Piano	- English for bilinguals - Arts plastiques - Chorale - Percussions - Théâtre - Arabe - Mandarin - Piano		- Yoga kids - Broderie - Echecs - Arabe - Les petites Alouettes - Théâtre - Atelier Lego - Piano	- Théâtre en anglais - Echecs - Yoga kids avancé - Arabe - Pleine conscience - Piano
Après-midi			- Théâtre - Judo - Selfdefense /Krav Maga		
à partir de 16h30	- Escrime - Piano - Tennis - Arts plastiques	- Tennis - Karaté - Danse Modern'jazz - Piano	- Danse - Yoga Family - Football - Piano	- Yoga pour tous - Tennis - Escrime - Piano	

## Récapitulatif activités collège et lycée

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
12h30-13h30	- Arabe - Piano - AS Multiactivités	- Arabe - Piano - AS Multiactivités		- Arabe - AS Multiactivités - Atelier écriture - Gospel	- Echecs - Piano - Arabe - Théâtre en anglais - Mandarin - AS Multiactivités
Après-midi			- Yoga Family - Selfdefense / Krav Maga - Théâtre		
à partir de 16h30	- Piano - Tennis	- Tennis - Danse Modern'jazz - Karaté - Piano	- Piano - Mandarin - Football	- Tennis - Escrime - Piano - Yoga pour tous	

## **Informations complémentaires Alouettes à lire attentivement**

- Pour ceux qui sont sur liste d'attente, les listes seront closes le 8 octobre (une semaine après le début des cours), une place peut donc se libérer pour votre enfant jusqu'à cette date : vous serez averti alors par email, il n'est pas nécessaire de nous écrire tout au long du mois de septembre pour savoir où en est la liste d'attente. Si aucune place ne se libère, vous serez alors remboursés par chèque.
- Pour les cours de tennis, d'arabe et de piano, les coordonnées sont transmises au fur et à mesure aux professeurs concernés. Ce sont eux qui vous contacteront pour vous attribuer un créneau plus précis.
- Quand un atelier est complet, nous ne pouvons malheureusement pas en ouvrir un autre.
- Les factures avec le nom de l'enfant seront établies sur demande uniquement et après le 8 octobre. Vous disposez déjà d'une facture à votre nom qui vous a été envoyée automatiquement par mail à la suite de votre commande.