



ÉTABLISSEMENT  
DES SŒURS  
DE NOTRE-DAME

ESND



## GRILLE DE 1<sup>re</sup> COMMUNE

Rue du Lombard, 41  
5000 Namur  
081/25.50.10



# GRILLE HORAIRE

La grille horaire de l'élève est composée de **32 heures** de cours dont 28h de **formation commune** et de 2 x 2h d'**activités complémentaires** au choix.

En fonction des résultats, le conseil de classe proposera à l'élève et à ses parents, en activité complémentaire, l'activité spécifique de **soutien**.

Il y a possibilité de **remédiation** en français, mathématique et/ou langue moderne.

## FORMATION COMMUNE

### OBLIGATOIRE

- Religion (2h)
  - Etude du milieu (4h)
  - Sciences (3h)
  - Français (6h)
  - Mathématique (4h)
  - Éducation par la technologie (1h)
  - Éducation artistique : éducation plastique (1h)
  - Éducation physique (3h)
- donnés en néerlandais pour les élèves inscrits en immersion.

### 1 COURS AU CHOIX

- Option n°1 : Anglais (4h)
- Option n°2 : Néerlandais (4h) **obligatoire pour les élèves en immersion néerlandais.**

Obligatoire : n°1      Au choix : n°...

**TOTAL : 28h**

# ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES

## 1 COURS AU CHOIX DE L'ÉCOLE

- Option n°1 : Latin (2h)
- Option n°2 : Activités spécifiques de soutien en français et/ou en mathématique (2h)

## 1 COURS AU CHOIX DE L'ÉLÈVE

- Option n°1 : Art dramatique (2h)
- Option n°2 : Arts plastiques (2h)
- Option n°3 : Informatique (2h)
- Option n°4 : Activité sportive : Chorégraphie (2h)
- Option n°5 : Activité sportive : Sport (2h)

Un descriptif de ces activités complémentaires est disponible dans les pages suivantes.

### **Obligatoire pour les élèves en immersion néerlandais :**

- Option n°7 : Atelier spécifique en Immersion tardive (2h)
- Option n°8 : Atelier spécifique en Immersion précoce (2h)

Choix école : n° ...

Choix élève : (1<sup>er</sup> choix) n° ... (2<sup>e</sup> choix) n° ...

TOTAL : 4h

**TOTAL : 32h**



# 1<sup>re</sup> COMMUNE

ACTIVITÉS

COMPLÉMENTAIRES



1

ART DRAMATIQUE



2

ARTS PLASTIQUES



3

INFORMATIQUE



4

CHORÉGRAPHIE



5

SPORT

# 1 ART DRAMATIQUE



- Cours de théâtre
- Travail - du langage corporel
  - de la voix
- Processus de sociabilisation
- Développement - de la personnalité
  - du rapport au groupe
- Formation d'êtres humains sensibles et réceptifs
- Exercices - de déclamation
  - de jeu
  - de mise en scène
- Favorise - la confiance en soi
  - la coopération
  - la prise d'initiative
  - la prise de responsabilité

# 2 ARTS PLASTIQUES



- **Activité - d'éveil**
  - **de créativité**
- **Travaux pratiques**
- **Diversité des tâches**
- **Exploration du monde artistique**
- **Apprentissage de techniques variées**
  - **Sculpture**
  - **Peinture**
  - **Modelage**
  - **Couture**
  - **Gravure**
  - ...
- **Réalisation de créations : masques, vases, cadres, coussins, objets divers ...**

# 3 INFORMATIQUE



- Utilisation des fonctions - de base d'un ordinateur
  - de la boîte mail
- Approche du système OpenOffice
- Création d'une adresse mail
- Appropriation d'Internet de façon - générationnelle
  - critique
  - ludique
  - pragmatique
- Travaux de recherches
- Apprentissage d'une manipulation - consciente
  - structurée

# 4 CHORÉGRAPHIE



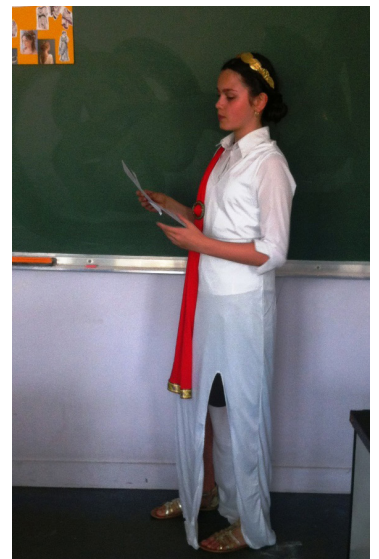
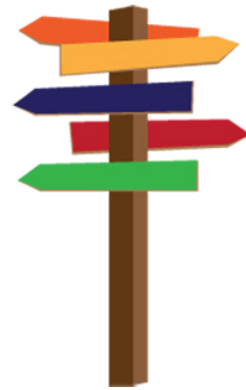
- Danse
- Step
- Musique moderne
- Développement - du rythme
  - du style
  - du maintien
  - de la souplesse
  - du renforcement musculaire
- Apprentissage d'enchaînements chorégraphiques
  - Modules gymniques
  - Mouvements divers
- Gestion du stress par - le spectacle
  - des productions



# 5 SPORT



- **Activités de découverte**
- **Travail en équipe**
- **Multitude de disciplines sportives**
  - **Basket**
  - **Volley**
  - **Hand-ball**
  - **Base-ball**
  - **Badminton**
  - **V.T.T.**
  - ...
- **Donner le meilleur de soi-même**





ÉTABLISSEMENT  
DES SŒURS  
DE NOTRE-DAME

ESND

Nom, prénom de l'élève :

.....

N° tél. ou GSM du responsable : .....

École précédente : .....

Classe : .....

Signature des parents :

Formation Commune

Obligatoire

Au choix

Formation Optionnelle

Choix de l'école

Choix de l'élève

Choix de grille

n° 1

n° ...

n° ...

1<sup>er</sup> choix  
n° ...

2<sup>e</sup> choix  
n° ...

# FORMATION COMMUNE

## OBLIGATOIRE

- Religion (2h)
- Etude du milieu (4h)
- Sciences (3h)
- Français (6h)
- Mathématique (4h)
- Éducation par la technologie (1h) donné en néerlandais pour les élèves inscrits en immersion.
- Éducation artistique : éducation plastique (1h) donné en néerlandais pour les élèves inscrits en immersion.
- Éducation physique (3h)

## 1 COURS AU CHOIX

- Option n°1 : Anglais (4h)
- Option n°2 : Néerlandais (4h) **obligatoire pour les élèves en immersion néerlandais.**

# ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES

## 1 COURS AU CHOIX DE L'ÉCOLE

- Option n°1 : Latin (2h)
- Option n°2 : Activités spécifiques de **soutien** en français et/ou en mathématique (2h)

## 1 COURS AU CHOIX DE L'ÉLÈVE

- Option n°1 : Art dramatique (2h)
- Option n°2 : Arts plastiques (2h)
- Option n°3 : Informatique (2h)
- Option n°4 : Activité sportive : Chorégraphie (2h)
- Option n°5 : Activité sportive : Sport (2h)

### Obligatoire pour les élèves en immersion néerlandais :

- Option n°7 : Atelier spécifique en Immersion tardif (2h)
- Option n°8 : Atelier spécifique en Immersion précoce (2h)

Obligatoire :

n°1

Au choix :

n° ...

Choix école :

n° ...

Choix élève :

(1<sup>er</sup> choix) n° ...

(2<sup>e</sup> choix) n° ...