

Activités Sportives et Culturelles (ASC) Catalogue Qingpu



ACTIVITÉS DE LA MATERNELLE

Nos activités de maternelle sont conçues pour encourager la créativité, le développement physique et les compétences sociales. Ces activités sont adaptées aux besoins et intérêts uniques de nos plus jeunes élèves.

ACTIVITÉS POUR NOS PS

ATELIER D'ART PAR MAKEART

Les enfants réalisent des créations en dessin, peinture ou volume, en explorant couleurs, formes et matériaux variés.

ATELIER D'ART en Français

Projet artistique créatif dirigé par notre enseignante de maternelle francophone.

ACTIVITÉS POUR NOS MS-GS

MINI GYMNASTIQUE

Propose aux enfants une découverte ludique de la gymnastique, axée sur la motricité, l'équilibre et la coordination.

JUNIOR ENGINEERS

Les élèves utiliseront leur imagination, des outils adaptés et des matériaux simples comme le carton pour construire, tester et améliorer leurs propres créations.

ATELIER CREATIF

Les enfants explorent différentes techniques comme le dessin, la peinture ou le collage pour créer des œuvres personnelles et développer leur sens artistique.

MINI BASKETBALL

Initie les enfants au basketball avec des ballons et des paniers adaptés à leur taille, en travaillant le dribble, la coordination et le plaisir de jouer ensemble.





ASCs Culturelles pour les Primaires

Nos activités culturelles pour les élèves du primaire sont conçues pour élargir leurs horizons et renforcer leur appréciation des arts, de la culture et des langues.

ART FLORAL 🇫🇷 🇨🇳

Apprenez l'art de l'arrangement floral, en développant la créativité et le sens esthétique tout en créant de magnifiques compositions florales.

ANIMATION SUR IPAD 🇫🇷 🇨🇳

Animation digitale sur iPad initie les élèves à la création d'animations et montage, développant créativité, narration et compétences techniques numériques.

ATELIER CUISINE 🇫🇷 🇨🇳

Acquérez une expérience pratique en cuisine, explorez différentes cuisines et comprenez les techniques culinaires de base.

ATELIER 🇫🇷 🇨🇳 MAROQUINERIE

Découvrez l'artisanat du cuir, créez des accessoires en cuir uniques et apprenez les techniques essentielles du travail du cuir.

ASC SHOW!

BALLET 🇫🇷 🇨🇳

Introduction au ballet, en se concentrant sur les techniques fondamentales, la posture et le rythme à travers des routines de danse structurées.

BIJOUX 🇫🇷 🇨🇳

Concevez et créez vos propres bijoux fantaisies, en explorant divers matériaux et techniques pour fabriquer des pièces personnalisées.

NEW

ATELIER ÉCRITURE 🇫🇷

Atelier d'écriture pour inventer et rédiger ses propres textes. Développez l'imagination et l'expression écrite.

CRÉATION DE COSTUMES 🇫🇷 🇨🇳

Concevez et créez des costumes, en apprenant des techniques de couture, le choix des tissus et les principes de design.

ASC SHOW!

DANSE K-POP 🇫🇷 🇨🇳

Les enfants apprennent des chorégraphies inspirées des groupes coréens actuels, en travaillant rythme, coordination et expression scénique.



ASC

Culturelles

DESSIN & BANDES DESSINÉES

Les enfants apprennent à créer des personnages, construire des histoires et dessiner leurs propres planches de bande dessinée.

INITIATION ITALIEN

Les élèves découvrent l'italien à travers des activités pratiques et interactives, afin de développer leurs compétences en communication et leur confiance à l'oral.

FABRICATION DE COSMÉTIQUES

Créez des cosmétiques faits maison, en comprenant les ingrédients et les processus impliqués dans la fabrication de produits de beauté naturels.

FLEURS PRESSÉES

Les élèves composent des tableaux à partir de fleurs séchées et pressées, en développant minutie et sens esthétique.

PEINTURE ET CRÉATIONS!

Exprimez votre créativité à travers la peinture, en expérimentant différents styles, techniques et médiums.

CRÉATION DE PARFUMS

Découverte de la création de parfums : les élèves composent leurs propres fragrances et éveillent leurs sens.

JEU DE RÔLE

Les élèves participent à des jeux de rôle immersifs, développant leur imagination, leur créativité, leurs compétences en narration.

INITIATION AUX ÉCHECS

Introduction aux échecs, avec enseignement des règles de base, des stratégies et amélioration des compétences en pensée critique.

STRING ART

Explorez l'art du travail du fil, en créant des motifs et des dessins complexes en utilisant du fil et d'autres matériaux.

MOSAÏQUE

Créez des œuvres d'art en mosaïque, en explorant les motifs, les combinaisons de couleurs et l'expression artistique.

CRÉATION ARGILE

Les élèves découvrent le modelage de l'argile en créant des objets en volume, tout en développant leur précision et leur sens artistique.

LES PETITS ARCHITECTES

Explorez les principes de l'architecture et du design à travers des projets pratiques, favorisant la créativité et la conscience spatiale.

PEINTURE CHINOISE

Explorez les techniques traditionnelles de peinture chinoise, en vous concentrant sur le travail au pinceau, l'encre et les thèmes culturels.

SCRAPBOOKING

Créez des albums personnalisés, en apprenant la conception, la mise en page et les techniques décoratives pour préserver les souvenirs.

LEGO ACADEMY: LEGO EDUCATION WEDO 2.0 JUNIOR 🇫🇷 🇨🇳

Introduisez les élèves aux concepts STEM à travers des projets LEGO WeDo 2.0, en favorisant la créativité et la résolution de problèmes.

LEGO ACADEMY: LEGO EDUCATION WEDO 2.0 SENIOR 🇫🇷 🇨🇳

Les élèves réalisent des projets LEGO WeDo 2.0 plus avancés, combinant construction, programmation et résolution de problèmes pour développer logique, créativité et esprit d'ingénierie.

INITIATION À LA MAGIE 🇫🇷

Les enfants découvrent des tours simples et visuels, développant leur dextérité, leur aisance à s'exprimer en public et leur imagination.

PIANO INITIATION 🇫🇷 🇨🇳

Introduction au piano, couvrant les techniques de base, la lecture de la musique et des pièces simples.



ASC SHOW!

THÉÂTRE 🇫🇷

Les élèves découvrent le jeu théâtral à travers des exercices d'interprétation, d'improvisation et de mise en scène, tout en développant confiance et travail en équipe.





ASC Coding & Ingénierie



LYCÉE FRANÇAIS
DE SHANGHAI
上海法国外籍人员子女学校

CODING ACADEMY: LITTLE ENGINEERS

Les élèves découvrent les bases de l'ingénierie à travers des constructions et des projets pratiques, tout en développant logique, créativité et capacité à résoudre des problèmes.

CODING ACADEMY: ROBOT PROGRAMMING

Les élèves découvrent la robotique et la programmation en concevant et programmant des robots interactifs, tout en développant logique, créativité et résolution de problèmes.

CODING ACADEMY: VIBE CODING

Initiation au vibe coding : découverte de la création de programmes et d'applications à l'aide de l'intelligence artificielle, de l'idée initiale jusqu'à la réalisation d'un projet simple et fonctionnel.

CODING ACADEMY: ROBLOX GAME DESIGN

Les élèves imaginent et conçoivent leurs propres jeux avec Roblox Studio. Ils découvrent les bases du game design et de la programmation tout en développant leur logique, leur créativité et leur capacité à résoudre des problèmes.

CODING ACADEMY: VEX GO ROBOTICS

Les élèves construisent et programment de petits robots avec VEX GO. En équipe, ils développent leur logique, leur créativité et leurs compétences en résolution de problèmes.

CODING ACADEMY: SCRATCH BY MIT

Apprenez à coder en utilisant Scratch, un langage de programmation visuel développé par le MIT, pour créer des jeux, des animations et des histoires interactives.

CODING ACADEMY: MAKECODE ARCADE

Créez vos propres jeux d'arcade avec MakeCode en programmant personnages, niveaux et interactions, tout en développant logique, créativité et résolution de problèmes.

CODING ACADEMY: MINECRAFT

Explorez les principes de l'ingénierie à travers Minecraft, en construisant des circuits et des mécanismes complexes dans le jeu.



ASC SPORTS POUR ÉLÈVES DE PRIMAIRE

» Nos activités sportives visent à promouvoir la forme physique et le travail en équipe parmi les élèves de primaire.

CROSS-COUNTRY

Développez endurance, technique de course et gestion de l'effort à travers des entraînements adaptés au cross-country.

BADMINTON

Apprenez et pratiquez le badminton, en vous concentrant sur les techniques, les stratégies et les matchs amicaux.

INTRODUCTION BASKETBALL

Découverte des fondamentaux du basketball, des règles et du jeu collectif.

HOCKEY AQUATIQUE

Découverte du hockey aquatique, axée sur la maîtrise de l'apnée, la coordination sous l'eau et les règles de base du jeu en équipe.

NEW

INTRODUCTION ESCRIME

Les élèves découvrent les bases de l'escrime à travers des jeux, des déplacements et des duels encadrés, en développant coordination, concentration et respect des règles.

FOOTBALL LOISIR

Football axée sur le plaisir, le travail en équipe et le développement des fondamentaux.

GOLF

Initiation au golf à travers les techniques de base, les règles et des situations de jeu adaptées.

GYMNASTIQUE

Développez des compétences en gymnastique, en mettant l'accent sur la flexibilité, la force et la coordination à travers divers exercices et routines.

KUNG-FU ASC SHOW!

Apprenez le Kung-Fu, en mettant l'accent sur les techniques d'arts martiaux, la discipline et la forme physique.



ASC SPORTS POUR ÉLÈVES DE PRIMAIRE

» Nos activités sportives visent à promouvoir la forme physique et le travail en équipe parmi les élèves de primaire.

SWIMMING ACADEMY: NATATION PERFECTIONNEMENT 🇫🇷🇬🇧

Cours de natation pour les élèves de primaire, couvrant les techniques de base, la sécurité aquatique et le développement de la confiance dans l'eau.

SWIMMING ACADEMY: NATATION DÉCOUVERTE 🇫🇷🇬🇧

Introduction aux nouveaux nageurs, axée sur les compétences de base, la sécurité aquatique et le développement de l'amour du sport.

INTRODUCTION TENNIS 🇫🇷🇬🇧

Introduction au tennis, couvrant les techniques de base, les règles et favorisant l'appréciation du jeu.

INITIATION PADEL 🇫🇷🇬🇧

Découverte du padel : les élèves apprennent le service, les échanges contre les vitres et le jeu en double dans un format ludique.

INTRODUCTION VOLLEYBALL 🇬🇧🇮🇹

Découverte du volleyball à travers les passes, les manchettes, le service et des situations simples de jeu, tout en développant coordination et esprit d'équipe.

FUN YOGA 🇫🇷

Séances de yoga pour enfants, axées sur la flexibilité, souplesse, respiration, équilibre et relaxation.

ZUMBA 🇫🇷🇬🇧🇮🇹

ASC SHOW!

Cours de danse-fitness amusants et énergiques, combinant des mouvements de danse avec des exercices de fitness pour un bien-être général.



Compétition pour les Élèves de Primaire

Nous encourageons nos élèves de primaire à participer à diverses compétitions pour favoriser un esprit de sportivité et d'excellence. Tous les élèves auront l'occasion de concourir dans divers tournois tout au long de l'année.

LFS COMPÉTITION-ÉCHECS

Séances avancées d'échecs pour le jeu compétitif, concentrées sur la stratégie, les tactiques et la préparation aux tournois.

LFS COMPÉTITION-FOOTBALL

Séances avancées de football, axées sur les techniques avancées, les stratégies et la préparation aux tournois.

LFS COMPÉTITION-BASKETBALL

Entraînement de basketball compétitif, axé sur les compétences avancées, le jeu en équipe et la préparation aux tournois.

LFS COMPÉTITION-NATATION ELITE

Entraînement avancé en natation pour les nageurs compétitifs, axé sur les techniques avancées, la vitesse et l'endurance.

LFS COMPÉTITION-NATATION PRE-ELITE

Ce programme prépare les jeunes nageurs pour l'équipe ELITE en développant les techniques de base, en améliorant l'endurance et en comprenant les règles de compétition.



Compétition pour les Élèves de Secondaire

Les élèves de secondaire ont l'opportunité de participer à une gamme d'événements compétitifs et d'activités ProZap, conçus pour les mettre au défi et les inspirer. Tous les élèves auront l'occasion de concourir dans divers tournois tout au long de l'année.



LFS COMPÉTITION-CROSS-COUNTRY 🇫🇷

Entraînement de cross pour les collégiens et lycéens, axé sur l'endurance, la stratégie de course et la préparation aux compétitions SISAC et SSSA.

LFS COMPÉTITION-NATATION ELITE 🇫🇷 🇬🇧 🇨🇦

Entraînement intensif pour les nageurs d'élite, axé sur les techniques avancées, la vitesse, l'endurance et la préparation à des événements de haut niveau.

LFS COMPÉTITION - FOOTBALL 🇫🇷 🇬🇧

Entraînement avancé en football avec FD Academy, améliorant les compétences, les stratégies et la condition physique pour concourir à des niveaux élevés.

LFS COMPÉTITION-FOOTBALL FÉMININ 🇫🇷

Entraînement ciblé pour les footballeuses, développant les compétences, les stratégies et la condition physique pour concourir dans des tournois et matchs de haut niveau.

LFS COMPÉTITION-VOLLEYBALL 🇫🇷 🇬🇧 🇨🇦

Entraînement de volleyball compétitif, améliorant les compétences, le travail en équipe et les stratégies, préparant les joueurs aux tournois interscolaires

LFS COMPÉTITION-NATATION PRE-ELITE 🇫🇷 🇬🇧 🇨🇦

Prépare les jeunes nageurs pour l'équipe ELITE en développant les techniques, l'endurance et la compréhension des règles de compétition, construisant une base pour les niveaux avancés.

LFS COMPÉTITION-BASKETBALL 🇫🇷 🇬🇧 🇨🇦

Entraînement de basketball compétitif, visant à améliorer les compétences, les stratégies et le travail en équipe, préparant les joueurs aux tournois locaux et internationaux.

LFS COMPÉTITION-BADMINTON 🇫🇷 🇬🇧

Entraînement avancé en badminton, axé sur les techniques, les stratégies et le jeu en match pour préparer les joueurs aux événements compétitifs.

LFS COMPÉTITION-TENNIS DE TABLE 🇫🇷

Les élèves développent leurs techniques et stratégies de jeu pour progresser et se préparer sereinement aux compétitions locales.



ASC Loisirs pour les Élèves de Secondaire

Nos activités de loisirs pour les élèves de secondaire offrent une gamme d'options pour se détendre, s'amuser et explorer de nouveaux intérêts.

THÉÂTRE **ASC SHOW!**

Engagez-vous dans les arts du théâtre, en développant des compétences en jeu d'acteur, présence scénique et travail en équipe. Adapté à tous les niveaux de compétence.

DANSE K-POP **ASC SHOW!**

Apprenez des mouvements et des routines de danse K-Pop, en mettant l'accent sur le rythme, la coordination et l'expression personnelle. Adapté aux danseurs de tous niveaux.

JEU DE RÔLE

Participez à des jeux de rôle, en développant créativité, narration, coopération et prise de décision. Idéal pour ceux qui apprécient le jeu imaginatif.

NATATION LOISIR

Cours de natation pour les élèves du secondaire, axés sur l'amélioration des techniques, le renforcement de l'endurance et la promotion de la forme physique globale dans un environnement de soutien.

ATELIER E-SPORT

Les élèves s'entraînent en équipe sur des jeux compétitifs, en travaillant la communication, la stratégie et l'esprit sportif dans un cadre encadré.

GYMNASTIQUE

Les élèves apprennent et exécutent des mouvements variés au sol, des sauts et des équilibres, développant force, souplesse et coordination pour progresser dans des enchaînements structurés.



PROZAP 2026/2027

Le Projet de Zone Asie-Pacifique (PROZAP) permet aux établissements du réseau AEFE en Asie-Pacifique de se retrouver autour de rencontres et compétitions sportives organisées tout au long de l'année.

1 FOOTBALL (CAPF)

- Lieu : Bangkok
- Date : 21-25 janvier 2027
- Catégorie : Collège/Lycée (Garçons/Filles)

2 VOLLEYBALL (CAPV)

- Lieu: Ho Chi Minh-Ville
- Date: 25-30 janvier 2027
- Category: Lycée (Garçons/Filles)

3 BADMINTON (CAPB)

- Lieu : Vientiane
- Date : 26 -30 janvier 2027
- Catégorie : Collège/Lycée (Garçons/Filles)

4 BASKETBALL (CAPB)

- Lieu : Shanghai
- Date : 16-20 mars 2027
- Catégorie : Collège/Lycée (Garçons/Filles)

5 NATATION (CAPN)

- Lieu : Singapour
- Date : 05 - 10 avril 2027
- Catégorie : CM1-CM2/Collège/Lycée (Garçons/Filles)

6 FOOTBALL (CAPF)

- Lieu : Vientiane
- Date : 17-21 mai 2027
- Catégorie : CM1/CM2 / Collège (Garçons/Filles)



Informations Importantes

Jeudi 20 août : Programme des ASC disponible en ligne sur EDUKA

Mercredi 26 août :

Forum des ASC – découverte des activités et rencontre avec les intervenants

Samedi 29 août :

- Essais pour la Compétition LFS en Natation ELITE et pré-ELITE, Football FD Academy, Basketball et Volleyball
- Ouverture des inscriptions pour toutes les ASC Compétitions annuelles LFS (primaires et secondaires)

Dimanche 6 septembre 10h00 :

Ouverture des inscriptions pour les ASC Primaires Loisirs sur EDUKA

Lundi 7 septembre 20h00 :

Clôture des inscriptions pour toutes les ASC

Lundi 14 septembre :

Début des ASC et de la Compétition LFS

Mi-Janvier & Mi-Juin :

Les ASC Shows

Contacts:

asc.qingpu@lyceeshanghai.com

Tel: 3976 0555, poste 526