



Collège
Saint-Quirin

Offre d'enseignement
2025-2026

3e degré

Enseignement
Général de transition

Enseignement
Technique de transition

Présentation

Ens. général de transition

Au 3e degré général de transition, outre la formation commune pour laquelle il n'y a aucun choix à formuler, l'élève compose sa grille-horaire pour la partie optionnelle.

Formation commune

- Religion (2h)
- Français (4h)
- Formation géographique (2h)

Formation optionnelle

Toute grille doit également comporter

- une formation en :
 - Mathématiques
 - Sciences
 - Langue I
 - Formation historique
 - Education physique
- une ou des options (cf. La grille de choix pour les contraintes) :
 - Arts d'expression
 - Langue II anglais ou néerlandais
 - Langue III Espagnol
 - Latin
 - Sciences économiques

Arts d'expression

Option de base simple (4h)

L'option **Arts d'Expression** est destinée aux élèves des deuxième et troisième degrés des Humanités générales. Elle se décline en trois axes : Expression théâtrale, Education plastique et Education musicale, avec une utilisation importante de l'outil audiovisuel.

Accessible sans prérequis, l'option inscrit l'élève dans une démarche individuelle et collective. Grâce à une progression personnalisée dans les apprentissages, elle promeut la confiance en soi et le développement de chacun. L'élève se prépare à prendre une place active dans la vie économique, sociale et culturelle, en tant que citoyen responsable.

Le cours d'Arts d'Expression se décline en cinq compétences : faire, regarder/écouter, s'exprimer, connaître, apprécier. Il allie rigueur intellectuelle et créativité artistique. Il ouvre les portes à l'enseignement supérieur dans le domaine des médias, des arts du spectacle, des études littéraires, des métiers numériques ou des arts graphiques.

Les langages exploités (notamment le cinéma, la photographie, la bande dessinée, la chanson, l'audiovisuel, l'internet) favorisent l'épanouissement personnel, la participation active à la vie en société et l'ouverture aux autres. Ils éveillent la sensibilité esthétique et stimulent la créativité. Dans la relation aux autres, ces langages encouragent l'élève à la participation démocratique, l'échange interculturel et l'exercice de l'esprit critique. Le cours est une voie d'accès à la culture et au savoir afin de favoriser l'émancipation sociale.

Le cours privilégie le travail par projet : théâtre, adaptation d'un récit, montage poétique, collage de textes, montage audiovisuel, doublage, stop motion, expression corporelle, ballet, mime, cirque, exposition, musée vivant, réalisation vidéo, réalisation de sites Internet. L'élève s'inspire des matériaux à sa disposition (œuvres ou extraits d'œuvres) pour créer des éléments personnalisés et originaux.

L'option part à la découverte de professionnels, de lieux, d'événements, d'œuvres : visite d'expositions, participation au Festival du court-métrage de Huy, figuration dans un film, patrimoine, artistes et comédiens, etc.

Un voyage à Paris permet à l'élève de regarder, d'interroger, de participer et de créer, à travers un parcours dans les secteurs du cinéma, de l'audiovisuel, de l'architecture, de la musique et des formes d'arts.

Le Collège Saint-Quirin met à la disposition du cours d'Arts d'Expression des locaux spécifiques avec un tableau interactif et des supports numériques.



Education physique

Formation commune (2h)

Présentation

Ce cours fait partie de la formation commune obligatoire. L'orientation qui lui est donnée est l'initiation à des activités sportives multiples répondant au travail des trois champs d'activités en éducation physique (condition physique, habiletés gestuelles et coopération socio-motrice).

Contenu

Le travail s'organise par cycles de 6 semaines environ durant lesquels sont travaillés les mêmes contenus et compétences autour des activités suivantes :

- Condition physique : les élèves prépareront le petit triathlon au travers de la pratique de l'endurance (examen : 400m de natation ou course à obstacles, 13km de vélo, 3km de course à pied) et du renforcement musculaire.
- Habiletés gestuelles et motrices : gymnastique, sports de raquettes, expression corporelle
- Coopération socio-motrice : les différents sports collectifs.

Pour la période triathlon, le vélo et plus particulièrement le VTT est fréquemment utilisé. L'élève est donc amené à venir à l'école avec un vélo. Un stockage dans un local fermé est possible. Pour les étudiants ne disposant pas d'un vélo (ou pas en état de marche), un système de location est mis en place.

Quel que soit le nombre d'heures choisies, tous les élèves de 6e devront relever le défi du triathlon, examen concluant les 6 années de pratique sportive au collège. Les élèves choisissant l'option sport 4h auront une distance plus grande à parcourir. Une bonne partie de ces deux dernières années sera donc dédiée au travail de l'endurance et à la gestion de cette discipline.



Education physique

Option de base simple (4h)

Présentation

Ce cours est une **option**. La motivation de l'élève doit être le critère numéro un pour le choix de cette orientation. De fait, les exigences en termes d'implication sont plus importantes.

Prérequis

Cette orientation implique de la part de l'élève :

- Une **connaissance minimale des techniques de nage et de la pratique du vélo**.
- Un intérêt pour les différentes activités sportives quelles qu'elles soient.
- Une envie de découvrir, d'approfondir les spécificités des sports proposés.
- Une participation active et dynamique lors de toutes les activités proposées.
- Une réelle volonté d'apprendre, d'aller plus loin dans les disciplines.

Contenu

Les élèves continueront de manière « **plus pointue** » leurs apprentissages dans les disciplines abordées depuis la première année et ils découvriront certaines spécificités propres :

- Condition physique : les élèves affineront leurs connaissances en renforcement musculaire et prépareront le triathlon au travers de la pratique de l'endurance (vélo, natation, course à pied). L'examen sera en 5e le petit triathlon (400 m de natation ou course à obstacles, 13 km de vélo et 3 km de course à pied) et le grand triathlon en 6e (600 m de natation ou course à obstacles, 25 km de vélo et 3 km de course à pied).
- Habilités gestuelles et motrices : gymnastique, parkour, sports de raquettes, musculation, travail d'expression (danse, corps-parole, improvisation), notion de manutention, maintien postural, sauvetage,...
- Coopération socio-motrice : les différents sports collectifs et les jeux nouveaux (flag football, ultimate frisbee, tchouck-ball,...)
- Nous inviterons les élèves très régulièrement à découvrir d'autres activités sportives et à étoffer leur pratique à l'extérieur de l'école : squash, muscu, Crossfit, VTT, athlétisme,...
- Ils pourront participer à différents défis sportifs : le cross de la Sainte-Catherine, le triathlon, des journées sportives,...

La majorité des cours se donne à l'extérieur tout au long de l'année. L'élève est donc amené à adapter sa tenue au gré des saisons et de la météo (un casier pour l'équipement est disponible à la location). Le vélo et plus particulièrement le VTT est utilisé une grosse partie de l'année. L'élève est donc invité à venir à l'école avec un vélo. Un stockage dans un local fermé est possible. Pour les étudiants ne disposant pas d'un vélo, un système de location est mis en place.

Il est obligatoire de participer à l'ensemble des activités pour intégrer l'option.

Aucun certificat médical de dispense annuelle n'est accepté pour une partie des activités.

Quel que soit le nombre d'heures choisies, tous les élèves de 6e devront relever le défi du triathlon, examen concluant les 6 années de pratique sportive au collège. Les élèves choisissant l'option sport 4h auront une distance plus grande à parcourir. Une bonne partie de ces deux dernières années sera donc dédiée au travail de l'endurance et à la gestion de cette discipline.

Histoire

Option de base simple (4h)

L'**option Histoire** est destinée aux élèves du troisième degré souhaitant notamment enrichir leur compréhension du passé et affiner leur esprit critique. En complément et en approfondissement du cours classique d'Histoire, cette option met en lumière trois axes principaux : **Histoire, Art et Actualité**. Elle propose une approche approfondie et transversale, permettant aux élèves d'établir des liens entre les événements historiques, les productions artistiques et les grands enjeux du monde contemporain.

Cette formation dépasse l'apprentissage factuel de l'Histoire en encourageant l'analyse **critique des sources**, la **réflexion argumentée** et la **mise en perspective des récits historiques**. À travers l'étude et l'analyse de documents variés (témoignages, archives, iconographie, presse, œuvres d'art), les élèves affinent leur capacité à discerner le vrai du faux, à peser la fiabilité des témoignages et à comprendre les mécanismes de construction des récits historiques.

L'option développe également des compétences en **écriture** et en **expression orale**. Rédaction de synthèses, travaux de recherche, présentations orales et débats permettent aux élèves de structurer leur pensée et d'améliorer leur communication.

Dans une démarche dynamique et interactive, en fonction des thématiques, le cours privilégie notamment le **travail par projet**, l'**analyse d'œuvres historiques et artistiques**, la **visite d'expositions**, l'**exploration de sites patrimoniaux**,... Des sorties culturelles et voyages sont aussi organisés pour enrichir la découverte des grandes périodes historiques et favoriser une immersion concrète dans l'Histoire.

Enfin, l'option Histoire constitue une excellente préparation aux études supérieures dans des domaines variés tels que les sciences humaines, le journalisme, les sciences politiques, le droit, la communication ou les métiers du patrimoine. En développant la curiosité intellectuelle, l'esprit critique et les compétences analytiques, elle forme des citoyens éclairés et engagés dans la compréhension du monde qui les entoure.

Vidéos et photos

Présentation de l'option, des voyages à Paris et à Versailles sur la page facebook « stquirinhuu »

Langue I

Anglais - Néerlandais (4h)

Présentation

Comme c'est déjà le cas dans les autres degrés, **4 compétences** sont évaluées (EO-EE-CA-CL) ainsi que le code (grammaire- vocabulaire) sans lequel l'apprentissage d'une langue n'est pas possible.

L'**objectif** de ce cours à 4h est de fournir des bases solides aux élèves afin de les préparer au mieux aux exigences des études supérieures.

Anglais

En plus des thèmes généraux abordés en classe, l'élève devra travailler en autonomie le vocabulaire des « News ». Cela lui permettra d'améliorer sa compréhension à l'audition et ses performances lexicales et grammaticales.

Néerlandais

Le cours est axé sur différentes thématiques et sources authentiques en lien direct avec le vécu quotidien des étudiants de 5e et 6e années. Des articles de presse ainsi que le TV-journaal ou la VRT viennent occasionnellement le compléter.

Langue I

Néerlandais (2h)

Public cible

Le cours de langue I néerlandais à 2h convient particulièrement aux élèves éprouvant des difficultés en 4e année. Il permet de répondre à un besoin de révisions grammaticales et lexicales .

Certains élèves opteront également pour ce choix de langue afin de répondre à un choix personnel comme privilégier d'autres options.

Il va de soi que la quantité de matière et le niveau de langue ne seront pas équivalents à un cours à 4h.

Il est important de souligner que tout élève qui optera pour la langue I à 2h, devra obligatoirement suivre une langue II ou III à 4h. La langue II à 4h est en continuation des années précédentes. La langue III Espagnol débute en 5e année.



Langue II Anglais

Option de base simple (4h)

Présentation et contenu

Le cours se construit sur l'apprentissage entamé au deuxième degré; il le prolonge, l'étend et le développe.

A l'issue du degré, l'élève sera capable de comprendre à l'audition et à la lecture des messages authentiques (presse écrite et télévisée, émission télévisée...) exprimés dans une langue standard avec d'éventuelles colorations régionales ou sociales peu marquées, énoncés à un rythme normal et relatifs à des contenus variés. Il devra également pouvoir s'exprimer à l'oral comme à l'écrit dans une langue standard aisément compréhensible par un locuteur natif.

Comme c'est déjà le cas dans les autres degrés, **4 compétences** sont évaluées (EO-EE-CA-CL) ainsi que le code (grammaire- vocabulaire) sans lequel l'apprentissage d'une langue n'est pas possible.

L'**objectif** de ce cours à 4h est de fournir des bases solides aux élèves afin de les préparer au mieux aux exigences des études supérieures.



Langue II Néerlandais

Option de base simple (4h)

Pourquoi apprendre le néerlandais ?

Comme pour toute autre langue, mais plus encore dans le cas d'un pays multilingue, apprendre le néerlandais est un acte de reconnaissance pleine et entière de l'Autre qui permet de mieux se connaître et de mieux se comprendre au-delà de nos différences. Apprendre le néerlandais, c'est aussi le plaisir de surmonter la barrière de la langue et de partager un art de vivre commun avec nos voisins du nord du pays.

En outre, sur le marché belge de l'emploi, apprendre le néerlandais, c'est s'assurer de pouvoir postuler à 100% des offres. Les profils parfaitement bilingues se font rares puisqu'ils sont pratiquement en situation de plein emploi. Seuls environ 20 % des employeurs acceptent des profils unilingues.

Description et objectifs du cours

Le cours se construit sur l'apprentissage entamé au deuxième degré; il le prolonge, l'étend et le développe.

A l'issue du degré, l'élève sera capable de comprendre à l'audition et à la lecture des messages authentiques (presse écrite et télévisée, émission télévisée...) exprimés dans une langue standard avec d'éventuelles colorations régionales ou sociales peu marquées, énoncés à un rythme normal et relatifs à des contenus variés. Il devra également pouvoir s'exprimer à l'oral comme à l'écrit dans une langue standard aisément compréhensible par un locuteur natif.

La Fédération de l'enseignement secondaire catholique fixe le niveau B 1 comme objectif à atteindre au terme du degré, c'est-à-dire un niveau qui s'approche de celui des élèves qui ont opté pour le néerlandais comme première langue moderne (LM1). Quoiqu'il en soit, ce cours de 4h par semaine fournit des bases solides aux élèves afin de les préparer au mieux aux exigences des études supérieures et de la vie professionnelle.



Langue III Espagnol

Option de base simple (4h)

Le cours de langue III Espagnol proposé en 5e année s'adresse à des débutants complets. Il ne nécessite donc aucun prérequis.

L'espagnol est une langue dite « romane », c'est-à-dire qu'elle est, comme le français, issue du latin. Cette origine commune assure aux 2 langues des similitudes tant lexicales que grammaticales.

Comme tout cours de langue moderne, le cours d'espagnol a pour objectif de travailler les **4 compétences** de communication à savoir :

- La compréhension à l'audition ;
- La compréhension à la lecture ;
- L'expression écrite ;
- L'expression orale (avec et sans interaction.)

Le **vocabulaire** abordé au cours traitera des domaines comme les achats, les caractéristiques personnelles, la famille et les amis, les congés, loisirs, hobbies, intérêts, la vie culturelle (chansons, cinéma, arts, ...), l'éducation, l'habitat, foyer et environnement, les lieux et directions, la nourriture et boissons, les relations avec les autres, la santé et le bien-être, les services, le temps qu'il fait et le temps qui s'écoule, les transports et voyages, la vie quotidienne ; ...

Quant aux **mécanismes linguistiques étudiés**, ils seront déterminés par les intentions de communication, dont : aborder, prendre contact ; accepter ; s'assurer de la compréhension ; blâmer ; caractériser ; confirmer, demander confirmation ; commander ; conseiller ; décrire ; demander ; épeler ; (s)'excuser ; expliquer ; féliciter ; (s)'informer ; inviter ; justifier ; offrir ; prendre congé ; (se) présenter ; promettre ; proposer ; raconter ; réclamer ; refuser ; remercier ; remplir, compléter ; rendre compte ; (se) renseigner ; répondre ; résumer ; saluer ; ...

Un **manuel** sera utilisé durant les deux années.

En complément du manuel, d'autres **outils et supports** pourront être utilisés tout au long de l'année.



Latin

Option de base simple (4h)

Objectifs

S'inscrivant, en toute logique, dans la continuité des années précédentes, le cours de latin du 3e degré s'articule autour de deux grands pôles : la langue et la culture.

En 5e et 6e années, il s'agit bien évidemment de récolter les fruits de l'apprentissage et de l'investissement des années antérieures. Si les quatre premières années visent à asseoir les bases lexicales et grammaticales de la langue, on développera davantage ici le commentaire de textes et la traduction, de plus en plus littéraire, d'extraits de grands auteurs de poésie et de prose.

La spécificité du cours réside également dans le choix de **thèmes** invitant à la réflexion et à l'actualisation : les mythes et leur postérité dans l'art et la littérature, le bonheur, le pouvoir de la parole, la place de l'enfant dans la société, le voyage, l'exil, ...

Des sorties culturelles sont organisées pour découvrir une exposition temporaire, un musée, une pièce de théâtre, etc. Un voyage à Rome est également proposé.

Finalités

Par les démarches intellectuelles que demande la traduction, le latin est essentiellement une formation à la résolution de problèmes. C'est un de ses points forts dans la formation de l'esprit.

Le va-et-vient répété entre la langue latine et la langue de traduction est l'occasion d'affiner encore la maîtrise du français, tant au niveau de la lecture que de l'expression orale et écrite.

En lisant un écrivain ancien avec le souci de bien le comprendre, on s'ouvre à l'autre, à son mode de vie et de pensée. En confrontant les idées qu'il exprime et ce qu'elles disent de son époque avec son propre vécu ou l'actualité, on agrandit le champ de ses expériences humaines.

Le cours de latin constitue donc une excellente assise pour tout choix d'études ultérieures et participe utilement à la formation culturelle et humaine des élèves.

Traduire, c'est nouer un dialogue qui dépasse les limites de temps, d'espace et les différences culturelles. [...] Ainsi si la traduction stimule l'esprit de recherche d'analyse et de synthèse, elle exerce une autre capacité : apprendre à écouter, à questionner avant de pouvoir 're-dire' ce que l'autre a voulu communiquer. (G. Schouppe et B. Habebben, FPGL, n°118)

Comme dans toutes les langues, les mots latins reflètent une culture – en l'occurrence celle qui fonde la nôtre – et, ipso facto, invitent à s'y plonger. Sans être le principe du cours, la culture apparaît bien là, en plein centre. Découverte et comprise par l'intérieur [...] plutôt que de l'extérieur comme un phénomène observé à distance. Serait-ce pousser le bouchon trop loin que d'affirmer que la confrontation avec le latin éduque à la citoyenneté ? (F.-X. Druet, LLB, 28 mars 2017)



Sciences

3h - 6h - 8h

La vie quotidienne dans la société du 21e siècle est à ce point influencée par les sciences et les techniques que tout citoyen, quel que soit son niveau social, doit pouvoir accéder à des savoirs scientifiques actualisés et être capable de raisonnements adéquats.

Pour cette raison, tous les élèves doivent suivre un cours de sciences dans leur grille horaire. Voici les possibilités offertes.

Sciences de base (3h)

Le cours de sciences de base a pour principal objectif de développer des aptitudes et des compétences nécessaires à chacun pour gérer sa vie de citoyen. Ce cours apporte donc une **culture générale** pour comprendre les notions scientifiques véhiculées dans les médias et la vie quotidienne.

Ce cours s'articule en : biologie (1h), chimie (1h) et physique (1h).

Sciences générales (6h)

Le cours à option de sciences générales a pour objectif de développer des attitudes et des compétences utiles à chacun pour gérer sa vie de citoyen. Il détaillera, en outre, des savoirs spécifiques nécessaires à ceux qui orienteront leur **formation vers les sciences**, les mathématiques ou la technologie.

Ce cours est divisé en 3 disciplines bien distinctes : biologie (2h), chimie (2h) et physique (2h).

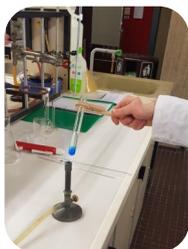
Une attention plus particulière est accordée à l'expérimentation et des activités en relation avec les universités et/ou hautes écoles proches sont habituellement organisées.

Préparation aux études supérieures : sciences (2h)

L'activité complémentaire « Préparation aux Etudes Supérieures Scientifiques » a pour objectifs de :

- Aborder des matières nécessaires pour débiter des études universitaires scientifiques (absentes dans le programme sciences générales mais présentes dans les cours préparatoires de l'Université)
- Approfondir des points de matières abordés au cours de sciences générales.
- Résoudre des applications concrètes en utilisant davantage les outils mathématiques et informatiques.
- Illustrer le cours par divers laboratoires qui permettront de se familiariser avec les procédures expérimentales, l'élaboration d'une recherche et l'utilisation de modèles.
- Utiliser les procédures de communication en vue de rédiger un rapport clair et structuré.

Ce cours s'adresse uniquement aux élèves ayant déjà le cours de sciences générales 6h.



Sciences économiques

Option de base simple (4h)

« **L'Économie est une étude de l'humanité dans l'activité ordinaire de la vie.** »

Alfred Marshall, grand économiste britannique du 19e siècle, dans son ouvrage Principes de l'Économie, 1890.

L'Économie est une science sociale. Elle se définit notamment par une façon particulière de considérer les comportements humains ; elle étudie la manière dont les individus, les groupes, les sociétés utilisent des ressources rares en vue de satisfaire au mieux leurs besoins illimités. Elle pourrait être qualifiée de « la science de la rareté et des choix ».

L'Économie n'est donc pas une science exacte. « L'économiste est celui qui vous explique le lundi pourquoi ce qu'il avait prédit le samedi n'est pas arrivé le dimanche » (*Laurence Peter*)

L'Économie est porteuse de valeurs. Les économistes peuvent avoir des valeurs différentes et, par conséquent des points de vue différents concernant la gestion et la politique du monde. Par exemple la vision libérale ou socialiste. Pour certains, tout est dominé par l'Économie... Pour d'autres, l'Etat entrave la bonne marche de l'Économie... Pour d'autres encore, notre système économique, politique et social amorce un tournant, l'altermondialisme...

Finalités

- Faire découvrir que l'Économie est une science qui éclaire les choix, les stratégies d'action des acteurs de l'Économie (les agents économiques) que sont les ménages, les entreprises et les pouvoirs publics. Les apprentissages devraient aider à :
 - faire des choix, prendre des décisions en connaissance de cause ou comprendre les choix posés par d'autres ;
 - apprendre à distinguer ce qui relève de l'analyse économique de ce qui relève des conceptions philosophiques, des conflits d'intérêt, des rapports de force. En sachant que tout est lié...
- Former des citoyens responsables et engagés grâce à une meilleure compréhension du monde dans lequel nous vivons.

4 grandes familles de compétences du cours

Mener une recherche, appliquer une théorie, poser un problème, confronter des théories sur un même problème. En **pratique**, les notions théoriques illustrées par des exemples et documents et vérifiées par des exercices occuperont une place primordiale dans le cours.

Quelques points de matières vus

- En 5e, essentiellement de la micro-économie : la loi de l'offre et de la demande, le marché des biens et des services, le marché du travail, Droit civil comme les contrats, ...
- En 6e, essentiellement de la macro-économie : indicateurs et mesure de l'économie comme le PNB, les facteurs de croissance, le développement, la sécurité sociale et le marché du travail en Belgique, la politique économique européenne, le Droit international et ses conséquences sur le système législatif belge, ...

Remarques

On peut choisir le cours de Sciences économiques sans en avoir jamais fait auparavant.

Un esprit d'ouverture au monde et la curiosité sont des atouts !!!

Présentation

Ens. technique de transition

Uniquement en 5e année en 2025-2026.
En 5e et 6e années dès 2026-2027.

Au 3e degré **technique de transition**, la grille-horaire est composée de la formation commune, identique à l'enseignement général de transition et de l'option de base groupée :

Formation commune

- Religion (2h)
- Français (4h)
- Formation géographique (2h)
- Formation historique (2h)
- Mathématiques (4h)
- Langue I anglais ou néerlandais (4h)
- Sciences (3h ou 6h)

Option de base groupée

- Education physique : sports collectifs et individuels (8h)

Education physique

Sports collectifs et individuels

Option de base groupée (8h)

Finalité

La finalité de l'option Technique de Transition Education Physique est de permettre à des élèves motivés pour la pratique sportive intensive de poursuivre une scolarité de bon niveau tout en bénéficiant d'une option de base groupée conséquente, à savoir 8h de sport par semaine. La formation commune proposée à la grille horaire étant identique à celle de l'enseignement général de transition, ces élèves ont en effet l'opportunité de se préparer aux études supérieures. Pour ceux qui se destinent plus spécifiquement à des études sportives (coach sportif), paramédicales (kinésithérapie, psychomotricité, ergothérapie...), ou encore pédagogiques (professeur d'éducation physique), le Collège offre la possibilité de choisir le cours de Sciences 5h.

Présentation

Les 8h d'Education physique (activités collectives et individuelles) abordent les dominantes sportives suivantes :

- Condition physique : course à pied (course, orientation, trail, athlétisme), vélo (technique vélo, run and bike, VTT), renforcement musculaire (circuit, fitness, cross fit), épreuves combinées (duathlon, triathlon).
- Natation : technique, sprint, endurance, survie, sauvetage.
- Sports Raquettes : tennis de table, badminton, pickel-ball, tennis - padel
- Sports acrobatiques : gymnastique, parkour, acro
- Sports collectifs : hand-ball, volley-ball, basket-ball, floor-ball, base-ball, minifoot
- Sports nouveaux : kin-ball, pull-ball, flag foot-ball, ultimate frisbee, tchouk-ball
- Sports d'opposition
- Expression corporelle : danse, impro

Des apprentissages théoriques (notions de sécurité, de santé, d'anatomie, ... sont également abordés, en lien avec les activités pratiques. Ceux-ci sont réalisés en salle de sport et/ou en classe.

Prérequis

Il n'y a pas de prérequis nécessaire au choix de l'option.

Cependant il est bon de savoir que :

- Certains cours se donnent à l'extérieur. L'élève est donc amené à adapter sa tenue au gré des saisons et de la météo (un casier pour stocker de l'équipement est disponible à la location).
- Le vélo, et plus particulièrement le VTT, est utilisé une grande partie de l'année. L'élève est donc amené à venir à l'école avec un vélo. Un stockage dans un local fermé est possible. Pour les étudiants ne disposant pas d'un vélo (ou dont le vélo n'est pas en bon état), un système de location est mis en place.

Remarque

Il est obligatoire de participer à l'ensemble des activités pour intégrer l'option. Aucun certificat médical de dispense annuelle n'est accepté pour une partie des activités.