

ACTIVITÉS PARASCOLAIRES

RSEQ
EST-DU-QUÉBEC



JOURNÉE D'ACTIVITÉS

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

RSEQ

EST-DU-QUÉBEC

Animation - Plaisir - Découverte - Variété

Les journées d'activités sont offertes à votre école par le RSEQ-EQ, afin de :

- Faire vivre aux enfants une journée inoubliable d'activités lors d'une journée pédagogique, journée spéciale ou journée d'école régulière.
- Favoriser la découverte d'activités ludiques et sportives.
- Développer de nouvelles habiletés motrices et cognitives.

SERVICE COMPLET PAR LE RSEQ-EQ

Sélection des activités selon votre intérêt.

Développement de la programmation en fonction du temps et de l'option choisie.

Matériel fourni par le RSEQ-EQ.

Équipe d'animation dynamique.

Pour informations

Élie Belzile, responsable des activités journées pédagogiques du RSEQ-EQ

elie.belzile@rseq-eq.com | rseq-eq.com

PROGRAMMATION

Voici les deux options qui vous sont offertes:

Option 1: Choix de jeu ludique et actif

Bubble soccer

- Explication des règles de sécurité
- Course à relais
- Match ou tournoi de soccer

Autres jeux à venir

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

RSEQ

EST-DU-QUÉBEC

Option 2: Choix de 4 activités, sous forme d'ateliers de 20 minutes

Pickle ball

- Maniement de la raquette
- Échange 2 par 2
- Match en double

Crossfit

- Parcours d'agilité
- Corde à sauter
- Exercices de vitesse, flexibilité, impulsion, etc.

Flag Football

- Jeux actifs pour s'initier au matériel
- Situations de jeu
- Match en rafale

Arts Martiaux

- Initiation à différentes disciplines

Yoga

- Initiation aux bases du yoga

Athlétisme

- Initiation aux différentes disciplines
- Apprentissage technique du lancer du poids

Baseball5

- Sans équipement
- Initiation aux règlements du baseball

Tarification

Option 1

Demi-journée : 500\$

Journée complète: 800\$

Option 2

Demi-journée: 800\$

Journée complète: 1300\$