

Guide des options 2023-2024

ARTS PLASTIQUES

Cette option permet aux élèves d'affirmer leur créativité avec des projets qui leur sont propres, en fonction de leur intérêt et de leur désir. Elle s'adresse à des jeunes passionnés de l'art qui ont le goût d'explorer une ou plusieurs technique (s). Le petit groupe permet un plus grand univers de possibilités et, par le fait même, plus d'autonomie dans les projets tout au long de l'année.

BASKET / SKI & SNOW

Ce profil a pour but d'offrir l'opportunité à élève de développer des connaissances et des compétences techniques, physiques, tactiques, psychologiques et d'engagement liées au basketball.

L'accent sera mis dès le départ sur les techniques fondamentales. L'élève-athlète apprendra à jouer à toutes les positions pour bien comprendre le rôle de chacun, son importance et son influence. Nous mettons également l'emphase sur l'utilisation de l'espace du terrain ainsi que sur les tactiques les plus répandues. La période hivernale sera consacrée au ski & snow.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Le cours sera divisé en deux parties; la musculation et l'activité physique.

L'élève suivra un programme d'entraînement adapté à sa condition physique. Des objectifs d'amélioration lui seront suggérés. Selon sa capacité et sa motivation, il pourra poursuivre son programme à plusieurs moments au CHS. L'activité physique complémentaire consistera à intégrer un sport croisé qui aidera au maintien de la forme physique globale.

Jumelage possible :

Cond. physique/Ski : Cond. physique au printemps et à l'automne et Ski & Snow durant la saison hivernale

CUISINE

Dans le cadre du cours à option cuisine, plusieurs ateliers seront offerts : l'hygiène et salubrité, le maniement des ustensiles, des recettes, des bases pour faire une épicerie, apprendre sur les différents groupes alimentaires, etc. De plus, différentes sorties scolaires sont à l'agenda comme la visite de l'école hôtelière de la Capitale, la visite d'une ferme maraîchère, la visite d'une ferme laitière et une sortie au restaurant. Le cours s'adresse autant aux débutants qui souhaitent apprendre les bases en cuisine, ceux qui ont déjà de l'expérience et qui souhaitent développer leurs connaissances ou ceux qui aiment tout simplement manger.

DANSE

C'est l'occasion de plonger dans l'univers de la danse sous toutes ses formes. L'option Danse est là pour toucher à tous les aspects de ce sport : entraînement, techniques de base, création personnelle et style de danse variés (hip-hop, contemporain, jazz et plus encore). Le but est de s'amuser en travaillant en équipe, de s'entraîner tout en développant des compétences personnelles et artistiques. Cette option permet le dépassement de soi qui mènera à un spectacle devant public à la fin de l'année scolaire. Musique, costumes, décors et création seront au rendez-vous!

MULTISPORTS

Avec l'option Multisports, l'élève pourra expérimenter une variété d'activités sportives extérieures et intérieures. L'élève fera face à des défis physiques et psychologiques. L'élève doit avoir une belle ouverture d'esprit afin de participer activement aux activités proposées. L'escalade, la raquette, le ski de fond, sports divers au gymnase à Beaupré et la randonnée en montagne ne sont que quelques exemples d'activités qui peuvent s'offrir à l'élève.

Jumelage possible :

Multisports/Ski : Multisports au printemps et à l'automne et Ski & Snow durant la saison hivernale

SCIENCE ET TECHNOLOGIE DE L'ENVIRONNEMENT

Le cours optionnel Science et technologie de l'environnement (STE) vise à consolider la formation scientifique et technologique des élèves et constitue un préalable pour accéder aux programmes optionnels de Chimie et Physique offerts en 5e secondaire.

AJOUT SKI/SNOW mercredi pm : (saison de glisse)

En collaboration avec les stations de ski de la région, cette option sera divisée en trois parties. À l'automne, les jeunes seront aux activités avec le reste de l'école. Durant la saison hivernale, les mercredis après-midi seront consacrés à la pratique des sports de glisse (ski alpin, planche à neige). Au printemps, les élèves poursuivront avec le reste de l'école en activité du mercredi. Cette option peut être jumelée avec toutes les options offertes.

MATHÉMATIQUES

Secondaire 4 et 5

MATHÉMATIQUES CST4

Ce cours est un cours de formation générale de secondaire 4. Aucun prérequis.

MATHÉMATIQUES CST5

Ce cours est un cours de formation générale de secondaire 5. Prérequis : CST4 ou SN4.

MATHÉMATIQUES SN4

Ce cours de mathématique est un prérequis pour plusieurs formations collégiales, dont les Sciences de la nature et les formations techniques comportant des sciences. Aucun prérequis.

MATHÉMATIQUES SN5

Ce cours de mathématique est un prérequis pour plusieurs formations collégiales, dont les Sciences de la nature et les formations techniques comportant des sciences. Prérequis : SN4.

CHOIX SUPPLÉMENTAIRES

Secondaire 5 seulement

Choix #1

Programme régulier incluant :

PROJET PERSONNEL

L'option projet personnel est une occasion unique pour l'élève de parcourir et survoler le monde des adultes de demain. À travers différents thèmes, celui-ci pourra apprendre à mieux se connaître, à travailler la débrouillardise et à se façonner une identité qui lui est propre. Durant l'année, l'élève parcourra différents thèmes, tels que les responsabilités, l'appartenance, l'argent ; tout cela dans le but de les amener vers le monde adulte.

OU

Choix #2

CHIMIE ET PHYSIQUE

Les options Chimie et de Physique de 5^e secondaire s'inscrivent dans la continuité de vos cours de sciences (STE) au secondaire. Ces cours sont des prérequis pour le DEC en science de la nature ou autres techniques comportant des sciences.

Selon le choix de technique au collégial, ces options sont peut-être des préalables. Par exemple, les techniques suivantes le demandent ; hygiène dentaire, réadaptation physique, soins infirmiers, diététique, génie civil, électronique et industrielle, etc.