

✦ Lycée Français International d'Accra ✦
Jacques Prévert

ACTIVITÉS PÉRISCOLAIRES

EXTRA CURRICULAR ACTIVITIES



ABC



Découvrez l'ensemble des activités périscolaires
proposées aux élèves du LFIA de la PS au CM2

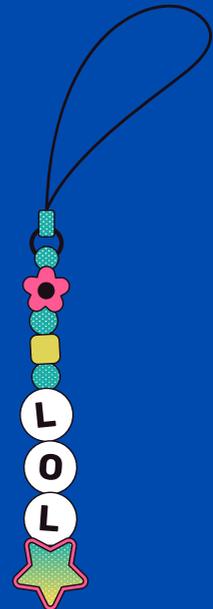
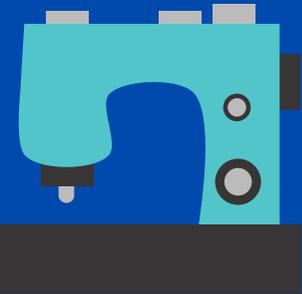
Discover the extra curricular activities proposed
to LFIA's pupils from PS to CM2

LES ARTISTES DU FUTUR THE ARTISTS OF FUTURE



Evasion, motricité et concentration ne font qu'un. Un excellent moyen pour nos artistes en herbe d'explorer leur créativité.

Escape, motorskills and focus become one. An excellent way for our aspiring artists to explore their creativity.



ARTS

Abubakar Sadik & Isa BOATENG 3-11 ans (English)

1. Tout peut être recyclé, redonné vie, détourné, etc. avant d'arriver à la poubelle.
2. Le fait de toucher et manipuler ces objets amène votre enfant à découvrir son environnement et explorer les textures et les sons.
3. En laissant l'enfant créer, on lui permet de concevoir le monde tel qu'il le voit. Laissez son imagination le guider.
La créativité se manifeste de plusieurs façons et cela l'aide à comprendre le monde qui l'entoure
4. En fabriquant des jouets et en concevant des activités à partir d'objets usuels, votre enfant apprend que, pour s'amuser, il n'est pas toujours nécessaire d'avoir des jouets sophistiqués. Il développe aussi l'habitude d'utiliser, à d'autres fins, des objets qui ont perdu leur fonction première. La plupart du temps, il suffit d'un peu de colle, de ciseaux et d'une touche de couleur.

1. Everything can be recycled, given a new life, diverted, etc. before it ends up in the garbage.
2. Touching and manipulating these objects leads your child to discover their environment and explore textures and sounds.
3. Letting children create allows them to see the world as they see it. Let their imagination guide them. Creativity manifests itself in many ways and this helps them understand the world around them.
4. By making toys and designing activities from everyday objects, your child learns that sophisticated toys are not always necessary to have fun. They also develop the habit of using objects that have lost their original purpose for other purposes. Most of the time, all that is needed is a little glue, scissors and a touch of color.

HAPPY



1. La couture pour développer son attention et sa concentration La couture se révèle être une excellente leçon de patience et de volonté : les enfants apprendront à rester calme face à la difficulté de l'activité manuelle, sans perdre patience et se décourager.
2. La couture pour développer ses facultés cognitives La couture, comme tout autre activité manuelle, viendra stimuler la plasticité cérébrale de votre enfant et lui permettra d'établir ces nouvelles connexions. Les actions réalisées en couture stimulent les mêmes parties du cerveau que celles utilisées lors d'exercices logiques et mathématiques !
3. La couture pour développer son imagination, sa sensibilité et sa créativité C'est peut-être le bénéfice le plus évident de la pratique de la couture, et pourtant, il reste toujours intéressant à souligner.
4. La couture pour développer sa motricité et sa coordination De par ses techniques qui demandent beaucoup de précisions, la couture est l'exercice parfait pour développer sa motricité fine et sa coordination. Lui enseigner la couture, c'est lui apprendre à aimer le fait-maison, à consommer la mode de manière plus responsable, à sélectionner de beaux produits, à devenir débrouillard...



Couture

Yvonne Plange

6-11 ans

(English)

1. Sewing to develop attention and concentration Sewing is an excellent lesson in patience and willpower: children will learn to remain calm in the face of the difficulty of the manual activity, without losing patience and becoming discouraged.
2. Sewing to develop cognitive faculties Sewing, like any other manual activity, will stimulate your child's brain plasticity and allow them to make those new connections. The actions performed in sewing stimulate the same parts of the brain as those used in logical and mathematical exercises!
3. Sewing to develop imagination, sensitivity and creativity This is perhaps the most obvious benefit of sewing, and yet it is still worth noting.
4. Sewing to develop motor skills and coordination Because of the precision of its techniques, sewing is the perfect exercise for developing fine motor skills and coordination. Teaching the child to sew is teaching her/him to love home-made products, to consume fashion more responsibly, to select beautiful products, to become resourceful...

1. Le loisir créatif sollicite notre hémisphère cérébral droit, celui de l'imagination et de la création. Notre cerveau sécrète alors des hormones du plaisir et de la récompense (endorphine, sérotonine, dopamine, etc.) qui favorisent le bien être. On entre dans un cercle vertueux, dans une spirale positive."

2. Se concentrer sur une tâche qui sollicite nos sens (la vue, le toucher etc.), nous permet de sortir de nos préoccupations et pensées négatives. On se « vide » la tête.

3. Les loisirs créatifs permettent de s'émerveiller des ressources que l'on découvre en soi. On se voit capable de réaliser un objet, on dépasse ses limites sans effort, on se découvre des talents insoupçonnés. Nous sommes remplis de fierté d'avoir fait, quel que soit le résultat.

4. S'adonner à un loisir créatif crée du lien. Lors des ateliers, nous partageons nos aptitudes, nos expériences ... Il y a autant de goûts que d'artistes

Atelier de perles Beading workshop Priscilla Atura 6-11 ans (Français)

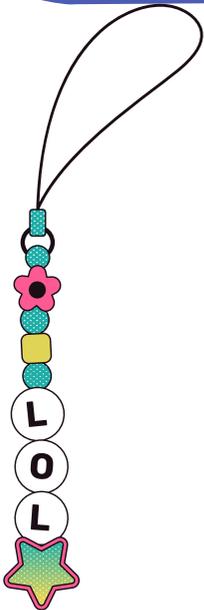


1. Creative leisure activities stimulate our right cerebral hemisphere, the one of imagination and creation. Our brain then secretes hormones of pleasure and reward (endorphin, serotonin, dopamine, etc.) which promote well-being. We enter a virtuous circle, in a positive spiral."

2. Focusing on a task that engages our senses (sight, touch etc.), allows us to get out of our worries and negative thoughts. We "clear" our heads.

3. Creative leisure activities allow us to marvel at the resources we discover within ourselves. We see ourselves capable of making an object, we go beyond our limits without effort, we discover unsuspected talents. We are filled with pride of having done, whatever the result.

4. Engaging in a creative hobby creates a bond. During the workshops, we share our skills, our experiences ... There are as many tastes as there are artists.



JEUX ET STRATEGIES GAMES AND STRATEGY

Des activités pour développer la mémoire et la réflexion tout en s'amusant.

Activities for developing the memory and reflexion while having fun.



1. Le jeu d'échecs est un jeu de réflexion qui va permettre de développer les capacités de votre enfant à se concentrer, à calculer les conséquences de ses coups et à anticiper les réponses de son adversaire.

2. Durant les parties, il sera confronté à des problèmes (comment me défendre ? Où dois-je mettre cette pièce ?) qu'il devra apprendre à analyser et à résoudre par lui-même, sans l'aide d'un adulte. Il devra ainsi faire des choix basés sur la réflexion plutôt que sur l'instinct.

3. Pour les plus jeunes, jouer aux échecs leur apprendra la numération (si je te prends une Tour qui vaut 5 contre ce Cavalier qui vaut 3, qui a gagné le plus ?), à se repérer dans le plan (les cases de l'échiquier sont numérotées comme à la bataille navale), la lecture de l'heure et la gestion du temps (chaque joueur dispose d'un temps de réflexion limité)

Jeu d'échecs
Chess game
Clinton Fomevor
6-11 ans
(English)



1. Chess is a game of reflection that will develop your child's ability to concentrate, to calculate the consequences of his moves and to anticipate his opponent's responses. 2. During the games, your child will be confronted with problems (how do I defend myself? Where do I put this piece?) that he or she will have to learn to analyze and solve by himself or herself, without the help of an adult. He will have to make choices based on reflection rather than on instinct. 3. For the youngest, playing chess will teach them numbering (if I take a Rook worth 5 against this Knight worth 3, who won the most?), how to find their way around the board (the squares of the board are numbered like in a naval battle), how to tell the time and how to manage time (each player has a limited amount of time to think).

Les petits ingénieurs

Building Bricks

Gilles Houinato

6-11 ans
(Français)

1. Motricité : la manipulation de petites pièces nécessite précision dans les gestes. Les enfants développent leur habileté manuelle. 2. Imagination : avec les jouets de construction, filles et garçons peuvent créer robots, camions de pompiers et châteaux forts à partir de simples briques. Plus le jouet de Lego® sera basique, plus l'enfant pourra laisser libre cours à son imagination. 3. Concentration : les enfants gardent un niveau d'attention élevé pendant un temps déterminé, ce qui est bénéfique pour l'acquisition de savoirs. 4. Avec les jeux de construction comme le Lego®, les enfants développent des savoir-être qui leur serviront tout au long de leur vie. Les conditions doivent être réunies pour que l'enfant soit dans un état d'apprentissage optimal. Au-delà du plaisir procuré par le jeu de Lego®, les adultes devront veiller à ce qu'il se sente à l'aise. L'intérêt étant qu'il perçoive ces activités comme de vrais loisirs pour réellement apprendre.

1. Motor skills: handling small parts requires precision in gestures. Children develop their manual skills. 2. Imagination: with construction toys, girls and boys can create robots, fire trucks and castles from simple bricks. The more basic the Lego® toy, the more the child can let their imagination run wild. 3. Concentration: Children maintain a high level of attention for a set amount of time, which is beneficial for learning. 4. With construction games like Lego®, children develop life skills that will serve them throughout their lives. The conditions must be met for the child to be in an optimal learning state. Beyond the pleasure provided by the Lego® game, the adults must make sure that the child feels at ease. The interest is that he perceives these activities as real leisure to really learn.



LES ETOILES DU SPORT

THE SPORT STARS



Se dépenser et acquérir l'esprit d'équipe, les activités sportives permettent aux élèves de se dépasser et d'entretenir leur forme physique de façon ludique.

Working out and learn the team spirit, the sport activities allow the students to go beyond while maintaining their health in a fun way.



Activité de plein air, le football est aussi un sport collectif. 1. Il va donc apprendre à l'enfant à vivre en société et à respecter l'autre, tout en éveillant l'esprit d'équipe sous toutes ses formes : esprit de compétition, affirmation de soi au sein d'un collectif, sacrifice pour le coéquipier... 2.

Sur un plan physique, c'est un sport complet, particulièrement bénéfique en terme de santé cardiovasculaire et de renforcement musculaire et osseux, qui va donner aux plus jeunes le goût de l'effort physique et de l'endurance.

3. Il favorise également l'adresse, la gestion de l'espace, le sens de la stratégie et de l'équilibre ainsi que la coordination

Football
Georges Tegah
3-11 ans
(English)

Soccer is an outdoor activity and a team sport. 1. It will therefore teach the child to live in society and to respect others, while awakening team spirit in all its forms: competitive spirit, self-assertion within a group, sacrifice for the teammate...

2. On a physical level, it is a complete sport, particularly beneficial in terms of cardiovascular health and muscular and bone strengthening, which will give the youngest the taste for physical effort and endurance.

3. It also promotes skill, space management, strategy and balance as well as coordination.



1. La pratique du taekwondo améliore la force physique, ainsi que la résistance vasculaire. Elle augmente la souplesse, l'agilité et la flexibilité. Elle développe la coordination et le sens de l'équilibre. Les enfants apprennent à connaître et maîtriser leur propre corps.

2. La pratique du taekwondo aide les enfants à maîtriser leurs émotions et leur caractère. Ils sont apaisés et plus attentifs à leur propre corps et à leur entourage. Quant aux enfants plus timides et introvertis, ils prennent confiance en eux et développent leur amour-propre et leur esprit d'initiative.

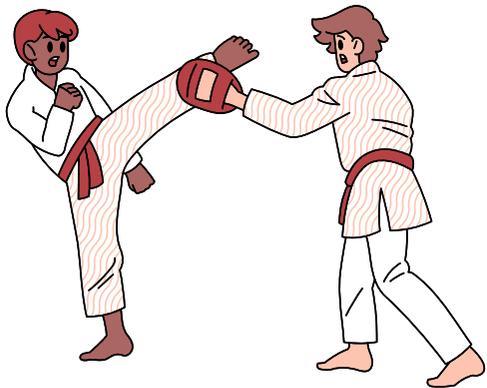
3. A mesure qu'ils apprennent à dominer leur corps, les enfants ont une plus grande estime d'eux-mêmes. Ils développent aussi des compétences sociales qui leur permettent d'interagir avec leur entourage de manière efficace.

taekwondo Divine Kpodo 3-11 ans (English)

1. The practice of Taekwondo improves physical strength, as well as vascular resistance. It increases suppleness, agility and flexibility. It develops coordination and sense of balance. Children learn to know and control their own bodies.

2. Taekwondo practice helps children control their emotions and temper. The little ones are calmed and more attentive to their own body and to their surroundings. Shy and introverted children gain self-confidence and develop self-esteem and initiative.

3. As children learn to control their bodies, they develop greater self-esteem. They also develop social skills that allow them to interact with others effectively.



1. Les enfants qui pratiquent le basket développent des techniques leur permettant d'esquiver leurs adversaires, de planifier des jeux et de se déplacer sur le terrain. Ce sport a tendance à augmenter leur capacité de concentration et l'attention portée à l'environnement qui les entoure.
2. Le rythme dynamique du jeu encourage également la prise de décision et l'exécution rapides. Ils apprendront à évaluer les situations et les problèmes éventuels et à trouver la solution la plus pratique dans un court laps de temps. C'est-à-dire que le basketball stimule la créativité et la pensée à la fois abstraite et concrète.
3. En tant que sport d'équipe, le basketball favorise la sociabilité, la coexistence et le respect entre camarades.

Basketball
Abdul Wahab
Hussein
6-11 ans
(English)

1. Children who play basketball develop skills in dodging opponents, game planning and court movement. The sport tends to increase their ability to concentrate and pay attention to the environment around them.
2. The dynamic pace of the game also encourages quick decision making and execution. They will learn to assess situations and potential problems and find the most practical solution in a short period of time. That is, basketball stimulates creativity and both abstract and concrete thinking.
3. As a team sport, basketball fosters sociability, coexistence and respect among peers.

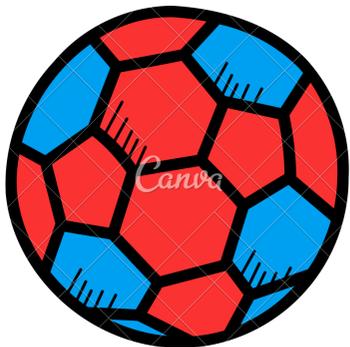


Handball Mills 6-11 ans (Français)

Le handball est un peu l'athlétisme des sports de balle. Sprints, sauts et tirs sont vos trois fondamentaux. Vous travaillez donc votre explosivité sur les tirs et votre détente sur les sauts.

L'alternance entre les phases de sprint et de repos vous permet quant à elle d'augmenter efficacement votre endurance. Sport collectif de contact, le handball sollicite vos jambes, votre buste et vos bras mais aussi votre dos et votre gainage sur les sauts et les tirs pour un travail musculaire total. Même parmi les sports collectifs, le handball fait partie des champions en terme d'esprit d'équipe. Vous soutenez vos partenaires des deux côtés du terrain et même depuis le banc. A travers la cohésion et le collectif, vous progressez humainement.

Le handball fait travailler votre vitesse et votre accélération. Mais il y a mieux ! Votre réactivité sur les tirs et les déplacements ainsi que votre vitesse d'exécution et de lecture du jeu augmentent. En plus d'améliorer votre vitesse, vous améliorez votre vivacité !



Handball is a bit like the athletics of ball sports. Sprints, jumps and shots are your three fundamentals. So you work your explosiveness on the shots and your trigger on the jumps. Alternating between the sprint and rest phases allows you to increase your endurance effectively. As a collective contact sport, handball not only pulls your legs, bust and arms, but also your back and body on jumps and shots for total muscle work.

Even among team sports, handball is one of the champions in terms of team spirit. You support your partners on both sides of the court and even from the bench. Through cohesion and collective, you progress humanly. Handball makes your speed and acceleration work. But there's more! Your responsiveness to shots and moves as well as your speed of execution and play of the game increases. In addition to improving your speed, you improve your liveliness!

La gymnastique va notamment :

1. Développer la motricité de l'enfant, avec les nombreux mouvements réalisés (roulades, déplacements, sauts...)
2. Améliorer la souplesse et l'équilibre
3. Développer le goût de l'effort, car c'est un sport exigeant... ce qui n'est pas négligeable d'un point de vue psychologique.
4. Travailler les réflexes et l'agilité
5. Entretenir une endurance cardio-respiratoire



Gymnastics will notably:

1. Develop the child's motor skills, with the many movements performed (rolling, moving, jumping...)
2. Improve flexibility and balance
3. Develop the taste for effort, because it is a demanding sport... which is not negligible from a psychological point of view.
4. To work on reflexes and agility
5. To maintain a cardio-respiratory endurance

Gymnastique
Gymnastic
Samuel Kwashie
6-11 ans
(English)

1. C'est une forme d'éducation mentale qui permet de visualiser et d'imaginer des stratégies pour réaliser le parcours en un minimum de coups. Cela améliore donc considérablement l'intelligence, surtout visuelle. Le mini-golf permet de travailler les coordinations des sens avec les mouvements du corps. Pour les enfants, cela améliore leur équilibre ainsi que certaines fonctions de coordinations des sens. 2. Il est considérablement en accord pour l'activité physique des enfants. Réaliser les parcours des mini-golfs peut suffire pour brûler les calories excédent pour un enfant en croissance. Ces petits gestes permettent d'assouplir le dos. Le mini-golf contribue ainsi à l'amélioration de la santé mentale et physique de celui qui le pratique. 3. Enfin, l'avantage du mini-golf est associé à la sociabilité et convivialité qu'il crée entre les enfants et les personnes qui le pratiquent.

Mini golf Wincott Ankräh 3-11 ans (English)



1. It is a form of mental education that allows you to visualize and imagine strategies to complete the course in a minimum number of strokes. It improves intelligence, especially visual intelligence. Mini golf allows you to work on the coordination of your senses with your body movements. For children, it improves their balance as well as certain functions of coordination of the senses. 2. It is considerably in accordance with the physical activity of children. Doing the mini golf courses can be enough to burn excess calories for a growing child. These short strokes help to make the back more flexible. Mini golf contributes to the improvement of the mental and physical health of the player. 3. Finally, the advantage of mini golf is associated with the sociability and friendliness it creates between children and the people who play it.

PERFORMANCE ARTISTIQUE

PERFORMING ARTS

La pratique d'une activité artistique favorise l'éveil,
combat le stress, encourage la confiance en soi et la
créativité !

The practice of an artistic activity encourages
awakening, relieves stress, promotes self confidence
and creativity!



1. Le piano éveille l'intérêt de votre enfant et contribue à son développement intellectuel. Des études menées par des psychologues et des physiciens américains ont démontré que le piano améliore la faculté d'apprentissage des enfants qui le pratiquent. Ceci impacte alors positivement sur leurs résultats scolaires.

2. Apprendre le piano renforce également l'estime de soi. En sachant jouer des morceaux, votre enfant aura plus confiance en lui et pourra même être fier de lui. Pour qu'il progresse, n'hésitez pas à le féliciter pour ses efforts et aussi à l'encourager. Jouer au piano permet également à votre enfant de déstresser. La musique jouée génère en lui des émotions tranquillisantes.

Piano
Eric Gunn
6-11 ans
(Français)



1. The piano arouses your child's interest and contributes to his intellectual development. Studies conducted by American psychologists and physicists have shown that piano playing improves the learning ability of children who practice it. This has a positive impact on their academic performance. 2. Learning the piano also builds self-esteem. By knowing how to play pieces, your child will have more confidence and can even be proud of himself. To help your child progress, don't hesitate to congratulate them for their efforts and also encourage them. Playing the piano also allows your child to de-stress. The music played generates calming emotions in him.

1. À une époque où l'électronique est une constante dans chaque salle de classe et dans chaque foyer, apprendre à jouer d'un instrument peut aider à acquérir discipline, patience, concentration mais aussi passion et amusement.

2. Apprendre à jouer d'un instrument exigera de votre enfant d'avoir du doigté, et donc de développer sa dextérité.

Cela demande de la coordination et de l'entraînement.

3. Jouer d'un instrument de musique stimule les capacités cérébrales de bien des manières, des études ont prouvé qu'apprendre la musique tôt aide à développer les zones du cerveau liées au langage et à la réflexion.

Jumbe/instrument & danse Africaine

Kofi Salifu

6-11 ans

(Anglais)



1. In an age where electronics are a constant in every classroom and home, learning to play an instrument can help build discipline, patience, focus but also passion and fun.

2. Learning to play an instrument will require your child to have dexterity. It requires coordination and practice.

3. Playing a musical instrument stimulates the brain in many ways, studies have shown that learning music early helps develop the language and thinking areas of the brain.

1. Le théâtre aide à développer l'expression verbale. Cette activité stimule les enfants à améliorer leur façon de communiquer. 2. L'expression corporelle est encouragée. Une partie très importante de la communication est le "non verbal", autrement dit le message envoyé par nos gestes et mouvements. 3. Le théâtre pour enfants favorise la camaraderie et aide à éliminer la timidité 4. Les enfants apprennent à se connecter avec leurs émotions, à les identifier et à y réfléchir. 5. Ils acquièrent également de la perspective, de l'estime de soi, de la sécurité et de la confiance en soi.

Jeux de théâtre
theater
Dorcas Aggrey ; Angela
Adjakwa ; Jonathan
6-11 ans
English et Français



1. Drama helps develop verbal expression. This activity stimulates children to improve their communication skills. 2. Body expression is encouraged. A very important part of communication is the "non-verbal", that is the message sent by our gestures and movements. 3. Children's theatre fosters sense of camaraderie and helps to eliminate shyness 4. Children learn to connect with, identify and reflect on their emotions. 5. They also gain perspective, self-esteem, safety and confidence.

ART DE VIVRE Art of LIVING



Cuisiner, jardiner, lire, travailler sa souplesse, les élèves n'ont que l'embaras du choix !

Cooking, gardening, reading, flexibility improvement, the students have plenty of choices!



1. Cuisiner permet de convoquer différents sens chez votre enfant : le goût, le toucher, l'odorat, ou encore la vue pour la présentation de vos plats. Il manie aussi bien des textures solides que liquides, apprend à reconnaître des odeurs par rapport aux épices et aromates utilisés dans les recettes. 2. L'ensemble de ces stimulations enrichit le répertoire culinaire des plus jeunes et participe à établir sa culture gustative. 3. Cuisiner permet également de l'assujettir à un certain nombre de règles d'hygiène : se laver les mains avant et après la recette, nettoyer les ustensiles et la cuisine dès que l'on termine... La cuisine est un excellent moyen de transmettre un héritage culinaire et de créer des souvenirs impérissables

Cuisine
Cooking
Mary Amissah
6-11 ans
(English)



1. Cooking allows your child to use different senses: taste, touch, smell, and even sight for the presentation of your dishes. They can handle both solid and liquid textures, and learn to recognize smells in relation to the spices and herbs used in recipes. 2. All of these stimuli enrich the culinary repertoire of the youngest and help establish their taste culture. 3. Cooking is also an opportunity to subject them to a certain number of hygiene rules: washing hands before and after the recipe, cleaning utensils and the kitchen as soon as you finish... Cooking is a great way to pass on a culinary legacy and create lasting memories.

1. Découvrir les secrets de la nature Se lancer dans le jardinage avec les enfants, c'est leur faire découvrir la nature de la plus belle des manières et au plus près. Les bambins pourront observer l'évolution des plantes de l'état de graine jusqu'à leur floraison ! 2. Eveiller tous nos sens Les enfants exerceront leur vue à noter les moindres détails. Les odeurs des fleurs éveilleront leur odorat. Le toucher sera aussi sollicité : les feuilles sont douces ou rêches, la terre est sèche ou humide... L'ouïe et le goût ne seront pas en reste. 3. C'est aussi apprendre à bien manger Grâce au jardinage, les enfants prendront aussi l'habitude de reconnaître et prendront goût aux produits naturels et non calibrés ! 4. Jardiner c'est responsabiliser les enfants Mettre vos enfants au jardinage, c'est enfin les aider à se responsabiliser et à prendre confiance en eux. En effet, dès leur plus jeune âge, ils auront la charge d'arroser et de veiller à la bonne santé de leurs plants. Le jardinage est une activité aussi importante pour le développement de nos enfants que pour l'avenir de la planète !

Jardinage
Gardening
Theo Doyle, Christ
Edoua et Nicholas
Johnson
3-11 ans
(Français)



1. Discover the secrets of nature Getting involved in gardening with children is a great way to introduce them to nature in the most beautiful way and up close. Children will be able to observe the evolution of plants from seed to bloom! 2. Awaken all our senses Children will exercise their eyesight to note the smallest details. The smells of the flowers will awaken their sense of smell. Touch will also be solicited: the leaves are soft or rough, the earth is dry or wet... Hearing and taste will not be left out. 3. It also means learning to eat well Thanks to gardening, children will also get used to recognizing and tasting natural and uncalibrated products! 4. Gardening is empowering for children Getting your children involved in gardening is finally helping them to take responsibility and gain self-confidence. Indeed, from a very young age, they will be in charge of watering and taking care of the health of their plants. Gardening is an activity that is as important for the development of our children as it is for the future of the planet!



1. Lecture : discussions et résumés d'histoires lues par les participants
2. Cours d'écriture fictive encourageant l'imagination
3. Jeux pour découvrir et améliorer son vocabulaire
4. Mots croisés

DEFIS LECTURE
Horokia
6-11 ans
(English)



1. Reading: discussing and summarising stories read by participants.
2. Story creation lessons that light up/spark imaginations.
3. Fun engaging games to discover and increase one's vocabulary.
4. Crossword puzzles



La version adaptée du yoga pour les plus jeunes permet de répondre à différents objectifs : 1. La conscience de soi que l'enfant développe avec la confrontation avec les autres, la sociabilité et la prise de conscience d'appartenance à un groupe. Le yoga tel qu'il est enseigné aux enfants leur permet de découvrir une palette d'outils pour faciliter leur construction personnelle. 2. On apprend à se connaître soi-même et surtout son corps pour mieux appréhender le monde qui nous entoure. Les premiers exercices pour les enfants se concentrent au début sur la maîtrise de la respiration qui est la base des mécanismes corporels et psychiques. 3. Avec le temps, ils apprendront des postures et des mouvements qui favoriseront le contrôle de soi et la détente, toujours dans un cadre rigolo pour apprendre sans faire d'effort.

Yoga
Ornella
3-11 ans
(Français)



The adapted version of yoga for the youngest allows to answer different objectives: 1. The self-awareness that the child develops with the confrontation with others, sociability and the awareness of belonging to a group. Yoga as it is taught to children allows them to discover a range of tools to facilitate their personal development. 2. We learn to know ourselves and especially our body to better understand the world around us. The first exercises for children focus at the beginning on the control of breathing which is the basis of the body and psychic mechanisms. 3. With time, they will learn postures and movements that will promote self-control and relaxation, always in a fun environment to learn without making an effort.



LES ENJEUX DE LA COMMUNICATION COMMUNICATION CHALLENGES

Pour comprendre le monde dans lequel nous vivons à travers les nouvelles technologies de plus en plus présentes dans notre quotidien et la photographie.

To understand the world we live in through new technologies which represent a big part of our daily life and photography.



Découvrez comment transformer vos idées en un podcast radio captivant. De la création à la promotion, apprenez tout ce qu'il faut pour lancer votre émission et capturer l'attention...

Web Radio
6-11 ans
(Français)



Discover how to turn your ideas into a captivating radio podcast . From creation to promotion, learn everything you need to launch your show and capture attention...



Microsoft Office est une suite bureautique propriété de la société Microsoft qui fonctionne avec les plates-formes fixes et mobiles. Elle s'installe sur ordinateur et fournit une suite de logiciels comme : Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Access et/ou Publisher selon les suites choisies

Microsoft Office
6-11 ans
(Français)



Microsoft Office is an office suite owned by Microsoft that works with both fixed and mobile platforms. It is installed on a computer and provides a suite of software such as Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Access and/or Publisher, depending on the suite chosen.



La photographie a une influence positive sur le développement des enfants. Parmi ses bienfaits, on trouve :

Elle leur permet d'exprimer des sentiments et des pensées librement à travers leurs photos. Cela développe le désir de collaborer avec les membres de leur entourage par le biais de l'intervention du groupe. La photo contribue à ce que l'enfant forme une connexion avec l'environnement et avec le reste des individus. Elle augmente le désir d'apprendre un art à travers la stimulation créative. La libération émotionnelle est encouragée par la création d'œuvres photographiques. Cela aide à renforcer l'estime et la confiance en soi de l'enfant grâce à la reconnaissance de la valeur de son art. L'enfant est encouragé à cultiver le sens des responsabilités. En effet, il doit prendre soin à tout moment de l'objet le plus précieux pour un photographe, l'appareil photo. Cela exige qu'il soit responsable.

Photographie
Maurice Kpodo
6-11 ans
(Français)



Photography has a positive influence on children's development. Its benefits include: It allows them to express feelings and thoughts freely through their photos. This develops the desire to collaborate with the members of their entourage through the intervention of the group. The photo helps the child form a connection with the environment and with the rest of the individuals. It increases the desire to learn an art through creative stimulation. Emotional liberation is encouraged by the creation of photographic works. This helps to strengthen the child's self-esteem and self-confidence through recognition of the value of his or her art. The child is encouraged to cultivate a sense of responsibility. Indeed, he must take care at all times of the most precious object for a photographer, the camera. This requires that he be responsible.

Une présentation complète et introduction au logiciel Photoshop à travers une pratique guidée (créer un document, manipulation des outils etc...)

Initiation
Photoshop
Amidou
9-11 ans
(Français)

A complete presentation and introduction to the Photoshop software through a guided practice (document creation, tools manipulation etc...)



es STEM sont une approche de l'apprentissage et du développement qui intègre les domaines de la science, de la technologie, de l'ingénierie et des mathématiques. Grâce aux STEM, les élèves développent des compétences clés telles que la résolution de problèmes, la créativité et l'esprit d'équipe.

STEM
M.Aron
3-11 ans
(Anglais)



STEM is an approach to learning and development that integrates the areas of science, technology, engineering and mathematics. Through STEM, students develop key skills including: problem solving. creativity

BOUGE TON CORPS MOVE YOUR BODY



Bouger au rythme de la musique, apprendre la coordination, mémoriser une chorégraphie et surtout y prendre plaisir !

Move to the music rhythm, learn coordination, remember a choreography and most of all having fun!



1. La Zumba est dédiée aux enfants qui souhaitent faire du sport tout en s'amusant. 2. L'importance est donnée à la créativité, à l'expression corporelle, la mémorisation, l'amusement et à la coopération. 3. Les enfants apprennent des chorégraphies simples, amusantes et dynamiques, alternées de séquences de jeux afin qu'ils puissent se défouler et s'exprimer librement. 4. Les cours comportent de nombreux éléments essentiels pour le développement des enfants, tels que l'autorité, le respect des autres, le travail en équipe, la confiance en soi, l'estime de soi, la mémoire, la créativité, la coordination et les connaissances culturelles.

Zumba/Ghanaian
dance (Ashanti)
Jonathan Mc Lord
Abbey
3-11 ans
(English)



1. Zumba is dedicated to children who want to exercise while having fun. 2. The emphasis is on creativity, body expression, memorization, fun and cooperation. 3. Children learn simple, fun and dynamic choreographies, alternated with game sequences so that they can let off steam and express themselves freely. 4.

Classes include many essential elements for children's development, such as authority, respect for others, teamwork, self-confidence, self-esteem, memory, creativity, coordination and cultural knowledge.

1. Le ballet accroît la confiance : Si votre enfant est timide ou a du mal à se séparer de vous, le ballet pourrait bien être sa manière de s'épanouir et de s'ouvrir aux autres. 2. Le ballet augmente la concentration : Même si votre enfant est agitée et toujours en mouvement, le ballet lui permettra de développer son attention, sa concentration et sa capacité à être consciente des mouvements de son corps. 3. Le ballet fait du bien au corps : à n'importe quel âge, le ballet apprend la force physique, la flexibilité et la grâce dans les mouvements. 4. Le ballet enrichit l'expérience culturelle : Cette activité permettra à votre enfant d'apprendre la musique classique

Ballet
Louisa Wellington
3-11 ans
(English)



1. Ballet builds confidence: If your child is shy or has trouble separating from you, ballet may be his or her way of opening up to others. 2. Ballet increases concentration: Even if your child is restless and always on the move, ballet will help develop her attention, concentration and ability to be aware of her body movements. 3. Ballet is good for the body: At any age, ballet teaches physical strength, flexibility and grace in movement. 4. Ballet enriches the cultural experience: This activity will allow your child to learn about classical music

1. Fait de chorégraphies et de danses libres, il est assez sportif et athlétique. 2. On y développe la synchronisation des mouvements faits en groupe ou en solo. 3. Il permet aussi de développer la coordination des gestes et la motricité. 4. Les cours de danse hip hop offrent donc souvent aux enfants l'occasion de faire du freestyle et d'improviser. C'est un excellent moyen de développer la créativité de votre enfant, de s'exprimer et de rééquilibrer les émotions. Les danseurs de Hip-Hop ont en commun les mêmes valeurs à savoir: le respect, le partage, l'échange.

Hip Hop dance
Adrian Lariyea
3-11 ans
(Français et
English)



1. Made of choreographies and free dances, it is quite sporty and athletic. 2. Synchronization of group and solo movements is developed. 3. It also develops coordination and motor skills. 4. Hip hop dance classes often offer children the opportunity to freestyle and improvise. It's a great way to develop your child's creativity, expression and emotional balance. Hip Hop dancers share the same values: respect, sharing, exchange.

Un cours d'acro danse pour les enfants! On y apprend à danser en intégrant divers mouvements acrobatiques, telles les roulades au sol, les culbutes et les roues latérales. les élèves se sentent à l'aise d'explorer les notions d'équilibre et de renversement. Les enchaînements chorégraphiques adaptés garantissent un apprentissage sécuritaire, mais surtout dans le plaisir! Garçons et filles développent ainsi leur conscience corporelle, leur force et leur souplesse. La danse acro est un style de danse qui combine la technique de la danse classique avec des éléments acrobatiques de précision. Il se définit par son caractère athlétique, sa chorégraphie unique, qui mêle harmonieusement danse et acrobatie, et son utilisation de l'acrobatie dans un contexte de danse.

Acro Dance
Prince Aryee
6-11 ans
(English)



An acro dance class for children! You learn to dance by integrating various acrobatic movements, such as ground rolls, tumbles and side wheels. students feel comfortable exploring the concepts of balance and reversal. The adapted choreographic sequences guarantee a safe learning, but especially in pleasure! Boys and girls develop their body consciousness, strength and flexibility. Acro dance is a style of dance that combines the technique of classical dance with precision acrobatic elements. It is defined by its athletic character, its unique choreography, which harmoniously mixes dance and acrobatics, and its use of acrobatics in a dance context.

1. La capoeira permet de développer chez les enfants la coordination motrice grâce à des jeux ludiques alliant mouvements, rythmes et chansons. Elle aide par conséquent à améliorer l'agilité et la souplesse et favorise également l'autonomie et le travail en groupe. 2. Durant les cours, les enfants apprennent à canaliser leur énergie de façon positive et découvrent comment prendre confiance en eux. La découverte d'une nouvelle culture et l'apprentissage via l'éveil musical viennent compléter ce sport ludique. 3. Les gestes de base de la capoeira prennent la forme de grenouille, de lapin, de sauterelle ou d'oiseau permettant aux enfants d'intégrer les mouvements qui les conduiront à pratiquer une « danse de combat ». Votre enfant appréciera la diversité du contenu de sa séance sportive : échauffement avec rappel des gestuels, parcours de motricité, jeu ludique et culturel, musique.

Capoeira Ciar Ascende 3-11 ans (English)



1. Capoeira allows children to develop motor coordination through playful games combining movements, rhythms and songs. It therefore helps to improve agility and flexibility and also promotes autonomy and group work. 2. During the classes, children learn to channel their energy in a positive way and discover how to gain confidence. The discovery of a new culture and learning through musical awakening complete this fun sport. 3. The basic gestures of capoeira take the form of a frog, a rabbit, a grasshopper or a bird allowing children to integrate the movements that will lead them to practice a "combat dance". Your child will appreciate the diversity of the content of his or her sports session: warm-up with reminder of the gestures, motor skills course, fun and cultural games, music.

1. Il s'agit d'une danse originaire du continent africain qui mélange différents styles de danse africaine comme le Coupé Décalé, Ndombolo, l'Azonto, le Kuduro, l'Afrohouse... ou encore le Dancehall. 2. Toutes ces danses venues de Côte d'Ivoire, du Congo, d'Angola et d'ailleurs se retrouvent mélangées dans l'Afrobeat. 3. Pendant les cours, vous apprenez ou vous perfectionnez dans les différentes danses africaines modernes. Il s'agit de vous enseigner l'ensemble des postures essentielles à la pratique de ces danses (gestuelles, ondulation du bassin...), sans oublier de travailler en profondeur l'expression ainsi que le style. Tout cela à travers des chorégraphies sur des musiques rythmées, à l'image de l'Afrique.

Danse Afro Beat
Omoyemi Davis
9-11 ans
(English)



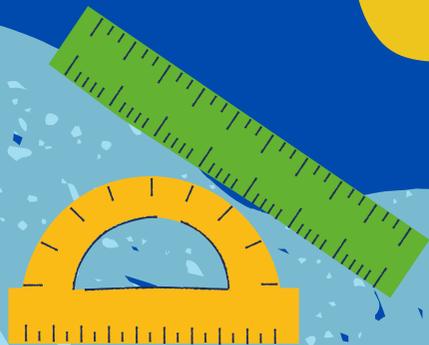
1. It is a dance originating from the African continent that mixes different styles of African dance such as Coupé Décalé, Ndombolo, Azonto, Kuduro, Afrohouse ... or Dancehall. 2. All these dances from Ivory Coast, Congo, Angola and elsewhere are mixed in Afrobeat. 3. During the classes, you will learn or improve your skills in the different modern African dances. We will teach you all the essential postures for the practice of these dances (gestures, undulation of the pelvis...), without forgetting to work in depth on the expression and the style. All this through choreographies on rhythmic music, in the image of Africa.



LES PROFESSIONNELS A L'AIDE PROFESSIONALS SUPPORT

Une leçon mal comprise, un besoin d'approfondir ou revoir un thème vu en classe, nos professionnels sont là pour aider vos enfants.

A poorly assimilated lesson, a need to review a subject mentioned in class, our professionals are here to support your children.



TARIFS FEES



Tarif Activités : 300ghc
HORMIS ✨

Taekwondo + fédération + uniforme +
test : 850 ghc

Théâtre (2 heures) : 600 ghc

Building Bricks + Cuisine : 450 ghc

Hockey + Protection : 500 ghc

Activities Fees: 300 ghc ✨
EXCEPT

Taekwondo + federation + uniform + test
850ghc

Theater (2 hours) : 600 ghc

Building Bricks + Cooking: 450 ghc

Hockey + Protection: 500 ghc

En images ! In pictures!

Multimedia



Building Bricks



Echecs



En images ! In pictures!

L'écolo artiste



Yoga



Taekwondo





Informations supplémentaires
Additional information



Mme Faradia Sanon
periscolaire@lfaccra.com

