



CATALOGUE

2025-26

ACTIVITÉS EXTRASCOLAIRES
Lycée Français International de Delhi



PYTHON CODING

Instructeur : M. Chaitanya

Langue d'enseignement : Anglais

Découvrez le monde de la programmation grâce à notre atelier d'initiation à Python, conçue pour éveiller votre intérêt pour la technologie. Aucune expérience préalable n'est requise – seulement de la curiosité et de la créativité.



JEU ET ÉQUILIBRE

Instructeur : M. Utsarga Mondal

Langue d'enseignement : Français et Anglais

Inspirées de la méthode Awareness Through the Body, les activités de jeu et d'équilibre allient mouvement, conscience et plaisir pour développer concentration, équilibre et confiance en soi, tout en stimulant créativité et coordination grâce aux arts du cirque.



DANSE BOLLYWOOD

Institutrices : Mme Manjushri et Mme Nandi

Langue d'enseignement : Français

Explorez la fusion des danses Bollywood et créez vos propres chorégraphies dans un cours dynamique, combinant les danses classiques et folkloriques indiennes avec des touches de jazz, hip-hop, danse arabe et latine.



BALLET

Instructeur : Delhi Dance Academy

Langue d'enseignement : Anglais

Les danseurs de ballet conservent une apparence gracieuse, alors que leur technique exige une force, un équilibre, une habileté et une souplesse immenses. Les fondamentaux comprennent les arabesques, les pliés et les pirouettes.



TAEKWONDO

Instructeur : M. Kumar

Langue d'enseignement : Anglais

Le Taekwondo, d'origine sud-coréenne, aide à se mettre en forme, se défendre, gagner en confiance et se discipliner. Les enfants y trouvent un moyen d'acquérir des compétences, de se motiver et de se détendre tout en s'amusant.



ÉCHECS

Instructeur: M. Puneet Jaiswal

Langue d'enseignement : Anglais

L'instructeur enseigne les bases des échecs en initiant les jeunes à la stratégie et à l'analyse, tout en favorisant la pensée critique et la concentration.



AÉROMODELISME

Instructeur : M. Chaitanya

Langue d'enseignement : Anglais

L'aéromodélisme combine la création et le pilotage de modèles réduits. Le cours apprend les bases du vol et de l'ingénierie à travers des projets pratiques, comme construire des modèles en balsa et piloter des drones avec des simulateurs.



KARATÉ

Instructeur : M. Vedveer Singh

Langue d'enseignement : Anglais

Le karaté améliore la condition physique, la souplesse, la coordination et la défense personnelle, tout en développant la discipline, la confiance en soi et le caractère.



ART ET ARTISANAT

Institutrice : Mme Gauri

Langue d'enseignement : Anglais et Français

Participer aux activités artistiques permet de renforcer la confiance et d'explorer votre créativité en apprenant les techniques de découpage, de peinture, de dessin, de papier mâché et d'argile.



GYMNASTIQUE

Instructeur : M. Vikas Sharma

Langue d'enseignement : Anglais

La gymnastique artistique est un sport dynamique nécessitant force, souplesse, équilibre, coordination et grâce. Exigeante et gratifiante, elle offre de nombreux avantages mentaux et physiques.



BADMINTON

Langue d'enseignement : Anglais

Développez vos compétences en badminton en apprenant les bases : prise de raquette, déplacements et techniques de frappe. Avancez avec confiance et faites évoluer votre jeu.



BASKETBALL

Instructeur : M. Alexis Jarry

Langue d'enseignement : Français

Le basket-ball, sport mondial, consiste à marquer plus que l'adversaire. Il exige des compétences clés comme le tir, le dribble, la défense et la passe, ainsi que l'agilité, la vitesse et l'endurance.



FOOTBALL

Instructeur : M. Ahmed Rahmani

Langue d'enseignement : Français

Le football enseigne dès le départ le dribble, le jeu de tête et le contrôle du ballon. L'entraînement inclut la défense, les compétences de gardien, tout en développant l'endurance et la force.



RUBIK'S CUBE

Institutrice : Mme Sarika

Langue d'enseignement : Anglais

L'activité du Cube Rubik consiste à résoudre ce puzzle 3D en alignant chaque face sur une couleur unie, en manipulant les segments. Elle stimule la logique, la mémoire et les compétences en résolution de problèmes.



DANSE HIP HOP

Instructeur : Delhi Dance Academy

Langue d'enseignement : Anglais

Le hip hop vous invite à explorer les styles de danse de rue, façonnés par la culture et la musique des années 1970, et rendus célèbres par les crews de danse américains.



CRÉATIONS D'ARGILE

Institutrice : Mme Gauri

Langue d'enseignement : Anglais et Français

Les élèves découvriront le modelage en argile à travers des techniques simples, accessibles aux débutants. Ils donneront forme à leur imagination en créant de jolies pièces uniques.