

**COURS  
FACULTATIFS  
2020-2021**

**CO DE LA TOUR-DE-TRÊME**





## COURS FACULTATIFS 2020 - 2021

### Principes :

1. Les cours facultatifs sont, en principe, ouverts à tous les élèves du CO. L'objectif est à la fois de permettre d'approfondir leurs connaissances scolaires, de s'ouvrir à de nouveaux domaines, mais aussi de se sentir appartenir à la communauté du CO de La Tour-de-Trême.
2. A la rentrée, les élèves reçoivent un journal des cours facultatifs (également disponibles sur le site web de l'école). Les élèves intéressés s'inscriront en ligne. Les élèves seront informés de la mise sur pied définitive par voie d'affichage et par le site internet de l'école.
3. La durée du cours peut être variable, de quelques semaines à l'année complète.
4. L'inscription à un cours facultatif est libre ; **toutefois l'élève inscrit s'engage à suivre le cours régulièrement jusqu'à son terme** ; les présences sont contrôlées. Toute absence à un cours facultatif doit être excusée auprès du maître responsable (**fiche rose**) ou **d'un aïdoit**.
5. **L'annulation d'une inscription se fait uniquement après autorisation de la Direction, avec une motivation écrite et signée des parents.**

### Inscription :

<https://www.co-gruyere.ch/activites-facultatives-la-tour>

La Direction  
du CO de La Tour-de-Trême

## 1. Film School Dance Contest

Responsable :	Serge Musy
Elèves concernés :	Tous
Modalités :	Les jeudis de 12h10 à 13h10 dès le 11 mars 2021
Programme :	Tu désires créer un film souvenir pour tous les participants du SCHOOL DANSE CONTEST. Tu adores le montage vidéo... Alors ce cours à option est pour toi ! Tu as envie de te mettre dans la peau d'un réalisateur de film (tournage avec 3 caméras pros, prise de son, montage vidéo en multi-pistes, calage du son sur l'image, finalisation du film), alors ce cours est pour toi ! Nous irons donc filmer le "SCHOOL DANSE CONTEST", qui aura lieu au mois d'avril 2021 à la grande salle omnisport de Bulle.

## 2. Origami et son expo

Responsable :	Serge Musy
Elèves concernés :	Tous
Modalités :	Les jeudis de 12h10 à 13h10, dès le 5 novembre
Programme :	Viens apprendre l'art du pliage du papier et créer tout un monde d'animaux et de végétaux. Mets également ta créativité en avant afin de présenter tout ce petit monde dans une des vitrines de notre école.

## 3. Atelier de relaxation 9H

Responsable :	Joanne Verdu
Elèves concernés :	Elèves de 1 <sup>e</sup> année (9H)
Modalités :	Les lundis de 15h50 à 16h50, du 7 décembre au 11 janvier.
Programme :	Ce cours est une initiation à la relaxation. Tu pourras prendre conscience de ton souffle, de ton corps et de tes pensées. L'objectif est d'apprendre à te détendre dans les moments de stress. Plusieurs techniques de relaxation te seront présentées et tu pourras les tester. Nous parlerons également du stress, de ses causes et des solutions que tu peux mettre en place pour le réduire au quotidien. 4 séances : 7, 14 décembre 2020, 4 et 11 janvier 2021. Salle 1.16

## 4. Atelier de relaxation 10H-11H

Responsable :	Joanne Verdu
Elèves concernés :	Elèves de 10H et 11H
Modalités :	Les lundis de 12h10 à 13h10, du 23 novembre au 7 décembre
Programme :	Pendant les séances, tu prendras conscience de ton souffle, de ton corps et de tes pensées. L'objectif est d'apprendre à te préparer aux examens. La relaxation te permet de retrouver ton calme et te redonne accès à ton potentiel pour mieux réussir ! 3 séances : 23, 30 novembre et 7 décembre 2020 Les lundis de 12h10 à 13h10 Salle 1.16



## 5. Marche et méditation

Responsable :	Joanne Verdu
Elèves concernés :	Tous
Modalités :	Les lundis de 11h50 à 13h10
Programme :	Je te propose de vivre le temps de midi dehors pour s'aérer et se ressourcer. Ce sera l'occasion d'alterner marche consciente et méditation guidée en pleine nature. Tu auras besoin d'un pique-nique et de vêtements adaptés à la météo. Tu peux t'inscrire à une ou plusieurs sessions qui sont proposées. Session A : 2, 9 et 16 novembre 2020 Session B : 25 janvier, 1er et 8 février 2021 Session C : 1er, 8 et 15 mars 2021 Session D : 3, 10 et 17 mai 2021



## 6. Ancrage

Responsable(s) : Joanne Verdu

Elèves concernés : Tous

Modalités : Les mardis de 12h20 à 13h10, du 26 janvier au 9 février

Programme : S'ancrer, c'est s'enraciner dans le sol, dans la terre, dans le réel, dans la matière, dans le présent, dans l'ici et maintenant... Peut-être as-tu déjà entendu les phrases suivantes : « Tu n'es pas ancré ! », « Enracine toi ! » ou « Reviens sur Terre ! » sans trop savoir ce que ça voulait dire et surtout sans trop savoir quoi faire pour y remédier ! Pendant les 3 séances de l'atelier, je te propose de tester plusieurs techniques et de trouver celles qui t'aideront à rester dans l'« ici et maintenant ».



## 7. Soirée Bivouac « Vers Toi »

Responsable : Michel Corminboeuf

Elèves concernés : Tous

Modalités : Du vendredi 16h30 au samedi 11h00  
Dates : selon disponibilité des organisateurs et des participants.

Programme : Expérience 100% Nature - Se relier à la Terre - Cuisine au feu de bois - Bivouac à la belle étoile.  
Plus d'informations : <https://www.vert-toit.ch>



## 8. English is fun !

Responsable : Virginia Deriaz

Elèves concernés : Tous

Modalités : bi-mensuel ; les mercredis de 12h20 à 13h10.

Programme: Let's have fun with English in

- conversation
- games
- songs
- videos/films
- crafts
- open for your ideas, too!

## 9. Patois gruérien en jeu

Responsable : André Pauchard

Elèves concernés : Tous

Modalités : Les mardis de 11h50 à 12h30, dès le 4 novembre.

Programme : Viens découvrir le patrimoine de la langue gruérienne ! Jeux de mots, jeux d'accents, jeux d'histoires, jeux de théâtre. Nous pourrions monter des petites pièces ou des scènes de théâtre que nous pourrions présenter.



## 10. Lecture de BD et Graphic Novels en allemand

Responsable : Regula Niklès

Elèves concernés : Tous

Modalités : Les mardis sur le temps de midi.

Programme : Tu aimerais découvrir la BD ou les Graphic Novels? Tu voudrais améliorer ton allemand en même temps? Viens plonger dans le monde des histoires illustrées avec nous!



## 11. Club de lecture

Responsable :	Catherine Fehlmann
Elèves concernés :	Tous. <b>Inscription directement à la bibliothèque</b>
Modalités :	Mardis et/ou jeudis, sur le temps de midi, une fois par mois.
Programme :	Si tu aimes lire, partager tes impressions, faire découvrir tes lectures, donner ton avis et participer à un jury, le club de lecture du CO de la Tour-de-Trême est fait pour toi.

## 12. L'atelier de théâtre

Responsable :	Alain Grand
Elèves concernés :	Tous. <b>Inscriptions closes</b>
Modalités :	Tous les lundis, de 16h à 18h00
Programme :	Réalisation d'une pièce de théâtre qui sera jouée en fin d'année scolaire à cinq reprises, à la salle CO2.

## 13. Chœur de 9H et 10H

Responsable(s) :	Marie Grandjean
Elèves concernés :	Tous les élèves de 1 <sup>e</sup> et 2 <sup>e</sup> (9H et 10H)
Modalités :	Tous les mardis, de 12h25 à 13h15.
Programme :	Fondé en 2005 par Jean-Pierre Chollet, le chœur de 9 <sup>e</sup> et 10 <sup>e</sup> années offre la possibilité aux élèves de partager leur passion du chant en groupe. Cette activité est facultative et permet aux élèves d'aborder un répertoire très varié: chansons françaises, gospels, extraits de comédies musicales, chants de Noël, chansons classiques, chansons pop, etc. On y chante à une ou plusieurs voix, parfois a cappella, d'autres fois avec un accompagnement instrumental. Outre un concert annuel en collaboration avec le chœur de 11 <sup>e</sup> année, le chœur de 9 <sup>e</sup> et 10 <sup>e</sup> années se produit généralement à la fête de Noël de l'école, ainsi qu'à la clôture scolaire. Cette année, il aura également le privilège de participer au Festival Gospel Air qui se déroulera à Espace Gruyère début juin.

**Ce cours ne dispense pas du cours de musique inscrit à l'horaire.**



## 14. Chœur des 11H

- Responsable : Marie Grandjean
- Elèves concernés : Tous les élèves de 3<sup>e</sup> année (11H). **Inscriptions closes**
- Modalités : Le cours a lieu 1x par semaine durant toute l'année  
Les lundis de 11h40 à 12h30 (groupe 1) OU de 15h45-à 16h35 (groupe 2)
- Programme : Parmi la large palette d'ensembles musicaux proposés aux élèves, le chœur de 11<sup>e</sup> année occupe une place importante. Il est de tradition en effet d'offrir aux élèves de dernière année la possibilité de vivre une expérience chorale unique, par la mise sur pied d'un concert de grande envergure. Le travail de l'année vise à faire prendre conscience à l'élève de son propre registre vocal (soprano, alto, ténor ou basse), à le sensibiliser à l'harmonie, aux nuances et à lui faire découvrir une œuvre musicale en tant qu'interprète et non seulement en tant qu'auditeur. Ce travail aboutit à la présentation d'un concert public donné à deux reprises en fin d'année scolaire. Ces moments sont toujours empreints de très belles émotions que seule la musique nous permet de vivre !

**Ce cours dispense (et remplace) le cours de musique inscrit à l'horaire.**

## 15. Groupe des accordéonistes

- Responsable : Lionel Chapuis
- Elèves concernés : Tous les élèves accordéonistes. **Inscription close.**
- Modalités : Un jeudi sur 2, de 16h05 à 17h45  
Les répétitions ont lieu au CO de Bulle. Le transfert est organisé par le CO.
- Programme : « Tu joues de l'accordéon ? C'est cool ! » Tu es peut-être intéressé par l'ensemble des accordéonistes du CO ! Cet ensemble se produit dans le cadre scolaire et parfois dans certaines manifestations importantes ! Il a eu également l'occasion de se produire plusieurs fois sur les ondes de la RTS (TSR et RSR). Nous participons aux fêtes de notre école (Noël, clôtures) et donnons notre concert annuel avec dans le cadre de la Fête de la Musique de Bulle aux alentours du 21 juin ! Il arrive parfois que notre groupe d'accordéonistes jouent avec d'autres formations telles que l'ensemble instrumental ou le Groupe de Musique Actuelle (GMA) ! Viens nous rejoindre ! Au plaisir de partager ces moments musicaux en votre compagnie ! Et n'oublie pas : « Vive la musique ! »

**Ce cours dispense (et remplace) le cours de musique inscrit à l'horaire.**

## 16. Groupe de musique actuelle

Responsable : Lionel Chapuis  
Elèves concernés : Auditions. **Inscription close.**  
Modalités : Tous les vendredis de 15h55 à 16h45

Programme : « Tu joues d'un instrument tel que la guitare électrique, un clavier (piano ou keyboard), la batterie ? Aimes-tu chanter des chansons « variété-rock » ? » Alors tu es peut-être intéressé par le groupe de musique actuelle du CO ! C'est cool la musique en groupe !!! Rejoins-nous !!! Cet ensemble se produit en principe dans le cadre scolaire. Il a eu également l'occasion de se produire plusieurs fois sur les ondes de la RTS (TSR et RSR). Nous participons aux fêtes de notre école (Noël, clôtures) et donnons en principe notre concert annuel dans le cadre de la Fête de la Musique de Bulle aux alentours du 21 juin ! Ce groupe travaillera un répertoire de musique actuelle et/ou variété. Pour des raisons évidentes, le nombre de participants est limité (10-12 élèves, chant, guitare électrique, piano, batterie-percussion). Et Vive la musique !

**Ce cours dispense (et remplace) le cours de musique inscrit à l'horaire.**



## 17. L'ensemble instrumental

Responsable : Lionel Chapuis  
Elèves concernés : Tous les élèves qui jouent un instrument à vent (bois ou cuivre), du tambour ou des percussions. **Inscription close.**  
Modalités : Groupe 1 : tous les mardis de 12h20 à 13h10  
Groupe 2 : tous les mardis de 15h55 à 16h45  
Groupe 3 : tous les vendredis de 12h20 à 13h10

Programme : On y vit des moments incroyables, inattendus ! Cette année scolaire sera marquée par un concert à Montreux et un autre en plein air. Des moments forts qui resteront probablement gravés dans nos mémoires. Nous travaillons un répertoire diversifié. Les styles, les époques, les compositeurs sont également très variés. Nous vivons des moments de découvertes musicales fantastiques dans des événements scolaires ou publics. Nous avons eu la chance de participer à plusieurs reprises à des émissions de la RTS. Ces dernières années ont été marquées par notre concert annuel à l'aula du CO de Riaz, au Giron des Musiques de la Gruyère à Rossinière et une sortie musicale au Festimusiques de Moudon avec deux concerts à la clé et une participation à une émission en direct pour les 4 Radios nationales de service public (RTS-RSI-SRF1 et RR) ! N'hésite plus ! Viens nous rejoindre !

**Ce cours dispense (et remplace) le cours de musique inscrit à l'horaire.**

## 18. Les COrdes

Responsable : Alba Cirafici

Elèves concernés : Tous les élèves qui jouent un instrument à cordes

Modalités : Tous les mardis de 16h05 à 16h55.  
Les répétitions ont lieu au CO de Bulle. Le transfert est organisé par le CO.

Programme : L'ensemble "Les COrdes" est dirigé depuis septembre 2009 par Alba Cirafici, violoniste professionnelle. Comme son nom l'indique, cet ensemble est ouvert aux instruments à cordes, c'est-à-dire aux violonistes, altistes, violoncellistes et aux contrebassistes. Composé d'élèves des deux sites du CO de la Gruyère, cet ensemble compte entre 15 et 20 musiciens, et explore chaque semestre un répertoire varié allant de la musique baroque à la musique de nos jours, en passant par la musique de films ou de danses, etc...

**Ce cours dispense (et remplace) le cours de musique inscrit à l'horaire.**



## 19. Appuis

Le CO de La Tour-de-Trême propose des cours d'appui très réguliers (1x par mois à 1x par semaine) dans les branches suivantes :

**allemand – maths – latin**

Toutes les informations seront affichées en classe. Vous pouvez appeler également l'enseignant qui vous donnera tous les détails. Ces cours peuvent être suivis irrégulièrement (aucune inscription à l'année).

Cette prestation est gratuite.

