Gymnase de Bussigny
Route de Sullens 65
1030 Bussigny

canton de vaud
DEF Département de l'enseignement et de la formation professionnelle
DGEP Direction générale de l'enseignement postobligatoire

Offre des cours facultatifs

Année 2025-2026

Table des matières

Cours facultatif 1 : Atelier musical 3
Cours facultatif 2 : Se défendre avec les Arts martiaux 4
Cours facultatif 3 : Théâtre 5
Cours facultatif 4 : Fitness 6
Cours facultatif 5 : Volleyball (Halle de Crissier) 7
Cours facultatif 6 : Tennis de table 8
Cours facultatif 7 : Football 9
Cours facultatif 8 : Yoga (salle de fitness) 10
Cours facultatif 9 : English Book Club 11
Cours facultatif 10 : Les échecs 12
Cours facultatif 11 : Italien - débutant (Gymnase de Beaulieu) 13
Cours facultatif 12 : Italien - moyen (Gymnase de Beaulieu) 14
Inscriptions 15

Cours facultatif 1 : Atelier musical

Enseignant responsable : M. Jonas Hofmann

Horaire : mercredi de 11 h 50 à 13 h 25

Public cible : ouvert à tout le monde. Que vous soyez chanteur·euse, musicien·ne ou non, chacun·e d'entre vous y trouvera sa place.

Prérequis : aucun prérequis exigé, si ce n'est la volonté de partager un moment de musique en groupe.

Plus-value : instrumentistes bienvenu·e·s

Descriptif du cours : Atelier musical

Pour l'année scolaire 2025/26, l'Atelier musical du Gymnase de Bussigny abordera un programme varié et choisi en début d'année avec les élèves inscrit·e·s au cours.

Le groupe du cours facultatif aura l'occasion de se produire à plusieurs reprises durant l'année, notamment au spectacle de Noël, à la soirée « Gymnase en scène » le 20 mars dans la grande salle de Bussigny, ainsi qu'aux promotions de fin d'année.

Axé principalement sur le chant avec un travail approfondi de la technique vocale et la mise en place de chants à 3 ou 4 voix, les élèves instrumentistes seront également bien utiles, voire indispensables à la mise en place de ce projet. Batterie, guitare, piano, flûte traversière, violon, etc., amenez vos instruments car tout est possible !

Les arrangements seront faits sur mesure par mes soins et en fonction du niveau de chacun·e.

Alors n'hésitez plus et venez partager ce moment de musique !

Jonas Hofmann
Enseignant de musique et chef de file musique

Cours facultatif 2 : Se défendre avec les Arts martiaux

Enseignant responsable : M. Andrea Vovola

Horaire : à définir

Public cible : filles de la 1re à la 4e année

Prérequis : aucun

Plus-value : apprendre à gérer son corps et sa force, ses émotions, gestes de base de la self-défense (posture, voix, déplacements, gestion de l'espace)

Descriptif du cours :

As-tu déjà ressenti un malaise, une gêne ou un sentiment d'insécurité, ne serait-ce qu'une fois dans ta vie ? Quelle que soit ta réponse, apprendre à te défendre, à te connaître physiquement et à te faire confiance sont des atouts précieux dans n'importe quelle situation. Ce cours t'invite à découvrir des techniques simples et accessibles de self-défense, tirée du Vô-Viêtnam, un art martial vietnamien.

Ensemble, nous apprendrons à :

- renforcer le corps ;
- mieux gérer notre posture, notre voix, nos réactions ;
- anticiper et désamorcer les situations à risque, et, si besoin, savoir se défendre efficacement.

L'autodéfense, ce n'est pas devenir une combattante : c'est développer une présence, une confiance, une capacité à dire « non », à s'affirmer et à réagir. Le tout dans un cadre bienveillant, dynamique et sans compétition.

Viens essayer !

Cours facultatif 3 : Théâtre

Enseignant responsable : Mme Lucie Rajha

Horaire : à définir

Public cible : pour les passionnés de théâtre ou les curieux, désireux d'essayer le jeu d'acteur ou la création scénique. Possibilité de créer un spectacle.

Prérequis : aucun

Plus-value : développer la confiance en soi, l'expression orale et la cohésion de groupe par le biais du jeu de rôle.

Descriptif du cours :

1. Entrer dans le théâtre :
   - échauffement corporel et vocal ;
   - exercices de concentration et d'écoute ;
   - lectures théâtrales et Improvisation ;
   - expressions de l'émotion.

2. Monter une pièce de théâtre :
   - choix d'une pièce de théâtre et sélection de scènes en vue de la préparation d'un spectacle ;
   - répartition des rôles et mise en scène ;
   - préparation du matériel scénique et du décor.

Cours facultatif 4 : Fitness

Enseignant responsable : M. Marc Poulin

Horaire : mercredi de 11 h 50 à 12 h 35

Public cible : gymnasien·ne·s

Prérequis : les débutant·e·s sont accepté·e·s

Plus-value : progression en fonction des objectifs personnels de chacun

Descriptif du cours :

Les élèves apprendront la technique de différents exercices de musculation. Ils apprendront à construire eux-mêmes/elles-mêmes leur propre séance d'entraînement en fonction de leurs objectifs. Ils/elles apprendront à s'échauffer en fonction de l'entraînement qui s'en suivra, à mettre en application des séquences d'entraînement et à s'étirer en fin de séance.

Cours facultatif 5 : Volleyball (Halle de Crissier)

Enseignant responsable : M. Arno Richard

Horaire : mardi ou mercredi de 17 h à 18 h

Public cible : gymnasien·ne·s

Prérequis : les débutant·e·s sont accepté·e·s

Plus-value : progression individuelle en fonction des objectifs de chacun

Descriptif du cours : les élèves apprendront et/ou perfectionneront les différents gestes techniques en volleyball à travers différents exercices progressifs.

Cours facultatif 6 : Tennis de table

Enseignant responsable : M. Angel Sulleiro

Horaire : mercredi 12 h 15 -13 h 15

Lieu : Halle de Crissier

Public cible : gymnasien·ne·s

Prérequis : les débutant·e·s sont accepté·e·s

Plus-value : progression individuelle en fonction du niveau de départ

Descriptif du cours : les élèves apprendront et/ou se perfectionneront dans les différents coups du tennis de table à travers différents exercices progressifs et ludiques. La deuxième partie du cours (de 12 h 45 à 13 h 15) sera consacrée à des matchs en simple et/ou en double en fonction des niveaux.

Cours facultatif 7 : Football

Enseignant responsable : M. Angel Sulleiro

Horaire : lundi 17 h 15 -18 h 30

Lieu : Halle de Crissier

Public cible : gymnasien·ne·s

Prérequis : les débutant·e·s sont accepté·e·s

Plus-value : progression individuelle et collective en fonction du niveau de départ

Descriptif du cours : les élèves apprendront et/ou se perfectionneront dans les différents placements sur le terrain à travers différents exercices progressifs et ludiques. La deuxième partie du cours (de 17 h 50 à 18 h 30) sera consacrée à des matchs.

Cours facultatif 8 : Yoga (salle de fitness)

Enseignant responsable : Mme Jessica Rullo

Horaire : mardi de 12 h 40 à 13 h 25 (ou de 11 h 50 à 12 h 35 en fonction des inscrit·e·s

Public cible : gymnasien·ne·s

Prérequis : les débutant·e·s sont accepté·e·s

Plus-value : le yoga est une belle occasion de prendre soin de soi, de gagner en concentration et en énergie pour le quotidien scolaire.

Descriptif du cours : au programme, des exercices de respiration pour apprendre à se détendre, des postures pour améliorer souplesse, équilibre et renforcement musculaire et des moments de relaxation pour apaiser le corps et l'esprit.

Cours facultatif 9 : English Book Club

Responsables du cours : Mmes Mélody Nugues, Azra Spahic et Catherine Kirby

Horaire : dernier mercredi du mois de 12 h 40 à 13 h 25 (sous réserve de modification)

Public cible : tout le monde est bienvenu

Prérequis : aucun

Plus-value : livres et snacks gratuits

Descriptif du cours :

Have you ever read a book that was so good, or so disappointing, that you needed to talk about it with someone? Then the book club is the right place for you!

Join us if you enjoy reading books in English and having a laid-back conversation with other bookaholics.

Perks of joining the book club include :

- free books
- free snacks
- improving your English
- making friends.

Cours facultatif 10 : Les échecs

À Reykjavik (1972), en pleine guerre froide, le russe Boris Spassky, prétendant à la couronne mondiale, dira : « Les échecs, c'est comme la vie » ce sur quoi l'américain Bobby Fischer rétorquera : « Les échecs, c'est la vie ».

Cours libre/facultatif : Les échecs

Responsables du cours : M. Stéphane Chavy

Horaire : P5 le mercredi

Public cible : ce cours est destiné aux élèves de tous les niveaux.

Prérequis : aucun

Plus-value :

« Les échecs sont un jeu par leur forme, un art par leur essence et une science par sa difficulté d'acquisition » Tigran Petrossian, joueur d'échecs soviétique.

Le jeu d'échecs permet de développer la concentration, la mémoire, le raisonnement logique, la stratégie, la rigueur et la capacité d'abstraction : autant de qualités qui seront utiles aux élèves dans leur scolarité puis dans leur vie d'adulte. Au-delà de ces considérations, le jeu d'échecs, c'est aussi et surtout le plaisir de découvrir un jeu fascinant aux possibilités infinies.

Descriptif du cours :

Le cours est ouvert à tous, des débutants qui souhaitent simplement découvrir le jeu d'échecs aux confirmés dont l'objectif est d'améliorer leurs connaissances et leur habilité au jeu.

Divers aspects du jeu seront traités parmi lesquels :

- La théorie des ouvertures (comment bien débuter une partie)
- Les considérations stratégiques
- Le jeu tactique
- La fin de partie (les finales)

Au-delà des considérations théoriques, les élèves pourront directement mettre en pratique leurs connaissances dans le cadre de parties en jouant les uns contre les autres.

Cours facultatif 11 : Italien - débutant (Gymnase de Beaulieu)

Responsable du cours : M. Valterino Padula

Horaire : lundis de 17 h à 18 h 30 au Gymnase de Beaulieu en salle F-009

Rencontre préalable : lundi 1er septembre 2024, à 17 h. Gymnase de Beaulieu, Bâtiment de Fréminet, en salle F-009

Public cible : élèves qui n'ont aucune notion ou de faibles connaissances dans la langue.
Descriptif du cours :

Une méthode communicative axée sur l'oral sera privilégiée. Les sujets abordés seront liés à la vie scolaire et quotidienne des élèves. Il y aura également des éléments de culture italienne et d'interculturalité qui seront abordés de manière concrète, en se référant à l'Italie et à la Suisse italienne. Les élèves pourront aussi expérimenter du théâtre en italien à travers a mise en scène de situation quotidiennes interprétées de manière ludique et humoristique. Des sorties (théâtre, cinémas, brefs séjours, …) pourront être organisées pour compléter le contenu du cours.

Il est possible d'envisager une préparation à un examen de certification de niveau langue (CECR A2).

Cours facultatif 12 : Italien - moyen (Gymnase de Beaulieu)

Responsable du cours : Mme Silvia Gian

Horaire : lundis de 17 h à 18 h 30 au Gymnase de Beaulieu en salle F-008

Rencontre préalable : lundi 1er septembre 2025, à 17 h au Gymnase de Beaulieu, Bâtiment de Fréminet, en salle F-008

Public cible : élèves qui ont déjà une connaissance de la langue (une année au moins)

Descriptif du cours :

La méthode employée sera ludique et coopérative et, à partir de différentes mises en situation et stimuli authentiques, elle permettra aux élèves de jouer des saynètes et des sketches. Des sorties (notamment au théâtre) pourront être organisées pour compléter le contenu du cours.

Il est possible d'envisager une préparation à un examen de certification de niveau de langue (CECR B1 ou B2).

Inscriptions

L’ouverture des inscriptions aux cours facultatifs aura lieu à partir du **27 août 2025.**

Nous vous souhaitons beaucoup de satisfaction dans ces cours !

Illustrations : unsplash.com