

*Liste du matériel de 3<sup>e</sup> secondaire  
2010-2011*

<b>Arts plastiques</b>	1 boîte de crayons de couleurs en bois de 12 crayons ou plus 1 crayon HB en bois 1 crayon 4B en bois 1 aiguisé 1 gomme à effacer 1 paire de ciseau 1 colle en tube (petit) 1 crayon Pilot noir à pointe fine 1 cartable ½ pouce avec pochettes à l'intérieur 4 séparateurs à cartable 15 feuilles mobiles lignées 15 feuilles blanches perforées 3 pochettes plastifiées 1 pinceau rond, à poils synthétiques no 5 ou 6 (en vente dans magasins spécialisés ou librairies)
<b>Français</b>	1 cartable (1 ½ pouces) 2 cahiers Canada 100 feuilles lignées 1 marqueur 1 stylo bleu ou noir 1 cahier 3 sujets
<b>Anglais</b> (tous les profils et langues internationales)	1 cartable (1 ½ pouces) 1 cahier Canada 100 feuilles mobiles 1 dictionnaire Anglais/Français à la maison
<b>Histoire</b>	1 cahier à anneaux 1 ½ pouces 8 séparateurs 40 feuilles mobiles 2 crayons de plomb 1 gomme à effacer 1 stylo rouge 1 stylo bleu 1 surligneur 1 taille crayon 6 crayons de couleurs en bois dont 1 bleu 1 règle

<b>Mathématiques</b>	1 cahier à anneaux (1 ½ pouces) 50 feuilles lignées 1 calculatrice 1 cahier quadrillé (180 ou 200 pages) 1 crayon marqueur
<b>Éducation physique</b>	1 raquette de badminton Espadrilles à lacets « attachables » Short ou pantalon de sport T-Shirt Cadenas
<b>Musique</b>	1 cartable (1 ½ pouces) 2 séparateurs 10 feuilles mobiles 1 surligneur 1 crayon plomb 2 pochettes plastifiées
<b>Sciences et Technologies / Biologie</b>	1 cartable (1 ½ pouces) 1 cahier à spirales (200 pages min.) Crayons de couleur bleu et rouge 1 surligneur Duo-tang à pochettes
<b>Espagnol</b> (Langues internationales seulement)	Feuilles lignées 2 cahiers Canada Dictionnaire français/espagnol
<b>PPO</b>	1 cartable (1 pouce) 1 clé USB (au moins 256 MB) 1 cahier Canada Feuilles lignées

**VOIR VERSO  
POUR PLEIN AIR**

## OPTION PLEIN AIR

Recommandation pour des vêtements de plein air :

- Les vêtements ont pour rôle d'isoler contre le froid en emprisonnant l'air entre les différentes couches. Le système d'habillement le plus approprié est donc celui des multiples couches.
- Le vêtement extérieur doit protéger contre le froid et doit également « respirer », c'est-à-dire faciliter l'évaporation de la transpiration.
- Favoriser le nylon ou la laine plutôt que le coton. Le nylon et la laine restent chauds même lorsqu'ils sont mouillés. Le coton se mouille facilement et reste mouillé plus longtemps.
- Les sous-vêtements de sport en polypropylène et autres matériaux synthétiques n'absorbent pas la transpiration. Ils la transmettent aux couches de vêtements externes, ce qui permet de conserver près du corps un vêtement bien sec.
- Protéger adéquatement les extrémités qui sont les endroits du corps où la perte de chaleur est la plus grande. Une tuque pour couvrir la tête et les oreilles, un passe montagne ou un foulard pour cacher le visage lors des températures plus froides. Des mitaines sont préférables à des gants parce que les doigts se transmettent leur chaleur. Enfin, des bottes de préférence imperméables et des chaussettes de qualité. Prévoir des chaussettes de rechange pour après l'exercice.

Le principe le plus important est de se changer après l'activité. L'élève doit le plus rapidement possible, enfiler des vêtements chauds et secs particulièrement s'il retourne à l'extérieur, par exemple pour attendre l'autobus.