



L'Heure Musicale du PO 2025 - 2026



Découvrir



Progresser



Jouer



heuremusicale@le-po.com

L'ASSOCIATION JSCPO

JEUNESSE SPORTIVE ET CULTURELLE PITRAY OLIER

Le PO est une association plus que centenaire, dédiée à la jeunesse.

Fondé en 1895 par Gaston Simard de Pitray, prêtre sulpicien, jeune vicaire de la paroisse Saint Sulpice.

L'aventure du patronage commence...

Gaston de Pitray partageait, deux siècles après Jean-Jacques Olier, curé fondateur de Saint Sulpice, le même souci d'accueillir tous les jeunes du quartier, et notamment les plus démunis.

En 1964, le PO devient une association loi 1901 dénommée Jeunesse Sportive et Culturelle Pitray Olier (JSCPO) que tous continuent d'appeler « Le P.O » pour « Pitray-Olier ».

Ancré dans ses racines chrétiennes, le PO évolue au fil du temps, en harmonie avec l'évolution de la société et en fidélité à sa vocation originelle d'éducation humaine, spirituelle et sociale des jeunes.

Le projet éducatif précise que chacun doit être considéré, tel qu'il est, avec son histoire, sa personnalité, quelles que soient ses compétences, ses convictions religieuses. Il peut grandir, se réaliser à travers les activités proposées, dans un cadre collectif, pour y prendre ensuite des responsabilités.

Une éducation qui privilégie l'aventure collective et le partage comme dimensions indispensables à l'épanouissement des jeunes et à la formation de personnalités autonomes et responsables.

A travers la Paroisse et la Compagnie des Prêtres de Saint-Sulpice, grâce à son fondateur, le PO dispose de plusieurs lieux de vie indispensables à la bonne marche des activités : les locaux rue d'Assas, le stade de foot à Châtenay-Malabry et le centre de vacances du Bourdiou en Gironde.

Le PO a toujours eu comme premier souci le bien-être et l'épanouissement des enfants à travers différentes activités culturelles et sportives.

Dans chaque activité, nos principaux objectifs sont :

Accueillir tout le monde sans esprit sélectif

Transmettre et partager les valeurs qui nous sont chères : respect, engagement, tolérance, solidarité, générosité, amitié, partage...

Associer les familles à notre projet Le PO, c'est aussi l'investissement des parents au travers des activités de leurs enfants.

On n'inscrit pas son enfant au PO comme à n'importe quel club de sport, école de musique ou centre de vacances, mais on s'engage à participer pleinement au bon fonctionnement des activités auxquelles son enfant participe.

Le Bourdiou et la rue d'Assas





PO Foot

650 joueurs, éducateurs et dirigeants
(de 5 à 60 ans)
partagent leur passion pour le football
au sein de 35 équipes.

L'Heure Musicale

plus de 140 jeunes musiciens (entre 3 et 18 ans)
partagent leur passion de la musique à travers
éducation musicale et pratique instrumentale en
cours particuliers et collectifs. Quelques
propositions sont également faites aux adultes.



PO Vacances

organise pour les jeunes des séjours
dans le centre de vacances
du Bourdiou en Gironde,
ou des camps itinérants
à l'étranger.

PO Théâtre

Troupes de Théâtre
en construction pour
enfants, adultes et adolescents





L'HEURE MUSICALE DU PO

Depuis près de 45 ans,
près de 140 jeunes musiciens partagent
leur passion chaque semaine

Le PO est un lieu d'accueil pour tous,
enfants, adolescents, jeunes et adultes

La musique s'exprime
au service du développement de la personne

Grandir au PO en musique,
c'est découvrir et progresser
de manière rigoureuse mais sans esprit de sélection

Une douzaine de professeurs donne des cours
au sein de l'Heure Musicale.

Ils ont tous une activité professionnelle musicale,
aiment enseigner auprès des enfants et des jeunes
et partagent leur amour de la musique avec eux,
quel que soit leur niveau.



OBJECTIFS ET ENJEUX DE LA FORMATION MUSICALE AU PO

La Formation Musicale accompagne les élèves musiciens dans leur éducation musicale tout au long de leur apprentissage.

Ils exercent leur corps et leur esprit
à acquérir des compétences musicales indispensables
à la pratique individuelle ou collective de leur instrument.

Les élèves trouvent le plaisir de faire de la musique
tout en se détachant de la barrière technique de l'instrument.

C'est aussi un préalable à la pratique collective
puisque'il est difficilement envisageable d'évoluer dans un ensemble
sans avoir travaillé le tempo qui garantit que tout le monde joue bien ensemble.

Tout au long de la Formation Musicale,
tous les signes et les paramètres de la musique
sont travaillés individuellement et collectivement :
le rythme et la pulsation, le tempo, le chant, l'oreille, les écarts entre les sons,
la différenciation des timbres et des harmonies, la structure de la phrase musicale,
le caractère d'une mélodie, la forme d'un morceau,
la reconnaissance d'un genre musical, d'un style...

Tous ces éléments deviennent des savoir-faire
qu'un musicien utilise dès qu'il joue ou écoute de la musique.
C'est son bagage musical, qu'il promène en permanence avec lui
et qui enrichit sa vie musicale, et plus généralement sa vie tout court 😊

A mesure qu'il entre en connaissance et reconnaissance
des paramètres constitutifs de la musique,
l'élève développe un goût musical
qui lui permet de pratiquer la musique en conscience,
d'interpréter des morceaux et pas seulement de les exécuter.

Au cours du cursus de la Formation Musicale au PO, nous mettrons en place
deux évaluations par an afin d'accompagner
l'élève vers l'autonomie dans sa pratique musicale.

Devenu musicien, il vit alors la musique
et trouve dans l'interprétation la possibilité d'exprimer sa personnalité.

INITIATION MUSICALE

pour les enfants scolarisés en maternelle

Quatre directions de travail

- ♪ Développement du sens auditif : écoute d'un matériel sonore varié, classement et comparaison des timbres, discrimination des hauteurs, découverte du mouvement sonore.
- ♪ Développement du sens rythmique : jeux « frappés » dans les mains, avec des claves ou des tambourins...
- ♪ Développement du sens mélodique : apprentissage de chansons variées avec un répertoire choisi pour apprendre à reconnaître les intervalles ou certaines cellules rythmiques
- ♪ Développement du sens du tempo : mouvements en musique (marche, course, balancement, sautillé, galop).



Trois groupes au fil des âges et de la progression des enfants

Initiation Musicale 1 pour les 3-4 ans en petite section de maternelle : stimulation du domaine sensoriel de l'enfant et développement du désir de participer activement.

Initiation Musicale 2 pour les 4-5 ans en moyenne section de maternelle : apprentissage de la justesse d'intonation, précision rythmique, coordination des mouvements. Graphismes en rapport avec la hauteur, la durée, l'intensité des sons.

Initiation Musicale 3 pour les 5-6 ans en grande section de maternelle : approfondissement des deux années précédentes et début de la prise de conscience des paroles des chants, avec quelques chansons dont les paroles comportent le nom des notes. Développement de la motricité fine.

FORMATION MUSICALE
indissociable de la pratique instrumentale
dès 6 ans

Groupes de progression avec les professeurs
Jeanne, Nina, Alexandre, Thibault et Bella.

Adagio CP

1^{er} degré, année 1
pour les enfants en CP ou
qui débutent la
formation musicale

Andante

1^{er} degré, année 2

Andantino

1^{er} degré, année 3

Allegretto

2^{ème} degré, année 1

Allegro

2^{ème} degré, année 2

Presto

3^{ème} degré, année 1

Prestissimo

3^{ème} degré année 2
pour les jeunes préparant leur diplôme d'autonomie

UNE PRATIQUE INSTRUMENTALE INDIVIDUELLE

**dès 5 ou 6 ans selon la motivation
dans une démarche humaine non sélective**

**Les professeurs se relaient, tout au long de la semaine,
pour enseigner leur instrument
à travers des cours individuels de 30 mn
(possibilité de suivre des cours de 45 mn ou 1 heure).**

CLARINETTE

GUITARE

FLUTE TRAVERSIERE

PIANO

VIOLON

VIOLONCELLE

BATTERIE

TROMPETTE

**Selon les instruments, il peut exister des listes d'attente
pour commencer la pratique instrumentale.**

**Croyez bien que nos professeurs font tout pour caler un
maximum de cours dans leur emploi du temps au PO.**

**Les jours et les horaires des cours particuliers
sont fixés directement par les professeurs avec chaque famille.
Coordonnées à demander sur heuremusicale@le-po.com**

UNE PRATIQUE COLLECTIVE

pour permettre aux musiciens de se rencontrer,
de s'écouter et d'apprendre à jouer ensemble.

Plusieurs opportunités selon les âges, les envies
et le nombre d'années de pratique instrumentale.

A noter : les musiciens qui obtiennent leur diplôme d'autonomie en formation musicale (en générale après 7 années), doivent rejoindre impérativement un atelier, ensemble ou projet musical en parallèle de leur pratique instrumentale en cours particulier.

Ensembles instrumentaux, groupe de musique de chambre, projets musicaux rassemblant différents instruments tout au long de l'année musicale, jazz, musique amplifiée, atelier par instrument...

Les propositions sont variées et seront détaillées
par les professeurs concernés.



Ensemble instrumental du PO

Cet ensemble accueille tous les instrumentistes à vent (saxo, trompette, trombone, clarinette, flute traversière, guitare) et à percussion à partir de la 2nde ou 3^ème année de pratique instrumentale.

Bonne humeur et esprit d'équipe seront à l'honneur pour élaborer, tout au long de l'année, un répertoire varié et festif. L'ensemble se produira à l'occasion des divers événements musicaux du PO

Projets musicaux - Musique de chambre

Les projets musicaux s'adressent à tous les musiciens du PO mais sont notamment conçus pour les élèves autonomes en formation musicale et qui n'ont pas le temps de consacrer une heure par semaine à un ensemble /atelier.

La formule est constituée de 2 projets musicaux par an (1 par semestre).

Deux fois dans l'année, les professeurs d'instruments définissent un répertoire, en discutent avec les élèves et attribuent les parties à travailler lors des cours individuels d'instrument.

Les pièces de musique sont orientées vers le trio, quatuor... Elles mêlent de préférence, voire nécessairement, des instruments différents. Par exemple, trio pour flûte, violon et piano.

Une fois le morceau maîtrisé par les élèves en cours particuliers, ces derniers s'engagent à assister à 4 séances répétitions de 30 mn réunissant les participants hors des cours individuels.

Les performances de ces pièces de musique ne sont pas limitées à une seule audition et peuvent être rejouées profitablement à d'autres occasions (audition de fin d'année, fête de l'HM...).

Avec 2 projets annuels, les élèves s'engagent donc à participer dans l'année à 8 fois 30 mn, donc 4 heures en tout.



CHORALE pour les enfants

de grande section de maternelle à CM1

Manière ludique d'explorer notre tout premier instrument qu'est la voix !
Le répertoire est composé de chansons françaises et du monde faciles à mémoriser.

En parallèle à la voix, nous développons la coordination
en créant une gestuelle ou des chorégraphies toutes simples autour des chansons.
Les enfants apprennent aussi le goût des mots et histoires que l'on raconte en musique !

**Important : la chorale des enfants est un moment musical
destiné aux petits chanteurs motivés qui souhaitent chanter
et progresser de manière ludique et rigoureuse.**

Pour éviter que certains enfants, non motivés,
ne perturbent l'ensemble de la chorale,
un point sera fait avec les familles au début du mois de décembre.
Nous déciderons, à ce moment là, quels enfants peuvent continuer.
Les autres devront attendre pour faire, s'ils le souhaitent,
un nouvel essai en septembre 2026.



Chorale pour les adultes

Jeux vocaux et théâtraux, échauffements corporels pour une mise en voix.

Apprentissage ludique des chansons.

Travail sur l'expressivité et la gestuelle autour des chansons.

Le répertoire est choisi en début d'année avec le groupe.

Atelier Théâtre & Musique à partir de 7 ans

Exploration des liens qui peuvent être créés entre musique et théâtre
Travail d'une pièce de théâtre ou d'extraits de pièce
Recherche de musiques permettant d'accompagner la pièce
et travail de ces œuvres en musique de chambre
Jeux scéniques avec l'instrument.

Atelier ouvert principalement aux élèves de l'Heure Musicale qui pratiquent un instrument.

Sur demande, des enfants sans pratique instrumentale pourront intégrer l'atelier par le chant.



Au PO, on ne fait jamais de la musique dans son coin...

Les enfants et jeunes sont incités à participer dès que possible à l'un des atelier ou ensemble Instrumental ou projet musical pour se rencontrer, s'écouter et apprendre à vivre ensemble

D'autres occasions de partage ont lieu tout au long de l'année :

Heures musicales mensuelles
ces auditions constituent un moteur de la progression
et développent le goût de bien jouer :
chacun peut apprendre à dominer son émotion
et partager en public le résultat de ses efforts.

Concert de partage à Noël chez les Petites Soeurs des Pauvres,

Concert galette en janvier,

Concert de l'Heure Musicale en fin d'année.

TARIFS de l'Heure Musicale

adhésion JSCPO 48€ comprise, à retirer si membre d'une autre activité du PO.

Initiation Musicale IM1 et IM2

460 € 45 mn par semaine

IM3 ou Formation Musicale sans instrument

490 € 45 mn par semaine + 30 mn chorale (GS à CM1) facultative

avec découverte d'instruments sur 3 séances de 30 mn en petits groupes de 3 enfants.
Ces séances auront lieu certains mercredis de 13H30 à 14H15 juste avant le cours IM3. le calendrier vous sera remis à la rentrée de septembre.

Formule Instrument individuel + Formation Musicale (ou IM3 avec instrument)

1 110 €

1 heure de Formation Musicale obligatoire
+30mn de cours individuel particulier d'instrument

Il convient d'ajouter 150 € pour ajouter une pratique collective de type ensemble ou projet musical (sauf théâtre et musique)

Instrument individuel + Pratique Collective dès le diplôme d'autonomie en formation musicale obtenu

1 110 €

30mn de cours individuel particulier d'instrument
+1 heure d'ensemble instrumental, ou projet musical

Chorale Enfants (GS de maternelle à CM1)

380 € pour 30 mn par semaine

La chorale est offerte dans le cadre
d'une formule avec Initiation/Formation Musicale et Instrumentale
Participation à la chorale sous réserve de la motivation de l'enfant.



Ensemble Instrumental, Musique de Chambre,

510 € pour 1 heure par semaine

Ou 150 € en plus de la formule formation musicale et Instrumentale
sous réserve d'un groupe de 5 élèves minimum. Si moins de participants, tarifs à adapter.

Atelier Théâtre & Musique

710 € pour une 1,5 heures par semaine

Ou 250 € en plus de la formule formation musicale et Instrumentale
sous réserve d'un groupe de 5 élèves minimum. Si moins de participants, tarifs à adapter.

Pratique instrumentale plus longue ou de plusieurs instruments

Dans le cadre des formules, il est possible de suivre :

**45 mn de cours particulier d'instrument
au lieu de 30 mn par semaine
en ajoutant 330 €**

**1 heure de cours particulier d'instrument
au lieu de 30 mn par semaine
en ajoutant 650 €**

**un cours particulier de 30 mn
pour un second instrument
en ajoutant 650 €**

Proposition Heure Musicale pour les Adultes

**Le PO est une association dédiée aux jeunes et aux enfants
mais accueillent des adultes liés à l'histoire de l'association
(jeunes devenus moins jeunes, parents, amis...)**

Pratique instrumentale pour les adultes

**30 mn de cours particulier d'instrument par semaine
860 €**

**45 mn de cours particulier d'instrument par semaine
1 160€**

**1 heure de cours particulier d'instrument par semaine
1 460 €**

Chorale des adultes du PO

390 € pour 1heure 30 par semaine

CALENDRIER MUSICAL 2025-2026

**Les cours s'étalent sur
32 semaines*
hors vacances scolaires**

Première semaine de cours : 8 septembre 2025

Dernière semaine de cours : 8 juin 2026

**Les semaines des 15 et 22 et 29 juin
permettent aux professeurs
de reporter éventuellement certains de leurs cours
notamment en fonction de leurs agendas musicaux professionnels.**

Cours sur les jours fériés :

**Les professeurs d'instrument et de cours de FM s'organisent directement
avec leurs élèves pour les cours lors d'un jour férié sur le calendrier.**





HORAIRES DES COURS 2025- 2026

Initiation Musicale :

Initiation Musicale 1 : mercredi de 16h30 à 17h15

Initiation Musicale 2 : mercredi de 13H30 à 14h15

Initiation Musicale 3 : mercredi de 14h15 à 15H

Formation Musicale :

Adagio

lundi de 16H45 à 17H45

mardi de 17h15 à 18h15

ou mercredi de 15h30 à 16h30

Andante

lundi de 16h45 à 17h45

mercredi de 15h30 à 16h30

Andantino

mardi de 18H15 à 19h15

mercredi de 14h à 15h

Allegretto

lundi de 17h45 à 18h45

mercredi de 14h15 à 15h15

Allegro

mercredi de 18h à 19h

Presto

Mercredi de 14h à 15h

Prestissimo

Jeudi de 18h à 19H

Ateliers

Ensembles instrumentaux

Ensembles vocaux

Chorale GS à CM1
mercredi de 15h à 15H30

Ensemble instrumental
lundi de 18h45 à 19h45

Atelier Théâtre & Musique
mercredi :
de 16h à 17h de sept à décembre 25
et de 16h à 17h30 de janvier à juin 26

Projets musicaux - Musique de Chambre
fréquence, jours et horaires à définir à la rentrée
par chacun des professeurs concernés.

Chorale Adultes
mercredi de 19h30 à 21h



RÈGLES DE FONCTIONNEMENT DE L'HEURE MUSICALE

Nous rappelons que le projet pédagogique de l'Heure Musicale ne permet pas la pratique instrumentale seule pour les enfants et les jeunes.

Ce qui signifie que la décision d'arrêter la formation musicale en cours d'année, pour quelle raison que ce soit, entraîne automatiquement l'arrêt du cours instrumental particulier.

Sans possibilité de remboursement puisque les deux sont indissociables au PO et que l'inscription à L'Heure Musicale est un engagement annuel.

Pour les pratiques collectives, nous attirons votre attention sur le fait qu'aucun groupe ne pourra se constituer avec moins de 6 participants.

Pour la pratique instrumentale, il est important de rappeler que tout élève de l'Heure Musicale doit impérativement disposer de l'instrument à la maison afin de pratiquer régulièrement chaque semaine entre deux cours au PO.

Le fonctionnement de l'Heure Musicale repose sur une progression régulière de chaque musicien et nous souhaitons, bien légitimement, **la plus grande assiduité** de la part de nos élèves.

En cas d'absence, nous vous demandons de prévenir impérativement le professeur par sms ou mail dès que possible afin que celui-ci ne s'inquiète pas et puisse s'organiser en conséquence.

Précisons également qu'en cas d'absence d'un élève, absence ponctuelle ou plus longue pour quelle raison que ce soit, les professeurs ne sont pas tenus de rattraper le(s) cours et aucun remboursement ne pourra être envisagé pour le(s) cours ainsi manqué(s).

En revanche, compte tenu du fait que nos professeurs exercent tous en parallèle une carrière de musicien, il est possible que certains cours ne puissent avoir lieu à leur jour et horaire habituels. Dans ce cas, un remplacement des cours sera bien sûr proposé par le professeur à un autre moment, notamment fin juin.

Nous rappelons à nos élèves que l'utilisation des téléphones portables n'est pas autorisée pendant les cours de musique :)

COTISATION HEURE MUSICALE

2025-2026

La cotisation annuelle se compose de deux parties :

1

la cotisation annuelle fixe selon les cours et formules

Cette cotisation inclut l'adhésion annuelle à l'association (48 €).
Une seule adhésion annuelle si votre enfant participe à plusieurs activités du PO.

2

la cotisation variable et facultative **dont chaque famille décide du montant en libre conscience**

Cette participation libre et facultative nous permet d'aider financièrement
plusieurs familles en difficultés financières.

Nous vous remercions par avance de votre générosité
dans le cadre de cette dimension solidarité si important au PO.

Nous avons le souci que le coût ne soit pas un obstacle à l'inscription de votre enfant.

N'oubliez pas que vous pouvez être aidés pour le financement de cette activité : bons CAF, aides via les comités d'entreprise, chèques ANCV (avec 2% de frais de gestion en plus).

Nous nous faisons un devoir de trouver à chaque fois des solutions avec les familles en difficulté. N'hésitez pas à en parler avec simplicité et confiance à Laurence, la Directrice Générale du PO, sur l'adresse laurence.mouterde@le-po.com

Les frais de participation à l'Heure Musicale sont calculés au plus juste par participant. Il ne nous est donc pas possible de proposer de tarifs dégressifs pour les fratries mais des aides de solidarité peuvent bien évidemment être accordées en fonction des situations.



**Aucune réinscription ne sera prise en compte
si l'inscription en ligne et le versement de l'acompte
(par RIB sur le compte du PO) ne sont pas effectués au 1er juin 2025.**

**Aucun élève ne sera autorisé à commencer les cours à la rentrée
si le solde de la cotisation n'est pas réglé au 8/09/2025 par virement.**

**Pour mémoire, un étalement de ce solde reste possible : il convient alors de
déposer tous les chèques avant le 8/09/2025 auprès de Yohan en charge de la
gestion du PO. Les chèques seront alors encaissés, au début de chaque mois ,
entre septembre 25 et mai 26.**

Comment s'inscrire ?

[En cliquant ici vers l'espace adhérent](#)

