

ÉNA ÉCOLE
NATIONALE
D'AÉROTECHNIQUE

UN CAMPUS DU CÉGEP ÉDOUARD-MONTPETIT

**HIVER
2022**

CAHIER DE DESCRIPTION DE COURS



Cours d'éducation physique

Cours de la formation générale complémentaire

Structure d'accueil aux études universitaires

Service de l'organisation scolaire
SEPTEMBRE 2021 (MAJ 2021-11-09)

TABLE DES MATIÈRES

<u><i>DESCRIPTION DES COURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE</i></u>	3
<u><i>Ensemble 1 : Santé et activité physique</i></u>	4
<u><i>Ensemble 2 : Efficacité et activité physique</i></u>	5
<u><i>Ensemble 3 : Autonomie et activité physique</i></u>	7
<u><i>DESCRIPTION DES COURS DE LA FORMATION GÉNÉRALE COMPLÉMENTAIRE</i></u>	10
<u><i>STRUCTURES D'ACCUEIL AUX ÉTUDES UNIVERSITAIRES</i></u>	11

DESCRIPTION DES COURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE

Cours d'éducation physique de la composante de formation générale commune

Les cours d'éducation physique visent à développer des comportements responsables en ce qui a trait à la protection et à l'amélioration de la santé.

Comme l'activité physique joue un rôle prépondérant dans la prévention de la maladie, la formation offerte dans ces cours permet à l'étudiant d'acquérir les compétences nécessaires pour éventuellement pouvoir intégrer la pratique régulière de l'activité physique à son mode de vie.

Au terme de la formation acquise dans les trois ensembles, l'étudiant sera capable de situer le rôle de l'activité physique dans la promotion de sa santé, d'augmenter par lui-même le degré de satisfaction qu'il pourra retirer de sa pratique d'une activité physique et de s'organiser pour accorder à l'activité physique la place qu'elle mérite dans son horaire hebdomadaire.

Note : Vous trouverez une version en Word et PDF de ce document sous la rubrique *Mon parcours* dans le dossier *Mon Cheminement scolaire/Choix de cours* du site *Ma Réussite* disponible sur votre portail.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT DES FRAIS INHÉRENTS À L'INSCRIPTION AUX COURS INTENSIFS EN ÉDUCATION PHYSIQUE

Pour obtenir un remboursement, l'élève doit compléter la procédure d'annulation auprès de son api.

Situations donnant droit à un remboursement complet.

1. L'élève annule son inscription **avant** la date limite d'annulation avec remboursement mentionnée dans la description du cours.
 2. Le Cégep annule le cours.
 3. L'étudiant n'a pas réussi un préalable à un cours de plein air de l'ensemble 3.
 4. L'étudiant n'est pas admis ou réadmis au Cégep.
 5. La grille du programme de l'étudiant est en conflit d'horaire avec le cours de plein air choisi.
- N.B. : L'élève qui s'inscrit sur la liste des personnes en attente d'une place paiera 100 % du montant seulement lorsque le Cégep lui confirmera une place.

Cette politique s'applique aux cours suivants :

- | | |
|---------------------------------|------------|
| 1) Ski alpin (intensif) | 109-271-EM |
| 2) Planche à neige (intensif) | 109-275-EM |
| 3) Cyclotourisme (intensif) | 109-361-EM |
| 4) Randonnée d'hiver (intensif) | 109-368-EM |

Département d'éducation physique

Ensemble 1 : Santé et activité physique

Les cours offerts dans l'Ensemble 1 font prendre conscience à l'étudiant de l'importance des habitudes de vie dans la prévention des problèmes de santé.

Afin que l'étudiant devienne davantage motivé à intégrer la pratique régulière de l'activité physique à son mode de vie, l'activité du cours offre à l'étudiant l'occasion de réaliser les effets positifs procurés par l'activité physique sur la satisfaction, la gratification, l'estime de soi, le plaisir et le mieux-être.

Au terme de ce cours, l'étudiant sera en mesure d'identifier les activités physiques qui respectent le plus ses capacités, qui tiennent compte de ses goûts personnels et qui permettent en plus de satisfaire ses besoins particuliers.

Cours offerts dans le cadre de l'Ensemble 1

		Coût
Conditionnement physique	109-111	
Santé et activités sportives	109-112	
Initiation aux principes d'entraînement musculaire	109-124	
Entraînement multiforme	109-125	

109-111-EM Conditionnement physique (Compétence 4EP0)

1-1-1

C'est un cours qui propose un entraînement concentré sur l'amélioration de la capacité aérobie en utilisant le jogging. En plus de l'importance de l'intégration de l'activité physique dans la vie de l'étudiant, les thèmes suivants seront abordés : la santé, les habitudes de vie, les principes d'entraînement, la production d'énergie dans l'effort musculaire, l'alimentation et les mesures de capacité physique.

109-112-EM Santé et activités sportives (Compétence 4EP0)

1-1-1

C'est dans une perspective de santé que les participants exploreront une variété d'activités sportives afin d'analyser l'impact de leur pratique sur l'amélioration de la condition physique. Comme tous les cours offerts dans cet ensemble, le volet théorique permettra au participant d'étudier les facteurs ayant une incidence sur la santé et la qualité de vie.

109-124-EM Initiation aux principes d'entraînement musculaire (Compétence 4EP0)

1-1-1

Ce cours propose une étude des différents facteurs ayant une incidence sur la santé et la condition physique. Dans cette perspective, l'étudiant s'initiera aux principes d'entraînement musculaire et à l'utilisation sécuritaire des différents appareils que l'on retrouve dans une salle de musculation (appareil à poulies, poids libres, chariot, section des appareils cardio).

109-125-EM Entraînement multiforme (Compétence 4EP0)

1-1-1

L'étudiant expérimente différentes formes d'entraînements musculaires et cardiovasculaires aisément applicables dans son milieu de vie: poids libres, Pilates, bande élastique, corde à danser, ballon suisse, ballon médicinal, step, jeux cardio, ergocycle, etc. Tout en identifiant ses besoins, il analyse les principaux facteurs de santé et s'attarde particulièrement aux habitudes de vie et aux composantes de la condition physique.

Ensemble 2 : Efficacité et activité physique

Les cours offerts dans l'Ensemble 2 visent à faire acquérir par l'étudiant la capacité à augmenter ses chances de réussite dans la pratique d'une activité physique.

En participant activement aux activités d'apprentissages prévues, l'étudiant apprend comment parvenir à des résultats satisfaisants dans l'amélioration de ses habiletés.

Au terme de son cours, l'étudiant sera capable d'apprendre, de façon autonome, une nouvelle forme d'activité physique ou de retirer encore plus de satisfaction dans une activité physique qu'il pratique déjà. Il augmente ainsi ses chances d'intégrer, aujourd'hui et plus tard, la pratique de l'activité physique à son mode de vie.

Cours offerts dans le cadre de l'Ensemble 2

		Coût
Badminton	109-211	
Basketball	109-221	
Course à pied	109-231	
Judo	109-233	
<u>Ski alpin (intensif)</u>	109-271	\$
<u>Planche à neige (intensif)</u>	109-275	\$

109-211-EM Badminton (Compétence 4EP1)

0-2-1

L'étudiant appliquera une démarche conduisant à l'amélioration de son habileté à contrôler les différentes trajectoires utilisées en badminton et à les utiliser de façon efficace dans un contexte d'opposition. Il s'en servira pour contrôler les déplacements de l'adversaire. Il apprendra les gestes techniques de base (service, smash, amorti, dégagement). La démarche d'apprentissage s'exerce dans le jeu en simple et en double. Elle fait appel à des exercices variés, éducatifs et des routines.

109-221-EM Basketball (Compétence 4EP1)

0-2-1

Ce cours propose l'apprentissage des gestes techniques de base (dribble, lancer franc, passes avec un bond au sol, etc.) ainsi que l'application en jeu de certaines stratégies propres au basketball. L'étudiant appliquera en jeu les règlements de la F.I.B.A. L'étudiant aura, en plus, à se fixer des objectifs et à vérifier l'atteinte de ceux-ci.

109-233-EM Judo (Compétence 4EP1)

0-2-1

Ce cours propose l'apprentissage des gestes techniques de base en judo. L'étudiant devra se fixer des objectifs et être capable de les évaluer. L'étudiant devra apprendre les techniques de chute, des prises d'immobilisation ainsi que les règlements régissant les combats. Il apprendra également les techniques de projection. Des frais de 3 \$ sont chargés pour la location du judogi.

109-231-EM Course à pied (Compétence 4EP1)0-2-1

Ce cours vise l'apprentissage des techniques de base de l'entraînement en course en pied. L'étudiant développera son efficacité par l'analyse de sa technique et la construction d'objectifs ciblant son amélioration. Le cours se déroule en format hybride alternant des séances en présentiel et à distance. L'étudiant sera outillé d'un plan d'entraînement adapté à ses capacités physiques qui sera constitué de séances de courses, d'éducatifs techniques, séances de flexibilité et de renforcement musculaire. La démarche favorise l'amélioration de la technique de course et la prévention des blessures et non les performances chronométrées. Ce cours se déroulera à raison de 10 cours de 3 heures et il débutera à la semaine 6.

Description Suite à votre choix de cours, vous recevrez un appel automatisé le 25 novembre vous expliquant comment confirmer votre place.	Le cours se déroule à St-Bruno. Il propose au participant de s'initier aux principes du ski alpin ou d'en perfectionner l'application. Le travail d'apprentissage sera orienté vers les gestes de freinage et de virage, le contrôle de l'équilibre et de la vitesse. Le cours ne touche pas les éléments ou techniques de « freestyle ». Le cours se présente sous forme intensive à raison de : 1 rencontre préparatoire obligatoire de 3 heures le soir et 3 journées complètes de 8 h à 17 h.	
Exigences et matériel requis	L'étudiant doit être adéquatement vacciné avec preuve à l'appui (passeport vaccinal) puisque les sites extérieurs l'exigent. Ce cours s'adresse aux étudiants de tous niveaux (formation de sous-groupes). L'étudiant doit avoir un équipement complet (skis profilés exigés). Location disponible sur place. La présence à toutes les activités est obligatoire. Le Cégep n'assure pas le transport à la station de ski.	
Coût Consulter la <u>politique de remboursement</u> à la page 4.	70 \$ coût de base incluant l'encadrement. <u>Frais supplémentaires si nécessaire (informations au premier cours) :</u> 120 \$ -3 locations d'équipement de ski alpin et 3 billets de remontées 81 \$ -3 locations d'un équipement de ski alpin avec casque 75 \$ -3 remontées mécaniques 12 \$ -3 locations de casque Date limite d'annulation avec remboursement : Mardi 7 décembre Date limite d'annulation sans remboursement : Mercredi 12 janvier à midi. La date limite de paiement : 15 décembre.	
Activité	Groupe A	Groupe B
Cours théorique	Mardi, 30 novembre, 19 h à 22 h, à la salle de golf du centre sportif (Campus Longueuil)	
Sortie # 1	10 janvier, 8 h à 17 h	11 janvier, 8 h à 17 h
Sortie # 2	12 janvier, 8 h à 17 h	13 janvier, 8 h à 17 h
Sortie # 3	14 janvier, 8 h à 17 h	17 janvier, 8 h à 17 h
<u>Si nécessaire :</u>	Journée de reprise le 19 janvier	

Pour informations supplémentaires : *Annie Bradette, poste 6712, courriel : annie.bradette@cegepmontpetit.ca*

Jérôme Blais, poste 6826, courriel : jerome.blais@cegepmontpetit.ca

Description Suite à votre choix de cours, vous recevrez un appel automatisé le 25 novembre vous expliquant comment confirmer votre place.	Le cours se déroule au Mont St-Bruno. Le cours propose à l'étudiant de s'initier aux principes de glisse ou d'en perfectionner l'application. Le travail d'apprentissage sera orienté vers les techniques de virage, le contrôle de l'équilibre et de la vitesse. Le cours ne touche pas les éléments ou techniques de «freestyle».	
Exigences et matériel requis	L'étudiant doit être adéquatement vacciné avec preuve à l'appui (passeport vaccinal) puisque les sites extérieurs l'exigent. CE COURS S'ADRESSE À TOUS. Le participant doit disposer de vêtements appropriés. Le casque est obligatoire pour les débutants et fortement recommandé pour tous. Location disponible sur place. La présence à toutes les activités est obligatoire. Le Cégep n'assure pas le transport à la station de ski.	
Coût Consulter la <u>politique de remboursement</u> à la page 4.	70 \$ coût de base incluant l'encadrement <u>Frais supplémentaires si nécessaire (informations au premier cours) :</u> 120 \$ -3 locations d'équipement de planche à neige et 3 billets de remontées 81 \$ -3 locations d'un équipement de planche à neige avec casque 75 \$ -3 remontées mécaniques 12 \$ -3 locations de casque Date limite d'annulation avec remboursement : Mardi 7 décembre Date limite d'annulation sans remboursement : Mardi 11 janvier à midi. La date limite de paiement : 15 décembre.	
Activité	Groupe A	Groupe B
Cours théorique	Mardi, 30 novembre, 19 h à 22 h, au local CR9 (Campus Longueuil)	
Sortie # 1	10 janvier, 8 h à 12 h	10 janvier, 13 h à 17 h
Sortie # 2	11 janvier, 8 h à 17 h	12 janvier, 8 h à 17 h
Sortie # 3	13 janvier, 8 h à 17 h	14 janvier, 8 h à 17 h

Sortie # 4	17 janvier, 8 h à 12 h	17 janvier, 13 h à 17 h
<u>Si nécessaire :</u>	Journée de reprise le 19 janvier	

Pour informations supplémentaires : *Jean-François Collin, poste 6791*, courriel : jean-françois.collin@cegepmontpetit.ca

Ensemble 3 : Autonomie et activité physique

Les cours de l'Ensemble 3 offrent à l'étudiant l'occasion de démontrer sa capacité à intégrer l'activité physique à son mode de vie.

L'étudiant aura l'occasion d'expérimenter une activité physique pratiquée selon des conditions et des règles qui garantissent des effets bénéfiques sur sa santé.

Ce cours offrira, en outre, à l'étudiant, l'opportunité de pratiquer une activité physique comportant des contraintes d'organisation et d'horaire personnel.

Au terme de son cours, l'étudiant sera capable d'insérer la pratique de l'activité physique parmi ses occupations et de s'assurer que cette activité apporte des effets positifs sur sa santé.

Cours offerts dans le cadre de l'Ensemble 3

		Coût
Musculation	109-314	
Gestion du stress par l'activité physique	109-344	
Volleyball	109-351	
<u>Cyclotourisme (intensif)</u>	109-361	\$
<u>Randonnée d'hiver (intensif)</u>	109-368	\$

109-314-EM Musculation (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

L'étudiant devra lui-même concevoir un programme d'entraînement personnel en musculation qui respecte les principes d'entraînement musculaire énoncés dans la documentation pertinente. Par la suite, il devra gérer la réalisation de son programme échelonné sur 12 semaines.

109-344-EM Gestion du stress par l'activité physique (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

Ce cours propose à l'étudiant de développer des connaissances et acquérir les outils nécessaires à une gestion efficace et régulière de sa pratique d'activités physiques, dans une perspective de maintien ou d'amélioration de sa santé. De plus, il explore le thème du stress sous ses différentes facettes et le relie particulièrement à l'activité physique.

109-351-EM Volleyball (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

L'étudiant devra gérer la pratique régulière de son activité et travailler aussi au niveau de son organisation. Il réalisera un programme personnel d'entraînement, organisera un tournoi et présentera à ses partenaires un mini cours sur un des aspects techniques ou tactiques du volleyball.

109-361-EM Cyclotourisme (intensif) (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

« Le coût de votre cours pourrait varier légèrement en fonction des consignes sanitaires du moment et des modifications de scénarios engendrés. »

Description Suite à votre choix de cours, vous recevrez un appel automatisé le 25 novembre vous expliquant comment confirmer votre place.	RISQUE DE CONFLIT D'HORAIRE Ne choisissez pas ce cours si vous avez l'intention de faire une demande d'admission à l'automne dans un programme universitaire avec entrevue. Il s'agit d'une excursion préparatoire d'une journée suivie d'une excursion d'une fin de semaine dans la région de l'Estrie (60 à 80 km/jour) avec camping. Le participant devra assister aux trois rencontres préparatoires qui traiteront de sécurité, de mécanique, de préparation physique, du trajet et du matériel.
Exigences et matériel requis	Ce cours s'adresse aux gens actifs. La présence à toutes les activités est obligatoire. L'étudiant doit disposer d'une bicyclette en bon état (minimum 15 vitesses) et de vêtements appropriés. Il est possible d'emprunter gratuitement un vélo de cyclotourisme si vous n'en avez pas. La tenue d'éducation physique est obligatoire au premier cours (tests).
Matériel fourni par le Cégep	Porte-bagages, sacoche de vélo, tente, sac de couchage, matelas de sol, réchaud et chaudrons de camping léger, etc. Un véhicule de sécurité et de transport pour les gros équipements.
Coût	126 \$ Coût de base pour le camping, l'encadrement, le transport des participants et des vélos.

Consulter la <u>politique de remboursement</u> à la page 4.	30 \$ à prévoir pour la nourriture. Date limite d'annulation <u>avec remboursement</u> : Lundi, 14 février. Date limite d'annulation <u>sans remboursement</u> : Lundi, 14 février. La date limite de paiement : 14 février
Activité	Dates et heures
Cours #1	Lundi 31 janvier, de 19 h à 22 h au CR-9 (Campus Longueuil)
Cours #2	Jeudi, 21 avril, de 19 h à 22 h à la salle de golf
Cours #3	Lundi, 25 avril, de 19 h à 22 h au CR-9
Sortie # 1	Samedi, 23 avril de 8 h 30 à 17 h
Sortie # 2	Vendredi, 29 avril, 18 h au dimanche, 1 ^{er} mai, 18 h

Pour informations supplémentaires : *Jean-François Collin, poste 6791*, courriel : jean-francois.collin@cegepmontpetit.ca

109-368-EM Randonnée d'hiver (intensif) (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

« Le coût de votre cours pourrait varier légèrement en fonction des consignes sanitaires du moment et des modifications de scénarios engendrés. »

Description Suite à votre choix de cours, vous recevrez un appel automatisé le 25 novembre vous expliquant comment confirmer votre place.	Ce cours amène l'étudiant à prendre conscience de la possibilité de vivre une expérience de randonnée durant la saison froide. Il apprendra à se protéger du froid, à se nourrir, à se déplacer (soit en raquettes ou en ski de randonnée) et à dormir à l'extérieur ou en refuge. REMARQUE : Groupe A et C/ raquette Groupes B et D / ski de randonnée
Exigences et matériel requis	Ce cours s'adresse aux gens actifs. La présence à toutes les activités est obligatoire. Si vous souffrez d'allergies sévères veuillez communiquer avec le professeur avant de faire votre choix de cours.
Matériel fourni par le Cégep	Sac à dos, sac de couchage, matelas isolant, tente, réchaud, chaudrons, raquettes et équipement de ski de randonnée, etc.
Coût Consulter la <u>politique de remboursement</u> à la page 4.	130 \$ coût de base pour le transport, l'encadrement, l'accès aux sites, refuge et camping. 30 \$ à prévoir pour la nourriture. Date limite d'annulation <u>avec remboursement</u> : Jeudi, 9 décembre Date limite d'annulation <u>sans remboursement</u> : Mardi, 8 février. La date limite de paiement : le 15 décembre

Vêtements d'éducation physique nécessaires au 1^{er} cours

Activité	Groupe A Raquette	Groupe B Ski de randonnée	Groupe C Raquette	Groupe D Ski de randonnée
Cours # 1	Jeudi, 2 décembre, 18h30 à 21h30 Local C-250 (Campus Longueuil)	Jeudi, 2 décembre, 18h30 à 21h30 Local C-251 (Campus Longueuil)	Jeudi, 2 décembre, 18h30 à 21h30 Local C-250 (Campus Longueuil)	Jeudi, 2 décembre, 18h30 à 21h30 Local C-251 (Campus Longueuil)
Cours # 2	Mercredi, 26 janvier, 18h30 à 21h30	Lundi, 31 janvier, 18h30 à 21h30	Mercredi, 26 janvier, 18h30 à 21h30	Lundi, 31 janvier, 18h30 à 21h30
Cours # 3	Mercredi, 9 février, 18h00 à 21h00	Lundi, 14 février, 18h00 à 21h00	Mercredi, 23 février, 18h00 à 21h00	Lundi, 28 février, 18h30 à 21h30
Cours # 4	Lundi, 21 février, 18h30 à 20h00	Lundi, 28 février, 18h30 à 20h00	Lundi, 7 mars, 18h30 à 20h00	Lundi, 21 mars, 18h30 à 20h00
Sortie # 1	Samedi, 29 janvier, 8h à 17 h	Samedi, 5 février, 8h à 17 h	Dimanche, 30 janvier, 8h à 17h	Dimanche, 6 février, 8 à 17 h
Sortie # 2	11 fév. 18h au 13 fév. 18h	19 fév. 7h au 20 fév. 18h	25 fév. 18h au 27 fév. 18h	5 mars. 7h au 6 mars 18h

Pour informations :

Yan Deroy, poste 5680, courriel : yan.deroy@cegepmontpetit.ca

Jérôme Blais, poste 6826, courriel : jerome.blais@cegepmontpetit.ca

COURS RÉSERVÉS AUX ÉTUDIANT(E)S ATHLÈTES (LYNX OU SPORT-ÉTUDES)

Qui peut choisir ces cours ?	<p>Au moment de faire votre choix de cours pour la prochaine session, vous devez respecter l'une des deux conditions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Être membre de l'Alliance Sport-Études; - Être sélectionné (ou en processus de sélection) pour l'une des 5 équipes de ligue provinciale des « Lynx du Cégep Édouard-Montpetit », c'est-à-dire : <ul style="list-style-type: none"> - basketball féminin division 1, - basketball masculin division 1, - volleyball féminin division 1, - hockey féminin division 1, - football division 2.
Comment choisir ces cours ?	<ul style="list-style-type: none"> - Dans Omnivox, vous ne trouverez pas ces cours dans les choix qui vous sont offerts en éducation physique - Pour les choisir, vous devez : <ul style="list-style-type: none"> - Compléter votre choix de cours dans Omnivox en incluant des choix en éducation physique (cette étape nous permet de valider que vous désirez bien un cours en éducation physique pour votre prochaine session); - Nous signifier votre intérêt à suivre un de ces cours en complétant le formulaire d'intérêt.
Formulaire d'intérêt	https://cegepmontpetit-estd.omnivox.ca/estd/frma/?SV=C56BEB
Autres informations	Sachez aussi qu'il pourrait être difficile (voire impossible) de modifier votre horaire pour choisir un autre cours d'éducation physique si vous désirez quitter ce cours au début de la prochaine session.

109-1SP-EM Habitudes de vie chez l'athlète (compétence 4EP0) - Ensemble 1 **1-1-1**

Pour l'athlète impliqué dans une démarche intensive dans son sport, ce cours s'oriente vers une connaissance approfondie des habitudes de vie, des déterminants de la condition physique et de la fixation d'objectifs spécifiques. Ce cours s'harmonise avec les besoins de performance de l'athlète tout en respectant une approche favorisant la santé. Ce cours se déroule dans un contexte d'autonomie en utilisant les outils de visioconférence ainsi que des plateformes d'enseignement pour permettre une certaine latitude dans l'arrimage des horaires académiques et sportifs.

Ce cours vous intéresse ? Veuillez compléter le formulaire d'intérêt disponible dans le tableau ci-haut.

109-2SP-EM Habiletés techniques chez l'athlète (compétence 4EP1) – Ensemble 2 **0-2-1**

Pour l'athlète impliqué dans une démarche intensive dans son sport, ce cours s'oriente vers le développement d'habiletés techniques reliées ou non à la discipline pratiquée. La planification d'une démarche d'amélioration, la fixation d'objectifs, les mesures de la réussite et les théories de l'apprentissage seront abordées. Ce cours se déroule dans un contexte d'autonomie en utilisant les outils de visioconférence ainsi que des plateformes d'enseignement pour permettre une certaine latitude dans l'arrimage des horaires académiques et sportifs.

Ce cours vous intéresse ? Veuillez compléter le formulaire d'intérêt disponible dans le tableau ci-haut.

109-3SP-EM Développement de l'autonomie chez l'athlète (compétence 4EP2) – Ensemble 3 **1-1-1**

Pour l'athlète impliqué dans une démarche intensive dans son sport, ce cours s'oriente vers le développement de l'autonomie dans une planification annuelle de sa pratique sportive. Les principaux sujets abordés seront la périodisation de l'entraînement, le développement des composantes de la performance et la fixation d'objectifs à long terme. Ce cours se déroule dans un contexte d'autonomie en utilisant les outils de visioconférence ainsi que des plateformes d'enseignement pour permettre une certaine latitude dans l'arrimage des horaires académiques et sportifs.

Ce cours vous intéresse ? Veuillez compléter le formulaire d'intérêt disponible dans le tableau ci-haut.

COURS DE LA FORMATION GÉNÉRALE COMPLÉMENTAIRE

120-CEA-03 L'exploration de la nutrition (Compétence 000Y) 3-0-3

À partir de notions scientifiques reliées à l'alimentation, à l'aide de la démarche de résolution de problèmes, l'étudiant devra évaluer son alimentation en fonction de ses besoins nutritionnels et énergétiques. Ainsi, il sera apte à planifier les correctifs appropriés, c'est-à-dire faire de meilleurs choix santé qui tiennent compte de ses goûts, de son style de vie et de ses contraintes budgétaires face à la multitude des produits offerts par l'industrie et la publicité.

204-Z13-EM Introduction à un logiciel de conception assistée par ordinateur (Compétence 0012) 1-2-3

Ce cours se veut une introduction à la modélisation assistée par ordinateur à l'aide, notamment, du logiciel CATIA. La formation abordera divers champs d'application d'un logiciel de conception assistée par ordinateur (CAO). Les exercices supervisés en classe permettront à l'élève d'apprendre les rudiments de la modélisation, des assemblages et de produire les dessins techniques. Les compétences acquises dans ce cours sont un atout majeur pour plusieurs formations universitaires.

330-CEB-03 Comprendre la guerre au XXe siècle (Compétence 000W) 3-0-3

À partir de différents conflits du XXe siècle (guerres mondiales, civiles, locales, révolutionnaires, froide, etc.), ce cours analyse le phénomène de la guerre dans toute sa complexité (ses motivations, ses instruments, ses incidences et ses conséquences). Il conduit ultimement à des réflexions sur le pacifisme dans l'histoire : la paix est-elle possible? Le cours comprendra diverses activités d'apprentissage : exposés théoriques du professeur, exercices pratiques sur des cartes ou des documents, lectures dirigées ainsi que divers travaux ou examens d'analyse historique. Les étudiants devront mobiliser les connaissances historiques acquises dans le cadre du cours ainsi que la méthode historique afin d'analyser différents types de conflits du XXe siècle.

350-CEC-03 Les facteurs humains en situation de travail (Compétence 000W) 2-1-3

L'objectif de ce cours est d'analyser la problématique des facteurs humains dans la chaîne des événements menant à un incident ou un accident aéronautique. L'étudiant devra analyser des mises en situation qui mettront de l'avant les différents maux de l'entreprise, tels que la pression, la distraction, la communication inefficace, la fatigue, etc. De plus, les notions telles que la gestion des conflits, la gestion du stress, la capacité au leadership, le travail en équipe, la santé mentale (et plusieurs autres !) seront abordées.

Le cours a été modifié et entériné par Transports Canada. Comme le cours reflète les exigences de Transports Canada, l'étudiant se verra remettre une attestation officielle de conformité de formation par l'ÉNA s'il réussit le cours. Cette attestation, valide pour trois ans, est reconnue par Transports Canada ainsi que par certaines entreprises en aéronautique.

365-Z03-EM Voyage au cœur de l'Amérique : imaginaire et société (Compétence 021L) 3-0-3

Ce cours vise à réfléchir sur le concept d'américanité à travers deux expressions de l'Amérique que sont le Québec et le Pérou. Il cherche à mieux comprendre comment des communautés et des peuples expriment leur identité à travers leur rapport au territoire et à leur imaginaire culturel. Plusieurs thèmes et concepts seront abordés (résistance, peuples autochtones, américanisation, etc.) à travers un corpus littéraire et sociologique, en plus d'analyses sur le terrain au Québec et, pour certains étudiants, dans la société péruvienne.

381-Z23-EM Le sexe, du singe à l'humain moderne : perspectives évolutives et culturelles de la sexualité humaine (Compétence 000V) 2-1-3

Si nous partageons plus de 97% de notre patrimoine génétique avec les grands singes et que notre sexualité se situe, à certains égards, dans le prolongement de celle de nos plus proches parents du monde animal, à d'autres égards elle en diffère radicalement. L'objectif de ce cours, à l'intersection de la primatologie, de la paléanthropologie et de l'ethnologie, est d'étudier l'évolution de la sexualité humaine et d'explorer la multiplicité des formes qu'elle peut prendre dans le monde. Ce faisant, nous aborderons des enjeux contemporains tels que le mariage homosexuel, le polyamour, l'avortement sélectif et bien d'autres encore.

420-CEB-03 Introduction à la programmation (Compétence 0012) 1-2-3

Ce cours est destiné aux étudiants qui désirent se familiariser avec un langage de programmation orienté objet. L'environnement de programmation .NET sera utilisé avec le langage C#.

En laboratoire, l'étudiant développera des programmes qui lui permettront de faire l'apprentissage des structures de base de la programmation : sélection, répétition, tableaux ainsi que les principaux concepts objet.

De plus, l'étudiant apprendra à utiliser des classes prédéfinies et à créer des interfaces graphiques.

À travers l'initiation aux récits fondateurs, ce cours vise à rendre l'étudiant plus apte à décoder le monde qui l'entoure : les films qu'il voit, les jeux vidéo qui le passionnent, les messages publicitaires dont on le matraque, etc. En somme, l'objectif de ce cours est d'amener l'étudiant à identifier et à caractériser les éléments les plus représentatifs de l'imaginaire occidental, de nature mythologique, biblique ou symbolique, et de rendre compte de la présence et du sens de ces éléments dans des œuvres d'art représentatives de différents courants esthétiques.

* * * * *

STRUCTURES D'ACCUEIL AUX ÉTUDES UNIVERSITAIRES

Certains programmes universitaires exigent certains cours comme structures d'accueil. Pour connaître les structures d'accueil de chaque programme de chaque université, **consultez votre aide pédagogique individuelle, local C-170.**