



Baccalauréat en kinésiologie

RENSEIGNEMENTS

819 821-7717, 819 821-8000, poste 62735 (téléphone)

819 821-7970 (télécopieur)

fepe@USherbrooke.ca (adresse électronique)

RESPONSABILITÉ : Faculté d'éducation physique et sportive

LIEUX DE FORMATION ET TRIMESTRES D'ADMISSION

Sherbrooke : admission au trimestre d'automne

GRADE : Bachelière ou bachelier ès sciences, B. Sc.

OBJECTIFS

Permettre à l'étudiante ou à l'étudiant :

- d'acquérir les compétences générales et spécifiques propres à une intervenante ou un intervenant en kinésiologie;
- d'acquérir la compétence générale transversale favorisant son processus de professionnalisation, et de façon plus spécifique, les compétences liées à la communication et au travail d'équipe, à l'éthique, à l'esprit d'analyse et de synthèse et à sa capacité d'intégration dans les milieux professionnels;
- d'acquérir la compétence générale favorisant sa capacité d'intervention dans la pratique de l'activité physique et de façon plus spécifique, les compétences liées à la prescription de programmes en fonction de différentes clientèles, à l'encadrement de séances en groupe ou individuelles, à l'application de diverses méthodes d'entraînement physique, à l'évaluation de l'efficacité de programmes, à l'application d'une planification auprès de participantes ou de participants sportifs, à l'encadrement de séances de développement technique et tactique, à l'élaboration de stratégies en gestion du stress et à l'application de stratégies en modification du comportement;
- d'acquérir la compétence générale favorisant sa capacité de gérer et d'administrer des projets en activité physique et sportive et de s'initier au processus de développement de sa propre entreprise;
- d'acquérir la compétence générale et les compétences spécifiques sous-jacentes dans l'intervention particulière à l'un ou l'autre des deux domaines suivants :
 - en activité physique et mieux-être : pouvoir appliquer diverses méthodes de conditionnement physique, encadrer des séances impliquant des adultes affectés d'une condition aiguë ou chronique, prévenir et corriger certains problèmes en milieu de travail;
 - ou
 - en encadrement sportif : pouvoir appliquer une planification auprès de participantes et participants sportifs inscrits dans la poursuite de l'excellence, encadrer des séances de développement technique et tactique auprès de ces mêmes participantes et participants sportifs, superviser l'action pédagogique du personnel d'entraînement.

ADMISSION

Condition générale

Condition générale d'admission aux programmes de 1^{er} cycle de l'Université (cf. *Règlement des études*).

Condition particulière

Obtenir un résultat de 50 % et plus au test d'aptitude physique.

EXIGENCE PARTICULIÈRE POUR L'OBTENTION DU GRADE

Avoir réussi le microprogramme de 1^{er} cycle d'approfondissement didactique en kinésiologie.

RÉGIMES DES ÉTUDES ET D'INSCRIPTION

Régime coopératif à temps complet.

Le nombre d'étudiantes et d'étudiants pour chacun des deux domaines d'application sera déterminé par la disponibilité des milieux de stage.

MODALITÉS DU RÉGIME COOPÉRATIF

Normalement, l'agencement des sessions d'études (S) et des stages de travail (T) est le suivant :

| 1 ^{re} année | | | 2 ^e année | | | 3 ^e année | | | 4 ^e |
|-----------------------|-----|-----|----------------------|-----|-----|----------------------|-----|-----|----------------|
| AUT | HIV | ÉTÉ | AUT | HIV | ÉTÉ | AUT | HIV | ÉTÉ | AUT |
| S-1 | S-2 | - | S-3 | T-1 | S-4 | T-2 | S-5 | T-3 | S-6 |

CRÉDITS EXIGÉS : 90

PROFIL DES ÉTUDES

TRONC COMMUN (70 crédits)

Activités pédagogiques obligatoires (67 crédits)

| | | | CR |
|-----|-----|---|----|
| EPS | 200 | Recherche en EPS | 2 |
| EPS | 201 | Cinésiologie structurale, biomécanique en EPS | 4 |
| EPS | 205 | Neurokinésiologie et apprentissage moteur | 4 |
| EPS | 300 | Professionnalisation de l'intervention en EPS | 2 |
| EPS | 310 | Observation du mouvement humain | 1 |
| INS | 236 | Entrepreneuriat et kinésiologie | 3 |
| KIN | 200 | Travail d'équipe | 1 |
| KIN | 210 | Dynamique psychosociale de la pratique de l'activité physique | 3 |
| KIN | 211 | Physiologie de l'effort I | 2 |
| KIN | 212 | Physiologie de l'effort II | 3 |
| KIN | 213 | Méthodologie de l'entraînement physique I | 2 |
| KIN | 214 | Méthodologie de l'entraînement physique II | 2 |
| KIN | 215 | Évaluation des qualités fonctionnelles | 3 |
| KIN | 216 | Intervention en activité physique et sportive | 4 |
| KIN | 217 | Nutrition en activité physique : théorie et pratique | 4 |
| KIN | 219 | Stratégies en gestion de stress | 3 |
| KIN | 220 | Initiation à la prescription en conditionnement physique | 4 |
| KIN | 222 | Counseling en activité physique | 2 |
| KIN | 234 | Aspects légaux de l'intervention en APS | 1 |
| KIN | 237 | Gestion de projet en activité physique I | 3 |
| KIN | 238 | Gestion de projet en activité physique II | 4 |
| KIN | 239 | Structures organisationnelles en APS | 1 |
| KIN | 241 | Soins d'urgence et RCR | 1 |
| KIN | 242 | Traumatologie sportive | 2 |
| KIN | 243 | Initiation à la planification de l'entraînement | 3 |
| KIN | 245 | Modification de comportement en activité physique | 2 |
| KIN | 302 | Principes et prescription d'étirements adaptés | 1 |
| KIN | 304 | Prescription de renforcement musculaire adapté | 1 |

Activités pédagogiques au choix (3 crédits)

Choisir parmi l'ensemble des activités pédagogiques de l'Université ou les suivantes :

| | | | |
|-----|-----|------------------------------------|---|
| KIN | 251 | Certification niveau 1 de la SCPE | 1 |
| KIN | 317 | Obésité, santé et habitudes de vie | 3 |

CONCENTRATION EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ET MIEUX-ÊTRE (20 crédits)

- 70 crédits d'activités pédagogiques du tronc commun
- 20 crédits d'activités pédagogiques obligatoires, à option et au choix de la concentration

Activités pédagogiques obligatoires (12 crédits)

| | | | |
|-----|-----|--|---|
| KIN | 300 | Prescription et conditionnement physique adapté | 3 |
| KIN | 301 | Méthodes de conditionnement physique particulières | 1 |
| KIN | 310 | Blessures et lésions en milieu de travail | 3 |
| KIN | 314 | Analyse ergonomique de situations de travail | 3 |
| KIN | 316 | Santé publique et kinésiologie | 2 |

Activités pédagogiques à option (8 crédits)

Une activité parmi les suivantes :

KIN 312 Intervention préventive, réadaptation en milieu de travail
 KIN 315 Les TIC en kinésiologie

Une activité choisie parmi les suivantes :

KIN 125 Méthode Pilates
 KIN 126 Tai Ji - Qi Gong
 KIN 127 *Workout*

Quatre activités de didactique de niveau I choisies parmi les suivantes :

EPD 104 Danse
 EPS 120 Course d'orientation
 EPS 122 Ski de fond
 EPS 123 Soccer
 EPS 124 Volley-ball
 EPS 125 Hockey
 EPS 126 Basket-ball
 EPS 130 Athlétisme
 EPS 131 Gymnastique
 EPS 132 Natation
 EPS 133 Sauvetage et sécurité aquatique
 EPS 138 Badminton
 EPS 139 Judo
 KIN 120 Activités cyclistes
 KIN 121 Activités de relaxation
 KIN 122 Activités de marche
 KIN 123 Aquaforme et aquajogging
 KIN 124 Danses du monde

CONCENTRATION EN ENCADREMENT SPORTIF (20 crédits)

- 70 crédits d'activités pédagogiques du tronc commun
- 20 crédits d'activités pédagogiques obligatoires, à option de la concentration

Activités pédagogiques obligatoires (16 crédits)

| | | | |
|----|---------|---|----|
| CR | KIN 102 | Méthodes d'entraînement physique spécifiques | CR |
| 3 | KIN 353 | Planification et méthodes d'entraînement | 2 |
| 3 | KIN 354 | Supervision pédagogique en entraînement sportif | 5 |
| | KIN 356 | Encadrement sportif : contexte et intégration | 3 |
| | KIN 357 | Gestion des ressources humaines et financières | 3 |

Activités pédagogiques à option (4 crédits)

Deux activités choisies parmi les suivantes :

| | | | |
|----|---------|---------------------------------|----|
| | EPD 104 | Danse | CR |
| CR | EPS 120 | Course d'orientation | 1 |
| 1 | EPS 122 | Ski de fond | 1 |
| 1 | EPS 123 | Soccer | 1 |
| 1 | EPS 124 | Volley-ball | 1 |
| 1 | EPS 125 | Hockey | 1 |
| 1 | EPS 126 | Basket-ball | 1 |
| 1 | EPS 130 | Athlétisme | 1 |
| 1 | EPS 131 | Gymnastique | 1 |
| 1 | EPS 132 | Natation | 1 |
| 1 | EPS 133 | Sauvetage et sécurité aquatique | 1 |
| 1 | EPS 138 | Badminton | 1 |
| 1 | EPS 139 | Judo | 1 |
| 1 | KIN 120 | Activités cyclistes | 1 |
| 1 | KIN 121 | Activités de relaxation | 1 |
| 1 | KIN 122 | Activités de marche | 1 |
| 1 | KIN 123 | Aquaforme et aquajogging | 1 |
| 1 | KIN 124 | Danses du monde | 1 |
| 1 | KIN 125 | Méthodes Pilates | 1 |
| 1 | KIN 126 | Tai Ji - Qi Gong | 1 |
| 1 | KIN 127 | <i>Workout</i> | 1 |

Une activité choisie parmi les suivantes :

| | | | |
|--|---------|---------------------------|----|
| | EPD 206 | Danse II | CR |
| | EPS 143 | Soccer II | 2 |
| | EPS 144 | Volley-ball II | 2 |
| | EPS 145 | Hockey II | 2 |
| | EPS 146 | Basket-ball II | 2 |
| | EPS 150 | Athlétisme II | 2 |
| | EPS 151 | Gymnastique II | 2 |
| | EPS 152 | Natation II | 2 |
| | KIN 140 | Didactique spécialisée II | 2 |

Description des activités pédagogiques

EPD

EPD 104

1 cr.

Danse

Objectifs : connaître les éléments techniques de base de la danse moderne et de la danse jazz et se familiariser avec l'approche pédagogique particulière de ces dernières; situer la danse dans la programmation du préscolaire/primaire et du secondaire.

Contenu : techniques de base en danse moderne et en danse jazz; principes à respecter dans l'élaboration et la réalisation d'une classe de danse. Observation, analyse et correction de mouvements de base. Éléments historiques essentiels à la compréhension de chacune des techniques.

EPD 206

2 cr.

Danse II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques en danse moderne et en danse jazz; développer les connaissances nécessaires à l'intervention en milieu scolaire et appliquer ces dernières en situations pratiques.

Contenu : savoir-faire moteur et comportements techniques en danse moderne et en danse jazz plus avancés; planification de séances, intervention auprès de groupes restreints et analyse des réponses motrices des participantes et participants.

EPS

EPS 120

2 cr.

Course d'orientation

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances d'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 122

1 cr.

Ski de fond

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée. Contenu : caractéristiques des personnes

participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 123

1 cr.

Soccer

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 124

1 cr.

Volley-ball

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 125

1 cr.

Hockey

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée. Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correc-

tion), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 126

1 cr.

Basket-ball

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 130

1 cr.

Athlétisme

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 131

1 cr.

Gymnastique

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 132

1 cr.

Natation

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 133

1 cr.

Sauvetage et sécurité aquatique

Objectifs : comprendre ses responsabilités et son rôle en tant qu'intervenant en milieu aquatique. Connaître les principes de base de la surveillance et les différents types de victime et savoir reconnaître, interpréter et évaluer une situation de sauvetage. Savoir adapter l'encadrement sécuritaire en fonction de l'activité. Connaître le Règlement sur la sécurité dans les bains publics.

Contenu : principes de base de la surveillance et de l'encadrement de diverses activités aquatiques; théories et pratique de la surveillance aquatique, reconnaissance d'une victime, et prise en charge d'une victime; exécution des techniques propres au sauvetage d'une victime. Règlement sur la sécurité dans les bains publics.

Préalables : EPS 132 et KIN 241

Antérieure : KIN 242

EPS 138

1 cr.

Badminton

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 139

1 cr.

Judo

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs au développement technique et tactique pertinent aux personnes participantes de niveau initiation; conduire des séances favorables à l'apprentissage

des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; démontrer les savoir-faire moteurs de base ainsi que les comportements tactiques élémentaires; analyser la réalisation des tâches motrices par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée. Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau initiation, savoir-faire moteurs de base, comportements tactiques élémentaires, règles et règlements de l'activité sportive, analyse des réponses motrices (observation et correction), profil d'une séance-type dans l'activité, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.).

EPS 143 2 cr.

Soccer II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement; mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau pratique, développement, préparation physique.

Préalable : EPS 123

EPS 144 2 cr.

Volley-ball II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement; mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau pratique, développement, préparation physique.

Préalable : EPS 124

EPS 145 2 cr.

Hockey II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement; mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau pratique, développement, préparation physique.

Préalable : EPS 125

EPS 146 2 cr.

Basket-ball II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement;

mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau pratique, développement, préparation physique.

Préalable : EPS 126

EPS 150 2 cr.

Athlétisme II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement; mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau pratique, développement, préparation physique.

Préalable : EPS 130

EPS 151 2 cr.

Gymnastique II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement; mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau pratique, développement, préparation physique.

Préalable : EPS 131

EPS 152 2 cr.

Natation II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement; mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau pratique, développement, préparation physique.

Préalable : EPS 132

EPS 200 2 cr.

Recherche en EPS

Objectifs : connaître le processus de recherche et ses diverses variables; distinguer différentes méthodes d'investigation utilisées dans le domaine de l'éducation physique et à la santé; développer la capacité de trouver, d'analyser et de critiquer des études liées au domaine professionnel; comprendre l'utilisation des statistiques en recherche; développer son sens critique et connaître les principes de déontologie en recherche avec des sujets humains.

Contenu : les étapes fondamentales du processus de la recherche. Les diverses méthodes qualitatives et quantitatives de recherche en EPS. Les principales va-

riables de recherche, selon les domaines disciplinaires en EPS. Les principes de déontologie en recherche et leur application. Les principaux outils facilitant la recherche : bases de données informatisées. Les méthodes statistiques utilisées en recherche. Analyse critique d'articles scientifiques et professionnels. La présentation orale et écrite d'un rapport de recherche.

EPS 201 4 cr.

Cinésiologie structurale, biomécanique en EPS

Objectifs : analyser les composantes des systèmes sous-jacents à la production de mouvements humains; intégrer la compréhension des principes et des lois mécaniques; connaître le développement de ces systèmes en fonction de l'âge; identifier des principes de sécurité à respecter et à appliquer; développer une terminologie adaptée.

Contenu : notions de base de l'ostéologie, de l'arthrologie et de la myologie. Les types de mouvements segmentaires et corporels globaux. Les principes de l'analyse du mouvement : l'observation. Les principes et notions de la mécanique régissant l'exécution des mouvements. L'application intégrée de ces diverses notions à des actions motrices ou sportives. Les principales étapes du développement de ces systèmes en fonction de l'âge et leurs conséquences sur la production d'actions motrices. Les indications et contre-indications dans la production d'actions motrices. Laboratoires d'application à différents mouvements humains.

Concomitante : EPS 310

EPS 205 4 cr.

Neurokinésiologie et apprentissage moteur

Objectifs : connaître et comprendre l'organisation générale du système nerveux et du contrôle de la motricité, de même que le processus d'apprentissage moteur; intégrer les connaissances de ces deux domaines; appliquer ces notions à la réalisation et à l'apprentissage de diverses actions motrices et sportives, selon l'âge de la personne.

Contenu : le système nerveux : sa structure et son organisation. Les mécanismes de contrôle du mouvement humain. La motricité humaine de support et opérante. Les caractéristiques et classifications des habiletés motrices ou sportives. Les mécanismes cognitifs sous-jacents au processus d'apprentissage moteur. Les principales théories de l'apprentissage moteur, les étapes et les facteurs pouvant affecter cet apprentissage : l'individu, l'environnement humain et physique, l'organisation de la pratique. Apprentissage moteur et sécurité dans l'exécution des gestes moteurs. Le développement du système nerveux et de la motricité de l'enfant et de l'adolescent. Laboratoires d'application.

EPS 300 2 cr.

Professionalisation de l'intervention en EPS

Objectifs : connaître les grandes lignes de l'évolution historique de l'éducation physique et sportive et s'initier à certains thèmes orientés vers sa problématique actuelle; comprendre les fonctions et l'organisation de l'école dans le système éducatif québécois ainsi que le rôle des enseignantes et enseignants.

Contenu : survol historique sur le monde occidental. Évolution de l'éducation physique et du sport au Québec. Apports des savoirs disciplinaires, didactiques et pédagogiques à la formation initiale. Finalités de l'éducation et fonctions de l'école.

EPS 310 1 cr.

Observation du mouvement humain

Objectifs : situer cette thématique à l'intérieur de la formation professionnelle en activité physique; comprendre les notions, mécanismes, méthodologies et problématiques liés à la réalisation de l'observation; planifier une démarche systématique d'observation; expérimenter cette démarche dans des contextes variés, en fonction d'objectifs différents, en vue du développement d'une compétence professionnelle.

Contenu : la notion d'observation du mouvement humain. La place de celle-ci dans l'intervention professionnelle. Les types d'observation : subjective et objective. La connaissance des caractéristiques des mouvements humains : phases, familles et classification. Les mécanismes cognitifs sous-jacents à ce comportement. L'application des principes biomécaniques. Les méthodologies et technologies utilisées pour favoriser la réalisation de cette habileté. Réalisation de laboratoires d'application.

Concomitante : EPS 201

INS

INS 236 3 cr.

Entrepreneuriat et kinésiologie

Objectifs : apprendre à maîtriser les outils de gestion utiles au démarrage d'entreprise dans le domaine de l'éducation physique et sportive; connaître les principes et les théories de l'entrepreneuriat; se sensibiliser aux valeurs de l'entrepreneuriat, du travail autonome et du démarrage d'entreprise; se familiariser avec les intervenantes et intervenants du milieu.

Contenu : l'entrepreneure ou l'entrepreneur, l'entreprise et l'entrepreneuriat; l'idée d'entreprise; le plan d'affaires dans un dossier de démarrage associé à l'éducation physique et sportive. Les problématiques liées au lancement en affaires.

KIN

KIN 102 2 cr.

Méthodes d'entraînement physique spécifiques

Objectifs : s'initier à des méthodes d'entraînement physique populaires; approfondir ses connaissances dans une ou certaines approches spécifiques dans le domaine de l'entraînement physique.

Contenu : méthodes d'entraînement visant le développement de la force musculaire, de l'endurance aérobie ou de l'endurance anaérobie. Principes à respecter dans l'élaboration et la réalisation de séances. Expérimentation de ces différentes méthodes.

Préalable : EPS 110 ou KIN 213

KIN 120 1 cr.

Activités cyclistes

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs à l'utilisation du vélo comme mode d'activité physique; conduire des

séances favorables à l'apprentissage des savoir-faire moteurs de base et des comportements tactiques élémentaires; utiliser le déplacement à vélo pour atteindre divers objectifs du maintien et de l'amélioration de la santé; savoir utiliser le vélo comme agent de découverte du milieu; utiliser les éléments en faveur de l'utilisation du vélo comme moyen de déplacement journalier; enrichir les déplacements à vélo d'activités sollicitant l'utilisation variée des sens; analyser la réalisation des tâches par les personnes participantes et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes selon la provenance et le milieu humain, analyse des réponses motrices, profil d'une activité type, habiletés d'intervention (planification, explication, démonstration, organisation du groupe, évaluation, etc.), choix du vélo, éléments de mécanique de base, sécurité; sorties de durée, intensité et difficulté variables dont la dimension météorologique; itinéraire et méthodologie des déplacements; composition, gestion et évaluation d'activités cyclistes.

KIN 121 1 cr.

Activités de relaxation

Objectifs : connaître les différentes techniques de relaxation ainsi que les approches corporelles qui permettent une meilleure gestion de soi. Choisir les approches pertinentes à la clientèle visée. Maîtriser les modalités d'intervention propre à ces techniques.

Contenu : approfondissement des méthodes vues au cours de stratégies de gestion du stress et connaissance de méthodes additionnelles apportant bien-être, gestion de soi et détente. Approches pédagogiques particulières à chacune d'elle. Application et utilisation des méthodes en fonction des contextes et des clientèles visées.

KIN 122 1 cr.

Activités de marche

Objectifs : élaborer un programme et des objectifs relatifs à l'utilisation des jeux et activités de marche de santé s'adressant aux personnes ou groupes de niveaux divers; conduire des séances favorables à l'appropriation par la clientèle des activités et jeux de marche; démontrer des savoir-faire de gestion d'activités et jeux de marche pour diverses clientèles; bonifier l'éventail des jeux et activités en sollicitant une approche multisensorielle; utiliser des milieux de marche variés; évaluer les progrès et l'adaptation des groupes cibles et rétroagir de façon appropriée.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes, biomécanique et physiologie de la marche, bénéfices de la marche de santé, composantes de la dépense énergétique de la marche, choix de l'équipement, techniques de motivation, sécurité, aspects légaux, facteurs météorologiques, aspects nutritifs, suivi d'un programme, expérimentation de diverses activités et jeux de marche de santé, composition, gestion et évaluation de programmes de jeux et d'activités de marche.

KIN 123 1 cr.

Aquaforme et aquajogging

Objectifs : connaître les éléments de base de l'aquaforme et de l'aquajogging et s'initier à l'approche pédagogique particulière à chacune d'elles.

Contenu : connaissances théoriques et pratiques de base, planification et enseignement d'une séance d'aquaforme en eau peu profonde et profonde et initiation à l'entraînement par la course en eau profonde.

KIN 124 1 cr.

Danses du monde

Objectif : utiliser l'enseignement de danses de différents pays afin de développer une habitude d'activité physique chez différentes clientèles.

Contenu : apprentissage et interprétation de danses selon le style de différents pays. Déchiffrement et transposition en mouvement d'une chorégraphie en respectant le rythme et le style de la danse. Enseignement des danses en tenant compte des niveaux de difficulté de ces dernières. Adaptation des niveaux de difficulté en fonction de la clientèle.

KIN 125 1 cr.

Méthode Pilates

Objectifs : développer sa conscience corporelle et étendre son expérimentation du corps en mouvement par la pratique d'exercices du niveau débutant à avancé provenant de la méthode Pilates ainsi que d'approches de mouvements complémentaires. Posséder la théorie de base sous-jacente à la méthode Pilates. Pouvoir adapter et exécuter les exercices de façon sécuritaire. Au moyen d'un laboratoire d'enseignement individuel ou en petit groupe, appliquer une marche à suivre et des techniques de communication dans l'enseignement d'exercices de la méthode Pilates. Élaborer une séance débutant selon les principes acquis.

Contenu : séances pratiques composées d'exercices débutants à avancés ainsi que de préalables. Notions théoriques intégrées à la séance pratique. Laboratoire d'enseignement. Élaboration d'une classe de niveau débutant.

KIN 126 1 cr.

T'ai Ji et Qi Gong

Objectifs : connaître les éléments de base et s'initier aux techniques de gymnastique énergétique du Qi Gong et du T'ai Ji Quan.

Contenu : connaissances historiques, principes à respecter dans l'élaboration et la réalisation d'une séance, étapes de planification d'une séquence (routine), analyse et expérimentation incorporant une dimension pédagogique. *En lien étroit avec le Programme de prévention de la perte d'autonomie chez les personnes âgées (Programme de prévention PAPA).*

KIN 127 1 cr.

Workout

Objectifs : connaître les éléments de base de l'activité et s'initier à l'approche pédagogique particulière à cette dernière.

Contenu : connaissances de base, principes à respecter dans l'élaboration et la réalisation d'une séance, étapes de la planification d'une routine, analyse de routines, expérimentation.

KIN 140 2 cr.

Didactique spécialisée II

Objectifs : approfondir les connaissances techniques, tactiques et pédagogiques de l'activité; acquérir les connaissances relatives à l'entraînement dans l'activité choisie.

Contenu : caractéristiques des personnes participantes au niveau développement; mécanique, savoir-faire moteurs et comportements tactiques avancés; analyse des réponses motrices (observation et correction), des savoir-faire moteurs et des comportements tactiques avancés; profil d'une séance-type au niveau de la pratique, du développement, de la préparation physique.

KIN 200 1 cr.

Travail d'équipe

Objectifs : identifier les critères caractérisant une équipe performante; analyser ses forces et ses faiblesses face à la dynamique du travail en équipe; pouvoir résoudre des conflits; planifier, organiser et animer différents types de réunions; gérer sa charge de travail étudiant.

Contenu : définition des différents groupes de travail et d'équipes, leurs caractéristiques, les phases de croissance et le rôle de la rétroaction et de l'écoute active. Les types psychologiques selon Myers-Briggs. Identification de son type psychologique sur la base de la pensée de Jung. La prise de décision, la critique constructive et la résolution de conflit : connaissance des concepts et application pratique. Les réunions : types, modes d'animation, préparation, rôle de chacun, ordre du jour et procès-verbal. Le travail étudiant : ses caractéristiques et différentes méthodes de gestion.

KIN 210 3 cr.

Dynamique psychosociale de la pratique de l'activité physique

Objectifs : répertorier les caractéristiques intellectuelles et psychosociales des enfants, des adolescents et adolescents et des jeunes adultes; décrire les relations entre l'activité physique et les dimensions intellectuelles et psychosociales des enfants, des adolescents et adolescents et des jeunes adultes.

Contenu : caractéristiques psychologiques : compétitivité, émotivité, confiance, concentration, autonomie, discipline, « entraînabilité ». Caractéristiques intellectuelles : intelligence, curiosité, mémoire. Caractéristiques sociales : relations interpersonnelles, respect de l'autorité et des pairs, jugement moral, leadership, esprit sportif. Évolution des caractéristiques selon l'âge, le niveau d'expérience. Influence du niveau socioéconomique, de l'encadrement familial, de l'environnement social. Conséquences pour la pratique.

KIN 211 2 cr.

Physiologie de l'effort I

Objectifs : analyser la structure et le fonctionnement du muscle squelettique; comprendre les principaux systèmes de production d'énergie et les liens existant avec les différentes méthodes d'entraînement; définir les ajustements et adaptations qui prennent place lors d'un programme d'entraînement de la force; connaître les effets de certaines aides ergogènes utilisées pour promouvoir le développement de la force.

Contenu : mécanisme de la contraction musculaire, myotologie, fatigue et douleur musculaires. Relation entre les qualités fonctionnelles et physiques et les systèmes énergétiques. Développement de la force musculaire selon l'âge, le sexe et l'entraînement. Aides ergogènes. Physiologie de la flexibilité.

KIN 212 3 cr.

Physiologie de l'effort II

Objectifs : connaître la structure des systèmes cardiovasculaire, respiratoire, endocrinien et de thermorégulation; expliquer le fonctionnement de ces systèmes; expliquer les mécanismes de régulation de ceux-ci au repos et à l'effort; décrire les effets de l'entraînement, de l'âge, du sexe et de l'hérédité sur ces systèmes.

Contenu : structure des systèmes cardiovasculaire, respiratoire, endocrinien et de thermorégulation. Fonctionnement et mécanismes de contrôle de ces systèmes. Influences de l'exercice aigu et chronique sur ceux-ci. Effets de l'âge, du sexe, du niveau préentraînement sur les réponses de ces systèmes à l'exercice. Laboratoires d'application (électrocardiogramme, mesure de VO_2 , évolution de la Fc du repos à l'effort maximal, etc.).

KIN 213 2 cr.

Méthodologie de l'entraînement physique I

Objectifs : expérimenter et utiliser différentes méthodes visant l'amélioration de différents types de force et de flexibilité; identifier les avantages et les inconvénients des équipements généralement utilisés visant l'amélioration des qualités musculaires; utiliser différents moyens pour déterminer et contrôler l'intensité d'exercice désirée; adopter un comportement propre au développement d'une attitude professionnelle.

Contenu : fondements et objectifs de certains types d'entraînement du système musculaire. Modalités d'exécution, de progression, d'organisation et d'adaptation. Principes généraux d'entraînement. Les qualités musculaires et les méthodes populaires pour les développer. Avantages et inconvénients des divers types d'appareils. Précautions à prendre dans l'entraînement en musculation. Détermination et contrôle de l'intensité.

KIN 214 2 cr.

Méthodologie de l'entraînement physique II

Objectifs : expérimenter et utiliser différentes méthodes visant l'amélioration des capacités organiques; identifier les avantages et les inconvénients des équipements généralement utilisés pour l'amélioration des qualités organiques; utiliser différents moyens pour déterminer et contrôler l'intensité d'exercice désirée.

Contenu : fondements et objectifs de certains types d'entraînement organique. Travail continu, intermittent. Les qualités organiques (reliées à l'endurance aérobie et à l'endurance anaérobie) et les méthodes pour les développer. Modalités d'exécution, de progression, d'organisation et d'adaptation selon diverses conditions. Avantages et inconvénients de divers types d'appareils.

KIN 215 3 cr.

Évaluation des qualités fonctionnelles

Objectifs : appliquer les principes de validité, de fiabilité et d'objectivité nécessaires à une bonne méthode; utiliser les tests physiques appropriés en fonction des objectifs de l'évaluation pour différentes clientèles apparemment saines; utiliser certains outils informatiques pour fins de statistiques, de compilation et d'évaluation; démontrer son aptitude à

transmettre et à interpréter les résultats de l'évaluation.

Contenu : la qualité métrologique des tests et les notions de statistiques reliées à la compréhension de certains concepts. Influence des facteurs personnels, environnementaux et des objectifs poursuivis sur le choix des tests. Mesures sécuritaires pour l'administration des tests. Principes déontologiques à respecter lors de l'évaluation. Les tests pour mesurer les qualités fonctionnelles : endurance aérobie, endurance anaérobie, force et endurance musculaires, la vitesse, la puissance musculaire, la flexibilité. Les tests de mesure de la composition corporelle. Le calibrage des appareils de mesure. Les modalités de présentation des résultats et leur interprétation. Laboratoires sur l'administration des tests, l'interprétation des résultats et diverses modalités de leurs présentations.

KIN 216 **4 cr.**

Intervention en activité physique et sportive

Objectifs : communiquer efficacement pour transmettre ses connaissances dans le domaine de l'activité physique; appliquer des programmes de développement physique; conduire des séances (individuelle et de groupe) propices à l'atteinte des objectifs des participantes et participants tout en assurant un contexte sécuritaire et une ambiance agréable.

Contenu : concepts de base reliés à l'intervention (temps d'apprentissage, habiletés d'intervention, comportement de l'intervenante ou de l'intervenant, etc.), différentes stratégies d'intervention (exposé oral, enseignement par ateliers, enseignement par tâches, *team teaching*, etc.), différents moyens de communication (rétroprojecteur, tableau, etc.), outils pour évaluer la qualité de l'intervention, caractéristiques propres aux séances de groupe et aux séances individuelles, supervision d'une salle d'entraînement, plan d'urgence.

KIN 217 **4 cr.**

Nutrition en activité physique : théorie et pratique

Objectifs : comprendre les notions sous-jacentes à la prescription d'un régime alimentaire équilibré; évaluer et analyser un régime alimentaire équilibré; établir une ration alimentaire pour l'entraînement ou la compétition; comprendre les particularités nutritionnelles de diverses clientèles et la problématique de l'obésité; réaliser une enquête alimentaire.

Contenu : notions liées à un régime alimentaire : familles d'aliments, objectifs nutritionnels, besoins énergétiques, nutriments. Les principaux guides d'analyse d'un régime alimentaire. La notion de ration et son application lors de diverses situations : entraînement, précompétition, percompétition, postcompétition. Les particularités nutritionnelles de l'enfant et de l'adolescente ou de l'adolescent, de la personne âgée. L'obésité : prémisses, caractéristiques, lien avec l'activité physique. Approches alimentaires « populaires ». Le végétarisme. Facteurs ergogènes nutritionnels.

KIN 219 **3 cr.**

Stratégies en gestion de stress

Objectifs : décrire les notions fondamentales reliées au stress; pouvoir évaluer

les agents de stress et le niveau; situer le stress dans un contexte d'intervention; développer des habiletés et pouvoir utiliser des outils en gestion du stress.

Contenu : définition du stress et des mécanismes sous-jacents. Les stresseurs et leurs conséquences. Outils d'évaluation. Conception de l'activité physique comme stratégie de gestion du stress : analyse des facteurs de réalisation. Différentes composantes et formats de programmes de gestion du stress; la relaxation et l'approche psychocorporelle, le contrôle des pensées/attitudes, la gestion du temps, le soutien social, les habitudes de santé.

KIN 220 **4 cr.**

Initiation à la prescription en conditionnement physique

Objectifs : comprendre le concept d'activité physique et de mieux-être; obtenir de l'information pertinente avant de prescrire un programme d'exercices, sur l'ensemble des dimensions reliées à la personne pouvant influencer la prescription d'exercice; prescrire un programme de conditionnement physique individuel ou en groupe en respectant les composantes de sécurité, d'efficacité et de plaisir chez les adultes jeunes et d'âge moyen en santé; déterminer la valeur de diverses activités physiques et sportives quant à la contribution au développement des déterminants de la condition physique; développer une éthique professionnelle dans ses relations avec les clientes et clients.

Contenu : le concept d'activité physique et de mieux-être par rapport aux autres concepts en santé. Définition et objectifs du conditionnement physique. Établissement d'un bilan préprogramme des qualités fonctionnelles à améliorer. Évaluation par différents moyens du niveau d'aptitude à l'activité physique de la personne. Évaluation de la pratique habituelle d'activités physiques et des autres habitudes de vie de la personne pouvant influencer la réalisation de son programme d'activités physiques. Les différents critères de sélection (fonctionnels, personnels et externes) des activités physiques à prescrire. Établissement des objectifs du programme. Prescription individuelle et collective d'activités de conditionnement physique. Les trois étapes d'un programme et les caractéristiques de l'activité physique répétée à chaque étape. Valeur de diverses activités physiques et sportives sur le développement des déterminants de la condition physique. Types et moyens d'évaluation du programme. Les signes d'intolérance à l'effort. Laboratoires portant sur les prescriptions individuelles d'exercices et sur l'utilisation d'équipements, de plateaux de travail et d'activités sportives en vue d'améliorer les déterminants de la condition physique.

Concomitantes : KIN 216 et KIN 222

KIN 222 **2 cr.**

Counseling en activité physique

Objectifs : établir un processus de counseling; développer des habiletés relationnelles reliées au processus de counseling.

Contenu : les différents types de processus de counseling/d'intervention; l'expert, le précheur et le facilitateur. Avantages et inconvénients de chacun. Principes de base d'une relation semi-formelle. Les

habiletés de communication privilégiées en counseling : l'écoute active, l'interrogation, la manière de donner de l'information et les façons de recevoir et de donner de la rétroaction. Attitudes relationnelles à développer en counseling. Laboratoires de mise en application du processus de counseling.

KIN 234 **1 cr.**

Aspects légaux de l'intervention en APS

Objectifs : connaître les règles générales et les différents régimes de responsabilité civile applicables aux intervenantes et intervenants en activité physique et sportive; déterminer les obligations des intervenantes et intervenants, les recours possibles, leurs fondements, les éléments constitutifs du fardeau de preuve et les moyens de défense; traiter du contrat d'assurance responsabilité professionnelle; appliquer les règles de la responsabilité civile à des situations factuelles pertinentes.

Contenu : dispositions applicables du Code civil du Québec; dispositions du Code criminel; Loi sur la sécurité dans les sports et ses règlements; Charte des droits et libertés de la personne. Jurisprudence et doctrine pertinentes; règles d'éthique; assurance-responsabilité professionnelle. Charte de l'esprit sportif et études de cas pratiques.

KIN 237 **3 cr.**

Gestion de projet en activité physique I

Objectifs : analyser les possibilités/menaces des macro et micro-environnements; comprendre et planifier les différentes étapes d'un projet.

Contenu : contextes de réalisation d'un projet (économique, politique, juridique, concurrence, analyse de la clientèle). Étapes du processus de planification. Plan de contingence, financement, rentabilité, mécanismes de contrôle, commandite, marketing, plan et programmes, leadership, gestion de personnel. Certaines méthodes de traitement de l'information. Laboratoires d'application (plan de commandite, plan de marketing/recrutement et sélection de personnel, etc.).

KIN 238 **4 cr.**

Gestion de projet en activité physique II

Objectif : réaliser un projet en activité physique et sportive selon la théorie et les pratiques enseignées en *Gestion de projet en activité physique I*.

Contenu : projets en milieu professionnel, identification du milieu, mise en place d'outils de gestion particuliers au projet, concepts et techniques de planification et de contrôle de projets quant aux variables : temps, coût et qualité, communication, etc.

Préalable : KIN 237

KIN 239 **1 cr.**

Structures organisationnelles en APS

Objectifs : exposer la structure organisationnelle de son activité sportive (niveaux local, provincial et national), les principaux intervenants et intervenantes et leurs interrelations, exposer les différentes instances impliquées dans la promotion et dans la gestion de l'activité physique et du mieux-être (niveaux local, provincial et national); s'impliquer dans certaines activités de son regroupement professionnel ou d'organismes privés ou publics.

Contenu : monde sportif : système sportif canadien, système sportif québécois, structure organisationnelle sur le plan régional. Grandes compétitions et événements sportifs. Comité olympique canadien, Sport Canada, Sport Québec, ONS, fédérations sportives, ACE, etc. Monde de l'activité physique et du mieux-être : organismes nationaux et provinciaux. Unité condition physique et vie active, Kino-Québec, secteur privé, etc. Sources de financement disponibles, programmes disponibles. Plan de carrière.

KIN 241 **1 cr.**

Soins d'urgence et RCR

Objectifs : en premiers soins, l'étudiante ou l'étudiant recevra une formation générale lui permettant d'intervenir lors des blessures reliées à l'activité physique (et aussi dans le quotidien); en réanimation cardiorespiratoire, l'étudiante ou l'étudiant recevra une formation lui permettant d'intervenir adéquatement lors d'un arrêt cardiorespiratoire, d'un arrêt respiratoire ou d'une obstruction respiratoire chez un adulte, un enfant et un bébé.

Contenu : responsabilité des secouristes. Problèmes médicaux et traumatiques (convulsions, coup de chaleur, intoxication, hémorragie, allergies, brûlures, gelures, état de choc, etc. R.C.R. (Soins immédiats de la Fondation des maladies du cœur).

KIN 242 **2 cr.**

Traumatologie sportive

Objectifs : en traumatologie sportive, l'étudiante ou l'étudiant recevra une connaissance générale des différents problèmes reliés à la pratique de l'activité physique. Des notions de base en prévention et en traitement seront discutées sur les blessures les plus fréquentes, particulièrement au niveau du système musculo-squelettique. Il importera plus de transmettre une « mentalité d'approche » vis-à-vis une blessure sportive et la formation visée se limitera aux premiers soins.

Contenu : blessures sportives. Physiologie de la guérison et réaction inflammatoire. Évaluation d'une blessure. Traitement médical des blessures sportives : ceinture scapulaire, coude, poignet, main, doigt. Problèmes musculaires. Bandage.

KIN 243 **3 cr.**

Initiation à la planification de l'entraînement

Objectifs : analyser une tâche sportive et ses exigences physiques, biomécaniques, tactiques et psychologiques. Élaborer une planification annuelle d'entraînement spécifique d'un sport et d'une clientèle précise. Planifier les facteurs de performance et la charge d'entraînement selon l'organisation cyclique.

Contenu : définition de l'entraînement. Importance de la planification de l'entraînement. Phases de développement de la forme sportive. Charge d'entraînement, ses composantes et ses modulations. Principes d'entraînement. Organisation cyclique et ses caractéristiques : plan annuel, macrocycle (périodisation simple, double ou triple), période phase, mésocycle, microcycle et séance d'entraînement.

KIN 245 **2 cr.**

Modification de comportement en activité physique

Objectifs : exposer la problématique de l'adhésion et de la persévérance dans les

comportements reliés à la pratique de l'activité physique; expliquer les principales composantes de modèles de modification de comportement; intégrer ces stratégies dans un plan d'intervention visant une adhésion ou une persévérance au comportement actif; intégrer les connaissances acquises inhérentes à la problématique de l'activité physique à d'autres comportements de santé.

Contenu : taux de participation et d'abandon à la pratique de l'activité physique. Les facteurs déterminant l'adhésion et les facteurs déterminant la persévérance. Conditionnement classique et opérant : modèle des croyances relatives à la santé; la théorie sociale cognitive; la théorie des comportements interpersonnels; la théorie du comportement planifié; le modèle trans-théorique; le modèle de prévention de la rechute. Influence de divers facteurs sur l'applicabilité de ces modèles. Analyse de stratégies présentées dans la littérature. Utilisation des stratégies appropriées en fonction des facteurs influençant le comportement d'activité physique. Impact de ces modèles sur le comportement d'activité physique. Laboratoires d'application sur différentes stratégies. Compréhension des stratégies d'intervention en fonction d'autres comportements de santé : l'alimentation, le tabagisme, la consommation d'alcool, etc.

KIN 251 1 cr.

Certification niveau 1 de la SCPE

Objectifs : connaître et comprendre les concepts de base de l'évaluation de la condition physique, de la prescription d'exercices, de la planification d'entraînement et des changements des habitudes de vie afin de préparer l'examen de niveau 1 (entraîneur personnel certifié) de la Société canadienne de physiologie de l'exercice (SCPE).

Contenu : révision et intégration des éléments suivants : tests de la condition physique de la SCPE; étapes de l'évaluation de la condition physique; notions de base en anatomie et physiologie de l'effort; notions de base en psychologie et stratégies de motivation; notions de base en évaluation de la condition physique et prescription d'exercices chez les individus asymptomatiques; notions de base en premiers soins; et notions de base en gestion et professionnalisation.

Préalable : KIN 241

Concomitantes : KIN 217 et KIN 243 et KIN 245

KIN 300 3 cr.

Prescription et conditionnement physique adapté

Objectifs : décrire les principales modifications physiologiques, physiques et psychosociales affectant les clientèles suivantes : les femmes en pré et postnatal, les personnes souffrant d'obésité modérée et les personnes âgées; comprendre les conséquences de ces modifications sur la pratique de l'activité physique; adapter la prescription d'un programme d'exercices à ces clientèles.

Contenu : les principales modifications d'ordre physiologique, physique, psychologique et social chez les personnes en pré et postnatal, celles qui sont affligées d'une obésité modérée et les personnes âgées. Conséquences de ces changements réversibles ou chroniques sur la participation à des programmes d'activité physique. Les effets aigus et chroniques

de l'activité physique chez ces clientèles. Modification des paramètres de la prescription d'exercices en fonction de la condition affectant la personne. Analyse de programmes offerts à ces clientèles dans la littérature scientifique au cours des dernières années; critères d'admission, examens préprogramme, le programme d'activités physiques, les résultats observés. Laboratoires d'application sur les programmes d'exercices adaptés à ces clientèles.

Préalable : KIN 220

KIN 301 1 cr.

Méthodes de conditionnement physique particulières

Objectifs : comprendre et expérimenter diverses méthodes de conditionnement physique récentes; analyser ces méthodes selon les objectifs poursuivis: relaxation, prévention/réhabilitation, amélioration de la condition physique.

Contenu : compréhension, expérimentation et analyse critique des méthodes telles que le *spinning*, le *skating*, le *jazercise*, le *total stretch on the ball*, le *dynamic medicine ball training*, etc.

KIN 302 1 cr.

Principes et prescription d'étirements adaptés

Objectifs : développer des compétences en prescription d'exercices d'étirement adaptés aux besoins musculo-squelettiques et posturaux de différentes clientèles, et ce, dans des contextes variés (cours en groupe, consultation individuelle ou entraînement d'athlètes). Offrir une intervention adéquate et appropriée, suivant l'observation et l'analyse des capacités et incapacités de la clientèle en recherche du mieux-être corporel ou sportif.

Contenu : retour anatomique musculaire et articulaire, techniques d'étirement et méthodes d'observation, répertoire d'exercices, identification des groupes musculaires travaillés. Analyse sommaire des déséquilibres musculaires et identification d'exercices d'étirement adaptés à prescrire en vue d'apporter des correctifs, identification des exercices à risque en tenant compte des clientèles spécifiques. Prise de conscience des gestes du quotidien qui contribuent à ces déséquilibres et qui causent des malaises ou des tensions musculaires d'étirement. Observation de la qualité d'exécution des exercices réalisés par les participantes et participants. Exécution de mouvements efficaces et sécuritaires.

KIN 304 1 cr.

Prescription de renforcement musculaire adapté

Objectifs : approfondir des compétences en prescription d'exercices de renforcement adaptés aux besoins musculo-squelettiques et posturaux de différentes clientèles, et ce, dans des contextes variés (cours en groupe, consultation individuelle ou entraînement d'athlètes). Offrir une intervention adéquate et appropriée, suivant l'observation et l'analyse des capacités et incapacités de la clientèle en recherche du mieux-être corporel ou sportif.

Contenu : retour anatomique musculaire et articulaire, techniques de renforcement et méthodes d'observation, répertoire d'exercices, identification des groupes musculaires travaillés. Analyse approfondie des déséquilibres musculaires et identification d'exercices d'étirement adaptés à

prescrire en vue d'apporter des correctifs, identification des exercices à risque en tenant compte des clientèles spécifiques. Observation de la qualité d'exécution des exercices réalisés par les participantes et participants. Exécution de mouvements efficaces et sécuritaires.

Antérieure : KIN 302

KIN 310 3 cr.

Blessures et lésions en milieu de travail

Objectifs : comprendre le rôle et la fonction de la kinésiologie pour la prévention et la correction de problèmes en milieu de travail; comprendre les principales problématiques touchant la sécurité en milieu de travail; comprendre le développement des principales lésions professionnelles.

Contenu : relations kinésiologie, biomécanique et ergonomie. Modèle disciplinaire et interaction individu-travail. Les lésions musculo-squelettiques en milieu de travail. Mécanismes connus de lésion et hypothèses pour les mécanismes inconnus. Facteurs prédisposants. Notions de force, élasticité, seuil de tolérance, fatigue et remodelage des tissus. Traitement des principales lésions.

KIN 312 3 cr.

Intervention préventive, réadaptation en milieu de travail

Objectifs : planifier, réaliser et évaluer une intervention préventive ou de réadaptation en milieu de travail; expérimenter différentes activités en milieu de travail; produire un rapport.

Contenu : étapes d'une démarche auprès d'une entreprise : contacts, formation d'une équipe d'intervention, identification de problèmes-cibles, planification, réalisation et évaluation de l'intervention. Sélection et création d'activités de sensibilisation : thème, objectifs, étapes, réalisation, évaluation et retombées de l'activité.

Préalable : KIN 314

KIN 314 3 cr.

Analyse ergonomique de situations de travail

Objectifs : comprendre le contexte et la réglementation en santé et sécurité; comprendre le processus préventif; analyser des situations de travail problématiques; identifier des facteurs de risque en milieu de travail.

Contenu : réglementation et responsabilités en prévention en milieu de travail. Processus préventif et ses acteurs. Étapes de l'approche ergonomique. Outils et techniques d'analyse de gestes et de postes de travail. Reconnaissance de facteurs de risque génétiques. Caractéristiques d'une solution optimale.

Préalable : KIN 310

KIN 315 3 cr.

Les TIC en kinésiologie

Objectif : intégrer dans sa pratique professionnelle les principaux outils informatiques.

Contenu : le courriel, les listes de diffusion (les communications), le chiffrier (facturation et feuille de travail), les bases de données (gestion de la clientèle et de projet), la publication Web et le traitement de texte (correspondance et promotion), numérisation de documents et de vidéo, outils de présentation

KIN 316 2 cr.

Santé publique et kinésiologie

Objectifs : connaître les problèmes de santé publique, la structure du réseau de la santé publique au Québec, les stratégies d'intervention en santé publique (promotion de la santé, prévention de la maladie), les domaines d'intervention, les organismes québécois et canadiens du secteur santé et mieux-être, la place du kinésiologue dans le réseau.

Contenu : problématiques prioritaires du MSSS. Niveaux national, régional et local du réseau de la santé publique. Stratégies efficaces de modification de comportements relatifs à la santé. Avis du comité scientifique de Kino-Québec. Étude de cas. Les liens entre l'activité physique et les principales cibles retenues par le réseau de la santé. Organismes québécois et canadiens du secteur santé et mieux-être. Défis et enjeux du kinésiologue.

KIN 317 3 cr.

Obésité, santé et habitudes de vie

Objectifs : décrire l'impact de l'obésité sur le plan métabolique, physiologique et physique ainsi que les conséquences sur la santé à court, moyen et long terme; analyser l'impact des habitudes de vie sur le développement et le traitement de l'obésité; connaître diverses méthodes et approches au niveau de l'évaluation de la condition physique et de la prescription d'exercices pour les personnes obèses.

Contenu : définition et prévalence de l'obésité selon diverses populations; impacts économiques et impacts sur le système de santé; causes de l'obésité; mortalité et morbidité liées à l'obésité; périodes critiques de la vie associées à la prise de poids; principes régissant la prévention et la prise en charge du surpoids et de l'obésité; traitement de l'obésité, évaluation de la condition physique et prescription d'exercices.

Préalable : KIN 215

KIN 353 5 cr.

Planification et méthodes d'entraînement

Objectifs : concevoir un modèle de développement à long terme de l'athlète dans une discipline sportive de son choix; planifier les objectifs, les méthodes et les charges d'entraînement pour des mésocycles, des microcycles et des séances d'entraînement à partir d'une planification annuelle d'entraînement.

Contenu : modèle de développement à long terme de l'athlète. Notions de planification d'entraînement : la charge, les principes et les cycles d'entraînement, l'affûtage, le surentraînement, etc. Méthodes d'entraînement physique. Méthodes d'entraînement propres au développement des habiletés techniques et tactiques. Préparation mentale et performance sportive.

Préalable : KIN 243

KIN 354 3 cr.

Supervision pédagogique en entraînement sportif

Objectifs : distinguer les différents modèles de supervision pédagogique; planifier et réaliser les étapes d'une supervision pédagogique; développer des instruments de supervision pédagogique spécifiques à des fins précises.

Contenu : formation d'entraîneurs. Supervision pédagogique. Pédagogie sportive. Modèles de supervision pédagogique (classique, clinique, autosupervision). Problématiques relatives à la supervision pédagogique. Étapes du processus de supervision pédagogique. Techniques d'observation directe sans catégorie prédéterminée. Techniques d'observation directe avec catégories prédéterminées. Techniques de prélèvement de perceptions.

KIN 356

3 cr.

Encadrement sportif : contexte et intégration

Objectifs : dresser un portrait de la réalité de l'encadrement sportif dans une discipline sportive de son choix en consultant diverses sources d'information au sujet de thèmes précis qui ont été couverts pendant la formation en encadrement sportif. Analyser le contexte sportif et proposer des recommandations pertinentes afin d'améliorer la qualité de l'encadrement sportif dans l'activité sportive de son choix.

Contenu : structures sportives au niveau international, national et provincial. Problématiques et sujets d'actualité en encadrement sportif : dopage, éthique, etc.

KIN 357

3 cr.

Gestion des ressources humaines et financières

Objectifs : apprendre les fondements de la gestion des ressources humaines, financières et matérielles dans une unité administrative.

Contenu : gestion des ressources humaines rémunérées et bénévoles : recrutement, embauche, gestion proprement dite, évaluation, politiques de gestion. Gestion des ressources financières : dotation/rémunération, processus budgétaires, planification et contrôle, états et bilans financiers, principes comptables. Gestion des ressources matérielles : analyse des besoins, devis techniques, planification et contrôle, politiques opérationnelles, gestion des inventaires.