Université de Sherbrooke

FACULTÉ DES SCIENCES DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Baccalauréat en kinésiologie

Les sections *Présentation*, *Structure du programme* et *Admission et exigences* (à l'exception de la rubrique intitulée « Document(s) requis pour l'admission ») constituent la version officielle de ce programme. La dernière mise à jour a été faite le 22 février 2024. L'Université se réserve le droit de modifier ses programmes sans préavis.

PRÉSENTATION

Sommaire*

*IMPORTANT : Certains de ces renseignements peuvent varier selon les cheminements ou concentrations. Consultez les sections *Structure du programme* et *Admission et exigences* pour connaitre les spécificités d'admission par cheminements, trimestres d'admission, régimes ou lieux offerts.

CYCLE
1er cycle

CRÉDITS
90 crédits

GRADE
Bachelière ou bachelier ès sciences

TRIMESTRE D'ADMISSION
Automne

RÉGIME DES ÉTUDES
Coopératif

RÉGIME D'INSCRIPTION
Temps complet

LIEU
Campus principal de Sherbrooke

PARTICULARITÉS*

Ouvert aux personnes étudiantes internationales avec possibilité de stages rémunérés

Possibilité de stage ou de cours à l'étranger

* Peuvent varier pour certains cheminements ou concentrations.

Renseignements

- 819 821-7970 (télécopieur)
- 819-821-8000 poste 62334
- kin.fasap@USherbrooke.ca

Objectif(s) général(aux)

Au terme du programme, l'étudiante et l'étudiant sera en mesure d'agir avec compétence dans les situations professionnelles suivantes :

- Mener une intervention kinésiologique auprès d'un individu, d'un groupe de personnes
  - en évaluant la capacité fonctionnelle (la condition physique, la capacité motrice, le développement musculosquelettique), les habitudes de vie et la motivation de l'individu ou du groupe en fonction du milieu, et en réalisant un bilan;
  - en établissant un plan d'action, en élaborant et en prescrivant un programme d'activités physiques et d'habitudes de vie adapté à la personne ou au groupe;
  - en mettant en œuvre, en intervenant et en supervisant efficacement et de façon sécuritaire un programme de promotion/prévention ou une séance d'entrainement, individuelle ou de groupe;

- en évaluant et en soutenant la progression de l'intervention (évaluation continue/suivi);
- en évaluant les retombées d'un programme d'entrainement ou de promotion/prévention. (évaluation finale de l'intervention).

- Mener une intervention kinésiologique sur le plan populationnel
  - en réalisant des interventions kinésiologiques destinées à des sous-groupes de la population en réponse à une problématique ou à des besoins, en s'inspirant de grands principes, modèles, stratégies et techniques pour guider une intervention efficace;
  - en évaluant les habitudes de vie, le degré d'activité physique et la motivation de la population en fonction du milieu et en réalisant un bilan;
  - en établissant un plan d'action, un projet ou programme d'activités physiques et d'habitudes de vie à un niveau populationnel;
  - en mettant en œuvre le plan d'action, le projet ou le programme de promotion/prévention dans la population ou en milieu de travail.
- Inscrire ses démarches de formation et d'intervention dans une perspective de professionnalisation en définissant son parcours de formation en considération de l'évolution de ses aspirations professionnelles ainsi que des besoins perçus du marché du travail en kinésiologie.

STRUCTURE DU PROGRAMME

MODALITÉS DU RÉGIME COOPÉRATIF

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

1re année			2e année			3e année			4e année
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

Activités pédagogiques obligatoires - 81 crédits

Code de l'activité pédagogique	Titre de l'activité pédagogique et nombre de crédits
KIN170	Prescription : renforcement et flexibilité - 3 crédits
KIN180	Technométhodologie I - 3 crédits
KIN206	Intervention en activité physique - 4 crédits
KIN207	Gestion de projet en activité physique - 3 crédits
KIN225	Évaluation de la condition physique - 4 crédits
KIN226	Intervention auprès d'une population - 4 crédits
KIN229	Gestion du stress - 3 crédits
KIN247	Planification de l'entraînement sportif - 3 crédits
KIN254	Psychologie en activité physique et sportive - 3 crédits
KIN255	Counseling et modification de comportement - 3 crédits
KIN260	Démarche scientifique en kinésiologie - 2 crédits
KIN318	Obésité et diabète - 3 crédits
KIN319	Analyse ergonomique de situations de travail - 3 crédits
KIN320	Anatomie fonctionnelle - 3 crédits
KIN325	Biomécanique humaine - 3 crédits
KIN327	Troubles musculosquelettiques liés au travail - 3 crédits
KIN330	Développement moteur - 3 crédits
KIN331	Apprentissage et contrôle moteur - 3 crédits
KIN340	Démarche professionnalisante en kinésiologie I - 1 crédit
KIN341	Démarche professionnalisante en kinésiologie II - 1 crédit
KIN362	Prescription et méthodes d'entraînement I - 3 crédits
KIN364	Prescription et méthodes d'entraînement II - 3 crédits
KIN365	Nutrition et sport - 3 crédits
KIN370	Approche populationnelle et santé publique - 3 crédits
KIN380	Intégration et application en kinésiologie - 3 crédits
KIN392	Pratique professionnelle en kinésiologie - 3 crédits
KIN413	Physiologie de l'effort I - 2 crédits

Code de l'activité pédagogique	Titre de l'activité pédagogique et nombre de crédits
KIN415	Physiologie de l'effort II - 3 crédits

Activités pédagogiques à option - 9 crédits

Bloc 1 - 3 crédits

Une activité choisie parmi les suivantes :

Code de l'activité pédagogique	Titre de l'activité pédagogique et nombre de crédits
FEP301	Maîtrise du français écrit - 3 crédits
KIN181	Technométhodologie II - 3 crédits
KIN358	Gestion des ressources humaines et financières - 3 crédits

Bloc 2 - 6 crédits

Deux activités choisies parmi les suivantes :

Code de l'activité pédagogique	Titre de l'activité pédagogique et nombre de crédits
EPK875	Pratique : intervention en activité physique - 3 crédits
INS237	Entrepreneuriat - 3 crédits
KIN270	Populations à besoins particuliers - 3 crédits
KIN324	Réadaptation de l'incapacité liée au travail - 3 crédits
KIN345	Activité pratique - 3 crédits

ADMISSION ET EXIGENCES

LIEU(X) DE FORMATION ET TRIMESTRE(S) D'ADMISSION

Sherbrooke : admission au trimestre d'automne

Condition(s) générale(s)

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

Condition(s) particulière(s)

Détenir un DEC en sciences de la nature (200.B0) ou un DEC intégré en sciences, lettres et arts (700.A0) ou BI 200.10 (200.ZA ou 200.ZB)

ou

Avoir réussi les cours suivants : (BIO NYA ou BIO 401 ou BIO 911 ou BIO 921 ou BIO 901) et (MAT NYA ou MAT NYB ou MAT NYC ou MAT 103 ou MAT 105 ou MAT 203)

ou

Avoir atteint les équivalents en objectifs et standards suivants : (00UK ou 00XU ou 022V) et (00UN ou 00UP ou 00UQ ou 022X ou 022Y ou 022Z ou 01Y1 ou 01Y2 ou 01Y4).

Des conditions particulières d'admission pour les détentrices et détenteurs d'un DEC technique sont disponibles.

Exigence(s) d'ordre linguistique

Toutes les personnes admises doivent posséder une très bonne connaissance de la langue française leur permettant de bien comprendre, de s'exprimer explicitement et d'écrire clairement sans fautes et de façon structurée.

Pour être admissibles à ce programme, toutes les personnes candidates doivent fournir la preuve d'une maîtrise minimale de la langue française, soit :

- par l'obtention d'une dispense, ou
- par l'atteinte du niveau C1 (résultat égal ou supérieur à 500 sur 699) aux quatre compétences fondamentales (compréhension orale, compréhension écrite, production orale, production écrite) à l'un des tests reconnus par l'Université de Sherbrooke.

Être titulaire d'un diplôme d'études collégiales (DEC) délivré par un cégep francophone est considéré comme un motif de dispense.

Les autres motifs de dispense ou les informations relatives aux tests reconnus par l'Université de Sherbrooke sont disponibles ici.

Si, par ailleurs, pendant le cheminement d'une étudiante ou d'un d'étudiant, des faiblesses linguistiques en français sont constatées, la direction du programme peut imposer la réussite d'une ou plusieurs activités pédagogiques de mise à niveau. Ces activités, sous la responsabilité du Centre de langues de l'Université, sont non contributoires au programme.

Une bonne connaissance de la langue anglaise est également nécessaire afin d'être en mesure de consulter et de comprendre les publications scientifiques et professionnelles disponibles uniquement en anglais.

Document(s) requis pour l'admission

Attestation de résultats valide de la maîtrise de la langue française pour les quatre compétences fondamentales : compréhension écrite, compréhension orale, expression orale et expression écrite.

CONDITION(S) DE POURSUITE AU PROGRAMME D'ÉTUDES

L'étudiante ou l'étudiant doit fournir la preuve d'une certification en premiers soins et en RCR (d'une durée de 16 heures) au plus tard cinq (5) semaines avant d'entamer le premier stage, soit à la 2e année du programme.

RÉGIME(S) DES ÉTUDES ET D'INSCRIPTION

Régime coopératif à temps complet

POURQUOI CE PROGRAMME

Ce qui distingue ce programme

DEVENIR UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ SPÉCIALISTE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Apprenez par l'expérience
- Devenez un acteur de changement sur les grands enjeux sociétaux
- Devenez un citoyen responsable

Transférez vos connaissances en situation réelle

Dans le cadre de votre formation, vous vivrez des simulations avec des clients standardisés et réels à la clinique universitaire de kinésiologie, en plus de projets intégrateurs dans divers milieux et trois stages rémunérés.

Exercez votre leadership avec passion

Exercez votre leadership pour améliorer la santé des populations et faire face à des enjeux climatiques, démographiques, de sédentarité, et autres enjeux de santé.

Évoluez dans un environnement hors du commun

Participez au développement durable, notamment en adhérant au programme de libre accès au transport en commun. Profitez d'aménagements et d'espaces verts propices à la pratique d'une foule d'activités physiques et de plein air.

Vous voulez en savoir plus? Discutez avec une personne étudiante du programme!

Vous avez des questions au sujet des cours et programmes offerts par la FASAP? Vous vous demandez à quoi ressemble la communauté étudiante? Vous aimeriez échanger avec une personne étudiante d'un programme qui vous intéresse? Consultez le profil de nos ambassadrices et ambassadeurs et planifiez votre rencontre individuelle dès aujourd'hui!

Les forces du programme

- Programme axé sur la réalité de l'exercice de la profession
- Parcours permettant de développer sa capacité d'intervenir dans plusieurs contextes
- Apprentissage par la pratique (simulations, interventions avec des clientèles)
- Alternance études-stages rémunérés
- Grande disponibilité du personnel enseignant
- Une des plus importantes équipes de professeures et professeurs en sciences de l'activité physique au Québec
- Installations permettant la pratique d'activités physiques intérieures et extérieures

Qualités requises

- Bonne condition physique
- Intérêt marqué pour la santé et le sport
- Dynamisme
- Équilibre de vie
- Esprit d'équipe
- Bonne communication
- Autonomie et sens de l'initiative
- Sens des responsabilités
- Créativité

Secteurs d'emploi

- Établissements de santé publics et cliniques privées : prévention et réadaptation
- Entreprises : programmes pour la santé du personnel, sécurité et ergonomie
- Établissements scolaires : programmes parascolaires, sports-études, enseignement postsecondaire
- Préparation physique, entrainement et gestion dans les clubs et fédérations sportives
- Recherche

Exemples de tâches spécifiques

- Préparer et animer des cours de groupe à l'intérieur ou en plein air
- Procéder à des évaluations de la condition physique et des habitudes de vie
- Rédiger des rapports d'évaluation
- Prescrire des exercices adaptés et s'assurer de leur bonne exécution
- Diriger des entraînements privés
- Préparer et appliquer des plans d'intervention avec l'aide d'autres professionnelles et professionnels

Autres programmes qui pourraient vous intéresser

- Certificat en sciences de l'activité physique appliquées à l'entraînement sportif
- Baccalauréat en enseignement en éducation physique et à la

santé

- Parcours intégré baccalauréat-maîtrise en ergothérapie
- Parcours intégré baccalauréat-maîtrise en physiothérapie

INDEX DES ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES

EPK875 - Pratique : intervention en activité physique

Sommaire

CYCLE

2e cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Analyser sa pratique professionnelle en intervention en activité physique (entraînement sportif, enseignement / conditionnement physique) à l'aide d'une démarche structurée : (a) énumérer des problématiques professionnelles rencontrées, (b) reconnaitre les facteurs contextuels, (c) établir des objectifs, (d) expérimenter des stratégies d'intervention et (e) analyser les stratégies mises en œuvre. Conceptualiser l'intervention efficace.

Contenu

Notions d'intervention, de pratique, de praxéologie, d'apprentissage et d'efficacité. Modèles d'intervention en activité physique et en entraînement sportif. Formation professionnelle en activité physique et en sport. Apprentissage expérientiel, pratique réflexive et pensée critique. Modèle d'action. Autosupervision. Outils réflexifs.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

FEP301 - Maîtrise du français écrit

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Combler les lacunes en lien avec les notions de base de la communication écrite en enseignement, sur la base d'un test diagnostique.

Contenu

Connaissances grammaticales, apprentissage par repérage d'erreurs, développement des automatismes de correction. Identification des erreurs de vocabulaire : développement de solutions de rechange. Enrichissement du vocabulaire à partir des préfixes et des suffixes. Perfectionnement de l'orthographe d'usage : graphie des sons, mots apparentés (homonymes et paronymes). Enrichissement de la formation antérieure en syntaxe. Notions relatives à l'écriture d'un texte et aux règles de ponctuation.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en enseignement en éducation physique et à la santé

Baccalauréat en kinésiologie

INS237 - Entrepreneuriat

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

École de gestion

Cible(s) de formation

Établir les outils de gestion utiles au démarrage d'entreprise dans le domaine de l'éducation physique et sportive; décrire les principes et les théories de l'entrepreneuriat; s'identifier aux valeurs de l'entrepreneuriat, du travail autonome et du démarrage d'entreprise; reconnaître les intervenantes et intervenants du milieu.

Contenu

Caractéristiques de l'entrepreneur; l'idée d'entreprise; le plan d'affaires dans un dossier de démarrage associé à la kinésiologie. Les problématiques liées au lancement en affaires.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN170 - Prescription : renforcement et flexibilité

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Démontrer des compétences en prescription d'exercices de renforcement et de flexibilité adaptés aux besoins musculosquelettiques et posturaux de clientèles variées; intervenir en fonction des capacités observées.

Contenu

Analyse approfondie des déséquilibres musculaires. Répertoire d'exercices adaptés. Avantages et limites d'exercices et d'équipement. Observation de la qualité d'exécution des exercices et leur correction. Principales blessures associées à la pratique d'activités physiques : prescription et contre-indication à l'entraînement.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN180 - Technométhodologie I

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expérimenter diverses formes d'activités physiques de groupe; développer ses capacités à planifier et animer efficacement des situations de groupe; adapter les activités physiques ciblées aux capacités et intérêts de la clientèle; exploiter et intégrer les notions vues dans des activités pédagogiques antécédentes.

Contenu

Activités de groupe à dominante cardiovasculaire et exécutées de façon continue, intermittente ou par intervalles. Activités de groupe dirigées à dominante musculaire visant le renforcement, la flexibilité, la relaxation.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en éducation physique et à la santé

KIN181 - Technométhodologie II

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expérimenter diverses formes d'activités physiques de groupe; développer ses capacités à planifier et animer efficacement des situations de groupe; adapter les activités physiques ciblées aux capacités et intérêts de la clientèle; exploiter et intégrer les notions vues dans des activités pédagogiques antécédentes.

Contenu

Activités de groupe à dominante cardiovasculaire et exécutées de façon continue, intermittente ou par intervalles. Activités de groupe dirigées à dominante musculaire visant le renforcement, la flexibilité, la relaxation.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN206 - Intervention en activité physique

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

4 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Communiquer efficacement pour s'organiser, enseigner des notions, habiletés et attitudes dans le domaine de l'activité physique; concevoir et mettre en œuvre des séances de groupe propices à l'atteinte des objectifs des individus tout en assurant un contexte sécuritaire et une ambiance agréable.

Contenu

Concepts de base reliés à l'intervention (climat d'apprentissage, communication pédagogique, etc.). Démarches d'intervention et formules pédagogiques. Outils d'évaluation et de rétroaction sur la qualité de l'intervention. Caractéristiques critiques des différents environnements de travail. Supervision d'un plateau d'entraînement. Plan d'urgence.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN207 - Gestion de projet en activité physique

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire les concepts et les principes de la gestion de projet et utiliser pertinemment les méthodes et les outils en kinésiologie; décrire le processus de base de la gestion de projet et l'intégrer dans tous les secteurs d'activité de la pratique professionnelle en kinésiologie.

Contenu

Les quatre grandes phases consécutives du processus précité, soit l'élaboration, la planification, l'exécution et la clôture contextualisées en kinésiologie au moyen d'exemples concrets, d'études de cas et de laboratoires d'application.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en éducation physique et à la santé

KIN225 - Évaluation de la condition physique

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

4 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer les principes de validité, de fiabilité et d'objectivité; expliquer et utiliser certains tests de la condition physique en fonction des objectifs de l'évaluation pour différentes clientèles en santé; interpréter les résultats de l'évaluation.

Contenu

Qualité métrologique des tests et notions de statistiques reliées à la compréhension de certains concepts. Liens entre les tests de la condition physique et la santé à court, moyen et long terme. Influence des facteurs personnels et environnementaux sur les tests. Choix des tests selon les objectifs de l'évaluation et de la clientèle. Procédures pour l'administration des tests. Principes déontologiques lors de l'évaluation.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN226 - Intervention auprès d'une population

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

4 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Être capable d'appliquer les étapes de la conception et de l'implantation d'un projet en santé populationnelle; d'analyser la mise en œuvre de chacune des étapes, et d'évaluer les retombées en santé publique une fois la mise en œuvre terminée.

Contenu

Types d'intervention. Population cible et problématiques/besoins associés. Étapes d'une méthode efficace de conception et d'implantation d'un projet en santé populationnelle. Méthode de planification et d'évaluation de programmes de santé publique.

Antérieure(s)

(KIN207)

et

(KIN370)

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN229 - Gestion du stress

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Situer la santé psychologique au sein de la société; contextualiser l'intervention kinésiologique en fonction de la gestion du stress; reconnaître les notions théoriques et pratiques; utiliser les principaux outils; appliquer ces outils auprès d'un individu, d'un groupe et d'une population.

Contenu

La détresse psychologique, sa distribution dans la société. Définition du stress, identification des différents facteurs de stress, conséquences du stress, modalités d'évaluation. Stratégies : relaxation, contrôle des pensées, des attitudes, gestion du temps, soutien social, habitudes de santé. Activité physique en tant que stratégie de gestion du stress. Différentes composantes et formats de programmes de gestion du stress.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN247 - Planification de

l'entraînement sportif

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Analyser une activité sportive et ses exigences physiques, techniques, tactiques, stratégiques et psychologiques; planifier l'entraînement pour une personne réelle pratiquant un sport en y intégrant les aptitudes/habiletés, la charge et les objectifs et en appliquant les principes d'entraînement; justifier la planification.

Contenu

Définitions, modèles d'entraînement et de planification de l'entraînement sportif. Charge d'entraînement. Évolution de la forme sportive et de la capacité de performance. Principes d'entraînement. Organisation cyclique : macrocycle, période, phase, mésocycle, microcycle et séance. Modulation et gestion de la charge d'entraînement. Stades d'entraînement.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en éducation physique et à la santé

KIN254 - Psychologie en activité physique et sportive

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Développer un plan d'intervention en kinésiologie auprès d'une clientèle sportive, basé sur l'analyse des variables liées à la santé mentale en jeu dans la pratique de l'activité physique et sportive; adhésion/assiduité à un programme d'activité physique; analyser les effets de la pratique de l'activité physique sur la santé mentale; appliquer ses connaissances dans des interventions portant sur diverses situations professionnelles propres à la pratique de la kinésiologie et auprès de clientèles variées (enfants, adolescents, jeunes adultes, athlètes de haut niveau, employés, ainés, personnes handicapées, etc.).

Contenu

Formulation d'objectifs réalistes en fonction des caractéristiques de la clientèle visée. Élaboration de plans d'intervention en activité physique et sportive adaptés aux variables caractéristiques d'une situation. Variables de la santé mentale : motivation, personnalité, modification de comportement et adhésion/assiduité, stratégies d'entrainement mental (gestion du stress, imagerie mentale, concentration, etc.). Les variables sociales : dynamique de groupe, compétition et coopération, agressivité, jugement moral, esprit sportif, évolution des caractéristiques de la personne (âge, niveau d'expérience, encadrement familial, problématiques cliniques, etc.) et leurs conséquences pour la pratique sportive ou la mise en forme.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN255 - Counseling et modification de comportement

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Développer les habiletés relationnelles de base en counseling; structurer et mener un processus de consultation auprès d'un individu ou d'un groupe; intégrer dans l'intervention des stratégies visant à optimiser l'engagement et la motivation de l'individu ou du groupe dans sa démarche de modification de comportement.

Contenu

Définition : relation d'aide semi-formelle et processus de counseling. Divers styles d'intervention. Composantes d'une entrevue. Écoute active, reflet, reformulation, prise d'informations, prescription et suivi. Taux de participation et d'abandon dans la pratique de l'activité physique ou sportive. Facteurs déterminant l'adhésion et la persévérance dans les comportements de santé. Modèles théoriques de prédiction de comportements de santé.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN260 - Démarche scientifique en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

2 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

S'initier aux processus, à la méthodologie, aux outils et à l'éthique qui entourent la recherche scientifique en activité physique et sportive; développer un esprit scientifique critique.

Contenu

Interprétation de la structure des articles et reconnaissance des méthodes scientifiques afin d'adapter des données issues de travaux de recherche aux problématiques de terrain. Façon d'établir une problématique autour de situations professionnelles. Critères permettant la réalisation d'un examen critique favorisant l'utilisation de sources fiables. Intégration des données scientifiques à la pratique professionnelle.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN270 - Populations à besoins particuliers

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire l'impact du vieillissement sur le plan physique et cardiovasculaire ainsi que les conséquences sur la santé; analyser l'impact des habitudes de vie sur le développement et le traitement de ces limitations physiques et les complications cardiovasculaires; décrire diverses méthodes et approches de l'évaluation de la condition physique et de prescription d'exercices.

Contenu

Impacts économiques et impacts sur le système de santé. Causes. Morbidité et mortalité associées. Prévention primaire et secondaire. Intervention. Évaluation de la condition physique. Paramètres particuliers de la prescription d'exercices. Effets aigus et chroniques de l'activité physique.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN318 - Obésité et diabète

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire l'impact de l'obésité et du diabète 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 ces problématiques; décrire diverses méthodes et approches reliées à l'évaluation de la condition physique et à la prescription d'exercices.

Contenu

Prévalence selon diverses populations. Impacts économiques et impacts sur le système de santé. Causes. Morbidité et mortalité associées. Prévention primaire et secondaire. Intervention, évaluation de la condition physique. Paramètres particuliers de la prescription d'exercices. Effets aigus et chroniques de l'activité physique.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN319 - Analyse ergonomique de situations de travail

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Développer une compréhension et une approche analytique des situations de travail en vue de la prévention des troubles musculo-squelettiques liés au travail.

Contenu

Analyse de l'activité. Définition de l'ergonomie. Concepts d'activité de travail, travail prescrit/travail réel, situation de travail, facteurs de risque, déterminants. Analyse du contexte de la situation de travail. Méthodes de collecte de données (observations, entretiens, questionnaires, grilles, etc.). Construction sociale. Étapes de la démarche de l'intervention ergonomique.

Antérieure(s)

KIN327

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN320 - Anatomie fonctionnelle

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Identifier les structures osseuses, articulaires et musculaires ainsi que les composantes mécaniques impliquées dans un mouvement et exposer comment celles-ci se conjuguent pour produire le mouvement. Observer, expliquer et analyser les mouvements en fonction de différentes clientèles et situations.

Contenu

Notions de base des systèmes ostéoarticulaires et musculaires. Types de mouvements segmentaires et corporels globaux. Principes de l'analyse du mouvement et de son observation. Principes et notions de la mécanique régissant l'exécution des mouvements. Application intégrée de ces diverses notions à des actions motrices ou sportives.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN324 - Réadaptation de l'incapacité liée au travail

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Développer une vision systémique de la réadaptation au travail. Évaluer la condition physique et développer une démarche d'intervention en réadaptation au sein d'une équipe interdisciplinaire de réadaptation professionnelle.

Contenu

Déterminants et paradigme de l'incapacité au travail. Sens du travail. Cadre légal entourant la réadaptation. Troubles musculosquelettiques. Douleur. Avantages et limites des méthodes évaluatives de la condition physique dans un contexte de réadaptation. Prescription d'un programme de reconditionnement physique dans une perspective de retour au travail. Rôles des différentes personnes intervenant dans une équipe interdisciplinaire de retour au travail. Rôles des différents acteurs impliqués dans le processus de réadaptation professionnelle. Réflexions sur l'agir professionnel de la ou du kinésiologue dans le cadre de sa pratique en réadaptation au travail.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN325 - Biomécanique humaine

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer les éléments fondamentaux de la biomécanique humaine afin de pouvoir les appliquer à des situations professionnelles.

Contenu

Vocabulaire de la biomécanique. Plans, axes et mouvements bi- et tridimensionnels. Notions de cinématique linéaire et angulaire. Équilibre statique et posture. Notions de force, moment de force, énergie et puissance mécanique. Équilibre dynamique et mouvement. Biomécanique segmentaire, multisegmentaire et articulaire. Instrumentation et traitement de signal. Étude de mouvements et situations liées à la pratique professionnelle.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN327 - Troubles musculosquelettiques liés au travail

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire la nature multifactorielle du développement des troubles musculosquelettiques liés au travail et évaluer le risque de situations de travail variées.

Contenu

Modèles explicatifs des troubles musculosquelettiques. Principaux symptômes et ce qui influence leur déclaration. Outils et méthodes d'évaluation des facteurs de risque. Relation travail et santé musculosquelettique. Fondements de la prévention durable des troubles musculosquelettiques liés au travail. L'organisation de la santé et sécurité au travail au Québec et son influence possible sur la prévention durable.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN330 - Développement moteur

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Définir les caractéristiques associées à la croissance et au vieillissement; décrire l'évolution du système nerveux et des principaux comportements moteurs; identifier les caractéristiques cognitives et perceptives associées au développement moteur; reconnaitre et expliquer différentes formes d'observation du développement moteur.

Contenu

Le système nerveux et sa maturation. Habiletés motrices et aptitudes physiques. Développement musculaire. Organisation biologique du processus de croissance. Maturation et exercice. Latéralité. Schéma corporel. Organisation spatiale, temporelle et perceptive.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN331 - Apprentissage et contrôle moteur

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire et définir les fondements neurophysiologiques de la sensorimotricité; intégrer et mettre en contexte les connaissances en lien avec le contrôle du mouvement et l'apprentissage, en fonction d'activités, de situations et de clientèles particulières; appliquer ces notions à la réalisation et à l'apprentissage de diverses actions motrices et sportives.

Contenu

Les systèmes sensoriels et moteurs : leur structure, organisation et fonctionnement. Les mécanismes de traitement de l'information et de contrôle du mouvement. Les processus cognitifs sous-jacents à la performance motrice et à l'apprentissage moteur. Les facteurs pouvant affecter l'apprentissage : l'individu, l'environnement humain et physique, l'organisation de la pratique. Le vieillissement du système nerveux. Les bases neurophysiologiques de l'expertise sportive.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN340 - Démarche professionnalisante en kinésiologie I

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

1 crédit

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

S'engager dans une réflexion structurée et axée sur des compétences transversales favorisant le développement professionnel en kinésiologie; entreprendre sa réflexion professionnelle afin de prendre conscience de ses forces et faiblesses et ainsi d'établir son plan de développement personnel à titre de kinésiologue; intégrer les expériences d'apprentissage réalisées lors des stages et du processus de formation formel.

Contenu

Démarche professionnalisante s'articulant autour de plusieurs compétences dites transversales reliées à la profession de kinésiologue. Notions de leadership, de collaboration professionnelle et interprofessionnelle et d'éthique liées à la profession de kinésiologue.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN341 - Démarche professionnalisante en kinésiologie II

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

1 crédit

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

S'engager dans une réflexion structurée et axée sur des compétences transversales favorisant son développement professionnel en kinésiologie; entreprendre une réflexion professionnelle afin d'identifier ses forces et faiblesses et ainsi d'établir son plan de développement personnel à titre de kinésiologue; intégrer les expériences d'apprentissage réalisées lors des stages et du processus de formation formel.

Contenu

Démarche professionnalisante qui s'articule autour de plusieurs compétences dites

transversales reliées à la profession de kinésiologue. Développement du savoir professionnel et de la professionnalisation en kinésiologie.

Antérieure(s)

KIN340

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN345 - Activité pratique

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Approfondir des apprentissages par l'élaboration et la réalisation d'un projet pertinent de spécialisation en lien avec les expertises des professeures et professeurs de la Faculté des sciences de l'activité physique.

Contenu

Volet professionnel : approfondissement des apprentissages professionnels en lien avec l'évaluation de la condition physique, l'intervention clinique, la prescription d'exercices adaptés, l'intervention ergonomique en milieu de travail ou la nutrition. D'autres aspects en lien avec les expertises présentes à la Faculté sont possibles. Le format du projet peut varier en fonction de la personne ressource à la Faculté. Volet recherche : immersion dans le milieu de recherche de son choix et initiation à diverses étapes du processus de la recherche. Possibilité de confirmer ses choix et de préparer son projet en vue d'études de deuxième cycle, notamment à la maitrise en sciences de l'activité physique, dans un cheminement de type recherche.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en éducation physique et à la santé

KIN358 - Gestion des ressources humaines et financières

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Examiner l'importance de la gestion des ressources humaines et développer ses habiletés à travailler avec les outils de base en matière de conception et de suivi budgétaire, d'analyse d'états financiers et de processus d'acquisition de ressources matérielles.

Contenu

Gestion des ressources humaines, embauche, gestion, évaluation des effectifs. Gestion des ressources financières, processus budgétaires, états et bilans financiers, principes comptables. Acquisition de ressources matérielles, analyse des besoins, rédaction des devis techniques, processus d'appel d'offres et gestion des inventaires.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN362 - Prescription et méthodes d'entraînement I

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Démontrer des compétences en prescription d'exercice visant l'amélioration de l'hypertrophie musculaire (force maximale et force-vitesse), de la flexibilité et du système anaérobie alactique; énumérer les avantages et les inconvénients des équipements visant leur amélioration; utiliser différents moyens pour déterminer l'intensité et la progression des exercices en fonction des objectifs de la personne.

Contenu

Fondements de certaines méthodes d'entrainement hypertrophique et du système anaérobie alactique. Modalités d'exécution, de progression, d'organisation et d'adaptation selon la clientèle. Méthodes pour les développer.
Avantages/inconvénients des diverses méthodes d'entraînement. Indications et contre-indications à la pratique des diverses méthodes.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN364 - Prescription et méthodes d'entraînement II

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Démontrer des compétences en prescription d'exercice visant l'amélioration de la force-endurance, des systèmes aérobie et anaérobie lactique; énumérer les avantages et les inconvénients des équipements visant leur amélioration; utiliser différents moyens pour déterminer l'intensité et la progression des exercices en fonction des objectifs de la personne.

Contenu

Fondements de certaines méthodes d'entrainement des systèmes musculaire et aérobie/anaérobie lactique. Modalités d'exécution, de progression, d'organisation et d'adaptation selon la clientèle. Avantages/inconvénients des diverses méthodes d'entraînement. Indications et contre-indications à la pratique des diverses méthodes.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN365 - Nutrition et sport

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer les notions d'un régime alimentaire équilibré; les appliquer au quotidien, pour l'entraînement ou la compétition; différencier les enjeux nutritionnels de diverses clientèles.

Contenu

Régime alimentaire : groupes d'aliments, recommandations, besoins énergétiques, apports en nutriments. Principaux outils d'estimation du contenu nutritionnel. La notion de ration et son application à diverses situations : entraînement, pré, per- et postcompétition. Enjeux nutritionnels reliés à l'enfance, à l'adolescence, à la grossesse, au vieillissement et aux maladies chroniques. Approches alimentaires « populaires » de gestion du poids. Végétarisme. Suppléments alimentaires. Regard critique sur sa propre alimentation.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN370 - Approche populationnelle et santé publique

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire les problèmes de santé publique, la structure du réseau de la santé publique au Québec et au Canada; analyser et évaluer les stratégies d'intervention en santé publique; nommer les organismes du secteur de la santé publique; expliquer la place de la kinésiologie en santé publique; appliquer la théorie de planification et d'évaluation de programme.

Contenu

Réseau de la santé et de la santé publique. Problématiques prioritaires au sein des politiques gouvernementales. Principales cibles des réseaux de la santé et de la santé publique en lien avec les saines habitudes de vie. Projets, programmes et stratégies en santé publique. Théorie de la planification et de l'évaluation de programme.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN380 - Intégration et application en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Interpréter le fonctionnement des différents systèmes physiologiques, anatomiques, biomécaniques et métaboliques en lien avec la pratique d'activités physiques; appliquer les concepts de base en counseling, en évaluation de la condition physique et en prescription d'exercices pour intervenir de manière compétente en kinésiologie.

Contenu

Révision et intégration d'éléments de connaissance et d'habiletés essentielles acquises dans le cadre des activités pédagogiques obligatoires du baccalauréat en kinésiologie, en vue de les appliquer dans des contextes professionnels en kinésiologie.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN392 - Pratique professionnelle en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Définir et reconnaître le champ d'exercice, les compétences professionnelles attendues, les activités professionnelles et les différents milieux d'intervention d'une ou d'un kinésiologue en tant que professionnel de la santé; déterminer le rôle et l'importance des organismes qui encadrent la profession de kinésiologue au Québec et au Canada; expliquer et utiliser le raisonnement clinique en contexte de kinésiologie et d'approches interdisciplinaire et interprofessionnelle; connaître les normes pour la tenue de dossier selon le milieu d'intervention.

Contenu

Définition et champ d'exercice de la kinésiologie au Québec et au Canada; rôle de la ou du kinésiologue dans la promotion et la prescription de l'activité physique et de l'exercice dans le système de santé; les compétences attendues dans le champ d'exercice de la kinésiologie; les diverses possibilités professionnelles et leurs liens avec la formation; une intervention basée sur les évidences scientifiques et les lignes directrices reconnues; introduction au raisonnement clinique dans un contexte interdisciplinaire; la tenue de dossier en kinésiologie, leurs propriétés et leur archivage; la référence à un autre professionnel de la santé; bilan de la condition physique et des habitudes de vie; droit appliqué au domaine de la kinésiologie : responsabilité civile, faute, préjudice, liens de causalité et formes juridiques; le Code des professions, les lois professionnelles; aspects légaux portant sur la tenue de dossier.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN413 - Physiologie de l'effort I

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

2 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer les systèmes de production d'énergie pendant l'exercice; expliquer l'utilisation des substrats pendant l'exercice; comprendre la mesure de la dépense énergétique; décrire le système cardiovasculaire et son contrôle. Décrire le système respiratoire et ses régulations.

Contenu

Métabolisme énergétique musculaire. Filières énergétiques. Dépense énergétique. Système cardiovasculaire. Système respiratoire. Mesure de la consommation maximale d'oxygène. Mesure de la lactatémie. Mesure des changements de volume plasmatique.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en kinésiologie

KIN415 - Physiologie de l'effort II

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ/CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire le fonctionnement du muscle squelettique; expliquer les adaptations reliées à l'entraînement en force; expliquer les adaptations reliées à l'entraînement aérobie et anaérobie; décrire les causes de la fatigue et des crampes musculaires pendant l'exercice; expliquer le contrôle hormonal des fonctions physiologiques; expliquer l'influence de l'environnement sur la performance; expliquer la régulation de l'équilibre hydroélectrolytique; décrire les effets de l'exercice en altitude et l'effet des aides ergogéniques; décrire les effets du vieillissement sur les réponses physiologiques à l'exercice.

Contenu

Muscle squelettique. Entraînement en force. Entraînement aérobie et anaérobie. Fatigue musculaire. Système endocrinien et exercice. Environnement et performance. Équilibre hydroélectrolytique et exercice. Altitude et exercice. Aides ergogéniques et exercice. Vieillissement et exercice. Mesure de la qualité musculaire. Mesure de l'équilibre hydrique et de sodium dans la sudation.

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Microprogramme de 1er cycle en éducation physique et à la santé