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 2 septembre 2026. 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

RÉGIMES DES ÉTUDES
Régulier, Coopératif

RÉGIMES D'INSCRIPTION
Temps complet, Temps partiel

LIEU
Campus principal de Sherbrooke

À NOTER

Consulter les dates limites pour déposer une demande d'admission.

PARTICULARITÉS*

Ouvert aux personnes étudiantes internationales avec possibilité de stages rémunérés

Stages ou 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

INFORMATION(S) GÉNÉRALE(S)

Dès la première session, les étudiants et étudiantes doivent se procurer le matériel suivant : cardiofréquencemètre, sphygmomanomètre et stéthoscope.

Objectif(s) général(aux)

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

- Mener une intervention en kinésiologie auprès d'une personne cliente ou d'un groupe présentant des besoins relatifs à sa santé, à ses habitudes de vie ou à sa pratique d'activité physique et sportive en partenariat avec la personne, son entourage ou d'autres personnes professionnelles dans des milieux et contextes variés, en vue d'améliorer la santé, la performance ou le bien-être.
  - En appliquant une démarche de raisonnement clinique basée sur des données probantes dans le domaine de la kinésiologie et en adaptant ses interventions au contexte et aux besoins de la personne cliente.
  - En créant une relation d'accompagnement favorisant l'autonomie ou le pouvoir d'agir des personnes clientes.
  - En mettant de l'avant une approche collaborative permettant de convenir du partage de l'information, des décisions et des responsabilités avec l'équipe interdisciplinaire, la personne cliente et son entourage.
  - En adoptant une démarche réflexive, une attitude professionnelle et des comportements éthiques qui tiennent compte des enjeux relatifs à l'équité, à la diversité et à l'inclusion.
- Développer, en partenariat, des initiatives de promotion de la santé auprès de populations, en vue de favoriser l'adoption d'un mode de vie physiquement actif et d'habitudes de vie favorables à la santé.
  - En appuyant la planification, la mise en œuvre et le suivi des initiatives sur des modèles reconnus en promotion de la santé.
  - En exerçant un leadership collaboratif et inclusif et en mettant en œuvre des espaces et des mécanismes de concertation efficaces.
  - En adoptant une pratique éthique et réflexive contribuant à faire progresser les actions vers une plus grande justice sociale et environnementale.

STRUCTURE DU PROGRAMME

MODALITÉ(S) DES RÉGIMES COOPÉRATIF ET RÉGULIER

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

1re année			2e année			3e année		
AUT	HIV	ÉTÉ	AUT	HIV	ÉTÉ	AUT	HIV	ÉTÉ
S1	S2	S3	T1	S4	T2	S5	T3	S6

Pour le régime régulier à temps partiel, l'agence des sessions est :

1re année			2e année			3e année			4e année		
AUT	HIV	ÉTÉ	AUT	HIV	ÉTÉ	AUT	HIV	ÉTÉ	AUT	HIV	ÉTÉ
S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12

Activités pédagogiques obligatoires - 84 crédits

Code de l'activité pédagogique	Titre de l'activité pédagogique et nombre de crédits
KIN141	Professionnalisation et raisonnement clinique en kinésiologie - 3 crédits
KIN142	Anatomie fonctionnelle du système locomoteur - 3 crédits
KIN143	Analyse du mouvement et standardisation des exercices - 3 crédits
KIN144	Adoption d'un mode de vie sain et physiquement actif - 3 crédits
KIN145	Physiologie de l'effort I - 3 crédits
KIN151	Démarche scientifique en kinésiologie - 3 crédits
KIN152	Contrôle moteur et sensorimotricité - 3 crédits
KIN153	Évaluation et prescription : qualités musculaires - 3 crédits
KIN154	Counseling en kinésiologie et modification de comportements - 3 crédits
KIN155	Physiologie de l'effort II - 3 crédits
KIN161	Promotion de la santé en kinésiologie - 3 crédits
KIN162	Développement moteur - 3 crédits
KIN163	Évaluation et prescription : système cardiorespiratoire - 3 crédits
KIN164	Santé mentale en kinésiologie - 3 crédits
KIN165	Nutrition, sport et dépense énergétique - 3 crédits
KIN271	Situation professionnelle en kinésiologie I - 3 crédits

Code de l'activité pédagogique	Titre de l'activité pédagogique et nombre de crédits
KIN272	Biomécanique appliquée - 3 crédits
KIN273	Kinésiologie clinique I - 3 crédits
KIN274	Troubles musculosquelettiques, douleurs et blessures en kinésiologie - 3 crédits
KIN275	Initiative professionnelle en promotion de la santé et des saines habitudes de vie - 3 crédits
KIN371	Situation professionnelle en kinésiologie II - 3 crédits
KIN372	Apprentissage moteur - 3 crédits
KIN373	Planification d'entraînement et performance - 3 crédits
KIN381	Kinésiologie clinique II - 3 crédits
KIN382	Santé de la femme et périnatalité - 3 crédits
KIN383	Évaluation et prescription d'entraînement avancées - 3 crédits
KIN384	Santé au travail - 3 crédits
KIN385	Intervention kinésiologique en milieux naturels - 3 crédits

Activités pédagogiques à option - 6 crédits

Deux activités choisies parmi les suivantes :

Code de l'activité pédagogique	Titre de l'activité pédagogique et nombre de crédits
EPK743	Psychologie sportive avancée : interventions pour optimiser la performance humaine - 3 crédits
FEP301	Maîtrise du français écrit - 3 crédits
KIN345	Activité pratique - 3 crédits
KIN374	Prévention de l'incapacité liée au travail - 3 crédits
KIN375	Se lancer en affaires en kinésiologie - 3 crédits
KIN720	Anatomie de l'appareil musculosquelettique de l'être humain - 3 crédits

ADMISSION ET EXIGENCES

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

Campus de Sherbrooke : admission au trimestre d'automne

Condition(s) générale(s)

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

Condition(s) particulière(s)

DEC en sciences de la nature (200.B1) ou DEC sciences, lettres et arts (700.A1) ou baccalauréat international (200.Z1)

ou

DEC + activité pédagogique de biologie parmi les suivantes : biologie cellulaire [0B01] ou biologie humaine [0PU1] ou anatomie et physiologie humaines [0B0F] et une activité pédagogique de mathématiques parmi les suivantes : calcul différentiel [0M02 ou 0PU2], calcul intégral [0M03 ou 0PU3], ou algèbre linéaire et géométrie vectorielle [0M04 ou 0PU4].

Pour les titulaires d'un DEC technique, consultez les conditions particulières, les modalités d'arrimage et les passerelles DEC-BAC au Usherbrooke.ca/admission/dec-technique.

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.

EXIGENCE(S) PARTICULIÈRE(S) POUR LA POURSUITE DU PROGRAMME

La personne doit fournir la preuve d’une certification en premiers soins et en RCR (d'une durée de 16 heures) au plus tard le deuxième lundi du mois d’avril qui précède le début du troisième trimestre d’étude.

RÉGIME(S) DES ÉTUDES ET D'INSCRIPTION

Régime coopératif à temps complet

Régime régulier à temps partiel

POURQUOI CE PROGRAMME

Ce qui distingue ce programme

Maîtrisez la science du mouvement pour contribuer au plein potentiel humain, à la santé et au bien-être

Un programme repensé pour former, dès le baccalauréat, des kinésiologues prêts à agir grâce à un parcours structuré autour de situations professionnelles authentiques, de stages coopératifs enrichis et d'expériences cliniques supervisées.

Une approche scientifique pour optimiser la santé et la performance

Vivez une expérience d'apprentissage distinctive qui combine raisonnement professionnel, données probantes et technologies de pointe afin de vous outiller pour évaluer, améliorer et optimiser les capacités physiques, fonctionnelles et globales des individus et des populations.

La formation de leaders engagés pour la santé de demain

Développez votre leadership collaboratif et votre engagement social. Ce programme forme des professionnelles et professionnels capables d'intervenir sur la santé, la performance humaine et le bien-être durable dans une perspective éthique, inclusive et interdisciplinaire. Par une pratique adaptée, vous contribuerez concrètement à l'amélioration des capacités physiques de chaque individu en tenant compte de sa réalité propre.

Vous voulez en savoir plus? Discutez avec une étudiante ou un étudiant 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

- Accorder une grande valeur à la santé et à la condition physique
- Aimer écouter et conseiller les autres
- Apprécier analyser et résoudre des problèmes
- Posséder des compétences en relations humaines
- Avoir une grande capacité d'adaptation et de collaboration
- Démontrer un sens aigu des responsabilités
- Posséder une pensée globale et créative
- Détenir un bon esprit d'équipe

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
- Centres de conditionnement physique, sportifs et de loisir, et fédérations sportives
- Équipes sportives professionnelles ou amateurs
- Centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD)
- Recherche

Exemples de tâches spécifiques

- Rencontrer et évaluer les besoins et les objectifs de la clientèle
- Préparer et guider des cours de groupe à l'intérieur ou en plein air
- Procéder à des évaluations de la condition physique et des habitudes de vie
- Évaluer et documenter la progression de la clientèle
- Prescrire des exercices adaptés et s'assurer de leur bonne exécution
- Éduquer la clientèle sur l'adoption de saines habitudes de vie pérennes
- Préparer et appliquer des plans d'intervention avec l'aide d'autres professionnelles et professionnels de la santé

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

EPK743 - Psychologie sportive avancée : interventions pour optimiser la performance humaine

Sommaire

CYCLE

2e cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

PARTICULARITÉS

Cours offerts à tous

Cible(s) de formation

Évaluer les besoins psychologiques des sportifs et développer des interventions adaptées, en utilisant des outils psychologiques récents et en assurant un suivi rigoureux des progrès réalisés, tout en travaillant en interdisciplinarité. Intégrer les principes du raisonnement professionnel en psychologie sportive pour optimiser la performance humaine.

Contenu

Utilisation d'outils et d'évaluations pour analyser les besoins psychologiques des personnes en contexte de performance, en se concentrant sur l'anxiété, la motivation, la confiance et la gestion du stress. Élaboration d'un plan d'intervention psychologique adapté aux besoins de chaque sportif et à ses objectifs, en utilisant des techniques comme la visualisation, la relaxation et la régulation émotionnelle. Mise en place de méthodes de suivi pour mesurer l'efficacité des interventions et ajuster les stratégies en fonction des résultats. Utilisation de technologies pour évaluer l'état mental pendant l'entraînement ou la compétition. Projet réel d'évaluation, avec un accent sur la réflexion critique, la documentation des apprentissages et la présentation des stratégies de planification.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Diplôme d'études supérieures spécialisées de 2e cycle en optimisation de la performance humaine

FEP301 - Maîtrise du français écrit

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU 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.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en enseignement en éducation physique et à la santé

Baccalauréat en kinésiologie

KIN141 - Professionnalisation et raisonnement clinique en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Construire son identité professionnelle et définir le champ d'exercice, les rôles et les responsabilités du ou de la kinésiologue. S'approprier une démarche de raisonnement clinique et professionnel comme futur ou future kinésiologue. Développer une posture professionnelle rigoureuse en appliquant des stratégies efficaces de travail intellectuel et d'apprentissage continu. Initier sa démarche vers une pratique clinique fondée sur les données probantes.

Contenu

Définition de la profession de kinésiologue et contextes de pratique. Cadre légal, éthique et réglementaire de l'intervention. Obligations professionnelles et déontologiques. Savoir-faire, savoir-agir et savoir être en kinésiologie. Recommandations et lignes directrices populationnelles en activité physique. Principes et étapes de la démarche de raisonnement clinique et processus de prise

de décision professionnelle. Évaluation préparticipation et stratification du risque cardiovasculaire et musculosquelettique. Tenue de dossier conforme aux exigences légales et professionnelles. Développement professionnel continu et professionnalisme. Compétences informationnelles, bases de données et stratégies de recherche documentaire efficaces. Méthodes de travail intellectuel et rigueur scientifique.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN142 - Anatomie fonctionnelle du système locomoteur

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Comprendre les caractéristiques et les aspects fonctionnels des structures osseuses, articulaires et musculaires et appliquer ces connaissances à des situations de la vie quotidienne et sportive. Comprendre les composantes mécaniques de base dans un mouvement et expliquer comment celles-ci se conjuguent pour le produire. Observer et analyser l'influence des composantes de l'anatomie fonctionnelle lors de l'exécution de mouvements simples à complexes. Comprendre les éléments fondamentaux du muscle dans la production du mouvement afin d'évaluer leur contribution à une exécution efficace et sécuritaire de celui-ci. Exercer un jugement critique sur les différentes techniques d'exécution des mouvements retrouvées dans des entrainements courants.

Contenu

Anatomie osseuse, articulaire et musculaire des membres inférieurs et supérieurs, du tronc et de la tête. Mouvements, amplitudes articulaires, axes et plans. Types de contractions et rôles musculaires. Types de mouvements et fonctions musculaires. Principes de base de l'analyse du mouvement appliqués aux mouvements de la vie quotidienne et impliqués dans les activités physiques et sportives.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN143 - Analyse du mouvement et standardisation des exercices

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Maîtriser l'enseignement et la correction d'un vaste répertoire d'exercices en s'appuyant sur l'anatomie fonctionnelle, les critères de réalisation et les données probantes récentes. Identifier les erreurs d'exécution afin de fournir une rétroaction ciblée et d'ajuster les exercices en temps réel. Distinguer les principaux auxiliaires et modalités d'entraînement (ex. : machines, bandes élastiques, ballon suisse, poids du corps, callisthénie, surfaces instables) afin d'en évaluer les avantages, les limites et les conditions d'utilisation sécuritaire. Appliquer les principes fondamentaux de la prescription d'exercices et de la conception d'une séance d'entraînement. Utiliser de façon adéquate et critique les logiciels professionnels de prescription d'exercices. Analyser et intégrer de façon critique l'intelligence artificielle dans le suivi et la programmation de l'entraînement en renforcement musculaire.

Contenu

Principes fondamentaux de la mécanique et de la biomécanique. Variables mécaniques et analyse du mouvement. Efficacité mécanique lors de l'exécution d'un geste. Standardisation des mouvements et critères de réalisation des exercices. Méthodes de conception et de structuration de séances de renforcement et d'amplitude articulaire. Auxiliaires d'entraînement. Outils numériques et logiciels professionnels de prescription d'exercices. Usage éthique et rigoureux de l'intelligence artificielle en contexte de prescription d'exercices de renforcement et de flexibilité musculaires.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN144 - Adoption d'un mode de vie sain et physiquement actif

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Analyser les besoins spécifiques de divers groupes de personnes en fonction des déterminants biopsychosociaux de la pratique de l'activité physique. Identifier les contraintes et les enjeux propres à la réalité d'une population ciblée. Formuler et communiquer clairement des recommandations adaptées visant à favoriser l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie au sein d'un groupe.

Contenu

Déterminants de l'activité physique et des habitudes de vie. Tendances actuelles et influences médiatiques sur les comportements. Recommandations et lignes directrices populationnelles. Rôle de la kinésiologie en prévention primaire, secondaire et tertiaire et dans la santé et le bien-être des populations. Besoins spécifiques propres à diverses populations cibles. Technologies et stratégies de promotion efficaces. Liens entre l'activité physique et la santé globale. Épidémiologie et évaluation des comportements liés à la sédentarité. Exploration de la motivation, des attitudes et des réponses psychologiques face à la pratique de l'activité physique. Éducation et sensibilisation aux enjeux d'image corporelle et de stigmatisation basée sur le poids. Questions relatives à la diversité, à l'équité et à l'inclusion, aux inégalités, aux perspectives autochtones et à l'interculturalité dans la pratique de l'activité physique. Déterminants sociaux de la santé en contexte autochtone. Littératie en santé et compétences communicationnelles.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN145 - Physiologie de l'effort I

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer la structure, la composition, le fonctionnement et les adaptations du tissu musculaire à l'exercice. Prédire les adaptations nerveuses, biochimiques et morphologiques du muscle squelettique en réponse à différents types d'entraînement anaérobies et musculaires. Analyser la performance musculaire. Expliquer les mécanismes physiologiques sous-jacents à la fatigue et aux crampes musculaires. Analyser la contribution des différentes voies métaboliques et substrats énergétiques selon l'intensité et la durée d'un effort. Décrire les principales différences physiologiques intersexes ainsi que celles liées à la croissance et au vieillissement.

Contenu

Organisation et principes fondamentaux de la physiologie. Métabolisme du glucose, des lipides et des protéines et organes impliqués. Rôle des systèmes nerveux et endocrinien. Substrats énergétiques, bioénergétique et filières énergétiques. Structure et fonctionnement du muscle squelettique. Physiologie neuromusculaire et production de force. Fondements physiologiques et neurophysiologiques des adaptations liées à l'augmentation de la force, de la puissance et à l'hypertrophie musculaire. Adaptations à l'entraînement anaérobie et de la force, et variabilité interindividuelle et intersexe. Fatigue, crampes, récupération et dommages musculaires à l'exercice. Entraînabilité, variabilité interindividuelle et différences intersexes dans la structure et la fonction du muscle squelettique et face à l'entraînement des qualités musculaires. Effets de la croissance et du vieillissement sur la structure et le fonctionnement du muscle squelettique et sa réponse à l'exercice aigu et chronique.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN151 - Démarche scientifique en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Appliquer une démarche de raisonnement clinique fondée sur des données probantes en kinésiologie et dans les disciplines connexes. S'approprier les processus, la méthodologie et les outils de la recherche documentaire scientifique, tout en respectant les normes éthiques. Contextualiser les données de recherche à des problématiques concrètes rencontrées sur le terrain. Développer un esprit scientifique et un jugement critique rigoureux face à l'information présentée dans les communications scientifiques et dans différents types de médias. Intégrer une posture réflexive en apprenant à s'auto-évaluer continuellement et quant à l'intégration de la science dans sa pratique professionnelle.

Contenu

Compréhension et interprétation de la structure des différents types d'articles scientifiques (articles originaux, revues de littérature, revues systématiques, méta-analyses, énoncés de position, etc.). Étapes pour formuler et identifier une problématique de recherche ancrée dans des situations professionnelles réelles. Étapes et critères permettant la réalisation d'un examen critique favorisant l'utilisation de sources fiables. Intégration de la démarche et des données probantes à la pratique professionnelle en kinésiologie. Principes de rigueur et d'intégrité scientifiques et professionnelles. Usage éthique et rigoureux de l'intelligence artificielle en contexte de pratique professionnelle et de recherche en kinésiologie. Médias sociaux et traditionnels et croyances dans le domaine de la kinésiologie. Biais cognitifs. Fondements et bases de la communication scientifique écrite et orale.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN152 - Contrôle moteur et sensorimotricité

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire et comprendre les fondements neurophysiologiques et les principes qui supportent la planification et l'exécution des mouvements. Expliquer les fondements neurophysiologiques et l'organisation du système nerveux central et périphérique impliqués dans la sensorimotricité. Analyser les principes fondamentaux qui sous-tendent la planification, la commande, l'exécution et l'ajustement du mouvement.

Contenu

Systèmes sensoriels et moteurs : structure, organisation et fonctionnement. Mécanismes de traitement de l'information et de contrôle du mouvement. Processus cognitifs sous-jacents à la performance motrice.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN153 - Évaluation et prescription : qualités musculaires

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire les principes généraux d'entraînement des qualités musculaires. Assurer la validité, la fidélité et l'objectivité lors de la sélection des tests, et administrer rigoureusement des protocoles ciblant les composantes musculaires (force, endurance, puissance) et les aptitudes anaérobies d'une clientèle sportive ou d'une personne cliente apparemment en bonne santé. Concevoir un plan d'intervention sécuritaire et individualisé, directement aligné sur les résultats de l'évaluation préalable et selon les objectifs de la personne cliente. Communiquer efficacement les éléments du plan d'intervention auprès de la personne cliente, tout en sachant en justifier la pertinence et ses choix professionnels.

Contenu

Qualités physiques musculaires. Principes d'adaptation, de dose-réponse, de surcharge et de surcompensation. Principes et fondements de l'entraînement des qualités musculaires et anaérobies. Principes d'évaluation des qualités musculaires et analyse critique des résultats obtenus. Bases de la prescription de l'entraînement musculaire. Méthodes d'entraînement associées aux différents objectifs courants (hypertrophie, force maximale, endurance musculaire et puissance) et au développement des filières anaérobies. Paramètres de la charge d'entraînement et leurs effets sur les adaptations recherchées. Méthodes d'entraînement musculaire de base (super-série, pyramidale, série dégressive, bulgare, etc.). Technologies d'entraînement contre résistance (ex. : transducteurs linéaires, accéléromètres, occlusion partielle, logiciel de prescription, monitoring, etc.); avantages et limites selon le contexte d'intervention. Intégration des données probantes et de la littérature scientifique dans l'évaluation et l'entraînement des qualités musculaires. Technologies d'entraînement contre résistance et d'analyse des données.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN154 - Counseling en kinésiologie et modification de comportements

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Créer et maintenir un climat de confiance à l'intérieur d'un contexte d'intervention kinésiologique. Apprendre des techniques d'entrevue. Diriger efficacement une entrevue permettant de cerner les besoins et la réalité de la personne cliente afin de favoriser sa santé et son bien-être; l'accompagner à travers les stades de son changement de comportement en mobilisant des stratégies de counseling (ex. : entrevue motivationnelle). Adapter sa communication verbale et non verbale à l'état et à la culture de la personne cliente. Anticiper l'impact de sa communication et de son intervention sur la personne cliente et son réseau de soutien. Développer une posture professionnelle inclusive et d'humilité culturelle en kinésiologie.

Contenu

Déterminants du comportement en activité physique. Fondements théoriques liés au changement de comportement. Techniques d'entrevue. Éducation à la santé. Approche centrée sur la personne et posture collaborative. Habiletés communicationnelles et relationnelles. Principes de sécurisation culturelle. Entretien initial, anamnèse, entrevue motivationnelle et stratégies de counseling. Réflexivité et formulation de la première impression clinique. Maîtrise du français oral et écrit et perfectionnement des compétences rédactionnelles cliniques (tenue de dossier).

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique

(cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN155 - Physiologie de l'effort II

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer le rôle et le fonctionnement intégrés des systèmes cardiovasculaire et respiratoire au repos et à l'effort. Décrire les réponses cardiovasculaire et respiratoire immédiates du corps lors d'un exercice aigu. Décrire les adaptations chroniques des systèmes cardiovasculaire et respiratoire induites par l'entraînement aérobie. Interpréter des données physiologiques associées aux systèmes cardiovasculaire et respiratoire au repos et à l'effort. Expliquer la mesure de la consommation d'oxygène (VO_2) à l'effort. Analyser les interactions entre les composantes structurales et bioénergétiques lors d'un effort physique. Décrire la cinétique de la production de lactate pendant un effort physique. Estimer la dépense énergétique associée à un effort physique. Identifier les mécanismes physiologiques limitant l'effort prolongé. Expliquer l'équilibre hydrique en contexte d'exercice. Expliquer la contrainte et l'astreinte thermique en contexte d'exercice. Analyser les interactions entre les systèmes nerveux et endocrinien lors de l'exercice. Analyser les risques physiologiques associés à différents environnements extrêmes (chaleur, froid, pollution, altitude). Décrire les principales modifications physiologiques en fonction de la croissance, du vieillissement et des différences intersexes.

Contenu

Anatomie et fonctionnement des systèmes cardiovasculaire et respiratoire. Réponses et adaptations à l'effort. Déterminants physiologiques de la performance aérobie. Filières énergétiques et continuum durée-intensité. Entraînabilité, variabilité interindividuelle et différences intersexes face à l'entraînement des systèmes cardiovasculaire et respiratoire. Fatigue et limitations physiologiques propres à l'effort prolongé. Rôle des systèmes nerveux et endocrinien lors de l'effort prolongé. Effets de la croissance et du vieillissement sur les réponses du système cardiorespiratoire à l'exercice. Hydratation. Technique de mesure de la déshydratation pendant l'exercice. Technique de mesure de la concentration de sodium dans la sudation en situation d'exercice. Contrainte et astreinte thermique, environnement et intensité d'exercice. Acclimatation à la chaleur. Technique de mesure de la contrainte et de l'astreinte thermique pendant l'exercice. Exposition et adaptations physiologiques à l'entraînement en altitude et contexte de pollution atmosphérique.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN161 - Promotion de la santé en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Développer, en partenariat, une initiative de promotion d'un mode de vie physiquement actif et de saines habitudes de vie auprès d'un groupe cible. Appliquer une démarche rigoureuse de planification, de mise en œuvre et d'évaluation fondée sur les modèles reconnus en santé publique et en prévention des problèmes de santé par la promotion d'un mode de vie physiquement actif et de saines habitudes de vie. Développer des relations de confiance avec les diverses parties prenantes, en modulant ses interventions selon leurs réalités culturelles et contextuelles. Adopter une posture professionnelle et réflexive. Démontrer une sensibilité face aux enjeux de nature éthique.

Contenu

Cadres d'intervention selon les milieux : éducatifs, institutionnels (académiques), gouvernementaux (santé publique, du palier municipal au fédéral) et communautaires (OBNL). Stratégies de mise en œuvre de politiques publiques et de plans d'action favorisant la santé et le bien-être des populations. Enjeux et stratégies liés au développement et au maintien de partenariats. Projets, programmes et stratégies en santé publique. Théorie, modèles et méthodologie de la planification d'un programme de promotion de la santé. Fondements de l'évaluation de programme en santé publique. Suivi et analyse des indicateurs d'évaluation (processus, effets et impacts).

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN162 - Développement moteur

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Analyser les trajectoires du développement moteur humain et l'interaction des contraintes (individuelles, environnementales et liées à la tâche) de la période prénatale au vieillissement. Évaluer la compétence motrice et le risque de chute à l'aide d'outils cliniques normés et d'observations qualitatives des patrons

moteurs. Concevoir des interventions et des environnements de pratique optimaux en fonction du stade de maturation, des fenêtres d'opportunité et des besoins spécifiques des clientèles (jeunes, athlètes, aînés, populations atypiques).

Contenu

Fondements du développement moteur et modèle des contraintes. Principes de croissance et maturation biologique. Développement prénatal et intégration des réflexes néonataux. Acquisition des jalons moteurs et des habiletés motrices fondamentales. Consolidation des capacités physiques et impacts de la puberté. Spécialisation sportive par rapport à diversification. Développement à long terme de l'athlète. Processus de vieillissement moteur et sarcopénie. Évaluation clinique. Manifestations du développement moteur atypique. Prévention des chutes et stratégies d'intervention chez la personne âgée.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN163 - Évaluation et prescription : système cardiorespiratoire

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer les principes physiologiques qui sous-tendent l'évaluation de la fonction cardiorespiratoire et de la filière aérobie. Distinguer les méthodes de mesure directes (analyse des échanges respiratoires, VO_2max) et indirectes de la capacité cardiorespiratoire. Choisir et administrer un protocole d'évaluation adapté et sécuritaire chez une personne cliente apparemment en bonne santé. Analyser et interpréter les réponses physiologiques et hémodynamiques à l'exercice à l'effort et en récupération afin de repérer les signes d'intolérance ou les situations à risque ainsi que pour déterminer des profils de performance. Analyser la contribution relative des filières énergétiques selon différents scénarios de performance. Critiquer les avantages et les limites des différentes approches d'évaluation en fonction du contexte matériel et des objectifs cliniques ou de performance. Mettre en relation les domaines d'intensité métabolique (seuils ventilatoires ou lactiques) avec les réponses physiologiques. Concevoir un programme d'entraînement aérobie adapté individualisé. Analyser l'impact de la manipulation des variables d'entraînement (volume, intensité) sur les adaptations centrales et périphériques. Associer les indicateurs subjectifs (ex. : perception de l'effort) et objectifs (ex. : fréquence cardiaque, puissance) avec la réponse physiologique.

Contenu

Qualités physiques relatives à la performance aérobie. Principes d'adaptation, de dose-réponse, de surcharge et de surcompensation. Principes et fondements de l'entraînement des qualités physiques relatives à l'endurance et à la puissance aérobies. Fondements, validité et spécificité de différents outils et protocoles visant l'évaluation cardiorespiratoire, et qualités méthodologiques des tests. Protocoles d'évaluation maximale et sous-maximale (en laboratoire et sur le terrain). Mesure, monitorage et interprétation clinique des signes vitaux à l'effort et au repos. Déterminants physiologiques à l'effort, zones d'entraînement et domaines d'intensité métabolique. Outils de mesure terrain et interprétation des indicateurs physiologiques (ex. : fréquence cardiaque, puissance, lactatémie, perception de l'effort). Principes de prescription et de conception de programmes d'entraînement cardiorespiratoire. Suivi, quantification de la charge d'entraînement et gestion de la fatigue (prévention et surentraînement).

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN164 - Santé mentale en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Décrire les relations complexes et bidirectionnelles entre la santé mentale, la pratique d'activité physique, les habitudes de vie, la qualité du sommeil et le fonctionnement social. Distinguer les principaux enjeux de santé mentale et leurs manifestations cliniques, tant dans la population générale que chez les athlètes, et évaluer leurs impacts sur la pratique d'activité physique et sportive. Décrire les fondements psychologiques et physiologiques du stress et ses répercussions sur la santé et le bien-être. Appliquer des stratégies d'intervention de gestion du stress (relaxation, gestion des pensées, soutien social, etc.) dans un contexte d'intervention kinésiologique. Analyser les effets protecteurs de l'activité physique et ses limites selon différentes conditions de santé mentale. Anticiper les interactions possibles entre traitements psychopharmacologiques (pharmacocinétique, pharmacodynamique) et l'exercice physique. Évaluer les facteurs individuels et collectifs (pression sociale, normes culturelles, dynamique de groupe) influençant la santé mentale et la participation à l'activité physique. Collaborer avec les autres professionnels de la santé en respectant les rôles et champs de pratique pour assurer une prise en charge globale et sécuritaire.

Contenu

Bases de la santé psychologique et relations entre la santé mentale, l'activité physique, les habitudes de vie, la qualité du sommeil et le fonctionnement social. Stress et

adaptation : fondements psychologiques et physiologiques, effets protecteurs de l'activité physique. Stratégies complémentaires de gestion. Enjeux de santé mentale et traitements pharmacologiques et non pharmacologiques, interactions avec l'exercice; facteurs psychosociaux et relatifs à l'interculturalité et aux inégalités sociales de santé. Effets thérapeutiques et limites de l'activité physique selon la condition. Enjeux spécifiques chez les personnes actives et les athlètes. Habiletés mentales et outils. Collaboration interprofessionnelle : rôles et responsabilités des différents professionnels et professionnelles de la santé.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN165 - Nutrition, sport et dépense énergétique

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Expliquer les principes fondamentaux d'une alimentation équilibrée. Appliquer les recommandations nutritionnelles actuelles afin d'optimiser la santé au quotidien, la récupération, ainsi que la performance à l'entraînement ou en compétition sportive. Distinguer les besoins, les enjeux et les vulnérabilités nutritionnelles propres à diverses clientèles (population générale, athlètes de haut niveau, populations avec conditions particulières, notions relatives à l'interculturalité). Décrire et comprendre l'impact de la faible disponibilité énergétique et du syndrome RED-S chez les personnes physiquement actives et athlètes. Évaluer la pertinence et la sécurité d'un supplément donné selon un contexte sportif donné.

Contenu

Bases physiologiques et nutritionnelles de l'activité physique. Alimentation saine, équilibrée, durable et adaptée. Régulation de la prise alimentaire. Dépense énergétique et activité physique. Composition corporelle, performance et santé. Fondements de la nutrition sportive. Enjeux nutritionnels chez les personnes actives et les athlètes. Aides et substances ergogènes, santé et sécurité.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN271 - Situation professionnelle en kinésiologie I

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Mener une intervention en contexte réel auprès d'une personne cliente ou d'un groupe de personnes apparemment en bonne santé et présentant un besoin élémentaire et fréquent en matière de santé, d'habitudes de vie ou de pratique d'activités physiques. Appliquer une démarche de raisonnement clinique basée sur les données probantes dans le domaine de la kinésiologie et en adaptant ses interventions aux besoins spécifiques de la personne cliente ou du groupe. Faire preuve de compétences relationnelles et communicationnelles, de savoir-faire, de savoir-agir et de savoir-être. Concevoir, planifier et adapter un programme d'exercices sécuritaire et ciblé, à court et moyen terme. Adopter une approche collaborative afin de partager de l'information, des décisions et des responsabilités avec l'équipe interdisciplinaire, la personne cliente et son entourage lorsque le contexte le nécessite. Adopter une démarche réflexive, une attitude professionnelle et des comportements éthiques intégrant les principes d'équité, de diversité et d'inclusion.

Contenu

Situations professionnelles d'intervention en kinésiologie auprès de personnes apparemment en bonne santé et présentant des besoins élémentaires et fréquents. Connaissances, habiletés et attitudes requises pour intervenir adéquatement auprès d'une clientèle présentant des besoins élémentaires. Maîtrise et mise en application de la tenue de dossier conforme aux exigences légales et professionnelles. Réflexion critique sur ses apprentissages expérientiels et son agir professionnel. Intervention en fonction des évaluations initiales, des objectifs, des réponses physiologiques et motrices attendues et des caractéristiques de la personne cliente ou du groupe de personnes.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN272 - Biomécanique appliquée

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Connaître et appliquer les principes biomécaniques pour analyser des mouvements humains dans des contextes quotidiens, sportifs ou professionnels. Transférer les principes de la cinématique et de la cinétique vers l'analyse qualitative et quantitative du mouvement humain.

Intervenir à la suite de cette analyse en vue d'améliorer la performance motrice ou de réduire les risques de blessure. Évaluer l'efficacité et la sécurité de la technique motrice dans des contextes variés (activités de la vie quotidienne, ergonomie au poste de travail, gestes sportifs spécifiques). Concevoir des recommandations et des interventions correctives visant l'optimisation de la performance ou la prévention des troubles musculosquelettiques et des blessures.

Contenu

Fondements, lois et principes de la biomécanique humaine. Modèles anthropométriques et biomécaniques multisegmentaires. Forces internes et externes agissant sur le corps humain et moments de force. Concepts de travail, d'énergie et de puissance mécaniques. Quantité de mouvement linéaire et angulaire. Équilibre et contrôle postural. Biomécanique des tissus. Chargements articulaires. Acquisition et traitement des données biomécaniques (cinématique et cinétique).

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN273 - Kinésiologie clinique I

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Comprendre et expliquer les mécanismes physiopathologiques des principales maladies cardiovasculaires, métaboliques et respiratoires et analyser leurs répercussions physiologiques sur la tolérance à l'effort. Mener une anamnèse exhaustive auprès d'une clientèle présentant des besoins particuliers ou atteinte de maladies chroniques afin de recueillir les informations cliniques essentielles. Déterminer le profil de risque cardiovasculaire et métabolique de la personne cliente en appliquant rigoureusement les algorithmes de stratification du risque reconnus (ex. : SCPE et ACSM). Administrer les protocoles d'évaluation clinique appropriés pour mesurer la capacité cardiorespiratoire en contexte de pathologie. Interpréter de façon critique les réponses hémodynamiques, ventilatoires et métaboliques (aiguës et chroniques) à l'effort afin d'identifier les signes cliniques d'intolérance ou d'anormalité. Formuler un jugement clinique rigoureux quant à la sécurité, la pertinence et l'adaptation continue de la prescription d'exercices, en fonction de l'évolution de la condition de la personne.

Contenu

Principes fondamentaux et physiopathologie des principales maladies chroniques (cardiovasculaires, respiratoires et métaboliques). Méthodes de dépistage et traitements pharmacologiques et non pharmacologiques. Rôles de la prévention secondaire. Prise en charge globale par l'exercice, l'activité physique et l'adoption de saines habitudes de vie. Évaluation de la condition physique et interprétation des résultats cliniques, prescription d'exercices sécuritaire et adaptée pour une clientèle atteinte de conditions cardiovasculaires, respiratoires et métaboliques.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN274 - Troubles musculosquelettiques, douleurs et blessures en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Reconnaître la présentation clinique (signes et symptômes) des troubles musculosquelettiques de nature traumatique et non traumatique (de surutilisation) les plus fréquents. Expliquer les limites entre douleur normale et douleur anormale lors de la pratique d'activité physique. Intervenir auprès de clientèles présentant des douleurs, blessures ou troubles musculosquelettiques fréquents ou chroniques en respectant les principes de sécurité et d'adaptation. Adapter ses interventions en tenant compte des facteurs physiques, émotionnels, sociaux, culturels et des expériences antérieures influençant les besoins et comportements de la personne cliente. Développer une relation de confiance avec la personne cliente dans un contexte de douleur persistante, en adoptant une posture empathique, inclusive et centrée sur la personne.

Contenu

Douleur : définition, étiologie, transmission, modulation, distinction avec inconfort et impact sur l'activité physique. Principales pathologies et blessures musculosquelettiques : mécanismes, signes, symptômes et contre-indications à l'exercice. Troubles musculosquelettiques fréquents : étiologie et traitements pharmacologiques et non pharmacologiques. Blessures traumatiques et de surutilisation : signes et symptômes, prévention en contexte sportif. Commotions cérébrales : facteurs de risque, protocoles de récupération et rôle de l'activité physique. Modalités thérapeutiques et technologies pour optimiser la réadaptation musculosquelettique. Pharmacologie appliquée : mécanismes d'action, pharmacocinétique/dynamique, effets thérapeutiques et interactions avec l'exercice. Intervention et collaboration interdisciplinaire.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN275 - Initiative professionnelle en promotion de la santé et des saines habitudes de vie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Développer, en partenariat, une initiative liée à la promotion d'un mode de vie physiquement actif et de saines habitudes de vie s'adressant à un groupe ou à une population cible. S'approprier et expérimenter une démarche de planification, de mise en œuvre et de suivi appuyée sur des modèles reconnus en initiatives de promotion d'un mode de vie physiquement actif et des saines habitudes de vie afin de favoriser la santé et le bien-être. Exercer un leadership collaboratif et inclusif en mettant en œuvre des espaces et des mécanismes de concertation efficaces. Adopter une pratique éthique et réflexive contribuant à faire progresser les actions vers une plus grande justice sociale et environnementale.

Contenu

Principes de la gestion de projet appliqués spécifiquement au domaine de l'activité physique. Travail d'équipe, de communication et de collaboration interprofessionnelle. Rôles et interventions du ou de la kinésiologue axés sur la promotion de la santé et la prévention par de saines habitudes de vie. Méthode d'investigation et de caractérisation des groupes cibles afin d'évaluer précisément leurs besoins en matière de santé. Leadership collaboratif et gestion des mécanismes de concertation avec les acteurs du milieu. Considérations environnementales (développement durable, urbanisme, changements climatiques) et sociales (inégalités sociales de santé, discrimination, éducation, pauvreté, enjeux relatifs à l'interculturalité et aux réalités autochtones, etc.) reliées à la pratique d'activité physique et aux saines habitudes de vie. Rayonnement social et environnemental des initiatives en santé. Justice sociale. Posture professionnelle de la personne kinésiologue face aux enjeux sociétaux complexes et préparation concrète à l'insertion professionnelle.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN345 - Activité pratique

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU 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

KIN371 - Situation professionnelle en kinésiologie II

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Mener une intervention en contexte réel auprès d'une personne cliente ou d'un groupe de personnes présentant des besoins particuliers et/ou complexes en matière de santé, d'habitudes de vie ou de pratique d'activités physiques et sportives en partenariat avec la personne, en synergie avec l'entourage et les professionnels du milieu dans des contextes variés et lorsqu'applicable. Appliquer une démarche de raisonnement clinique basée sur les données probantes dans le domaine de la kinésiologie et en adaptant ses interventions aux besoins spécifiques de la personne cliente ou du groupe. Faire preuve de compétences relationnelles et communicationnelles, de savoir-faire, de savoir-agir et de savoir-être. Concevoir, planifier et adapter un programme d'exercices sécuritaires et ciblés, à court et moyen terme. Adopter une approche collaborative afin de partager de l'information, des décisions et des responsabilités avec l'équipe interdisciplinaire, la personne cliente et son entourage lorsque le contexte le nécessite. Adopter une démarche réflexive, une attitude professionnelle et des comportements éthiques intégrant les principes d'équité, de diversité et d'inclusion.

Contenu

Situations professionnelles d'intervention en kinésiologie auprès de personnes apparemment en bonne santé, asymptomatiques ou symptomatiques et présentant des besoins variés, allant d'élémentaires à complexes. Connaissances, habiletés et attitudes requises pour intervenir adéquatement auprès d'une clientèle présentant des besoins élémentaires. Maîtrise et mise en application de la tenue de dossier conforme aux exigences légales et professionnelles. Réflexion critique sur ses apprentissages expérientiels et son agir professionnel. Intervention en fonction des évaluations initiales, des objectifs, des réponses physiologiques et motrices attendues et des caractéristiques de la personne cliente ou du groupe de personnes.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN372 - Apprentissage moteur

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Intégrer et mettre en contexte les connaissances en lien avec le contrôle et l'apprentissage moteur. Structurer la pratique motrice et créer des environnements d'apprentissage optimaux, en fonction d'activités, de situations et de clientèles diverses. Appliquer ces notions à la réalisation et à l'apprentissage de diverses actions motrices et sportives.

Contenu

Fondements de l'apprentissage moteur. Déterminants de la performance et de l'apprentissage moteur. Mécanismes neurophysiologiques supportant l'apprentissage moteur. Organisation et conditions de la pratique motrice. Automatisation des habiletés motrices. Apprentissage, rétention et transfert des habiletés motrices. Spécificités des tâches et des apprenants en pratique motrice.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN373 - Planification d'entraînement et performance

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Analyser de façon exhaustive une activité sportive afin d'en optimiser la performance (exigences physiologiques, biomécaniques, techniques, tactiques (ou technicotactiques) et psychologiques). Concevoir et périodiser un plan d'entraînement pour un athlète réel (ou fictif), en modulant judicieusement le volume de l'intensité et la charge de travail (ou d'entraînement) en fonction du calendrier de compétition et des capacités de l'individu. Justifier ses choix de planification et de méthode d'entraînement en s'appuyant sur les principes fondamentaux de l'adaptation physiologique et les données probantes actuelles.

Contenu

Définitions, modèles d'entraînement et de planification de l'entraînement sportif. Entraînement à long terme. Charge externe et interne d'entraînement. Évolution de la forme sportive et de la capacité de performance. Principes d'entraînement. Organisation cyclique : macrocycle, mésocycle, microcycle, période, phase et séance. Modulation et régulation continue de la charge d'entraînement afin d'optimiser les adaptations physiologiques.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN374 - Prévention de l'incapacité liée au travail

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Développer une compréhension systémique des facteurs qui contribuent aux lésions musculosquelettiques, aux risques psychosociaux et à l'incapacité prolongée liée au travail. Familiarisation avec les lois encadrant les travailleuses et les travailleurs en arrêt de travail et en arrêt pour maladie. Évaluer la condition physique et les capacités fonctionnelles du travailleur ou de la travailleuse. Élaborer une démarche d'intervention en prévention des lésions professionnelles au sein d'une équipe interdisciplinaire.

Contenu

Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles (LATMP), Loi sur la santé et la sécurité du travail (LSST) incluant les risques psychosociaux. Troubles musculosquelettiques et risques psychosociaux. Aspects physiques, cognitifs et socioaffectifs liés travail. Cycle de la douleur. Avantages et limites des méthodes évaluatives de la condition physique dans un contexte de prévention de l'incapacité liée au travail. Planification et prescription d'un programme de reconditionnement physique

spécifiquement orienté vers le retour au travail. Rôles de l'équipe interdisciplinaire et des divers acteurs (employeurs, assureurs, professionnels de la santé). Démarche réflexive sur l'agir professionnel et l'identité de la personne kinésiologue en prévention de l'incapacité au travail.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN375 - Se lancer en affaires en kinésiologie

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Établir les outils de gestion utiles au démarrage d'entreprise dans le domaine de la kinésiologie. 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. Apprécier l'importance de la gestion des ressources humaines. 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

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. 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.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN381 - Kinésiologie clinique II

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Approfondir les mécanismes physiopathologiques des principales maladies cardiovasculaires, métaboliques et respiratoires, et analyser leurs répercussions physiologiques sur la tolérance à l'effort dans un contexte de multimorbidité. Déterminer le profil de risque cardiovasculaire et métabolique de la personne cliente en appliquant rigoureusement les algorithmes de stratification du risque reconnus (ex. : SCPE et ACSM). Administrer les protocoles d'évaluation clinique appropriés pour mesurer la capacité cardiorespiratoire en contexte de pathologie. Interpréter de façon critique les réponses hémodynamiques, ventilatoires et métaboliques (aiguës et chroniques) à l'effort afin de d'identifier les signes cliniques d'intolérance ou d'anormalité. Savoir utiliser des outils avancés (ex. : électrocardiogramme) lorsque pertinent. Justifier la nécessité de tests complémentaires. Appliquer et comparer rigoureusement les algorithmes SCPE et ACSM en y intégrant les données d'électrocardiogramme, de pharmacologie, de comorbidités et de symptomatologie à l'effort. Concevoir des prescriptions individualisées en optimisant le choix des modalités et en tenant compte de la multimorbidité et des traitements pharmacologiques. Formuler un jugement clinique rigoureux quant à la sécurité, la pertinence et l'adaptation continue de la prescription d'exercices, en fonction de l'évolution de la condition de la personne.

Contenu

Principes et physiopathologie avancés des principales maladies chroniques des systèmes cardiovasculaire, respiratoire, endocrinien et nerveux. Outils avancés en évaluation clinique (ex. : électrocardiogramme, Holter). Principes avancés d'évaluation de la condition physique et interprétation des résultats cliniques, prescription d'exercices sécuritaire et adaptée pour une clientèle atteinte de conditions cardiovasculaires, respiratoires, endocriniennes et neurodégénératives. Prescription d'exercices individualisée et jugement clinique évolutif.

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN382 - Santé de la femme et périnatalité

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences
de l'activité physique

Cible(s) de formation

Approfondir la physiologie de l'exercice féminine et les principales différences intersexes à l'effort aigu et chronique et dans les besoins de santé. Décrire les étapes de la grossesse, du postpartum et de la ménopause, ainsi que leurs considérations particulières d'un point de vue physiologique et psychosocial. Identifier les complications fréquentes et leurs implications pour

l'activité physique. Analyser les dimensions biopsychosociales influençant la participation à l'exercice. Concevoir et adapter des programmes d'activité physique en périnatalité et en ménopause. Décrire l'étiologie et les impacts de la faible disponibilité énergétique sur les systèmes physiologiques affectés. Intervenir de façon sécuritaire et interprofessionnelle, selon les données probantes. Adopter une approche professionnelle favorisant l'égalité entre les sexes.

Contenu

Physiologie de l'exercice féminine et différences intersexes à l'effort aigu et chronique. Physiologie de la grossesse, du postpartum et de la ménopause. Complications fréquentes en périnatalité et implications pour l'activité physique. Dimensions biopsychosociales influençant la participation à l'exercice (ex. : inégalités, discrimination, biais, etc.). Conception et adaptation de programmes d'activité physique en périnatalité et en ménopause. Étiologie et impacts de la faible disponibilité énergétique chez les personnes actives et athlètes. Sécurité, collaboration interprofessionnelle et pratique fondée sur les données probantes.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN383 - Évaluation et prescription d'entraînement avancées

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Réaliser une évaluation approfondie des besoins et des déterminants de la performance dans une épreuve ou une discipline sportive à caractère multidimensionnel. Sélectionner et administrer des protocoles d'évaluation des déterminants de la performance avancés. Interpréter de manière critique les données complexes issues de l'évaluation. Élaborer une prescription d'entraînement individualisée et fondée sur les données probantes. Moduler la planification en appliquant les principes de régulation de la charge d'entraînement. Utiliser les outils technologiques de pointe pour quantifier et analyser la charge interne. Tenir compte des éléments externes pouvant influencer la charge interne. Intégrer les dimensions psychologiques à la préparation physique. Tenir compte des enjeux éthiques et légaux de la profession.

Contenu

Analyse avancée des déterminants de la performance. Protocoles d'évaluation des qualités cardiorespiratoires, neuromusculaires et motrices avancées. Stratégies de modélisation, d'analyse et interprétation des données avancées. Prescription individualisée d'entraînement. Modèles avancés de périodisation. Ajustement dynamique et suivi clinique. Outils technologiques avancés. Communication, décision partagée et adhésion dans la relation kinésiologue-athlète(s).

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN384 - Santé au travail

Sommaire

CYCLE

1er cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Connaître les déterminants de la santé globale au travail, les risques psychosociaux et les pratiques de gestion. Comprendre les processus de consultation du personnel et l'analyse des besoins. S'approprier la planification, l'implantation et l'évaluation d'une démarche structurée en milieu de travail avec une approche de collaboration interdisciplinaire. Décrire les approches populationnelles et le travail avec différents types d'organisations. Décrire l'organisation de la Santé et sécurité au travail (SST) au Québec et ses mécanismes principaux. Expliquer les concepts de base de l'ergonomie et des troubles musculosquelettiques (TMS). Identifier les facteurs de risque physiques, psychosociaux et organisationnels en milieu de travail. Interpréter une situation de travail à l'aide de modèles en ergonomie et santé au travail. Utiliser des méthodes de collecte de données pour analyser une tâche ou un poste de travail. Reconnaître les rôles des différents professionnels impliqués dans une intervention. Planifier une intervention de santé ou mieux-être en milieu de travail et évaluer ses effets.

Contenu

Déterminants de la santé globale au travail, risques psychosociaux et pratiques de gestion. Étapes de la consultation du personnel et de l'analyse des besoins. Processus de planification, d'implantation et d'évaluation d'une démarche structurée en milieu de travail avec différents types d'organisations. Collaboration interdisciplinaire. Organisation de la Santé et sécurité au travail au Québec et principes de prévention durable. Ergonomie et environnement de travail. Modèles en santé au travail et en ergonomie. Concepts clés et méthodes de collecte de données en ergonomie. Rôles des professionnels de la santé et reconnaissance des situations nécessitant une collaboration interdisciplinaire. Programmes et interventions en milieu de travail.

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

KIN720 - Anatomie de l'appareil musculosquelettique de l'être humain

Sommaire

CYCLE

2e cycle

CRÉDITS

3 crédits

FACULTÉ OU CENTRE

Faculté des sciences de l'activité physique

Cible(s) de formation

Identifier les structures osseuses, articulaires et musculaires de l'appareil anatomique de l'être humain en vue d'une intervention professionnelle. Comprendre la cinématique articulaire et la fonction musculaire. Analyser les relations entre les structures anatomiques dans différentes positions.

Contenu

Étude approfondie de l'anatomie des membres supérieurs et inférieurs, ainsi que de la tête et du tronc de l'être humain : arthrologie, ostéologie et myologie. Application de techniques de visualisation et de palpation pour chacune de ces structures.

Concomitante(s)

(KIN721 et KIN722)

---

* Sujet à changement

Programmes offrant cette activité pédagogique (cours)

Baccalauréat en kinésiologie

Diplôme d'études supérieures spécialisées de 2e cycle en rééducation musculosquelettique et thérapie manuelle