

COLLÈGE ÉDOUARD-MONTPETIT

**HIVER
2012**

CAHIER DE DESCRIPTION DE COURS



Cours d'éducation physique

Cours de la formation générale complémentaire

Structure d'accueil aux études universitaires

**Service de l'organisation scolaire
OCTOBRE 2011**

TABLE DES MATIÈRES

<u><i>DESCRIPTION DES COURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE</i></u>	4
<u><i>Ensemble 1 : Santé et activité physique</i></u>	5
<u><i>Ensemble 2 : Efficacité et activité physique</i></u>	6
<u><i>Ensemble 3 : Autonomie et activité physique</i></u>	9
<u><i>COURS DE LA FORMATION GÉNÉRALE COMPLÉMENTAIRE</i></u>	12
<u><i>STRUCTURE D'ACCUEIL AUX ÉTUDES UNIVERSITAIRES</i></u>	15

Note : Le genre masculin est utilisé à titre épicène.

DESCRIPTION DES COURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE

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

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

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

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

Note : Vous trouverez une version en PDF de ce document sur le site Web du département d'éducation physique à la page d'accueil, voir : *Cahier de description de cours pour l'hiver 2012*.

L'adresse du site est la suivante : <http://ww2.college-em.qc.ca/dept/educationphysique/>

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

Situations donnant droit à un remboursement complet

1. L'élève annule son inscription au plus tard une semaine après la première réunion de ce cours. **Pour obtenir un remboursement, l'élève doit compléter la procédure d'annulation auprès de son api.**
 2. Le Collège annule le cours.
 3. L'étudiant n'a pas réussi un préalable à un cours de plein air de l'ensemble 3.
 4. L'étudiant n'est pas admis ou réadmis au Collège.
 5. La grille du programme de l'étudiant est en conflit d'horaire avec le cours de plein air choisi.
- N.B. : L'élève qui s'inscrit sur la liste des personnes en attente d'une place paiera 100 % du montant seulement lorsque le Collège lui confirmera une place.

Cette politique s'applique aux cours suivants :

- | | |
|---------------------------------|------------|
| 1) Ski de fond (intensif) | 109-265-EM |
| 2) Ski alpin (intensif) | 109-271-EM |
| 3) Planche à neige (intensif) | 109-275-EM |
| 4) Cyclotourisme (intensif) | 109-361-EM |
| 5) Randonnée d'hiver (intensif) | 109-368-EM |

Département d'éducation physique
Adopté en septembre 2009

Ensemble 1 : Santé et activité physique

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

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

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

Cours offerts dans le cadre de l'Ensemble 1

		Garçon	Fille	Mixte	Coût
Conditionnement physique	109-111			✓	
Mise en forme rythmée	109-113			✓	
Santé, éducation physique et plein air	109-116			✓	\$
Multi-sports	109-118			✓	
Initiation aux principes d'entraînement musculaire	109-124			✓	
Entraînement multiforme	109-125			✓	

109-111-EM Conditionnement physique (Objectif 0064)

1-1-1

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

109-113-EM Mise en forme rythmée (Objectif 0064)

1-1-1

Comme tous les autres cours de l'ensemble 1, ce cours propose à l'étudiant une réflexion sur certaines de ses habitudes de vie dans le but s'il y a lieu, d'intégrer dans sa vie celles qui sont génératrices de santé. De façon à expérimenter les bienfaits de la pratique régulière de l'activité physique et éviter les effets négatifs causés par la sédentarité, l'étudiant profitera d'un moyen fort simple et accessible à tous, la mise en forme rythmée (step).

109-116-EM Santé, éducation physique et plein air (Objectif 0064)

1-1-1

Description	C'est dans une perspective de santé que les étudiants exploreront des activités de plein air urbain comme : planche à neige, ski de fond, ski alpin, randonnée de raquettes à la montagne, patinage et/ou hockey. Le volet théorique permettra à l'étudiant d'étudier les facteurs ayant une incidence sur sa santé et sa qualité de vie. Ce cours se déroule par blocs de 4 heures sur une période de 8 semaines.
Exigences et matériel requis	L'étudiant doit disposer de vêtements appropriés pour les activités extérieures sauf au premier cours pour lequel il doit se présenter en tenue de sport habituelle pour des tests d'évaluation de sa condition physique. Matériel fourni par le collège : équipement de ski de fond, raquettes, chaussures et bâtons de marche, sac à dos.
Coût	87 \$ coût de base pour l'accès aux sites d'activités, le transport et les remontées mécaniques, l'encadrement, texte Coop et les leçons à St-Bruno (planche à neige et ski alpin). <u>Frais supplémentaires si nécessaire (informations au premier cours) :</u> 12 \$ location d'équipement de ski alpin 12 \$ location d'équipement de planche à neige. La date limite de paiement est le 9 février 2012 via Omnivox. Aucun remboursement après le 13 février.

Pour informations supplémentaires : Jean-François Collin, poste 6791, courriel : jean-francois.collin@college-em.qc.ca

109-118-EM Multi-sports (Objectif 0064)**1-1-1**

C'est dans une perspective de santé que les participants exploreront différentes activités physiques (une variété d'entraînements musculaires, de sports individuels et collectifs) présentées sous la forme de blocs successifs de quelques semaines chacun. Comme tous les cours offerts dans cet ensemble, le volet théorique permettra au participant d'étudier les facteurs ayant une incidence sur la santé et la qualité de vie.

109-124-EM Initiation aux principes d'entraînement musculaire (Objectif 0064)**1-1-1**

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

109-125-EM Entraînement multiforme (Objectif 0064)**1-1-1**

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

Ensemble 2 : Efficacité et activité physique

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

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

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

Cours offerts dans le cadre de l'Ensemble 2

		Garçon	Fille	Mixte	Coût
Badminton	109-211	✓	✓		
Basketball	109-221	✓	✓		
Golf	109-226			✓	
Judo	109-233			✓	
Volleyball	109-251			✓	
Yoga - Pilates	109-256			✓	
Ski de fond (intensif)	109-265			✓	\$
Ski alpin (intensif)	109-271			✓	\$
Planche à neige (intensif)	109-275			✓	\$
Flag-Football	109-298			✓	

109-211-EM Badminton (Objectif 0065)**0-2-1**

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

109-221-EM Basketball (Objectif 0065)**0-2-1**

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

109-226-EM Golf (Objectif 0065)**0-2-1**

Ce cours vise l'apprentissage des techniques de base, soit : le putting, les coups d'approche et l'élan complet. De plus, l'étudiant devra connaître les principales règles et l'étiquette du golf.

109-233-EM Judo (Objectif 0065)**0-2-1**

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

109-251-EM Volleyball (Objectif 0065)**0-2-1**

Ce cours vise l'apprentissage des gestes techniques de base soit : le service, la passe, la manchette et le smash. L'étudiant s'initie aux systèmes de jeu (0-6 et 4-2) et aux différentes règles reliées à ce sport. Les principes de collaboration, de communication, d'entraide et d'esprit d'équipe sont abordés. L'étudiant aura à se fixer des objectifs et à évaluer l'atteinte de ceux-ci.

109-256-EM Yoga – Pilates (Objectif 0065)**0-2-1**

Ce cours propose à l'étudiant une application des principes de base du pilates et inclus aussi plusieurs postures de yoga. Ces méthodes d'entraînement mettent l'accent sur le travail de la souplesse, le renforcement de la musculature profonde, la posture et la respiration. L'étudiant devra se fixer des objectifs et évaluer l'atteinte de ceux-ci.

109-265-EM Ski de fond (intensif) (Objectif 0065)**0-2-1**

Description	Le plaisir de la glisse et du rythme sur des sentiers réputés au cœur de l'hiver. Découvrez un nouveau ski de fond efficace et enivrant. Groupes de 10 étudiants par professeur. Sortie #1 : Parc Régional de Longueuil* Sortie #2 : Parc du Mont Orford* * : la destination peut être modifiée selon la situation de l'enneigement
Exigences et matériel requis	Le cours s'adresse aux gens actifs qu'ils soient débutants ou skieurs avancés. La présence à toutes les activités est obligatoire. L'étudiant doit disposer de vêtements appropriés (une liste sera distribuée à la réunion du mois de décembre).
Matériel fourni par le Collège	Équipement de ski de fond moderne et complet, trousse de fartage, petit sac à dos.
Coût	87 \$ coût de base incluant le transport pour les 3 sorties, l'encadrement et l'accès aux pistes. La date limite de paiement est le 9 janvier 2012 via Omnivox. Consulter la politique de remboursement à la page 4.
Activité	Groupe A
Cours théorique	7 décembre 2011, 19 h à 22 h
Sortie # 1	16 janvier 2012, 8 h à 17 h
Sortie # 2	18 – 19 janvier 2012, 8 h à 17 h

Pour informations supplémentaires : *Claude Duguay, poste 6821*, courriel : claudio.duguay@college-em.qc.ca

Description	Le cours se déroule à St-Bruno. Il propose au participant de s'initier aux principes du ski alpin ou d'en perfectionner l'application. Le travail d'apprentissage sera orienté vers les gestes de freinage et de virage, le contrôle de l'équilibre et de la vitesse. Le cours ne touche pas les éléments ou techniques de « freestyle ». Le cours se présente sous forme intensive à raison de : 1 rencontre préparatoire obligatoire de 3 heures le soir et 3 journées complètes de 9 h à 17 h.	
Exigences et matériel requis	Ce cours s'adresse aux étudiants débutants et intermédiaires seulement. L'étudiant doit avoir un équipement complet (skis profilés exigés). Location disponible sur place. La présence à toutes les activités est obligatoire. Le Collège n'assure pas le transport à la station de ski.	
Coût	35 \$ coût de base incluant l'encadrement. <u>Frais supplémentaires si nécessaire (informations au premier cours) :</u> 45 \$ location d'un équipement de ski alpin 45 \$ remontées mécaniques La date limite de paiement est le 9 janvier 2012 via Omnivox. Consulter la politique de remboursement à la page 4.	
Le choix du groupe se fait dans OMNIVOX à la fin novembre		
Activité	Groupe A	Groupe B
Cours théorique	6 décembre 2011, 19 h à 22 h	6 décembre 2011, 19 h à 22 h
Sortie # 1	12 janvier 2012, 9 h à 17 h	13 janvier 2012, 9 h à 17 h
Sortie # 2	16 janvier 2012, 9 h à 17 h	17 janvier 2012, 9 h à 17 h
Sortie # 3	18 janvier 2012, 9 h à 17 h	19 janvier 2012, 9 h à 17 h

Pour informations supplémentaires : *Michel Mathieu, poste 3360*, courriel : michel.mathieu@college-em.qc.ca

Description	Le cours se déroule au Mont St-Bruno. Le cours propose à l'étudiant de s'initier aux principes de glisse ou d'en perfectionner l'application. Le travail d'apprentissage sera orienté vers les techniques de virage, le contrôle de l'équilibre et de la vitesse. Le cours ne touche pas les éléments ou techniques de «freestyle».	
Exigences et matériel requis	CE COURS S'ADRESSE À TOUS. Le participant doit disposer de vêtements appropriés. Le casque est optionnel mais fortement recommandé. Location disponible sur place. La présence à toutes les activités est obligatoire. Le Collège n'assure pas le transport à la station de ski.	
Coût	39 \$ coût de base incluant l'encadrement <u>Frais supplémentaires si nécessaire (informations au premier cours) :</u> 45 \$ location d'un équipement de planche à neige 45 \$ remontées mécaniques La date limite de paiement est le 9 janvier 2012 via Omnivox. Consulter la politique de remboursement à la page 4.	
Le choix du groupe se fait dans OMNIVOX à la fin novembre		
Activité	Groupe A	Groupe B
Cours théorique	6 décembre 2011, 19 h à 22 h	6 décembre 2011, 19 h à 22 h
Sortie #1	12 janvier 2012, 9 h à 13 h	12 janvier 2012, 13 h à 17 h
Sortie #2	13 janvier 2012, 9 h à 17 h	16 janvier 2012, 9 h à 17 h
Sortie #3	17 janvier 2012, 9 h à 17 h	18 janvier 2012, 9 h à 17 h
Sortie #4	19 janvier 2012, 9 h à 13 h	19 janvier 2012, 13 h à 17 h

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

Cours intensif : cours donné à raison de 2 blocs de 2 heures par semaine à compter de la semaine du 23 mars.

Ce cours vise l'apprentissage des gestes techniques et des règlements propres à ce sport. Les étudiants devront développer les gestes suivants : les attrapés, les lancers, le « déflagage » ainsi que les jeux de pieds offensifs et défensifs. Au point de vue tactique, diverses manœuvres collectives, tant offensives que défensives, seront abordées : jeux du demi, système d'attaque, défensive homme à homme, défensives de zones et unités spéciales. En plus de développer son efficacité, son aisance, sa collaboration et son esprit d'équipe, l'étudiant devra se fixer des objectifs et être capable d'évaluer leur atteinte.

Ensemble 3 : Autonomie et activité physique

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

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

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

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

Cours offerts dans le cadre de l'Ensemble 3

		Garçon	Fille	Mixte	Coût
Musculation	109-314			✓	
Basketball	109-321			✓	
Golf	109-326			✓	\$
Plongée sous-marine	109-327			✓	\$
Mise en forme rythmée	109-329			✓	
Stress et détente	109-343			✓	
Volleyball	109-351			✓	
Cyclotourisme (intensif)	109-361			✓	\$
Cyclotourisme en Provence (intensif)	109-364			✓	\$
Randonnée d'hiver (intensif)	109-368			✓	\$

109-314-EM Musculation (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

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

109-321-EM Basketball (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

L'étudiant devra organiser et gérer la pratique de l'activité à l'intérieur du cours. Il devra réaliser une activité en lien avec le basketball en dehors de son cours. De plus, il est appelé à dispenser des mini cours pour ses partenaires de jeu et développer des stratégies propres à son équipe.

109-326-EM Golf (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

Préalable : avoir suivi le cours de golf de l'ensemble 2 ou avoir joué un 18 trous au moins une fois. **Coût : environ 75 \$, vous recevrez la facture via Omnivox lors de la récupération de votre horaire et vous avez jusqu'au 9 février 2012 pour payer votre facture via Omnivox. Aucun remboursement après le 13 février 2012. L'étudiant doit fournir ses balles et ses tees. Le Collège n'assure pas le transport au terrain de golf.** Ce cours se donne au terrain de pratique et sur le terrain du Parcours du cerf à Longueuil. On y révise des éléments techniques. L'étudiant appliquera les règlements du golf de même que les règles de comportement sur un terrain. Par le biais d'un programme d'activité physique personnel, l'étudiant sera amené à gérer la réalisation de son programme en lien avec l'activité. Le cours vise à développer l'autonomie complète des étudiants face à l'activité.

Cours semi-intensif : 10 cours de 3 heures

Préalables : l'étudiant qui désire suivre ce cours doit : **être capable de nager deux longueurs de piscine** et de **démontrer** (certificat médical à l'appui) **qu'il est apte à suivre un cours de plongée**.

Le cours s'adresse aux étudiants désireux de relever un nouveau défi. L'étudiant apprendra à manipuler adéquatement l'équipement en apnée et en plongée autonome. **Coût 95 \$, vous recevrez la facture via Omnivox lors de la récupération de votre horaire et vous avez jusqu'au 9 février 2012 pour payer votre facture via Omnivox. Aucun remboursement après le 13 février 2012.** Ce montant inclus le remplissage des bouteilles ainsi que la location du masque, du tuba, des palmes, du détendeur, de la veste compensatoire et de la ceinture de plomb. (Deux activités greffées au cours peuvent permettre à l'étudiant d'obtenir sa carte de compétence. Il s'agit d'un voyage à Cuba pendant la semaine de relâche en mars 2012 ou d'une fin de semaine de certification qui se déroule en juin ou en juillet 2012.)

109-329-EM Mise en forme rythmée (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

Ce cours vise essentiellement à développer l'autonomie de l'étudiant. Ainsi, à l'intérieur de ce cours, l'étudiant devra concevoir 3 routines personnelles. Une routine de mise en train, une routine de type aérobique (sur STEP) et enfin une routine de travail musculaire ou de flexibilité. Ces réalisations devront respecter les principes d'entraînement et les règles de sécurité.

109-343-EM Stress et détente (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

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

109-351-EM Volleyball (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

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

109-361-EM Cyclotourisme (intensif) (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

Description	Il s'agit d'une excursion préparatoire d'une journée suivie d'une excursion d'une fin de semaine dans la région de l'Estrie (60 à 90 km/jour) avec camping. Le participant devra assister aux trois rencontres préparatoires qui traiteront de sécurité, de mécanique, de préparation physique, du trajet et du matériel.
Exigences et matériel requis	Ce cours s'adresse aux gens actifs. La présence à toutes les activités est obligatoire. L'étudiant doit disposer d'une bicyclette en bon état (minimum 15 vitesses) et de vêtements appropriés. La tenue d'éducation physique est obligatoire au premier cours (tests).
Matériel fourni par le Collège	Porte-bagages, sacoche de vélo, tente, sac de couchage, matelas de sol, réchaud et chaudrons de camping léger, etc. Un véhicule de sécurité et de transport pour les gros équipements.
Coût	112 \$ Coût de base pour le camping, l'encadrement, le transport des participants et des vélos. 20 \$ à prévoir pour la nourriture. La date limite de paiement est le 9 janvier 2012 via Omnivox. Consulter la politique de remboursement à la page 4.
Activité	Dates et heures
Cours #1	1 ^{er} février 2012, de 19 h à 22 h au CR-9
Cours #2	24 avril 2012, de 19 h à 22 h à la salle de golf
Cours #3	1 ^{er} mai 2012, de 19 h à 22 h au CR-9
Sortie # 1	28 avril 2012, de 8 h 30 à 17 h
Sortie # 2	4 mai 2012, 18 h au 6 mai 2012, 18 h

Pour informations supplémentaires : *Claude Duguay, poste 6821*, courriel : claudio.duguay@college-em.qc.ca
et *Jean-François Collin, poste 6791*, courriel : jean-francois.collin@college-em.qc.ca

Description	Voyager à bicyclette est une autre façon de découvrir le monde. Ce cours amène l'étudiant à s'entraîner, à entretenir et réparer sa bicyclette, à s'organiser et à se préparer pour être autonome à tout moment du voyage (camping, nourriture, prévention et premiers soins).
Exigences et matériel requis	<u>Avant de placer ce cours en premier choix, vous devez obligatoirement rencontrer M. Claude Duguay au local AR-2 au Centre sportif.</u> Il est aussi possible de s'inscrire au voyage sans être inscrit au cours.
Coût	1300 \$ coût approximatif incluant le billet d'avion, l'encadrement, les frais d'inscription, le camping et les activités préparatoires. Exclus : la taxe d'aéroport, les assurances, les boissons, les repas, les dépenses personnelles et la bicyclette.
	Le matériel de camping et de vélo peut être loué à la boutique du Collège.
Activité	Dates et heures
Rencontre # 1	Vous serez convoqués.
Sortie # 1	D'une durée d'environ deux semaines débutant à la fin mai 2012

Pour informations supplémentaires : *Claude Duguay, poste 6821*, courriel : claudeduguay@college-em.qc.ca

109-368-EM Randonnée d'hiver (intensif) (PA Ensemble 1 et 2) (Objectif 0066)

1-1-1

Description	Ce cours amène l'étudiant à prendre conscience de la possibilité de vivre une expérience de randonnée durant la saison froide. Il apprendra à se protéger du froid, à se nourrir, à se déplacer (soit en raquettes ou en ski de randonnée) et à dormir à l'extérieur ou en refuge. REMARQUE : Groupe A et C / ski de randonnée Groupe B et D / raquette			
Exigences et matériel requis	Ce cours s'adresse aux gens actifs. La présence à toutes les activités est obligatoire.			
Matériel fourni par le Collège	Sac à dos, sac de couchage, matelas isolant, tente, réchaud, chaudrons, raquettes et équipement de ski de randonnée, etc.			
Coût	105 \$ coût de base pour le transport, l'encadrement, l'accès aux sites, refuge et camping. 20 \$ à prévoir pour la nourriture. La date limite de paiement est le 9 janvier 2012 via Omnivox. Consulter la politique de remboursement à la page 4.			
Le choix du groupe se fait dans OMNIVOX à la fin novembre				
Activité	Groupe A Ski de randonnée	Groupe B Raquette	Groupe C Ski de randonnée	Groupe D Raquette
Cours # 1	5 décembre, 19 h à 22 h	5 décembre, 19 h à 22 h	5 décembre, 19 h à 22 h	5 décembre, 19 h à 22 h
Cours # 2	23 janvier, 19 h à 22 h	30 janvier, 19 h à 22 h	24 janvier, 19 h à 22 h	31 janvier, 19 h à 22 h
Cours # 3	7 février, 19 h à 22 h	14 février, 19 h à 22 h	21 février, 19 h à 22 h	28 février, 19 h à 22 h
Sortie # 1	28 janvier, 8h 30 à 17 h	4 février, 8h30 à 17 h	29 janvier, 8h30 à 17 h	5 février, 8h30 à 17 h
Sortie # 2	10, 11, 12 février	17, 18, 19 février	24, 25, 26 février	2, 3, 4 mars

Pour informations supplémentaires : *Yan Deroy, poste 5680*, (pour raquette) courriel : yan.deroy@college-em.qc.ca
et *Claude Duguay, poste 6821*, (pour ski de randonnée) courriel : claudeduguay@college-em.qc.ca

COURS DE LA FORMATION GÉNÉRALE COMPLÉMENTAIRE

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

3-0-3

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

202-Z13-EM Impact des produits de consommation sur la santé (Objectif 000X)

1-2-3

Qu'est-ce qui se trouve réellement dans ma boisson énergétique? Les produits naturels sont-ils réellement sans danger? Ce cours présente les produits de tous les jours qui nous soignent, nous nourrissent et nous divertissent, ainsi que leurs effets sur notre santé. Parmi les sujets abordés, une initiation à la cuisine moléculaire, les médicaments et drogues, les différents ingrédients qu'on retrouve dans les aliments ainsi que la fabrication des alcools. Le cours se déroulera dans un cadre dynamique avec démonstration et expérimentation en classe.

203-CEA-03 Explorer et comprendre l'univers (Compétence 000X)

3-0-3

De l'étude du système Terre-Lune à celle des trous noirs et de l'expansion de l'univers (Big Bang), de la gravitation de Newton à celle d'Einstein, de la lunette de Galilée au télescope spatial Hubble, vous aurez l'occasion de revivre la prodigieuse course à la connaissance entreprise il y a 2000 ans par les pionniers de l'astronomie, tout en explorant diverses avenues telles les possibilités de vie extra-terrestre et l'évolution de l'univers.

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

1-2-3

Ce cours sera dispensé uniquement à l'ÉNA. Les étudiants du campus Longueuil devront assurer leur déplacement.

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

205-CEA-03 Le géosystème : l'environnement terrestre (Compétence 000X)

3-0-3

Ce cours montrera l'interdisciplinarité des sciences utilisées pour l'interprétation de la Terre. L'évolution du concept de la tectonique des plaques, ses conséquences sur l'explication du fonctionnement de la Terre. Le fonctionnement énergétique de la planète Terre. Les grands cycles de la matière avec exemple du cycle des roches, du cycle de l'eau et d'un cycle bio géochimique (celui du carbone). Les conséquences de ces cycles sur l'Homme et de l'Homme sur l'environnement.

242-CEA-03 Dessins et croquis tridimensionnels (Compétence 0012)

1-2-3

Ce cours nous permettra d'aborder tous les types de dessins en trois dimensions utilisés par les artistes, designers, graphistes, ingénieurs, architectes, décorateurs. Cette formation de base permettra à l'étudiant de s'adapter aux nouvelles technologies en évolution permanente, et développera sa dextérité à travailler avec des logiciels qui utilisent la projection et la vision dans l'espace. Ce cours connaît des applications nombreuses et diversifiées. En effet, que ce soit dans le domaine des arts, celui du génie des sciences appliquées, nombreux sont les intervenants qui se doivent de maîtriser une perception tridimensionnelle. D'ailleurs, dans plusieurs facultés universitaires contingentes, des tests d'admission contenant des questions vérifiant la capacité de vision spatiale sont courants.

243-CEC-03 Entretenir et améliorer votre PC (Compétence 0012)

1-2-3

L'objectif de ce cours est d'amener les étudiants à être capable de mettre à jour et d'exploiter d'une manière éclairée son ordinateur personnel. Plus spécifiquement, les étudiants auront à accomplir au laboratoire les tâches suivantes : -Identifier et brancher les composants d'un ordinateur (boîtier, carte maître, processeur, mémoire, disque dur, carte vidéo, carte audio, clavier, souris, moniteur). -Remplacer une carte maître et identifier les étapes de démarrage, un composant vidéo (moniteur, carte vidéo), une carte audio. -Ajouter de la mémoire (différencier les types de mémoires, installer de la mémoire), un élément de stockage de données (disque dur, lecteur de disquettes, lecteur de CD-ROM, graveur de CD). -Relier un ordinateur à un réseau et installer un système d'exploitation.

305-CEC-03 Développement de carrière (Compétence 000W)**3-0-3**

Le cours de Développement de carrière s'adresse aux étudiants ayant des difficultés d'orientation professionnelle. Ce cours vise à faire cheminer l'étudiant vers une meilleure connaissance de lui-même afin d'être plus apte à faire un choix de carrière éclairé. C'est par le biais des résultats aux différents tests administrés que l'étudiant en arrive à se connaître davantage au niveau de ses valeurs, de ses habiletés et de ses intérêts professionnels. De plus, des informations sur le système scolaire (Université, conditions d'admission, etc.) et le marché du travail (débouchés, enjeux, etc.) permettent de compléter ou d'influencer le processus de décision de l'étudiant. Un dernier volet du cours favorise le développement de certaines habiletés liées à la recherche d'emploi (C.V., lettre, entrevue de sélection, etc.)

320-CEB-03 L'état de la planète (Compétence 000W)**3-0-3**

Du problème du réchauffement accéléré de la planète à celui de l'amincissement de la couche d'ozone, du phénomène méconnu de la désertification à celui plus médiatisé des menaces à la biodiversité dont la déforestation, de la gestion délicate de la ressource Eau entre divers pays à celle de l'insécurité alimentaire touchant près d'un milliard de Terriens, vous aurez l'occasion de réfléchir aux enjeux auxquels est confrontée l'humanité en ce début du XXI^e siècle. Le cours est axé sur les solutions développées dans diverses régions du monde pour résoudre ces problèmes ou encore pour inventer de nouveaux modèles énergétiques et de consommation et ce, dans une perspective de développement durable.

330-CEB-03 Comprendre la guerre au XX^e siècle (Compétence 000W)**3-0-3**

À partir des différents conflits du XX^e siècle (guerres mondiales, civiles, locales, révolutionnaires, froides), ce cours analyse le phénomène de la guerre dans toute sa complexité. Ses motivations : nationalisme, racisme, intérêts économiques et politiques, religion. Ses instruments : l'État, la propagande, l'armement, la logistique. Ses incidences : les conditions de vie en temps de guerre. Ses conséquences : humaines, technologiques de même que les bouleversements internationaux. La paix est-elle possible? Réflexions sur le pacifisme dans l'histoire.

350-CED-03 Sexualité humaine (Compétence 000V)**3-0-3**

Le cours de psychologie de la sexualité vise deux objectifs principaux : permettre à l'élève d'acquérir les plus récentes connaissances scientifiques sur le comportement sexuel humain et d'intégrer ces données scientifiques à son vécu. À cette fin, le cours comporte un volet théorique et utilise principalement une démarche expérientielle.

381-Z13-EM L'évolution de l'espèce humaine (Compétence 000V)**3-0-3**

Ce cours d'anthropologie retrace l'histoire biologique et culturelle de l'espèce humaine. Il tente d'expliquer la diversité observée entre les humains actuels (les ressemblances et les différences, l'inexistence des races). Il veut susciter une réflexion sur les enjeux présents et futurs pour l'espèce humaine (manipulation génétique, eugénisme, clonage) et évaluer les impacts pour la planète de nos comportements et de nos décisions (utilisation d'OGM, surexploitation des ressources naturelles). Archéologie, primatologie, anthropologie biologique et culturelle fournissent des éléments de connaissances pour comprendre nos origines, notre évolution et notre place dans le monde vivant.

385-CEA-03 Les enjeux politiques internationaux actuels (Compétence 000V)**3-0-3**

L'objectif général de ce cours est de développer, chez l'étudiant des habiletés méthodologiques et des compétences analytiques afin de saisir l'évolution des grands enjeux du phénomène dynamique de la mondialisation. L'étudiant devra acquérir des habiletés spécifiques comme comprendre la nature et les caractères de la société internationale actuelle et en gestation, de même que les facteurs intégrateurs de la mondialisation; acquérir des connaissances précises sur les structures et les institutions internationales; développer des habiletés en ce qui concerne l'utilisation des instruments d'information, de documentation et de recherches scientifiques. Ce cours analyse les grands enjeux auxquels fait face la société internationale.

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

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

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

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

504-Z13-EM Mythes dans la culture contemporaine (Compétence 0013)**3-0-3**

Ce cours a pour objectifs d'amener l'étudiant à identifier et à caractériser les éléments les plus représentatifs de l'imaginaire occidental, de nature mythologique, biblique ou symbolique, et de rendre compte de la présence et du sens de ces éléments dans des oeuvres d'art représentatives de différents courants esthétiques.

510-CEC-03 Initiation à la sculpture (Compétence 0014)**1-2-3**

Développer la perception visuelle, la créativité, l'expression de l'imaginaire par l'exploration de procédés simples de sculpture et par l'expérimentation avec le langage visuel (lignes, formes, volumes, couleurs, textures).

Travaux d'observation, de mémorisation, d'imagination. Notions sur le langage, sur des procédés (modelage, assemblage, taille directe) et sur des modes d'organisation en 3 dimensions.

Initiation à des techniques de base.

510-CED-03 Initiation au dessin et à la peinture (Compétence 0014)**1-2-3**

Développer la perception visuelle, la créativité, l'expression de l'imaginaire, par l'exploration de procédés simples de dessin et de peinture et par l'expérimentation avec le langage visuel (points, lignes, formes, couleurs, textures, valeurs).

Travaux d'observation, de mémorisation, d'imagination. Notions sur le langage et divers modes d'organisation d'une image.

Initiation à des techniques de base.

530-CEA-03 Cinéma et société (Compétence 0013)**3-0-3**

Percevoir l'évolution du langage cinématographique en relation avec l'évolution des techniques et des formes d'expression. Identifier, caractériser et analyser quelques œuvres marquantes du patrimoine cinématographique mondial. Situer une œuvre et son auteur dans son contexte culturel et socio-historique pour ensuite mieux la commenter.

Percevoir, décrire et comparer les caractéristiques de certaines écoles et tendances du passé (expressionnisme, surréalisme, burlesque, réalisme, néoréalisme, postmodernisme, etc.). Et voir que plusieurs phénomènes artistiques du passé ont posé les bases de modèles inspirant le cinéma moderne.

En contextualisant l'œuvre dans son courant et dans sa société, l'étudiant apprend à en commenter toute la signification. Voir comment et pourquoi le cinéma est à la fois Reflet, Agent et Historien de la réalité ambiante.

ATTENTION! ESPAGNOL

Attention : Les cours d'espagnol sont des cours de langue seconde. Tout étudiant dont la langue maternelle est l'espagnol ne peut s'inscrire à un cours d'espagnol.

Pour choisir un cours complémentaire en espagnol, vous devrez obligatoirement passer un test de classement sur Omnivox. Votre résultat servira à déterminer le cours qui vous sera attribué.

607-CEA-03 Espagnol élémentaire I (Compétence 000Z)**2-1-3**

Objectifs : acquisition des structures de base, audition, compréhension et expression orale, initiation à la lecture et introduction à l'expression écrite.

Contenu : grammaire fondamentale, connaissance active des 600 premiers mots du vocabulaire de l'espagnol fondamental, exercices intensifs d'expression orale, lectures progressives, exercices écrits et des dictées.

607-CEB-03 Espagnol élémentaire II (PA 607-101-92 ou PA 607-CEA-03) (Compétence 0010)**2-1-3**

Objectifs : acquisition des structures de base, audition, compréhension et expression orale, initiation à la lecture et introduction à l'expression écrite.

Contenu : grammaire fondamentale, connaissance active des 1 000 premiers mots du vocabulaire de l'espagnol fondamental, exercices intensifs d'expression orale, lectures progressives, exercices écrits et des dictées.

609-CEA-03 Allemand élémentaire I (Compétence 000Z)**2-1-3**

Objectifs : Acquisition des structures de base, compréhension auditive, expression orale, lecture et écriture.

Contenu : Ce cours est conçu pour les étudiants qui n'ont aucune connaissance de l'allemand.

STRUCTURES D'ACCUEIL AUX ÉTUDES UNIVERSITAIRES

Certains programmes universitaires exigent des cours comme structures d'accueil. Pour connaître les structures d'accueil de chaque programme de chaque université, **consultez le personnel du Centre d'information scolaire et professionnelle, local A-109.**