

Éducation physique

À la fin de vos études, vous devrez avoir réussi trois (3) cours d'éducation physique, un cours de l'ensemble 1, un cours de l'ensemble 2 et un cours de l'ensemble 3. Pour chaque ensemble, vous devrez indiquer six (4) choix en ordre de préférence. Nous tenterons de vous attribuer l'un de ces choix.

Ensemble 1

Énoncé de la compétence : Analyser sa pratique de l'activité physique au regard des habitudes de vie favorisant la santé.

Éléments de la compétence :

- Établir la relation entre ses habitudes de vie et sa santé.
- Pratiquer l'activité physique selon une approche favorisant la santé.
- Reconnaître ses besoins, ses capacités et ses facteurs de motivation liés à la pratique régulière et suffisante de l'activité physique.
- Proposer des activités physiques favorisant sa santé.

NUMÉRO DE COURS	TITRE	AUTOMNE	HIVER
109-A01-FX	Conditionnement physique individuel et santé	X	X
109-A02-FX	Soccer et santé	X	
109-A07-FX	Conditionnement physique sur musique et santé	X	X
109-A10-FX	Jogging et santé	X	
109-A11-FX	Randonnée pédestre et santé (\$)	X	
109-A12-FX	Sports aquatiques et santé	X	X
109-A13-FX	Multisports et santé	X	X
109-A15-FX	Ultimate frisbee et santé	X	
109-A16-FX	Randonnée urbaine et santé		X
109-A17-FX	Entraînement extérieur et santé	X	
109-A19-FX	Randonnée en raquettes et santé (\$)		X
109-A20-FX	Circuit d'entraînement et santé		X
109-A21-FX	Vélo de montagne et santé - intensif (\$)	X	

(\$) Comporte des frais supplémentaires, voir la description de cours

Ensemble 2

Énoncé de la compétence : Améliorer son efficacité lors de la pratique d'une activité physique.

Éléments de la compétence :

- Planifier une démarche conduisant à l'amélioration de son efficacité dans la pratique d'une activité physique.
- Appliquer une démarche conduisant à l'amélioration de son efficacité dans la pratique d'une activité physique.

NUMÉRO DE COURS	TITRE	AUTOMNE	HIVER
109-B01-FX	Autodéfense	X	X
109-B02-FX	Badminton	X	X
109-B03-FX	Basketball	X	
109-B08-FX	Judo (\$)	X	X
109-B09-FX	Plongée sous-marine (\$)	X	X
109-B10-FX	Escalade et efficacité		X
109-B18-FX	Flag football et efficacité	X	
109-B19-FX	Volleyball	X	X
109-B21-FX	Canot camping – intensif (\$)	X	
109-B22-FX	Yoga-relaxation	X	X
109-B25-FX	Natation	X	X
109-B26-FX	Conditionnement physique fonctionnel	X	X
109-B27-FX	Canot – intensif (\$)		X
109-B28-FX	Course à pied	X	X

(\$) Comporte des frais supplémentaires, voir la description de cours

Ensemble 3

Énoncé de la compétence : Gérer la pratique régulière de l'activité physique dans une perspective de santé.

Éléments de la compétence

- Réaliser un programme personnel d'activité physique dans une perspective de santé.
- Pratiquer l'activité physique selon une approche préventive de santé.

NUMÉRO DE COURS	TITRE	AUTOMNE	HIVER
109-C01-FX	Conditionnement physique - Entraînement	X	X
109-C02-FX	Natation – Entraînement	X	
109-C04-FX	Gestion du stress - Entraînement	X	X
109-C08-FX	Badminton – Entraînement	X	X
109-C10-FX	Volleyball - Entraînement	X	X
109-C13-FX	Ski de fond - intensif (\$)		X
109-C15-FX	Conditionnement physique aquatique		X
109-C19-FX	Initiation à l'eau vive (rafting) (\$)	X	X
109-C20-FX	Initiation à l'eau vive (rafting) – intensif (\$)	X	X
109-C21-FX	Cardio-vélo et entraînement	X	X
109-C22-FX	Air yoga	X	X
109-C24-FX	Randonnée pédestre et entraînement (\$)	X	

(\$) Comporte des frais supplémentaires, voir la description de cours

Philosophie

À la fin de vos études, vous devrez avoir réussi les trois cours de philosophie suivants :

1. **340-101-MQ** ou 340-103-04 ou 340-103-VI
2. **340-102-MQ** ou 340-102-IN ou 340-102-VI
3. Un cours parmi les suivants : **340-CJA-FX**, **340-CJB-FX**, **340-CJC-FX**, **340-CJV-FX**, **340-CJL-FX**, (selon votre programme d'études).

340-CJA-FX	111.A0, 144.A1, 160.A0, 160.AI, 180.A0, 300.1A, 300.1B, 300.1C, 300.1D, 300.2B, 300.2C, 300.3A, 300.3B, 300.4A, 300.4B, 300.S1, 300.S2, 300.S3, 300.S4, 300.S5, 300.M1, 300.M2, 300.M3, 300.M4, 300.M5, 310.A0, 310.B0, 310.B1, 310.C0, 310.CI	Thématiques particulières : a) ordre social et coercition, b) la question des droits de l'homme, c) bioéthique.
340-CJB-FX	200.B1, 200.B2	Thématiques particulières : a) historique des rapports de l'homme avec la nature, b) la crise écologique, c) principes d'une éthique de l'environnement, d) les conséquences sociales et politiques du développement scientifique et technique et ses implications éthiques.
340-CJC-FX	393.B0, 410.A0, 410.A1, 410.B0, 410.D0, 410.DI, 412.A1, 412.AA, 412.B1, 420.B0, 420.B5, 500.H1, 500.H2, 500.H3, 500.H4, 500.H5, 500.H6, 500.H7, 500.H8, 570.E0.	Thématiques particulières : a) démocratie et administration publique, b) éthique des affaires.
340-CJV-FX	Offert à tous les programmes	Dispensé par Internet.
340-CJL-FX	Offert à tous les programmes	Atelier de lecture.

Littérature

À la fin de vos études, vous devrez avoir réussi les quatre cours de littérature suivants :

1. **601-101-MQ**
2. **601-102-MQ**
3. **601-103-MQ ou 601-103-IN**
4. Un cours parmi les suivants : **601-CJA-FX, 601-CJB-FX, 601-CJC-FX, 601-CJV-FX, 601-CJW-FX** (selon votre programme d'études).

Si votre connaissance du français ne satisfait pas aux exigences du Cégep, vous serez référé à un cours d'appoint obligatoire (601-R13-FX). Vous devrez réussir ce cours avant de débiter la séquence normale des cours de littérature. Les cours d'appoint ne sont pas crédités.

601-CJA-FX	111.A0, 144.A1, 160.A0, 160.AI, 180.A0, 310.A0, 310.B0, 310.B1.
601-CJB-FX	310.CO, 310.CI, 393.B0, 410.A0, 410.B0, 410.D0, 412.A1, 412.AA, 412.B1, 420.B0, 420.B5.
601-CJC-FX 601-CJV-FX	200.B1, 200.B2, 300.1A, 300.1B, 300.1C, 300.1D, 300.2B, 300.2C, 300.3A, 300.3B, 300.4A, 300.4B, 300.S1, 300.S2, 300.S3, 300.S4, 300.S4, 300.M1, 300.M2, 300.M3, 300.M4, 300.M5, 570.E0, 500.H1, 500.H2, 500.H3, 500.H4, 500.H5, 500.H6, 500.H7.
601-CJW-FX*	Ce cours s'adresse aux étudiants sélectionnés par le Centre d'aide en français pour être tuteur.
601-103-IN	Cours dispensé par Internet offert à tous les programmes.

***Exigences particulières du cours 601-CJW-FX :** Pour s'inscrire, les étudiantes et étudiants doivent rencontrer préalablement les responsables de L'Apostrophe afin qu'une évaluation rapide de leurs habiletés en français puisse être effectuée. Des sessions d'information et d'évaluation sont prévues avant la période d'inscription et seront annoncées. Lorsque l'étudiante ou l'étudiant est accepté, le cours de formation générale propre prévu au programme est remplacé par le 601-CJW-FX.

Langue seconde – Anglais

À la fin de vos études, vous devrez avoir réussi un cours commun et un cours propre. Nous vous classerons dans le cours approprié à votre niveau selon votre test de classement. Si vous avez déjà suivi un cours d'anglais, vous choisissez le cours suivant celui que vous avez réussi (de gauche à droite) selon la liste qui suit :

	PREMIER COURS À SUIVRE COURS COMMUNS <i>(Préalable au cours propre)</i>	DEUXIÈME COURS À SUIVRE COURS PROPRES
Niveau 100	604-100-MQ (604-100-03)* (604-301-82)*	604-C0A-FX (604-CJA-FX, 604-CJA-03)* (080.04, 081.SM, 111.A0, 144.A1, 160.A0, 200.B1, 200.B2, 300.1A, 300.1B, 300.1C, 300.1D, 300.2B, 300.2C, 300.3A, 300.3B, 300.4A, 300.4B, 300.S1, 300.S2, 300.S3, 300.S4, 300.S4, 300.M1, 300.M2, 300.M3, 300.M4, 300.M5, 310.CO, 310.CI, 500.H1, 500.H2, 500.H3, 500.H4, 500.H5, 500.H6, 500.H7) 604-C0H-FX (604-CJH-FX, 604-CJH-03)* (180.A0, 310.A0, 310.B0, 310.B1, 393.B0, 410.A0, 410.AI, 410.B0, 410.DO, 410.DI, 412.A1, 412.AA, 412.B1, 420.B0, 420.B5, 570.E0)
Niveau 101	604-101-MQ (604-101-03)* (604-302-82)*	604-C1B-FX ou 604-CJJ-FX (604-CJB-FX, 604-CJB-03)* (080.04, 081.SM, 111.A0, 144.A1, 160.A0, 200.B1, 200.B2, 300.1A, 300.1B, 300.1C, 300.1D, 300.2B, 300.2C, 300.3A, 300.3B, 300.4A, 300.4B, 300.S1, 300.S2, 300.S3, 300.S4, 300.S4, 300.M1, 300.M2, 300.M3, 300.M4, 300.M5, 310.CO, 310.CI, 500.H1, 500.H2, 500.H3, 500.H4, 500.H5, 500.H6, 500.H7) 604-C1E-FX ou 604-CJJ-FX 604-CJE-FX, 604-CJE-03)* (180.A0, 310.A0, 310.B0, 393.B0, 410.A0, 410.AI, 410.B0, 410.DO, 410.DI, 412.A1, 412.AA, 412.B1, 420.B0, 420.B5, 570.E0)
Niveau 102	604-102-MQ (604-102-03)* (604-901-82)*	604-C2F-FX (604-CJF-03, 604-CKJ-FX, 604-CJC-FX)* (080.04, 081.SM, 111.A0, 144.A1, 160.A0, 200.B1, 200.B2, 300.1A, 300.1B, 300.1C, 300.1D, 300.2B, 300.2C, 300.3A, 300.3B, 300.4A, 300.4B, 300.S1, 300.S2, 300.S3, 300.S4, 300.S4, 300.M1, 300.M2, 300.M3, 300.M4, 300.M5, 310.CO, 310.CI, 500.H1, 500.H2, 500.H3, 500.H4, 500.H5, 500.H6, 500.H7) 604-C2G-FX (604-CJG-FX, 604-CJG-03, 604-CKJ-03)* (180.A0, 310.A0, 310.B0, 393.B0, 410.A0, 410.AI, 410.B0, 410.DO, 410.DI, 412.A1, 412.AA, 412.B1, 420.B0, 420.B5, 570.E0)
Niveau 103	604-103-MQ (604-103-03)*	604-C3D-FX (604-CJD-FX, 604-CJD-03)* (080.04, 081.SM, 111.A0, 144.A1, 160.A0, 180.A0, 200.B1, 200.B2, 300.1A, 300.1B, 300.1C, 300.1D, 300.2B, 300.2C, 300.3A, 300.3B, 300.4A, 300.4B, 300.S1, 300.S2, 300.S3, 300.S4, 300.S4, 300.M1, 300.M2, 300.M3, 300.M4, 300.M5, 310.A0, 310.B0, 310.B1, 310.CO, 310.CI, 393.B0, 410.A0, 410.AI, 410.B0, 410.DO, 410.DI, 412.A1, 412.AA, 412.B1, 420.B0, 420.B5, 500.H1, 500.H2, 500.H3, 500.H4, 500.H5, 500.H6, 500.H7, 570.E0)

* Cours équivalents dans les anciennes grilles de cours.