



HIVER 2027

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

TABLE DES MATIÈRES

Description des cours d'éducation physique	3
Politique de remboursement des frais inhérents à l'inscription aux cours intensifs en éducation physique	3
Ensemble 1 : Activité physique et santé	4
109-111-EM Conditionnement physique (Compétence 4EP0) 1-1-1	4
109-112-EM Santé et activités sportives (Compétence 4EP0) 1-1-1	4
109-124-EM Initiation aux principes d'entraînement musculaire (Compétence 4EP0) 1-1-1	4
109-125-EM Entraînement multiforme (Compétence 4EP0) 1-1-1	4
*109-171-EM Ski alpin (intensif) (Compétence 4EP1) 0-2-1	5
*109-175-EM Planche à neige (intensif) (Compétence 4EP1) 0-2-1	5
Ensemble 2 : Activité physique et efficacité	5
109-211-EM Badminton (Compétence 4EP1) 0-2-1	5
109-221-EM Basketball (Compétence 4EP1) 0-2-1	5
109-235-EM Judo/jiu-jitsu (Compétence 4EP1) 0-2-1	6
109-271-EM Ski alpin (intensif) (Compétence 4EP1) 0-2-1	6
109-275-EM Planche à neige (intensif) (Compétence 4EP1) 0-2-1	7
Ensemble 3 : Activité physique et autonomie	8
109-314-EM Musculation (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2) 1-1-1	8
109-351-EM Volleyball (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2) 1-1-1	8
109-361-EM Cyclotourisme (intensif) (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2) 1-1-1	8
109-364-EM Cyclotourisme (voyage) (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2) 1-1-1	9
109-368-EM Randonnée d'hiver (intensif) (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2) 1-1-1	10
Cours réservé aux étudiantes et étudiants athlète (Lynx ou Sport-études)	11
109-2SP-EM Habiletés techniques chez l'athlète (compétence 4EP1) – Ensemble 2 0-2-1	11
Cours de la formation générale complémentaire	12
120-CEA-03 L'exploration de la nutrition (Compétence 000Y) 3-0-3	12
204-Z13-EM Introduction à un logiciel de conception assistée par ordinateur (Compétence 0012) 1-2-3	12
330-CEB-03 Comprendre la guerre au XXe siècle (Compétence 000W) 3-0-3	12
350-CEC-03 Les facteurs humains en situation de travail (Compétence 000W) 2-1-3	12
365-Z03-EM Voyage au coeur de l'Amérique : imaginaire et société (Compétence 021L) 3-0-3	12
381-Z23-EM Le sexe, du singe à l'humain moderne : perspectives évolutives et culturelles de la sexualité humaine (Compétence 000V) 2-1-3	12
420-Z03-EM Introduction à la programmation Web (Compétence 0012) 1-2-3	13
504-Z13-EM Mythes dans la culture contemporaine (Compétence 0013) 3-0-3	13
Structure d'accueil aux études universitaires	13

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'étudiante ou 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, la personne étudiante sera capable de situer le rôle de l'activité physique dans la promotion de sa santé, d'augmenter par elle-même le degré de satisfaction qu'elle 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.

N. B. : Vous trouverez une version en Word et PDF de ce document sous la rubrique *Mon parcours/Mon cheminement scolaire/Choix de cours* du site [Ma Réussite](#).

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

Pour obtenir un remboursement, l'étudiante ou l'étudiant doit compléter la procédure d'annulation auprès de son API.

Situations donnant droit à un remboursement complet :

1. La personne étudiante annule son inscription avant la date limite de remboursement mentionnée dans la description du cours.
2. Le Cégep annule le cours.
3. La personne étudiante n'a pas réussi un préalable à un cours de plein air de l'ensemble 3.
4. La personne étudiante n'est pas admise ou réadmise au Cégep.
5. La grille du programme de la personne étudiante est en conflit d'horaire avec le cours de plein air choisi.

N. B. La personne étudiante qui s'inscrit sur la liste des personnes en attente d'une place paiera 100 % du montant seulement lorsque le Cégep lui confirmera une place.

Cette politique s'applique aux cours suivants :

- | | |
|--------------------------------|------------|
| • Ski alpin (intensif) | 109-271-EM |
| • Planche à neige (intensif) | 109-275-EM |
| • Cyclotourisme (intensif) | 109-361-EM |
| • Randonnée d'hiver (intensif) | 109-368-EM |

Département d'éducation physique

ENSEMBLE 1 : ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SANTÉ

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

Afin que la personne étudiante devienne davantage motivée à intégrer la pratique régulière de l'activité physique à son mode de vie, l'activité du cours lui offre l'occasion de réaliser les effets positifs procurés par l'activité physique sur sa santé et son bien-être.

Au terme de ce cours, la personne étudiante sera en mesure d'identifier les activités physiques qui respectent le plus ses capacités, qui tiennent compte de ses goûts personnels et qui permettraient en plus de satisfaire à ses besoins particuliers.

Cours offerts dans le cadre de l'Ensemble 1

Cours	Coût
109-111 Conditionnement physique	-
109-112 Santé et activités sportives	-
109-124 Initiation aux principes d'entraînement musculaire	-
109-125 Entraînement multiforme	-
109-171 Ski alpin (intensif)	68 \$
109-175 Planche à neige (intensif)	68 \$

109-111-EM Conditionnement physique (Compétence 4EP0)

1-1-1

C'est un cours qui propose un entraînement concentré sur l'amélioration de la capacité aérobie en utilisant le jogging. En plus de l'importance de l'intégration de l'activité physique dans la vie de la personne étudiante, 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.

109-112-EM Santé et activités sportives (Compétence 4EP0)

1-1-1

C'est dans une perspective de santé que les personnes participantes exploreront une variété d'activités sportives afin d'analyser l'impact de leur pratique sur l'amélioration de la condition physique. Comme tous les cours offerts dans cet ensemble, le volet théorique permettra à la participante ou 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 (Compétence 4EP0)

1-1-1

Ce cours propose à la personne étudiante une initiation aux principes d'entraînement musculaire et à l'utilisation sécuritaire des différents appareils que l'on retrouve dans la salle de musculation (appareil à poulies, poids libres, chariot, section des appareils cardio). Outre la partie pratique, ce cours porte sur les rapports entre sa condition physique, son mode de vie sain et actif et des différents facteurs ayant une incidence sur sa santé. Les connaissances apprises amènent la personne étudiante à une réflexion envers son mode de vie de manière à faire des choix pertinents d'activité physique et d'habitudes de vie dans un but de santé à long terme.

109-125-EM Entraînement multiforme (Compétence 4EP0)

1-1-1

Ce cours propose à la personne étudiante différentes formes d'entraînements musculaires et cardiovasculaires facilement transférables dans son milieu de vie. Par exemple, à l'aide de poids libres, de bandes élastiques, de cordes à sauter, de ballons suisses, de step, etc. Au-delà de sa partie pratique, ce cours porte sur le rapport entre sa condition physique, son mode de vie sain et actif ainsi que sa santé. Les connaissances apprises amènent l'étudiante ou l'étudiant à une réflexion envers son mode de vie de manière à faire des choix pertinents d'activité physique et d'habitudes de vie dans un but de santé à long terme.

109-171-EM Ski alpin (intensif) (Compétence 4EP1)*0-2-1**

ATTENTION! Le cours de ski alpin 109-171-EM est en réalité un cours de l'ensemble 2 et n'est donc pas accessible aux étudiantes et aux étudiants qui ont déjà réussi ou qui sont en voie de réussir un autre cours de l'ensemble 2. Référez-vous à la description du cours [109-271-EM](#) des cours de l'ensemble 2. C'est ce numéro de cours qui apparaîtra à votre horaire si ce cours vous est attribué. Ce cours ne fait pas partie de l'ensemble 1, mais bien de l'ensemble 2.

109-175-EM Planche à neige (intensif) (Compétence 4EP1)*0-2-1**

ATTENTION! Le cours de planche à neige 109-175-EM est en réalité un cours de l'ensemble 2 et n'est donc pas accessible aux étudiantes et aux étudiants qui ont déjà réussi ou qui sont en voie de réussir un autre cours de l'ensemble 2. Référez-vous à la description du cours [109-275-EM](#) des cours de l'ensemble 2. C'est ce numéro de cours qui apparaîtra à votre horaire si ce cours vous est attribué. Ce cours ne fait pas partie de l'ensemble 1, mais bien de l'ensemble 2.

ENSEMBLE 2 : ACTIVITÉ PHYSIQUE ET EFFICACITÉ

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

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

Au terme de son cours, la personne étudiante 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'elle pratique déjà. Elle 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

Cours	Coût
109-211 Badminton	-
109-221 Basketball	-
109-235 Judo/jiu-jitsu	-
109-271 Ski alpin (intensif)	68 \$
109-275 Planche à neige (intensif)	68 \$
109-2SP Habiletés techniques chez l'athlète	-

109-211-EM Badminton (Compétence 4EP1)**0-2-1**

La personne étudiante 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. Elle s'en servira pour contrôler les déplacements de l'adversaire. Elle 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 (Compétence 4EP1)**0-2-1**

Ce cours vise l'apprentissage des gestes techniques de base (dribble, lancer, types de passes, avec un bond au sol, etc.) ainsi que l'application en jeu de certaines règles et stratégies propres au basketball (marquage, démarquage, communication, etc.). Le contexte de jeu évoluera du 3 vs 3 au 5 vs 5. Dans la démarche du cours, l'étudiante ou l'étudiant aura à se fixer des objectifs d'amélioration et à vérifier l'atteinte de ceux-ci.

109-235-EM Judo/jiu-jitsu (Compétence 4EP1)**0-2-1**

Le cours propose l'apprentissage des arts martiaux en expérimentant les gestes techniques du Judo et du Jiu-Jitsu brésilien. Ce cours s'adresse à une clientèle étudiante inclusive pour tous les niveaux de débutante à plus expérimentée. La personne étudiante devra apprendre les techniques de chute, les techniques au sol (les positions et les soumissions) ainsi que les tactiques lors des combats.

109-271-EM Ski alpin (intensif) (Compétence 4EP1)**0-2-1**

Cours intensif : 1 cours et 3 sorties, consultez l'horaire en annexe.

Ce cours, se déroulant au Mont Saint-Bruno, propose aux participantes et participants de s'initier ou de se perfectionner en ski alpin. Le travail d'apprentissage sera orienté vers les gestes de freinage, de virage, de 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 8 h à 17 h sur la montagne de ski.

Ce cours s'adresse aux personnes étudiantes de tous niveaux (formation de sous-groupes selon le niveau). Celles-ci doivent avoir un équipement complet. La location est disponible sur place au besoin. La présence à toutes les activités est obligatoire. Le Cégep n'assure pas le transport à la station de ski.

Inscription au cours	À la suite de la confirmation de votre choix de cours sur Omnivox, vous recevrez un MIO vous expliquant comment confirmer votre place. L'inscription se fait via un formulaire Omnivox qui sera disponible à compter du mercredi 18 novembre à 13h . Le choix du groupe se fait au moment de l'inscription. <i>Prendre note que ce cours a une capacité limitée. Par conséquent, le formulaire d'inscription sera accessible en fonction du nombre de places disponibles. Seulement les personnes étudiantes ayant choisi ce cours en premier ou deuxième choix seront considérées.</i>	
Coût <i>Consultez la politique de remboursement à la page 3.</i>	<u>Coût de base incluant l'encadrement :</u> 68 \$ <u>Frais supplémentaires si nécessaire :</u> <i>(informations au premier cours)</i> 3 locations d'équipement de ski alpin et 3 billets de remontées : 149 \$ 3 locations d'un équipement de ski alpin : 126 \$ 3 remontées mécaniques : 90 \$ 3 locations de casque : 48 \$	
Date limite	Paiement et remboursement : Désinscription : Abandon :	Jeudi, 10 décembre 2026 Groupe 2991 : Mardi, 5 janvier 2027 Groupe 2992 : Mercredi, 6 janvier 2027 Groupe 2993 : Mardi, 5 janvier 2027 Groupe 2991 : Jeudi, 7 janvier 2027 Groupe 2992 : Vendredi, 8 janvier 2027 Groupe 2993 : Jeudi, 7 janvier 2027

Pour informations supplémentaires :

Annie Bradette, poste 6712, courriel : annie.bradette@cegepmontpetit.ca

Jérôme Blais, poste 6826, courriel : jerome.blais@cegepmontpetit.ca

Cours intensif : 1 cours et 3 sorties, consultez l'horaire en annexe.

Le cours se déroule au Mont Saint-Bruno. Il propose à la personne étudiante 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».

Ce cours s'adresse à tous. La participante ou le participant doit disposer de vêtements appropriés. Le casque est obligatoire pour les personnes débutantes et fortement recommandé pour toutes et tous. Location disponible sur place. La présence à toutes les activités est obligatoire. Le Cégep n'assure pas le transport à la station de ski.

Inscription au cours	<p>À la suite de la confirmation de votre choix de cours sur Omnivox, vous recevrez un MIO vous expliquant comment confirmer votre place. L'inscription se fait via un formulaire Omnivox qui sera disponible à compter du mercredi 18 novembre à 13h. Le choix du groupe se fait au moment de l'inscription.</p> <p><i>Prendre note que ce cours a une capacité limitée. Par conséquent, le formulaire d'inscription sera accessible en fonction du nombre de places disponibles. Seulement les personnes étudiantes ayant choisi ce cours en premier ou deuxième choix seront considérées.</i></p>								
Coût <small>Consultez la politique de remboursement à la page 3.</small>	<p><u>Coût de base incluant l'encadrement :</u> 68 \$</p> <p><u>Frais supplémentaires si nécessaire :</u> <i>(informations au premier cours)</i></p> <table> <tr> <td>3 locations d'équipement de planche à neige et 3 billets de remontées :</td><td>149 \$</td></tr> <tr> <td>3 locations d'un équipement de planche à neige :</td><td>126 \$</td></tr> <tr> <td>3 remontées mécaniques :</td><td>90 \$</td></tr> <tr> <td>3 locations de casque :</td><td>48 \$</td></tr> </table>	3 locations d'équipement de planche à neige et 3 billets de remontées :	149 \$	3 locations d'un équipement de planche à neige :	126 \$	3 remontées mécaniques :	90 \$	3 locations de casque :	48 \$
3 locations d'équipement de planche à neige et 3 billets de remontées :	149 \$								
3 locations d'un équipement de planche à neige :	126 \$								
3 remontées mécaniques :	90 \$								
3 locations de casque :	48 \$								
Date limite	<table> <tr> <td>Paiement et remboursement :</td><td>Mercredi, 17 décembre 2026</td></tr> <tr> <td>Désinscription :</td><td>Samedi, 16 janvier 2027</td></tr> <tr> <td>Abandon :</td><td>Mardi, 19 janvier 2027</td></tr> </table>	Paiement et remboursement :	Mercredi, 17 décembre 2026	Désinscription :	Samedi, 16 janvier 2027	Abandon :	Mardi, 19 janvier 2027		
Paiement et remboursement :	Mercredi, 17 décembre 2026								
Désinscription :	Samedi, 16 janvier 2027								
Abandon :	Mardi, 19 janvier 2027								

Pour informations supplémentaires :

Jean-François Collin, poste 6791, courriel : jean-françois.collin@cegepmontpetit.ca

ENSEMBLE 3 : ACTIVITÉ PHYSIQUE ET AUTONOMIE

Les cours de l'Ensemble 3 offrent à l'étudiante ou l'étudiant l'occasion de démontrer sa capacité à intégrer l'activité physique à son mode de vie. La personne étudiante 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 cette personne, l'opportunité de pratiquer une activité physique comportant des contraintes d'organisation et d'horaire personnel. Au terme de son cours, l'étudiante ou 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

Cours	Coût
109-314 Musculaton	-
109-344 Gestion du stress par l'activité physique	-
109-351 Volleyball	-
109-361 Cyclotourisme (intensif)	151 \$
109-364 Cyclotourisme (voyage)	À venir
109-368 Randonnée d'hiver (intensif)	168 \$

109-314-EM Musculaton (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

À partir des compétences acquises dans les deux premiers cours d'éducation physique, la personne étudiante devra bâtir un programme d'entraînement musculaire dans le but d'optimiser les résultats d'entraînement. De plus, elle aura à concevoir un programme d'activités physiques hors cours en développant des stratégies d'organisation et d'autonomie.

109-344-EM Gestion du stress par l'activité physique (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

Ce cours propose à la personne étudiante 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) (Compétence 4EP2)

1-1-1

Dans ce cours, la participante ou le participant s'implique dans le développement des habiletés de base, approfondit le système de jeu 4-2, les stratégies collectives et les différentes règles reliées à ce sport par la réalisation d'un mini cours présenté à ses partenaires et, bien sûr, par le jeu. La personne étudiante doit aussi intégrer à son emploi du temps personnel un programme d'activité physique qu'elle a élaboré dans le but d'améliorer un déterminant de sa condition physique.

109-361-EM Cyclotourisme (intensif) (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

Cours intensif : 3 cours de 3 heures, une sortie préparatoire et une sortie de 2 jours, consultez l'horaire en annexe.

Risque de conflit d'horaire à la session d'hiver. Vous devez vous assurer de votre disponibilité, si vous avez l'intention de faire une demande d'admission à l'automne dans un programme universitaire avec entrevue.

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 (50 à 80 km/jour) avec camping. La participante ou le participant devra assister aux trois rencontres préparatoires qui traiteront de sécurité, de mécanique, de préparation physique, du trajet et du matériel.

Ce cours s'adresse aux gens actifs. La présence à toutes les activités est obligatoire. Le Cégep possède des vélos de cyclotourisme, il est possible d'en emprunter un gratuitement.

Matériel fourni par le Cégep : 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 accompagnera les groupes.

Inscription au cours	<p>À la suite de la confirmation de votre choix de cours sur Omnivox, vous recevrez un MIO vous expliquant comment confirmer votre place. L'inscription se fait via un formulaire Omnivox qui sera disponible à compter du mercredi 18 novembre à 13h. Le choix du groupe se fait au moment de l'inscription.</p> <p><i>Prendre note que ce cours a une capacité limitée. Par conséquent, le formulaire d'inscription sera accessible en fonction du nombre de places disponibles. Seulement les personnes étudiantes ayant choisi ce cours en premier ou deuxième choix seront considérées.</i></p>
Coût <i>Consultez la politique de remboursement à la page 3.</i>	<p><u>Coût de base</u> pour le camping, l'encadrement, le transport des personnes participantes et des vélos : 151 \$</p> <p><u>Frais supplémentaires</u> à prévoir pour la nourriture : 30 \$</p>
Date limite	<p>Païement et remboursement : Mercredi, 17 février 2027</p> <p>Désinscription : Jeudi, 29 avril 2027</p> <p>Abandon : Lundi, 3 mai 2027</p>

Pour informations supplémentaires :

Jean-François Collin, poste 6791, courriel : jean-francois.collin@cegepmontpetit.ca

109-364-EM Cyclotourisme (voyage) (PA Ensemble 1 et 2) (Compétence 4EP2)

1-1-1

Consultez l'horaire en annexe.

Voyager à vélo est une autre façon de découvrir le monde. Ce cours amène la personne étudiante à se préparer afin devenir autonome lors du voyage à vélo (comportement sécuritaire à vélo, préparation physique, préparation du matériel, entretien et réparation de base du vélo, gestion de son campement, etc.). Le périple se déroulera en Islande.

Si vous souhaitez vous inscrire, vous devez obligatoirement rencontrer Jérôme Blais ou Yan Deroy au local AR-2 du Centre sportif. Il est aussi possible de s'inscrire au voyage sans être inscrit au cours.

Matériel disponible au Cégep : Vélo, porte-bagages, sacoche de vélo, tente, sac de couchage, matelas de sol, réchaud et chaudrons de camping léger, etc. Un véhicule de sécurité accompagnera les groupes.

Coût	<p>À déterminer</p> <p>Le coût de base inclut le transport aérien, l'hébergement, les frais d'inscription, un véhicule de sécurité, l'encadrement et les sorties préparatoires, le vélo, le matériel de vélo ainsi que le matériel de camping.</p> <p>Exclus: les assurances, les repas, les dépenses personnelles.</p> <p>Une déduction du coût est attribuée à la personne étudiante qui prend son propre vélo (le vélo doit être approuvé par les enseignants).</p>
Date limite	Inscription : Mercredi, 21 octobre 2026

Pour informations supplémentaires :

Yan Deroy, poste 5680, courriel : yan.deroy@cegepmontpetit.ca

Jérôme Blais, poste 6826, courriel: jerome.blais@cegepmontpetit.ca

Cours intensif : 4 cours et 2 sorties, consultez l'horaire en annexe.

Ce cours amène la personne étudiante à prendre conscience de la possibilité de vivre une expérience de randonnée durant la saison froide. Elle 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 2991 : ski de fond avec nuitée en refuge
 Groupe 2992 : ski de fond avec nuitée en refuge
 Groupe 2993 : raquette avec nuitée en refuge

Ce cours s'adresse aux gens actifs. La présence à toutes les activités est obligatoire. La tenue d'éducation physique est nécessaire au premier cours. Si vous souffrez d'allergies sévères, veuillez communiquer avec la personne enseignante avant de faire votre choix de cours.

Matériel fourni par le Cégep : sac à dos, sac de couchage, matelas isolant, tente, réchaud, chaudrons, raquettes et équipement de ski de randonnée, etc.

Inscription au cours	À la suite de la confirmation de votre choix de cours sur Omnivox, vous recevrez un MIO vous expliquant comment confirmer votre place. L'inscription se fait via un formulaire Omnivox qui sera disponible à compter du mercredi 18 novembre à 13h . Le choix du groupe se fait au moment de l'inscription. <i>Prendre note que ce cours a une capacité limitée. Par conséquent, le formulaire d'inscription sera accessible en fonction du nombre de places disponibles. Seulement les personnes étudiantes ayant choisi ce cours en premier ou deuxième choix seront considérées.</i>	
Coût Consultez la politique de remboursement à la page 3.	<u>Coût de base</u> pour le transport, l'encadrement, le camping et le 168 \$ matériel :	
Date limite	Paiement et remboursement : Désinscription : Abandon :	Jeudi, 10 décembre 2026 Groupe 2991 : Mercredi, 27 janvier 2027 Groupe 2992 : Jeudi, 4 février 2027 Groupe 2993 : Mercredi, 27 janvier 2027 Groupe 2991 : Dimanche, 31 janvier 2027 Groupe 2992 : Dimanche, 7 février 2027 Groupe 2993 : Lundi, 1 ^{er} février 2027

Pour informations supplémentaires :

Jérôme Blais, poste 6826, courriel : jerome.blais@cegepmontpetit.ca

Renaud Duguay-Lefebvre, poste 6711, courriel : r.duguay-lefebvre@cegepmontpetit.ca

COURS RÉSERVÉ AUX ÉTUDIANTES ET ÉTUDIANTS ATHLÈTE (LYNX OU SPORT-ÉTUDES)

Qui peut choisir ces cours ?	<p>Au moment de faire votre choix de cours pour la prochaine session, vous devez respecter l'une des deux conditions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Être membre de l'Alliance Sport-Études; • Être sélectionné(e) (ou en processus de sélection) pour l'une des 5 équipes de ligue provinciale des « Lynx du Cégep Édouard-Montpetit », c'est-à-dire : <ul style="list-style-type: none"> - basketball féminin division 1, - basketball masculin division 1, - volleyball féminin division 1, - hockey féminin division 2, - football division 2.
Comment choisir ces cours ?	<ul style="list-style-type: none"> • Dans Omnivox, vous ne trouverez pas ces cours dans les choix qui vous sont offerts en éducation physique • Pour les choisir, vous devez : <ul style="list-style-type: none"> - Compléter votre choix de cours dans Omnivox en incluant des choix en éducation physique (cette étape nous permet de valider que vous désirez bien un cours en éducation physique pour votre prochaine session); - Nous signifier votre intérêt à suivre un de ces cours en complétant le formulaire d'intérêt.
Formulaire d'intérêt	https://cegepmontpetit-estd.omnivox.ca/estd/frma/?SV=C56BEB
Autres informations	Sachez aussi qu'il pourrait être difficile (voire impossible) de modifier votre horaire pour choisir un autre cours d'éducation physique si vous désirez quitter ce cours au début de la prochaine session.

109-2SP-EM Habiletés techniques chez l'athlète (compétence 4EP1) – Ensemble 2

0-2-1

Pour l'athlète impliqué dans une démarche intensive dans son sport, ce cours s'oriente vers le développement d'habiletés techniques reliées ou non à la discipline pratiquée. La planification d'une démarche d'amélioration, la fixation d'objectifs, les mesures de la réussite et les théories de l'apprentissage seront abordées. Ce cours se déroule dans un contexte d'autonomie en utilisant les outils de visioconférence ainsi que des plateformes d'enseignement pour permettre une certaine latitude dans l'arrimage des horaires académiques et sportifs.

Ce cours vous intéresse ? Veuillez compléter le formulaire d'intérêt disponible dans le tableau ci-haut.

COURS DE LA FORMATION GÉNÉRALE COMPLÉMENTAIRE

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

3-0-3

Que révèlent les plus récentes études scientifiques en nutrition ? Quels aliments sont à privilégier ? Est-ce que le sucre est toxique ? Ce cours est l'occasion d'acquérir plusieurs notions scientifiques pour permettre à chacun de réfléchir à ses choix alimentaires, de démêler le vrai du faux en nutrition et de s'informer sur les défis et enjeux alimentaires actuels dans l'intérêt de mieux manger pour sa santé et celle de la planète.

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

1-2-3

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 la personne étudiante 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.

330-CEB-03 Comprendre la guerre au XXe siècle (Compétence 000W)

3-0-3

À partir de différents conflits du XXe siècle (guerres mondiales, civiles, locales, révolutionnaires, froide, etc.), ce cours analyse le phénomène de la guerre dans toute sa complexité (ses motivations, ses instruments, ses incidences et ses conséquences). Il conduit ultimement à des réflexions sur le pacifisme dans l'histoire : la paix est-elle possible ? Le cours comprendra diverses activités d'apprentissage : exposés théoriques de la personne enseignante, exercices pratiques sur des cartes ou des documents, lectures dirigées ainsi que divers travaux ou examens d'analyse historique. Les étudiantes et les étudiants devront mobiliser les connaissances historiques acquises dans le cadre du cours ainsi que la méthode historique afin d'analyser différents types de conflits du XXe siècle.

350-CEC-03 Les facteurs humains en situation de travail (Compétence 000W)

2-1-3

L'objectif de ce cours est d'analyser la problématique des facteurs humains dans la chaîne des événements menant à un incident ou un accident aéronautique. La personne étudiante devra analyser des mises en situation qui mettront de l'avant les différents maux de l'entreprise, tels que la pression, la distraction, la communication inefficace, la fatigue, etc. De plus, les notions telles que la gestion des conflits, la gestion du stress, la capacité au leadership, le travail en équipe, la santé mentale (et plusieurs autres !) seront abordées.

Le cours a été modifié et entériné par Transports Canada. Comme le cours reflète les exigences de Transports Canada, la personne étudiante se verra remettre une attestation officielle de conformité de formation par l'ÉNA s'il réussit le cours. Cette attestation, valide pour trois ans, est reconnue par Transports Canada ainsi que par certaines entreprises en aéronautique.

365-Z03-EM Voyage au coeur de l'Amérique : imaginaire et société (Compétence 021L)

3-0-3

Ce cours vise à réfléchir sur le concept d'américanité à travers deux expressions de l'Amérique que sont le Québec et le Pérou. Il cherche à mieux comprendre comment des communautés et des peuples expriment leur identité à travers leur rapport au territoire et à leur imaginaire culturel. Plusieurs thèmes et concepts seront abordés (résistance, peuples autochtones, américanisation, etc.) à travers un corpus littéraire et sociologique, en plus d'analyses sur le terrain au Québec et, pour certaines personnes étudiantes, dans la société péruvienne.

381-Z23-EM Le sexe, du singe à l'humain moderne : perspectives évolutives et culturelles de la sexualité humaine (Compétence 000V)

2-1-3

Si nous partageons plus de 97% de notre patrimoine génétique avec les grands singes et que notre sexualité se situe, à certains égards, dans le prolongement de celle de nos plus proches parents du monde animal, à d'autres égards, elle en diffère radicalement. L'objectif de ce cours, à l'intersection de la primatologie, de la paléoanthropologie et de l'ethnologie, est d'étudier l'évolution de la sexualité humaine et d'explorer la multiplicité des formes qu'elle peut prendre dans le monde. Ce faisant, nous aborderons des enjeux contemporains tels que le mariage homosexuel, le polyamour, l'avortement sélectif et bien d'autres encore.

420-Z03-EM Introduction à la programmation Web (Compétence 0012)**1-2-3**

Ce cours est destiné aux étudiantes et étudiants qui désirent acquérir les compétences nécessaires pour réaliser des pages Web dynamiques tout en faisant l'apprentissage des bases de la programmation (sélection, répétition, concepts objet, librairies...). En laboratoire, la personne étudiante devra concevoir des pages Web et, à l'aide d'un langage de programmation simple, rendra ces pages réactives aux interactions de l'utilisateur. À la fin du cours, la personne étudiante aura les connaissances nécessaires pour réaliser des pages Web semblables à celles que l'on trouve partout sur Internet.

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

À travers l'initiation aux récits fondateurs, ce cours vise à rendre la personne étudiante plus apte à décoder le monde qui l'entoure : les films qu'elle voit, les jeux vidéo qui la passionnent, les messages publicitaires dont on la matraque, etc. En somme, l'objectif de ce cours est d'amener l'étudiante et 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 œuvres d'art représentatives de différents courants esthétiques.

STRUCTURE 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 votre aide pédagogique individuelle, local C-170.

Annexe 1**Horaire du cours 109-271-EM Ski alpin (intensif)**

(L'horaire peut changer en fonction du nombre d'inscriptions.)

ACTIVITÉS	DATES ET HEURES		
	Groupe 2991	Groupe 2992	Groupe 2993
Cours théorique	Jeudi, 3 décembre 2026 19 h à 22 h, local D-0712 CEGEP Édouard-Montpetit	Jeudi, 3 décembre 2026 19 h à 22 h, local D-0712 CEGEP Édouard-Montpetit	Jeudi 3, décembre 2026 19 h à 22 h, local D-0712 CEGEP Édouard-Montpetit
Sortie # 1	Mercredi, 6 janvier 2027 8 h à 17 h	Jeudi, 7 janvier 2027 8 h à 17 h	Mercredi, 6 janvier 2027 8 h à 17 h
Sortie # 2	Vendredi, 8 janvier 2027 8 h à 17 h	Lundi, 11 janvier 2027 8 h à 17 h	Vendredi, 8 janvier 2027 8 h à 17 h
Sortie # 3	Mardi, 12 janvier 2027 8 h à 17 h	Mercredi, 13 janvier 2027 8 h à 17 h	Mardi, 12 janvier 2027 8 h à 17 h
Journée de reprise en cas d'intempéries	Vendredi, 15 janvier 2027		

Pour informations supplémentaires :

Annie Bradette, poste 6712, courriel : annie.bradette@cegepmontpetit.ca

Jérôme Blais, poste 6826, courriel : jerome.blais@cegepmontpetit.ca

Annexe 2

Horaire du cours 109-275-EM Planche à neige (intensif)

(L'horaire peut changer en fonction du nombre d'inscriptions.)

ACTIVITÉS	DATES ET HEURES
Cours théorique	Mercredi, 9 décembre 2026 19 h à 22 h, local CR-9 (Centre sportif) CEGEP Édouard-Montpetit
Sortie # 1	Vendredi, 15 janvier 2027 8 h à 17 h
Sortie # 2	Lundi, 18 janvier 2027 8 h à 17 h
Sortie # 3	Mercredi, 20 janvier 2027 8 h à 17 h
Journée de reprise en cas d'intempéries	Jeudi, 21 janvier 2027

Pour informations supplémentaires :

Jean-François Collin, poste 6791, courriel : jean-françois.collin@cegepmontpetit.ca

Annexe 3

Horaire du cours 109-361-EM Cyclotourisme (intensif)

(L'horaire peut changer en fonction du nombre d'inscriptions.)

ACTIVITÉS	DATES ET HEURES
Cours #1	Mercredi, 10 février 2027 19 h à 22 h, local CR-9 (Centre sportif) CEGEP Édouard-Montpetit
Cours #2	Mercredi, 28 avril 2027 19 h à 22 h, local Salle de golf (Centre sportif) CEGEP Édouard-Montpetit
Sortie # 1	Samedi, 1er mai 2027 8 h à 17 h
Cours #3	Mercredi, 7 mai 2027 19 h à 22 h, local CR-9 (Centre sportif) CEGEP Édouard-Montpetit
Sortie # 2	Samedi, 8 mai 2027 8 h au dimanche 9 mai 2027 17 h

Pour informations supplémentaires :

Jean-François Collin, poste 6791, courriel : jean-francois.collin@cegepmontpetit.ca

Annexe 4

Horaire du cours 109-364-EM Cyclotourisme (voyage)

(L'horaire peut changer en fonction du nombre d'inscriptions.)

ACTIVITÉS	DATES ET HEURES
Rencontre d'information	Mercredi, 7 octobre 2026 12h30, local à déterminer CEGEP Édouard-Montpetit <i>SI VOUS NE POUVEZ ASSISTER À LA RENCONTRE, N'HÉSITEZ PAS À CONTACTER L'UNE DES PERSONNES RESPONSABLES (Jérôme ou Yan)</i>
Voyage	Islande : Immédiatement après la fin de la session, durée approximative prévue de 20 jours

Annexe 5**Horaire du cours 109-368-EM Randonnée d'hiver (intensif)**

(L'horaire peut changer en fonction du nombre d'inscriptions.)

ACTIVITÉS	DATES ET HEURES		
	Ski de fond avec nuitée en refuge		Raquette avec nuitée en refuge
	Groupe 2991	Groupe 2992	Groupe 2993
Cours #1	Jeudi, 3 décembre 2026 18 h 30 à 21 h 30, local C-250 CEGEP Édouard-Montpetit	Jeudi, 3 décembre 2026 18 h 30 à 21 h 30, local C-250 CEGEP Édouard-Montpetit	Jeudi, 3 décembre 2026 18 h 30 à 21 h 30, local C-250 CEGEP Édouard-Montpetit
Cours #2	Mardi, 26 janvier 2027 18 h 30 à 21 h 30	Mercredi, 3 février 2027 18 h 30 à 21 h 30	Mardi, 26 janvier 2027 18 h 30 à 21 h 30
Sortie # 1	Samedi, 30 janvier 2027 7 h 30 à 18 h	Samedi, 6 février 2027 7 h 30 à 18 h	Dimanche, 31 janvier 2027 7 h 30 à 18 h
Cours #3	Mardi, 9 février 2027 18 h 30 à 21 h 30	Mercredi, 24 février 2027 18 h 30 à 21 h 30	Mardi, 2 mars 2027 18 h 30 à 21 h 30
Sortie #2	Samedi, 13 février 2027 7 h au dimanche, 14 février 2027 18 h	Samedi, 27 février 2027 7 h au dimanche, 28 février 2027 18 h	Samedi, 6 mars 2027 7 h au dimanche, 7 mars 2027 18 h

Pour informations supplémentaires :Jérôme Blais, poste 6826, courriel : jean-francois.collin@cegepmontpetit.caRenaud Duguay-Lefebvre, poste 6711, courriel : r.duguay-lefebvre@cegepmontpetit.ca