

Formation commune

Éducation physique

À la fin de tes études, tu devras avoir réussi trois 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, tu devras indiquer six choix en ordre de préférence. Le Cégep tentera de t'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, tu devras 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 ton programme d'études).

NUMÉRO DE COURS	PROGRAMME	DESCRIPTION
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.

Français

À la fin de tes études, tu devras avoir réussi les quatre cours de français 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, 604-CJW-FX** (selon ton programme d'études).

NUMÉRO DE COURS	PROGRAMME
601-CJA-FX	111.A0, 144.A1, 160.A0, 160.AI, 180.A0, 310.A0, 310.B0, 310.B1.
601-CJB-FX	310.C0, 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 étudiantes et étudiants sélectionnés par le Centre d'aide en français pour être tuteur.
601-103-IN	Cours dispensé par Internet offert à tous les programmes.

Si ta connaissance du français ne satisfait pas aux exigences du Cégep, tu seras référé(e) à un cours d'appoint obligatoire (601-R13-FX). Tu devras réussir ce cours avant de débiter la séquence normale des cours de français. Les cours d'appoint ne sont pas crédités.

***Exigences particulières du cours 601-CJW-FX**

Pour s'inscrire, tu dois 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. Si tu es accepté(e), le cours de formation générale propre prévu au programme est remplacé par le 601-CJW-FX.

Langue seconde - Anglais

À la fin de tes études, tu devras avoir réussi un cours commun et un cours propre. Nous te classerons dans le cours approprié à ton niveau selon ton test de classement. Si tu as déjà suivi un cours d'anglais, tu choisis le cours suivant celui que tu as 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.C0, 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.D0, 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.C0, 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.D0, 410.DI, 412.A1, 412.AA, 412.B1, 420.B0, 420.B5, 570.E0)

	PREMIER COURS À SUIVRE COURS COMMUNS <i>(Préalable au cours propre)</i>	DEUXIÈME COURS À SUIVRE COURS PROPRES
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.C0, 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.D0, 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.C0, 310.CI, 393.B0, 410.A0, 410.AI, 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, 570.E0)

* Cours équivalents dans les anciennes grilles de cours.