

**Grade: Bachelier ès sciences (B.Sc.)****Crédits: 90**

## Présentation

### En bref

Ce programme de 90 crédits offre une formation spécialisée en kinésiologie.

Le kinésologue est un intervenant de la santé qui utilise l'exercice physique et l'éducation dans son travail. Ses interventions systématiques sont destinées à remédier à des troubles fonctionnels de nature musculosquelettique, métabolique, neurophysiologique, respiratoire, cardiovasculaire et psychomotrice. Dans l'exécution de l'intervention, il est amené à appliquer de multiples techniques et approches axées sur le mouvement (à titre d'exemple l'étirement et le renforcement musculaire).

Le kinésologue s'appuie sur la motricité, les moyens physiques (appareillages simples et complexes, activités motrices dans différents environnements) et l'éducation pour favoriser le développement des qualités physiques ou leur retour à un niveau optimal au besoin.

### Objectifs du programme

Ce programme vise la formation d'intervenants compétents dans l'offre des services d'activités physiques orientés vers la promotion de la santé et la prévention primaire et secondaire et la préparation à la performance humaine.

A ces fins, le programme se fonde sur la maîtrise d'un ensemble de connaissances théoriques, empiriques et méthodologiques associées aux sciences de l'activité physique. Il assure en même temps le développement d'habiletés et d'attitudes propres à satisfaire les exigences d'une intervention professionnelle adaptée aux besoins des clientèles et milieux qui font appel à des services spécialisés dans le domaine de l'activité physique préventive et de préparation à la performance sportive.

Au terme de son programme, le futur intervenant aura acquis une formation scientifique multidisciplinaire et une préparation professionnelle polyvalente qui lui permettra, soit de poursuivre des études supérieures, soit d'œuvrer de façon autonome dans l'un des secteurs suivants : conditionnement physique chez des clientèles asymptomatiques, activité physique en milieu de travail, activité physique chez les personnes âgées, conditionnement physique chez certaines clientèles de sujets symptomatiques (cardiaques, obèses, clientèles affectées par des maux de dos, par le stress ou autres problèmes de santé pouvant être améliorés par l'activité physique), gestion en milieu d'activité physique, recherche appliquée en milieu industriel ou institutionnel et préparation physique des athlètes sportifs et de certains métiers physiquement exigeants.

### Avenir : Carrière et débouchés

Débouchés potentiels :

- Clientèle privée (profession libérale);
- Cliniques privées;
- Entraîneur personnel;
- Centres sportifs;
- Services spécialisés au niveau d'une commission scolaire ou d'un centre de réadaptation;
- Programme de promotion de la santé;
- Organismes gouvernementaux;
- Résidences pour personnes âgées;
- Polycliniques médicales, cliniques de médecine du sport;
- Centres de santé et de services sociaux (CSSS);
- Fédérations sportives provinciales ou fédérales;
- Enseignement collégial (Chaque collègue a sa propre politique d'engagement. Il est possible que certains collèges exigent une formation complémentaire en pédagogie).

---

## Atouts UQTR

Le programme présente la particularité d'offrir un externat en milieu d'intervention d'une durée de quatre mois consécutifs et d'une valeur de neuf crédits. L'externat permet à l'étudiant une expérimentation active des connaissances acquises et des modes d'intervention relatifs à sa profession dans le cadre d'un milieu de travail. Selon le milieu d'intervention choisi, l'externat permet à l'étudiant de se donner un profil de formation plus personnel. L'externat peut se dérouler en milieu d'application professionnelle où l'étudiant développe ses habiletés d'intervention dans ce milieu ou encore il peut se dérouler en laboratoire où l'étudiant se familiarise avec les activités de recherche spécifiques au laboratoire.

## Admission

### Contingentement et capacités d'accueil

Ce programme est contingenté à 100 places.

### Trimestre d'admission et rythme des études

Automne.

Ce programme est offert à temps complet et à temps partiel.

## Conditions d'admission

### Études au Québec

La date limite pour le dépôt d'une demande d'admission est le 1er mars.

Base collégiale

Être titulaire d'un diplôme d'études collégiales (DEC) intégré en sciences, lettres et arts ou l'équivalent;

OU

Être titulaire d'un diplôme d'études collégiales (DEC) en sciences de la nature ou l'équivalent;

OU

Être titulaire d'un diplôme d'études collégiales (DEC) ET avoir réussi le cours de niveau collégial suivant ou son équivalent avant l'admission :

Biologie humaine (objectif 022V)

Base universitaire

Avoir réussi au moins quinze crédits dans un programme universitaire avec une moyenne cumulative d'au moins 3.0 sur 4.3, satisfaire à la base collégiale ou l'équivalent, et avoir réussi le cours de niveau collégial Biologie humaine (objectif 022V) ou l'équivalent.

Base expérience

Être âgé d'au moins vingt et un ans, avoir œuvré en activité physique dans les milieux scientifiques, de la santé ou de la gestion

---

des équipements sportifs pendant au moins deux ans ou l'équivalent (environ 1 500 heures) et avoir réussi le cours de niveau collégial Biologie humaine (objectif 022V) ou l'équivalent.

Le candidat adulte doit joindre à sa demande d'admission des attestations de son expérience.

L'expérience en tant qu'athlète ne peut être substituée à l'expérience exigée en tant que professionnel en activité physique.

Le responsable du programme pourra recommander au candidat adulte admissible des activités d'appoint susceptibles de l'aider dans la formation qu'il entreprend.

Tous les étudiants doivent se conformer aux conditions relatives à la maîtrise du français.

### **Études hors Québec**

La date limite pour le dépôt d'une demande d'admission est le 1er mars.

Base études hors Québec

Etre détenteur d'un diplôme d'études préuniversitaires totalisant 13 années;

OU

d'un diplôme d'études préuniversitaires totalisant 12 années et une année d'études universitaires;

OU

d'un baccalauréat de l'enseignement secondaire français (général ou technologique).

ET

Avoir réussi des cours en biologie humaine.

### **Conditions supplémentaires hors Québec**

Pour mener à bien vos études, une bonne maîtrise de la langue française est nécessaire. Pour connaître le test de français à l'admission qui s'applique à votre situation, veuillez consulter le lien suivant : Tests de français.

### **Modalités de sélection des candidatures**

La répartition des places entre les candidats collégiens, les candidats universitaires et les candidats avec expérience est la suivante :

Candidats collégiens : 75 places

Candidats universitaires 16 places

Candidats avec expérience : 9 places

Sélection des candidats :

Candidats collégiens :

Dossier scolaire : 100%

Les offres d'admission sont faites en fonction d'une liste d'excellence établie à partir du classement par ordre décroissant, jusqu'à ce que toutes les places pour la catégorie des candidats collégiens soient comblées.

Candidats universitaires :

Dossier scolaire : 100%

Dans l'évaluation du dossier scolaire, l'importance relative du dossier universitaire (en %) par rapport à celui du collège est égale au nombre de crédits de cours universitaires multiplié par deux (2).

Les offres d'admission sont faites en fonction d'une liste d'excellence établie à partir du classement par ordre décroissant, jusqu'à ce que toutes les places pour la catégorie des candidats universitaires soient comblées.

## Structure du programme et liste des cours

À moins d'indication contraire, un cours comporte trois (3) crédits.

### Cours obligatoires (87 crédits)

ANI1028	Anatomie générale et du membre inférieur
ANI1029	Anatomie du membre supérieur, du tronc et du cou (2 crédits) (ANI1028)
CIS1001	Collaboration interprofessionnelle I (1 crédit)
CIS1002	Collaboration interprofessionnelle II (1 crédit) (CIS1001)
CIS1003	Collaboration interprofessionnelle III (1 crédit) (CIS1002)
EPK1022	Physiopsychologie du comportement moteur (ANI1029)
EPK1201	Intervention en kinésiologie et populations symptomatiques (EPK1227; PPK1061)
EPK1203	Activité physique adaptée à la personne âgée (PPK1057; PPK1037)
EPK1205	Principes, méthodes et outils de recherche en kinésiologie
EPK1216	Méthodes et planification de l'entraînement personnel et sportif (EPK1227)
EPK1226	Évaluation de la condition physique et des habitudes de vie en kinésiologie (PPK1068)
EPK1227	Initiation à l'intervention en kinésiologie et conditionnement physique (EPK1229)
EPK1229	Cinésiologie en kinésiologie (2 crédits)
PPK1037	Les muscles : bilan fonctionnel et anomalies posturales (EPK1229; ANI1029)
PPK1057	Croissance, développement, vieillissement et kinésiologie
PPK1061	Prévention et gestion des problèmes métaboliques en kinésiologie (EPK1226; PPK1072)
PPK1063	Contexte professionnel en kinésiologie (2 crédits)
PPK1068	Physiologie de l'exercice en kinésiologie I
PPK1069	Biomécanique en kinésiologie (EPK1229)
PPK1070	Nutrition appliquée à la kinésiologie (PPK1068)
PPK1071	Sécurité, traumatologie et premiers soins en kinésiologie (EPK1229; ANI1028; ANI1029)
PPK1072	Physiologie de l'exercice en kinésiologie II (PPK1068)
PPK1077	Stage d'initiation à l'intervention en kinésiologie (EPK1226; EPK1227; PPK1063; PPK1085)
PPK1079	Externat en kinésiologie (9 crédits) (PPK1077)
PPK1084	Exercices thérapeutiques (EPK1227; PPK1037)
PPK1085	Communication et counseling en activité physique et performance humaine
PPK1086	Promotion et implantation de l'activité physique
PPK1087	Techniques et technologies avancées en préparation physique (EPK1227)
PPK1088	Stage clinique en kinésiologie (PPK1077; PPK1084; PPK1061)
PPK1089	Gestion de la kinésiophobie en contexte d'activité physique (EPK1022)

### Cours optionnels (3 crédits)

#### L'étudiant choisit un cours parmi les suivants (3 crédits).

ADM1082	Initiation à l'entrepreneuriat
PHL1011	Pharmacologie appliquée à la kinésiologie (PPK1072)
PIC1002	Projet d'intervention dans la communauté - 1 trimestre
PPK1042	Éducation physique adaptée
PPK1062	Projet de fin d'études
PSY1069	Psychol. de l'alimentation : environ. social, comporte. aliment. et image corporelle

## Autres renseignements

### Règlements pédagogiques particuliers

Au moment de s'inscrire au cours PPK1062 Projet de fin d'études, l'étudiant devra avoir :

- une moyenne cumulative minimale de 3 sur 4.3,
- déterminé son projet par écrit et
- un superviseur acceptant de l'encadrer.

Pour s'inscrire au cours PPK1077 Stage d'initiation à l'intervention en kinésiologie, l'étudiant doit avoir complété vingt-six crédits du programme, dont les cours préalables, et présenter une moyenne cumulative d'au moins 2,5 sur 4,3. La priorité sera accordée aux étudiants ayant obtenu le plus de crédits dans le cadre de leur programme.

Pour s'inscrire aux cours PPK1088 Stage clinique en kinésiologie et PPK1079 Externat en kinésiologie, l'étudiant doit avoir complété soixante crédits du programme, dont les cours préalables, et présenter une moyenne cumulative d'au moins 2,5 sur 4,3.

En cas d'échec, les cours PPK1077 Stage d'initiation à l'intervention clinique en kinésiologie, PPK1088 Stage clinique en kinésiologie et PPK1079 Externat en kinésiologie ne peuvent être repris qu'une seule fois. Pour reprendre ces cours, l'étudiant doit en faire la demande par écrit auprès du directeur du comité de programme en faisant valoir les raisons expliquant son échec et justifiant un droit de reprise. Cette demande sera étudiée par un comité appelé Comité d'évaluation d'une demande de reprise de stage. Selon la recommandation dudit comité, le droit de reprise pourra être assorti de conditions particulières d'encadrement et de réalisation. La décision du comité d'évaluation est finale et sans appel.

Soins immédiats en réanimation cardiorespiratoire : vous devez fournir, (au plus tard le 1<sup>er</sup> décembre de votre première année d'études en kinésiologie), un certificat en réanimation cardiorespiratoire (RCR) pour professionnel de la santé. Par la suite, les étudiants seront tenus à maintenir une certification valide tout au long du programme, et ce, à leurs frais.

Notez que les cours uniquement en ligne ne sont pas acceptés. Exceptionnellement, les cours hybrides sont acceptés (partie théorique en ligne, suivi de la partie pratique en personne).

Le certificat pour professionnel de la santé doit être accordé, ou officiellement reconnu, par l'un des organismes suivants :

- Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada
- Croix Rouge canadienne
- Ambulance Saint-Jean
- Premiers Soins-Général/Société de sauvetage du Québec

Tout(e) étudiant(e) n'ayant pas remis une attestation valide de formation en réanimation cardiorespiratoire à la date limite fixée s'expose aux conséquences suivantes :

- Désinscription du cours (EPK1226, PPK1077, PPK1079 ou PPK1088). L'étudiant(e) devra donc effectuer son stage à une date ultérieure lorsqu'il ou elle remettra sa preuve de certification. Selon la durée du retard, les stages pourraient être reportés d'une année.
- Au moment du processus d'assignation pour les stages, l'étudiant(e) se verra attribuer un stage après l'assignation de toutes celles et ceux ayant respecté les délais et exigences.

## **Description des activités**

### **ADM1082 Initiation à l'entrepreneuriat**

Sensibiliser les étudiants aux opportunités et défis de l'entrepreneuriat, soit à titre de travailleur autonome, de franchisé ou de dirigeant de sa propre entreprise. Amener les étudiants à prendre conscience de leur potentiel entrepreneurial et de leur intérêt pour une carrière entrepreneuriale. Familiariser les étudiants avec le processus de démarrage d'entreprise, de même qu'aux défis auxquels ils pourraient être confrontés dans le cas où ils choisiraient de démarrer leur propre entreprise. Sensibiliser les étudiants au rôle économique et social que jouent les PME au Québec et dans le monde.

Définition de la PME, son importance et sa spécificité. L'entrepreneur : ses compétences en gestion, ses motivations et ses traits de personnalité (dans ce volet, les étudiants pourraient faire quelques tests : cheminement de carrière, potentiel entrepreneurial, etc). Les différentes formes d'entrepreneuriat : le travailleur autonome, le franchisé et le propriétaire-dirigeant d'une entreprise. Les contextes particuliers : la PME de haute technologie, l'entreprise familiale et les entreprises de l'économie sociale (organisation à but non lucratif; coopératives). Le processus de création d'entreprise : identification des opportunités d'affaires, étude de marché et faisabilité du projet, évaluation des ressources requises (humaines, financières, etc.), présentation sommaire du plan d'affaires et présentation des organismes et programmes visant à aider et supporter les jeunes qui désirent partir en affaires.

Note : Les étudiants inscrits au Baccalauréat en administration des affaires ne sont pas autorisés à suivre ce cours.

---

**ANI1028 Anatomie générale et du membre inférieur**

Identifier, localiser et décrire les divers tissus et organes du corps humain par une approche régionale en mettant l'accent sur l'interrelation entre la structure et les fonctions du système neuro-musculo-squelettique. Acquérir ou perfectionner les connaissances anatomiques. Apprendre à utiliser la terminologie anatomique, les régions anatomiques et les plans corporels. Intégrer l'anatomie systémique, l'anatomie topographique et l'anatomie de surface. Savoir intégrer ces connaissances dans l'ensemble des sciences fondamentales et de la santé (morphologiques et fonctionnelles). La description est complétée par des séances d'observation et de démonstrations en laboratoire sur spécimens cadavériques. Les modules abordés dans ce premier cours sont : l'anatomie générale et le membre inférieur.

**ANI1029 Anatomie du membre supérieur, du tronc et du cou (2 crédits) (ANI1028)**

Identifier, localiser et décrire les divers tissus et organes du corps humain par une approche régionale en mettant l'accent sur l'interrelation entre la structure et les fonctions du système neuro-musculo-squelettique. Acquérir ou perfectionner les connaissances anatomiques acquises lors du cours ANI1028. Intégrer l'anatomie systémique, l'anatomie topographique et l'anatomie de surface. Savoir intégrer ces connaissances dans l'ensemble des sciences fondamentales et de la santé (morphologiques et fonctionnelles). La description est complétée par des séances d'observation et de démonstrations en laboratoire sur spécimens cadavériques. Les modules abordés dans ce deuxième cours sont : l'anatomie du membre supérieur et l'anatomie du tronc et du cou.

**CIS1001 Collaboration interprofessionnelle I (1 crédit)**

Ce cours interdépartemental permettra à l'étudiant de s'initier au travail d'équipe comme prémices à la collaboration interprofessionnelle en partenariat avec la personne et ses proches. Dans ce premier cours d'une série de trois, l'étudiant se familiarisera avec les cursus des autres professions universitaires de la santé en plus de vivre ses premières expériences de collaboration interprofessionnelle.

L'activité est évaluée à l'aide des mentions "S" (succès) et "E" (échec).

**CIS1002 Collaboration interprofessionnelle II (1 crédit) (CIS1001)**

Ce cours interdépartemental permettra à l'étudiant de se familiariser avec les rôles, compétences et responsabilités des différents membres d'une équipe interprofessionnelle. Dans ce deuxième cours d'une série de trois, les facteurs facilitants et les obstacles au travail en collaboration interprofessionnelle seront explorés.

L'activité est évaluée à l'aide des mentions "S" (succès) et "E" (échec).

**CIS1003 Collaboration interprofessionnelle III (1 crédit) (CIS1002)**

Ce cours interdépartemental permettra à l'étudiant d'intégrer dans divers contextes de pratique les connaissances et les habiletés acquises en collaboration interprofessionnelle lors des deux cours précédents de ce continuum de trois. L'étudiant mènera à terme un projet de collaboration interprofessionnelle afin de parfaire le développement de ses compétences.

L'activité est évaluée à l'aide des mentions "S" (succès) et "E" (échec).

Note : Aucune dérogation relative à la substitution ou au cours en tutorat ne peut être accordée pour ce cours.

**EPK1022 Physiopsychologie du comportement moteur (ANI1029)**

Connaissance des principaux aspects de la neurophysiologie perceptivomotrice qui régissent l'activité réflexe, volontaire ainsi que le contrôle du tonus musculaire et de la posture. Éléments de neuroanatomie, de neurophysiologie déterminant le comportement sensorimoteur de l'humain. Le neurone, le système nerveux central et les dysfonctionnements du système nerveux de nature sensorimotrice. Applications des programmes d'exercice à des problèmes neuromoteurs.

**EPK1201 Intervention en kinésiologie et populations symptomatiques (EPK1227; PPK1061)**

Comprendre la physiopathologie de base associée à un certain nombre de maladies cardiovasculaires, respiratoires, cancers et condition particulière (grossesse) ainsi que leur implication respective à l'exercice aigu et chronique. Connaître les différents organismes ressources de la Mauricie ou autres régions qui représentent ces populations.

A la fin du cours, l'étudiant devrait être capable de :

- identifier les troubles physiologiques inhérents aux différentes conditions sélectionnées,
- identifier et expliquer les variations dans la réponse aiguë à l'activité physique des individus avec les conditions sélectionnées,
- énoncer et expliquer les bienfaits associés à l'activité physique pour chacune des conditions sélectionnées,

- d) adapter les éléments de la prescription d'exercices en tenant compte des caractéristiques spécifiques de la population étudiée,
- e) identifier et interpréter des articles scientifiques associés aux populations étudiées et
- f) identifier le rôle du kinésologue au sein d'un des organismes ressources.

### **EPK1203 Activité physique adaptée à la personne âgée (PPK1057; PPK1037)**

Développer des habiletés d'intervention spécifiques aux âgés en matière d'activité physique préventive.

Éléments et phases d'un programme d'intervention en activité physique adapté au sujet vieillissant : préévaluation, diagnostic, prescription, encadrement, suivi, postévaluation. Modèles de programmes d'intervention adaptés en fonction des restrictions ou contre-indications liés au processus de vieillissement. Planification de programmes à l'intention de groupes de personnes âgées de conditions variées, en des milieux et avec des moyens de réalisation diversifiés. Modalités d'animation adaptées aux clientèles de personnes âgées.

### **EPK1205 Principes, méthodes et outils de recherche en kinésiologie**

Familiariser l'étudiant avec le langage, les concepts et les modalités de la méthode scientifique telle qu'appliquée dans les recherches en santé corporelle et lui en communiquer les principaux outils.

Problématiques de recherche, de la question à l'hypothèse. Les variables, la mesure des phénomènes, les contrôles, les protocoles, les sujets. Expérimentation et interprétation statistique des données. Les démarches-types de recherche. Mesure, individu, échantillon, population : une revue des statistiques descriptives de base. Variation et différence : la théorie des tests d'hypothèses, les lois-modèles, les tables statistiques. Une trousse des principaux tests d'hypothèses en recherche quantitative.

### **EPK1216 Méthodes et planification de l'entraînement personnel et sportif (EPK1227)**

Ce cours vise à développer des compétences permettant à l'étudiant d'utiliser de façon critique les outils disponibles pour l'entraînement à différents niveaux et de planifier et de périodiser le processus d'entraînement, d'assurer les contrôles périodiques et de suivre les tendances d'évolution de la capacité de performance.

- 1- Bases de l'entraînement des qualités aérobies et musculaires (endurance, force, puissance, flexibilité).
- 2- Conduite d'une séance : échauffement, corps de la séance, retour au calme.
- 3- Méthodes d'exercice musculosquelettique : ballon suisse, plyométrie, bandes élastiques, nouvelles méthodes et tendances actuelles.
- 4- Préparation d'un plan d'entraînement, planification et suivi en entraînement personnel et sportif.
- 5- Planification de séances, de microcycles et de macrocycles, phases de la planification annuelle.
- 6- Planification à long terme (annuelle et pluriannuelle).

### **EPK1226 Evaluation de la condition physique et des habitudes de vie en kinésiologie (PPK1068)**

Ce cours vise à développer chez l'étudiant les habiletés nécessaires pour mener une évaluation complète de la condition physique auprès de diverses populations. Dans le cadre de ce cours, les principes théoriques de base en évaluation de la condition physique seront abordés. Par la suite, l'étudiant sera exposé à l'expérimentation de divers protocoles d'évaluation de la condition physique. En fin de session, sous forme d'évaluation pratique, l'étudiant appliquera la démarche d'évaluation de la condition physique proposée par la Société canadienne de physiologie de l'exercice (SCPE). De plus, il devra établir la planification complète d'un protocole d'évaluation adapté aux besoins de clientèles spécifiques.

### **EPK1227 Initiation à l'intervention en kinésiologie et conditionnement physique (EPK1229)**

Acquérir les notions de base essentielles à l'intervention personnalisée en kinésiologie; apprendre à appliquer diverses modalités d'enseignement dans ce même contexte. Développer un esprit critique dans le choix des exercices à prescrire à un client. Maîtriser les bases de l'enseignement d'un geste moteur. Utiliser de façon sécuritaire différentes modalités d'exercices et les adapter en fonction de conditions particulières rencontrées chez les clients en kinésiologie.

Les aspects suivants sont abordés : la posture, les critères de réalisation d'un exercice, l'exécution correcte d'un mouvement, l'enseignement d'un geste moteur, l'identification d'erreur d'exécution, la rétroaction et d'autres en fonction de la recherche récente.

### **EPK1229 Cinésiologie en kinésiologie (2 crédits)**

Savoir appliquer les connaissances reliées au système musculo-squelettique du corps humain lors de l'exécution de tâches motrices de simple à complexe. Être sensibilisé aux frontières de ce système en termes de santé physique et dans la prescription d'activités physiques adéquates. Savoir utiliser la terminologie médicale à travers la communication orale et écrite. Savoir faire une analyse détaillée des composantes musculo-squelettiques et savoir reconnaître les types de contraction musculaire impliqués dans la réalisation de tâches motrices. Être initié à l'observation du relief du corps humain visible en surface et savoir repérer

---

les structures osseuses principales.

Les aspects suivants sont abordés : un survol du rôle de l'imagerie médicale, les plans et les axes servant à décrire le mouvement, les généralités sur les articulations mobiles (synoviales), les types de contraction et les divers rôles de l'activité musculaire, les trajets musculaires et les actions propres à chaque muscle selon leur rôle dans l'exécution des divers mouvements articulaires simples et aux mouvements corporels complexes et enfin, les caractéristiques régionales du tronc, de la tête ainsi que des membres supérieurs et inférieurs selon leurs fonctions dans le contrôle de la respiration et du mouvement humain. Le cours comprend aussi quelques activités de consolidation des connaissances ainsi que la mise en œuvre d'un travail de recherche d'analyse de tâches motrices; des applications essentielles à la préparation à l'intervention en kinésiologie et en thérapie du sport.

#### **PHL1011 Pharmacologie appliquée à la kinésiologie (PPK1072)**

Intégrer les fondements théoriques de la pharmacothérapie dans les domaines de la kinésiologie et de la thérapie du sport.

Après une introduction aux principes de pharmacocinétique et de pharmacodynamie, le cours fournira les indications, les mécanismes d'action et les effets secondaires des principaux médicaments utilisés dans la population générale et chez les sportifs. Le cours portera sur l'étude des médicaments affectant la fonction des systèmes nerveux central et périphérique, cardiovasculaire, immunitaire, gastro-intestinal et endocrinien. Notamment, le cours traitera des agents analgésiques, anesthésiques, anxiolytiques, antidépresseurs, antihypertenseurs, hypolipémiants, antidiabétiques, antiasthmatiques, anti-inflammatoires, anti-infectieux ainsi que des substances augmentant les performances physiques et sportives (produits naturels et substances dopantes).

#### **PIC1002 Projet d'intervention dans la communauté - 1 trimestre**

En équipe, l'étudiant prépare et réalise un projet d'intervention dans la communauté (Picom) en collaboration avec un organisme à but non lucratif et sous la supervision d'un enseignant. Le cours PIC1002 se déroule sur un trimestre (15 semaines) et vise le développement de compétences liées à la conception et la réalisation d'un projet répondant à un mandat défini par un organisme partenaire, au travail en équipe ainsi qu'à la diffusion des résultats. De plus, le cours PIC1002 contribue à sensibiliser l'étudiant à la culture, aux valeurs et aux défis de l'organisme partenaire. L'étudiant analyse de façon critique son engagement dans une démarche de développement professionnel, les méthodes de travail utilisées pour mener à terme le projet ainsi que ses habiletés de communication à l'oral et à l'écrit.

Le cours PIC1002 permet à l'étudiant de vivre une expérience d'engagement social et constitue une occasion de mobiliser ses ressources (connaissances, habiletés et attitudes).

Ultimement, ce cours vise à développer chez l'étudiant des compétences qui lui seront profitables dans sa vie professionnelle. Les projets réalisés sont variés. Il peut s'agir, par exemple, d'études, de documents d'information, de vidéos, d'outils d'intervention, de guides, de trousseaux, de programmes, d'activités, d'ateliers, de plans de communication, d'affaires ou de marketing, d'aménagement de locaux, d'organisation d'événements, de création ou de mise en œuvre de services, etc.

NOTE : Lorsque vous vous inscrivez à ce cours, il est important d'aller sur le site [www.uqtr.ca/picom](http://www.uqtr.ca/picom) pour consulter les projets offerts (section Projets) et remplir la fiche d'intérêt pour étudiants (section Étudiants) afin de mentionner le(s) projet(s) que vous souhaitez réaliser. La coordonnatrice des Picom entrera en contact avec vous par la suite.

#### **PPK1037 Les muscles : bilan fonctionnel et anomalies posturales (EPK1229; ANI1029)**

Le contenu de ce cours porte sur la compréhension des mouvements articulaires en relation à la morphologie des articulations et à la musculature. L'étudiant apprendra à réaliser des bilans articulaires (goniométrie) et musculaires (bilan musculaire, tests d'extensibilité et évaluations dynamiques) de manière à concevoir un programme d'entraînement spécifique et adapté. Ce cours vise principalement à fournir des outils d'évaluation adaptés à une population saine et asymptomatique.

#### **PPK1042 Education physique adaptée**

Ce cours vise à aider l'étudiant-e à développer principalement les compétences professionnelles « Agir en tant que médiatrice ou médiateur d'éléments de culture » et « tenir compte de l'hétérogénéité des élèves », telles que prévues dans le référentiel de compétences professionnelles en enseignement.

De façon plus spécifique, l'étudiant-e devra comprendre les causes des difficultés physiques et perceptivo-motrices des différentes clientèles en éducation physique adaptée. Utiliser adéquatement et adapter, au besoin, des tests de mesure standardisés pour chaque type de clientèle. Utiliser les principes d'élaboration d'un plan d'intervention personnalisé en éducation physique et à la santé (EPS). Dégager des principes d'action visant à adapter les interventions aux besoins et aux caractéristiques des élèves présentant des difficultés d'apprentissage, d'adaptation ou un handicap, en lien avec les savoirs essentiels du programme de formation de l'école québécoise.



---

Les limites des diverses populations spéciales et les bases relatives au dépistage et à la correction des troubles perceptivo-moteurs. Des tests de mesure standardisés pour identifier le profil sensori-moteur des élèves handicapés ou ayant une déficience. Planifier et mettre en œuvre des situations d'enseignement et d'apprentissage en EPS ainsi qu'évaluer les apprentissages et tenir compte de l'hétérogénéité des élèves.

### **PPK1057 Croissance, développement, vieillissement et kinésiologie**

Identifier les étapes biologiques du développement de l'être humain de la naissance à la sénescence. Analyser l'effet du développement physique sur la programmation en entraînement sportif et en activité physique de l'enfance à toutes les phases de l'âge adulte. Phases de croissance et implication pour la programmation : sécurité, éthique, entraînement aérobie et anaérobie, musculation. Regrouper les individus selon des critères objectifs pour la pratique sécuritaire et équitable des activités physiques et sportives. Repérer des problèmes de croissance. Décrire les étapes biologiques du développement : fécondation, gestation, enfance, adolescence, âge adulte et vieillissement. Sensibiliser au problème des grossesses prématurées. État de santé de la population en fonction de l'âge. Problèmes de croissance physique : prématurité, syndromes chromosomiques, agents tératogènes, hypopituitarisme et autres problèmes hormonaux. Évolution des capacités physiques avec la croissance, l'âge adulte et le vieillissement. Effets de l'activité physique chronique sur l'évolution des capacités physiques. Modèles de développement du talent sportif.

### **PPK1061 Prévention et gestion des problèmes métaboliques en kinésiologie (EPK1226; PPK1072)**

Intégration des aspects physiologiques, sociaux, culturels et comportementaux des problèmes de santé métaboliques les plus courants dans les sociétés industrialisées (diabète de type 1 et 2, hyperlipémie, obésité et syndrome métabolique). Application des principes et outils de la kinésiologie aux 4 niveaux de prévention et introduction à l'approche multidisciplinaire dans la gestion de ces pathologies.

### **PPK1062 Projet de fin d'études**

Le projet de fin d'études est un cours permettant à l'étudiant de développer un projet de recherche dans une thématique de son choix. Il permettra à l'étudiant de faire appel aux outils théoriques et méthodologiques acquis durant sa formation.

Ce stage de recherche devra respecter les conditions suivantes :

- être un stage dans un laboratoire d'accueil validé par le directeur de programme;
- le projet de recherche doit être proposé par un maître de stage et validé par le directeur de programme;
- à la mi-session, l'étudiant sera évalué sur l'état de la question et la méthodologie de son projet. Ceci constitue l'évaluation intermédiaire.
- le rapport final sera présenté devant les pairs sous forme de présentation orale.

Règlement pédagogique particulier : Au moment de s'inscrire à ce cours, l'étudiant devra avoir : 1) une moyenne cumulative minimale de 3 sur 4,3; 2) déterminé son projet par écrit et 3) un superviseur acceptant de l'encadrer.

### **PPK1063 Contexte professionnel en kinésiologie (2 crédits)**

Comprendre la place de l'activité physique et de la kinésiologie en prévention des problèmes de santé. Connaître l'historique de la relation activité physique et santé, les grands courants de pensée et les problématiques actuelles. Description de la loi sur les professions et en particulier l'impact sur la pratique professionnelle du kinésologue. Survol des disciplines contributives à la kinésiologie. Connaître les règles déontologiques du domaine de la santé et celles spécifiques à la kinésiologie. Décrire l'impact de l'évolution démographique, des conditions socio-économiques et des politiques sociales sur la pratique des kinésologues au Québec. Situer la place de la kinésiologie, dans un cadre historique et légal, parmi les autres professions dédiées à la santé. Expliquer l'importance de la professionnalisation et des règles déontologiques. Apprendre à rédiger de façon adéquate une anamnèse selon la méthode (SOAPIE) et situer son utilisation dans les autres cours du programme.

### **PPK1068 Physiologie de l'exercice en kinésiologie I**

Connaître la place de la physiologie dans la compréhension des effets aigus et chroniques de l'activité physique et son apport à une intervention professionnelle en kinésiologie. Les objectifs généraux sont d'acquérir les connaissances sur le rôle, les mécanismes d'action et la régulation des systèmes physiologiques qui permettent l'activité physique.

Introduction à la physiologie de l'exercice. Structure et fonction du muscle squelettique en mouvement. Sources d'énergie pour le mouvement : métabolisme et contrôle hormonal. Dépense énergétique et fatigue. Structure, contrôle et régulation des systèmes cardiovasculaire, rénal, immunitaire, hépatique et respiratoire. Adaptations cardiorespiratoires à l'exercice.

### **PPK1069 Biomécanique en kinésiologie (EPK1229)**

Acquérir les notions de base en mécanique fondamentale et les appliquer dans l'observation, l'analyse et l'évaluation des mouvements humains quotidiens et ceux liés à la pratique d'activités physiques. Maîtriser les principes mécaniques pour mieux

---

juger les contraintes biomécaniques inhérentes à la réalisation d'une tâche motrice afin de mieux l'adapter à la personne, de préserver l'intégrité corporelle et de favoriser la performance motrice. Développer un esprit critique, en se basant sur les principes biomécaniques, quant à l'utilisation des technologies en réadaptation et liées à la performance humaine.

Les aspects suivants sont abordés : les forces internes et externes, les leviers et leurs applications au corps humain, le centre de masse en lien avec la posture et l'équilibre, le mouvement segmentaire et articulaire, les bases de la locomotion et le patron de la course, le moment d'inertie, l'impulsion et le momentum, le travail, la puissance et l'énergie. Initiation à une évaluation quantitative et qualitative de la démarche et brève introduction aux techniques de mesure en mettant l'accent sur celles qui sont utilisables en milieu clinique (vidéoscopie, semelles de pression, accélérométrie, etc).

#### **PPK1070 Nutrition appliquée à la kinésiologie (PPK1068)**

Ce cours met l'accent sur les besoins nutritionnels pour la santé, la gestion de la composition corporelle, la performance sportive et certaines pathologies spécifiques en lien avec la nutrition. Étude des caractéristiques des groupes des nutriments, minéraux et vitamines. Fonctions des nutriments dans l'organisme. Au niveau des connaissances, ce cours permet d'acquérir des notions fondamentales et examine les récentes découvertes en nutrition : les principes d'une saine alimentation équilibrée; les besoins nutritionnels au niveau quantitatif et qualitatif, énergétiques et hydriques en fonction des phases de la vie. Influence des déficiences et surplus d'éléments nutritifs sur la santé. Apports nutritionnels de référence. Besoins énergétiques engendrés par l'activité physique. Intensité et substrats énergétiques utilisés lors d'exercices physiques. Aides ergogènes pour la performance sportive. Statistique sur les habitudes alimentaires des Québécois.

L'étudiant(e) apprendra à concevoir et à réaliser un plan d'intervention qui vise à modifier la composition corporelle et/ou la performance sportive de sujets sains ou atteints de diverses pathologies selon une démarche clinique en kinésiologie.

#### **PPK1071 Sécurité, traumatologie et premiers soins en kinésiologie (EPK1229; ANI1028; ANI1029)**

Epidémiologie et mécanisme des blessures les plus communes en activité physique. Prise en charge et responsabilités légales par un premier intervenant. Apprentissage des techniques de sécurité susceptibles d'être utilisées par les intervenants en activité physique et sportive: principes de contention articulaire (taping), établissement d'un plan d'intervention d'urgence. Réaliser une inspection des installations et du matériel pour prévenir les accidents. Principes de prévention des blessures en activité physique : échauffements spécifiques, dépistage des déséquilibres musculosquelettiques, utilisation des équipements protecteurs, exercices proscrits. Relation avec les autres professionnels de la santé (par exemple : médecins, physiothérapeutes, thérapeutes du sport), surtout en ce qui concerne la réadaptation des blessures du sport et le retour des clients en activité physique (réadaptation, rééducation, réathlétisation).

#### **PPK1072 Physiologie de l'exercice en kinésiologie II (PPK1068)**

Connaître la place de la physiologie dans la compréhension des effets aigus et chroniques de l'activité physique et son apport à une pratique professionnelle en kinésiologie. Les objectifs généraux sont d'acquérir les connaissances fondamentales liées à l'impact des facteurs externes environnementaux sur les mécanismes d'action et la régulation des systèmes physiologiques impliqués lors de l'activité physique, la santé et l'entraînement sportif.

Thermorégulation, altitude et pratique d'exercice. Différences liées au sexe et activité physique.

#### **PPK1077 Stage d'initiation à l'intervention en kinésiologie (EPK1226; EPK1227; PPK1063; PPK1085)**

Ce cours vise à initier l'étudiant aux étapes de l'anamnèse, de l'évaluation de la condition physique, de la prescription d'exercices, de l'intervention et de l'encadrement sous forme de suivi en kinésiologie. Ce cours se déroule dans un environnement clinique favorisant l'intégration des connaissances et des habiletés acquises. La clinique universitaire de kinésiologie constitue un lieu de mise en application et de perfectionnement des habiletés personnelles, interpersonnelles et conceptuelles nécessaires pour assumer efficacement le rôle de kinésologue.

Règlement pédagogique particulier : Pour s'inscrire à ce cours, l'étudiant doit avoir complété vingt-six crédits du programme, dont les cours préalables, et présenter une moyenne cumulative d'au moins 2,5 sur 4,3. La priorité sera accordée aux étudiants ayant obtenu le plus de crédits dans le cadre de leur programme. En cas d'échec, ce cours peut être repris qu'une seule fois. Pour reprendre le cours, l'étudiant doit en faire la demande par écrit auprès du directeur de comité de programme en faisant valoir les raisons expliquant son échec et justifiant un droit de reprise. Cette demande sera étudiée par un comité appelé Comité d'évaluation d'une demande de reprise de stage. Selon la recommandation dudit comité, le droit de reprise pourra être assorti de conditions particulières d'encadrement et de réalisation. La décision du Comité d'évaluation est finale et sans appel.

#### **PPK1079 Externat en kinésiologie (9 crédits) (PPK1077)**

L'externat final constitue un lieu d'actualisation et d'intégration des connaissances en même temps qu'une occasion pour le stagiaire d'avoir une expérience intensive et prolongée dans un milieu de travail relié à la kinésiologie et cela, sous encadrement d'un maître de stage et d'un superviseur universitaire. L'étudiant devra mettre en application, en milieu réel, les connaissances acquises au cours de sa formation et utiliser ses aptitudes à communiquer efficacement dans un contexte professionnel. L'externat engage un minimum de 405 heures de temps d'implication pour l'étudiant et donne lieu à la production d'un rapport.

Règlement pédagogique particulier : Pour s'inscrire à ce cours, l'étudiant doit avoir complété soixante crédits du programme, dont le cours préalable, et présenter une moyenne cumulative d'au moins 2,5 sur 4,3. En cas d'échec, ce cours peut être repris qu'une seule fois. Pour reprendre le cours, l'étudiant doit en faire la demande par écrit auprès du directeur de comité de programme en faisant valoir les raisons expliquant son échec et justifiant un droit de reprise. Cette demande sera étudiée par un comité appelé Comité d'évaluation d'une demande de reprise de stage. Selon la recommandation dudit comité, le droit de reprise pourra être assorti de conditions particulières d'encadrement et de réalisation. La décision du Comité d'évaluation est finale et sans appel.

#### **PPK1084 Exercices thérapeutiques (EPK1227; PPK1037)**

Ce cours vise à initier l'étudiant aux concepts de l'exercice thérapeutique. A partir d'ateliers pratiques, l'étudiant sera amené à expérimenter différentes approches et modalités d'exercice utilisant le corps et des appareillages (ballons suisses et de stabilité, tubes en mousse, planches de stabilité, bandes élastiques, etc.) favorisant le maintien ou le développement de capacités physiques (amplitude de mouvement, proprioception, endurance et force musculaire) afin d'intervenir auprès de populations aux prises avec des troubles musculo-squelettiques chroniques.

#### **PPK1085 Communication et counseling en activité physique et performance humaine**

Développer une compréhension et une approche scientifique de l'encadrement individuel dans un contexte d'activité physique. Théorie des aspects individuels de la participation et de la performance dans des contextes d'activité physique, théories de changements de comportement utiles en kinésiologie. Outils de communication pour maximiser la santé, les performances et le changement de comportements à l'aide de la pratique professionnelle de la kinésiologie et de l'éducation physique et à la santé. Accompagnement des individus dans la détermination et l'atteinte d'objectifs d'activité physique ou de performance physique à l'aide de l'entretien motivationnel et d'autres outils. Techniques d'écoute active et de modification du comportement. Support social et d'équipe. Counseling centré sur le client. Rappel des notions éthiques des relations avec la clientèle.

#### **PPK1086 Promotion et implantation de l'activité physique**

Acquérir les connaissances et développer les attitudes et les habiletés des kinésologues liées à la promotion de l'activité physique et de l'implantation de programmes d'activité physique dans différents contextes (milieux de travail, scolaire, communautaire).

Notions d'éducation, de promotion de la santé et de l'activité physique en prévention (primaire et secondaire) des maladies chroniques et promotion du sport. Stratégies visant l'adoption de comportements favorables à l'activité physique et la vie active incluant les activités sportives. Modèles théoriques pertinents et applicables permettant d'expliquer les comportements favorables à la vie active. Influence de l'environnement sur la pratique de l'activité physique et sportive des personnes et stratégies susceptibles de le modifier. Étapes dans le développement d'un programme d'éducation et de promotion de la santé et application de stratégies d'adoption, d'implantation, et d'évaluation.

#### **PPK1087 Techniques et technologies avancées en préparation physique (EPK1227)**

Ce cours vise à introduire l'étudiant aux technologies de suivi et d'analyse de la performance et systématiser l'utilisation des technologies modernes pour réaliser des analyses détaillées, autant physiques, techniques que tactiques afin d'ajuster les plans d'entraînement autant en entraînement en endurance qu'en musculation et développement d'autres qualités physiques (vitesse, flexibilité, équilibre).

L'étudiant pourra donc élaborer des plans partiels (microcycles et séances d'entraînement) permettant le développement de facteurs particuliers de performance en préparation à une compétition et explorer, analyser, rechercher, développer et préparer des programmes dans une gamme de systèmes et outils d'entraînement physique.

Finalement, l'étudiant sera en mesure de démontrer des exercices de musculation avancés et évaluer, identifier et résoudre de manière critique les problèmes dans la conduite de ces exercices par les athlètes, y compris les athlètes blessés ou ceux dont la capacité de mouvement est compromise.

#### **PPK1088 Stage clinique en kinésiologie (PPK1077; PPK1084; PPK1061)**

Ce cours vise à approfondir les connaissances et compétences cliniques du kinésologue auprès d'une clientèle diversifiée et symptomatique afin de favoriser le raisonnement clinique. Sous la supervision du clinicien, l'étudiant de 3e année poursuit et approfondit l'acquisition des connaissances, des habiletés et des attitudes cliniques. L'étudiant participe à la supervision et à l'encadrement des étudiants de 2e année. Ce cours se déroule à la clinique universitaire de kinésiologie.

Note : Pour s'inscrire à ce cours, l'étudiant doit avoir complété soixante crédits du programme, dont les cours préalables, et présenter une moyenne cumulative d'au moins 2,5 sur 4,3. En cas d'échec, ce cours peut être repris qu'une seule fois. Pour reprendre le cours, l'étudiant doit en faire la demande par écrit auprès du directeur de comité de programme en faisant valoir les raisons expliquant son échec et justifiant un droit de reprise. Cette demande sera étudiée par un comité appelé Comité d'évaluation d'une demande de reprise de stage. Selon la recommandation dudit comité, le droit de reprise pourra être assorti de conditions particulières d'encadrement et de réalisation. La décision du Comité d'évaluation est finale et sans appel.

#### **PPK1089 Gestion de la kinésiophobie en contexte d'activité physique (EPK1022)**

L'objectif de ce cours est de comprendre les différents mécanismes impliqués dans la kinésiophobie et de fournir des outils de mesure appropriés. Le cours amène des solutions thérapeutiques et propose des interventions adaptées en sciences de l'activité physique, et ce dans des situations simples ou complexes et selon la clientèle ciblée. Ce cours propose les connaissances

---

nécessaires pour comprendre les mécanismes biologiques de la kinésiophobie et l'interrelation entre les processus psychologiques, physiologiques et environnementaux dans la nociception et la perception de la douleur. Les contributions des facteurs psychologiques tels que l'humeur et la cognition, ainsi que les facteurs environnementaux sont examinés en tant que facteurs contributifs. Différentes modalités utilisées pour la gestion de la kinésiophobie, la douleur aiguë et chronique sont explorées en préadaptation, en réadaptation ou en entraînement sportif. Le cours aborde également la manière dont la kinésiophobie est construite en réponse aux dangers et aux menaces au corps humain et influencée par les pensées, les croyances et le contexte. Le cours amène également une vision de collaboration interdisciplinaire pour soulager la douleur. Différents outils validés de mesure de la kinésiophobie seront démontrés. Différentes modalités utilisées pour la gestion de la douleur aiguë et chronique sont exposées. La contribution de la kinésiologie pour atténuer la kinésiophobie par l'activité physique, le sport et l'exercice sera développée dans des activités pratiques.

**PSY1069 Psychol. de l'alimentation : environ. social, comporte. aliment. et image corporelle**

Ce cours offre un tour d'horizon des connaissances actuelles en lien avec la psychologie de l'alimentation. Le cours développe le sens critique des futurs professionnels de la santé par rapport aux aspects psychologiques, interpersonnels et sociaux de la régulation de l'alimentation et de l'image corporelle (préoccupation par rapport au poids, obésité, troubles alimentaires, etc.) pour leur permettre d'adopter une attitude inclusive et positive auprès des personnes présentant des difficultés liées à l'alimentation et l'image corporelle. Le cours offre des stratégies concrètes pour reconnaître les difficultés et les troubles du comportement alimentaire et intervenir sur la base des données probantes.