

## Plan de cours

COURS : **Musculation**

PROGRAMME : Tous les programmes - formation générale commune

DISCIPLINE : 109 Éducation physique- ensemble 3

PONDÉRATION : *Théorie* : 1 *Pratique* : 1 *Étude personnelle* : 1

Professeurs du cours	bureau	☎ poste	✉ courriel ou site Web
Jérôme Blais	E-09	6826	jerome.blais@cegepmontpetit.ca

### Période de disponibilité aux étudiants

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Avant-midi					
Après-midi					

Coordonnateur du département	bureau	☎ poste	✉ courriel
Émilie Charbonneau	AR-2	6209	<a href="mailto:emilie.charbonneau@cegepmontpetit.ca">emilie.charbonneau@cegepmontpetit.ca</a>
Vincent Davoli	AR-2	6826	<a href="mailto:vincent.davoli@cegepmontpetit.ca">vincent.davoli@cegepmontpetit.ca</a>

## 1 PLACE DU COURS DANS LA FORMATION DE L'ÉTUDIANT

Avec les autres disciplines de la formation générale, l'éducation physique contribue aux développements des habiletés, des connaissances et des attitudes nécessaires pour s'intégrer à la société comme individu lucide, responsable et actif. Elle contribue à l'atteinte des visées, des compétences et des buts ciblés par la formation générale dans la mise en œuvre du programme d'études collégiales.

Les trois ensembles en éducation physique visent le développement d'un mode de vie sain et actif amorcé au secondaire en amenant l'étudiant à prendre les moyens nécessaires pour assurer le maintien ou l'amélioration de sa condition physique dans une perspective de santé tout au long de sa vie. Ces trois ensembles sont conçus en une séquence d'apprentissage. Ils sont élaborés en continuité, de manière à ce que les acquis théoriques et pratiques des deux premiers soient réinvestis dans le troisième.

Ainsi, dans l'ensemble 3 l'étudiant met en place les conditions favorables à la pratique régulière, stimulante et autonome de l'activité physique. Il gère les facteurs favorisant le maintien et le développement de cette habitude dans un contexte de prise en charge de ses besoins d'activité physique.

<https://mareussite.cegepmontpetit.ca/cegep/mon-parcours/mon-programme/formation-generale/>

## 2 COMPÉTENCE(S) DU PORTRAIT DU DIPLÔMÉ

*Non applicable*

## 3 COMPÉTENCE(S) MINISTÉRIELLE(S)

**4EP2** Démontrer sa capacité à se charger de sa pratique de l'activité physique dans une perspective de santé

## 4 OBJECTIF TERMINAL DE COURS

À la fin du cours, l'étudiant sera en mesure de démontrer son autonomie dans la mise en œuvre d'un programme personnel d'activité physique favorisant la santé.

## 5 ORIENTATIONS PÉDAGOGIQUES

Ce cours de trente (30) heures se répartira à raison de 2 heures (à adapter selon la formule du cours) consécutives par semaine et auxquelles s'additionnera 15 heures de travail personnel hors cours à raison d'environ une heure par semaine.

L'étudiant devra concevoir lui-même un programme d'activité physique personnel qui respectera les principes d'entraînement énoncés dans la documentation pertinente dans le but de soutenir la pratique régulière et suffisante de l'activité physique.

L'étudiant utilisera les stratégies d'évaluation de son plan d'activité physique et fera une réflexion sur sa pratique. Le cours se déroulera en 4 phases distinctes :

- 1) Apprendre à s'entraîner
- 2) Apprendre à gérer un plan d'entraînement
- 3) Apprendre à créer des séances d'entraînement
- 4) Apprendre à planifier, gérer et adapter un plan d'entraînement

## 6 PLANIFICATION DU COURS

### OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

1. Planifier un programme personnel d'activités physiques.
2. Expérimenter la pratique régulière et suffisante de l'activité physique dans une approche favorisant la santé.
3. Gérer un programme personnel d'activités physiques.

COURS	NUMÉRO DE L'OBJECTIF D'APPRENTISSAGE	CONTENU DE COURS	MODE DE FONCTIONNEMENT : EN PRÉSENTIEL ET LES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE	RESSOURCES, DOCUMENTS, OUTILS TECHNOLOGIQUES ET LIENS URL	À FAIRE POUR LE PROCHAIN COURS
1	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Présentation du plan de cours et Q-AAP;</li> <li>• Échauffement type (3 phases);</li> <li>• Introduction à l'utilisation de l'application <i>TrainingPeaks</i>.</li> <li>• Explications des objectifs d'apprentissages de la Phase 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Échauffement type d'une séance de musculation.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Plan de cours sur Léa;</li> <li>✓ Présentation du cours 1 sur Léa</li> <li>✓ Calendrier d'entraînement sur <i>TrainingPeaks</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Organisation personnelle pour être en mesure de compléter la semaine d'entraînement A;</li> <li>✓ Consulter les vidéos d'entraînements sur Youtube</li> </ul>
2	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Structures des séances d'entraînement;</li> <li>• Lexique technique;</li> <li>• Échauffement</li> <li>• Première séance d'entraînement</li> <li>• Identité athlétique et présentation de la semaine d'entraînement A</li> <li>• Présentation de la grille d'évaluation des entraînements hors-cours</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Séance d'entraînement;</li> <li>• Retour et impressions sur le dosage de l'intensité;</li> <li>• Se situer dans le modèle transthéorique de Prochaska.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 2 sur Léa</li> <li>✓ Calendrier d'entraîneemnt sur <i>TrainingPeaks</i></li> <li>✓ Vidéos d'entraînement sur Youtube</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Effectuer la semaine d'entraînement A, noter les progrès et impressions sur <i>TrainingPeaks</i>.</li> <li>✓ Consulter les entraînements sur Youtube</li> </ul>
3	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retour et discussion sur la semaine A</li> <li>• Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme)</li> <li>• Principes d'entraînement</li> <li>• Principes d'adaptation;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier des stratégies d'amélioration</li> <li>• Cibler ses forces et faiblesses;</li> <li>• Entraînement type;</li> <li>• Prédications : anticiper les difficultés de la semaine B</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 3 sur Léa</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i></li> <li>✓ Vidéos sur Youtube.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine B, noter les progrès et impressions sur <i>TrainingPeaks</i> ;</li> <li>✓ Consulter les entraînements sur Youtube;</li> </ul>

COURS	NUMÉRO DE L'OBJECTIF D'APPRENTISSAGE	CONTENU DE COURS	MODE DE FONCTIONNEMENT : EN PRÉSENTIEL ET LES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE	RESSOURCES, DOCUMENTS, OUTILS TECHNOLOGIQUES ET LIENS URL	À FAIRE POUR LE PROCHAIN COURS
4	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retour et discussion sur la semaine B</li> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au clame);</li> <li>Explication du <b>BILAN EXPÉRIMENTATION</b></li> <li>Périodisation d'entraînement.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 4 sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ Vidéos sur Youtube</li> <li>✓ Bilan expérimentation sur Léa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Compléter le BILAN EXPÉRIMENTATION – 10%, remise sur LÉA;</b></li> <li>✓ Semaine C sur <i>TrainingPeaks</i>.</li> <li>✓ Consulter les entraînements sur Youtube.</li> <li>✓ <b>Remise des notes pour la Phase 1 – 5%</b></li> </ul>
5	1-2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme);</li> <li>Terminologie des exercices ;</li> <li>Qualités musculaires;</li> <li>Explication des objectifs de la Phase 2 du cours.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type;</li> <li>Entrée de données sur <i>TrainingPeaks</i>.</li> <li>Identification et anticipation des difficultés de la Phase 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 5 sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ Vidéos sur Youtube</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine D sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ Consulter les entraînements sur Youtube;</li> <li>✓ Recherche de matériel;</li> <li>✓ Identifier qualité musculaire et type d'exercices.</li> </ul>
6	1-2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme);</li> <li>Présentation du document de travail pour la <b>CRÉATION DES SÉANCES</b>;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type;</li> <li>Activité de quiz</li> <li>Activité de mythes &amp; réalités</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 6 sur Léa;</li> <li>✓ Document de travail disponible sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ Vidéos sur Youtube</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine E sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ Débuter la <b>CRÉATION DES SÉANCES</b></li> <li>✓ Consulter les entraînements sur Youtube</li> </ul>
7	1-2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme);</li> <li>Travail sur la <b>CRÉATION DES SÉANCES</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type;</li> <li>Films/photos pour le travail</li> <li>Expérimentation/Validation du choix des exercices</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 7 sur Léa;</li> <li>✓ Document de travail disponible sur Léa.</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i></li> <li>✓ Vidéos sur Youtube</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine F et G sur <i>TrainingPeaks</i></li> <li>✓ <b>Remise de la CRÉATION DES SÉANCES – 30% sur LÉA.</b></li> </ul>
8	1-2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme);</li> <li>Explications des objectifs d'apprentissage de la Phase 3;</li> <li>Notions de flexibilité;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type;</li> <li>Expérimentation de séances d'étirements</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 8 sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine H sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ <b>Remise des notes pour la Phase 2 – 5%.</b></li> <li>✓ Porter une attention particulière aux aliments consommés</li> </ul>

COURS	NUMÉRO DE L'OBJECTIF D'APPRENTISSAGE	CONTENU DE COURS	MODE DE FONCTIONNEMENT : EN PRÉSENTIEL ET LES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE	RESSOURCES, DOCUMENTS, OUTILS TECHNOLOGIQUES ET LIENS URL	À FAIRE POUR LE PROCHAIN COURS
9	1-2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme);</li> <li>Notions d'alimentation.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type ;</li> <li>Activité de quiz sur l'alimentation.</li> <li>Présentation de la grille d'évaluation de l'évaluation pratique des séances qui auront lieu aux semaines 12 et 13</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 9 sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine I sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> </ul>
10	1-2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme);</li> <li>Explication du travail de <b>PLANIFICATION DES SEMAINES D'ENTRAÎNEMENT – 10%</b>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type;</li> <li>Préparation de son calendrier d'entraînement.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 10 sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine J sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ <b>Planifier sur <i>TrainingPeaks</i> les 5 semaines d'entraînement suivantes -10%</b>.</li> </ul>
11	1-2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme);</li> <li>Présentation du contenu du bilan final sous forme d'entrevue.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entraînement type;</li> <li>Présentation de la grille d'évaluation d'entrevue;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 11 sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaines K et L sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ <b>Remise des notes pour la Phase 3 – 5%</b></li> </ul>
12	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme)</li> <li>Évaluation formative des séances d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Évaluation sommative des séances d'entraînement;</li> <li>Explication de l'utilisation de l'interface de prise de rendez-vous BOOKING.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 12 sur Léa</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i>.</li> <li>✓ <i>Interface de prise de rendez-vous BOOKING</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine M sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> <li>✓ Prise de rendez-vous au besoin pour l'entrevue finale</li> </ul>

COURS	NUMÉRO DE L'OBJECTIF D'APPRENTISSAGE	CONTENU DE COURS	MODE DE FONCTIONNEMENT : EN PRÉSENTIEL ET LES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE	RESSOURCES, DOCUMENTS, OUTILS TECHNOLOGIQUES ET LIENS URL	À FAIRE POUR LE PROCHAIN COURS
13	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme)</li> <li>• Évaluation pratique des séances d'entraînement – 10%</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Évaluation sommative des séances d'entraînement;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Présentation du cours 13 sur Léa;</li> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine N sur <i>TrainingPeaks</i>;</li> </ul>
14	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cours pratique (échauffement, entraînement, retour au calme)</li> <li>• Évaluation pratique des séances d'entraînement – 10%</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Évaluation sommative des séances d'entraînement;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <i>TrainingPeaks</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Semaine O sur <i>TrainingPeaks</i></li> </ul>
15	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan final sous forme d'entrevue – 20%</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrevue individuelle sur TEAMS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ TEAMS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Remise des notes pour la Phase 4 – 5%</li> </ul>

## 7 MODALITÉS D'ÉVALUATION SOMMATIVE

Mode d'évaluation et description de l'activité	Contexte de réalisation	Objectif(s) d'apprentissage	Critères d'évaluation	Échéance (date)	Pondération (%)
<b>Bilan d'expérimentation*</b>	Travail écrit hors cours.	2	Grille d'évaluation présente dans le travail sur Léa.	Cours 5	10 %
<b>Création des séances d'entraînement*</b>	Travail écrit débuté en cours, complété à la maison	1-2	Grille d'évaluation présente dans le travail sur Léa.	Entre les cours 7 et 8	25%
<b>Planification d'un calendrier d'entraînement (15%)</b>	À compléter sur <i>TrainingPeaks</i>	3	Grille d'évaluation présente sur Léa.	Cours 10	15%
<b>Évaluation terminale</b> <b>Travail final comportant de multiples volets :</b> <b>Complétion du plan d'entraînement sur <i>TrainingPeaks</i> : 20% (4x5%)</b> <b>Séance d'entraînement évaluée</b> <b>Bilan final sous forme d'entrevue (20%)</b>	À compléter sur l'application <i>TrainingPeaks</i> . Évaluation pratique en classe Entrevue individuelle sur <i>TEAMS</i>	1-2-3	Grille d'évaluation descriptive présente dans la documentation déposée sur Léa.	Plan d'entraînement: Cours 2 à 14 Entrevue : Cours 14 et 15	50 %
* L'évaluation tiendra compte de la langue.				<b>TOTAL</b>	<b>100 %</b>

## 8 MATÉRIEL REQUIS OBLIGATOIRE

- 1 serviette, 1 bouteille d'eau;
- 1 compte sur l'application *TrainingPeaks*
- T-Shirt (aucune camisole ne sera tolérée);
- Short ou pantalon de sport;
- Souliers de gymnase en bon état, offrant un bon support aux pieds.
- Nécessaire pour prendre des notes durant les portions théoriques des cours

## 9 BIBLIOGRAPHIE

\* Bradette Annie et Charbonneau Émilie, En Action! Chenelière Éducation. 1ere édition 2016.

- \* Bradette Annie et Charbonneau Émilie, *En Action!* Chenelière Éducation. 2e édition 2021.
- \* Chevalier, R. (2010). *À vos marques, prêts, santé!* Édition du Renouveau pédagogique Inc. 6e édition.
- \* Harvey, J-F. (2013). *Courir Mieux*, Les Édition de l'homme.
- \* Ledoux, M., Lacombe, N. et St-Martin, G. (2006). *Nutrition sport et performance*, Géo Plein Air.
- \* Lussier, M. et Toussaint, P-M. (2012). *Mythes et réalités sur l'entraînement physique*, Les Éditions de l'homme.
- \* Lussier, M. et Toussaint, P-M. (2013). *Mythes et réalités sur la musculation*, Les Éditions de l'homme.
- \* Lussier, M. et Toussaint, P-M. (2014). *Mythes et réalités sur la course à pied*, Les Éditions de l'homme.
- \* Thibault, G. (2009). *Entraînement cardio, sports d'endurance et performance*, Vélo Québec Éditions.

## 10 CONDITIONS DE RÉUSSITE AU COURS

### 1. Note de passage

La note de passage du cours est de 60 % (PIEA, article 5.1m).

### 2. Présence aux évaluations sommatives

La présence aux activités d'évaluation sommative est obligatoire (PIÉA 5.2.5.1).

Toute absence non motivée pour des raisons graves (maladie, décès, événement de force majeure, etc.) à une activité d'évaluation sommative peut entraîner la note zéro (0) pour ladite activité. Des pièces justificatives peuvent être exigées. Si les motifs sont graves et reconnus comme tels par l'enseignant, des modalités de report de l'activité d'évaluation seront convenues entre l'enseignant et l'étudiant (PIÉA 6.2.5.1).

Dans le cas d'une évaluation sommative en ligne, votre carte d'étudiant et une caméra ouverte pourrait être exigé pour avoir accès à l'évaluation.

### 3. Remise des travaux

Les travaux exigés par un professeur doivent être remis à la date, au lieu et au moment fixés. Les pénalités entraînées par les retards sont établies selon les règles départementales (PIEA, article 5.2.5.2).

En cas de retard, les **pénalités départementales** sont de 10% de la valeur du travail par jour ouvrable de retard pour tout travail valant au moins 10% de la note finale. Lorsqu'il s'agit de fiches d'activités hebdomadaires, la perte sera de 1 point par jour de retard.

### 4. Présentation matérielle des travaux

L'étudiant doit respecter les « Normes de présentation matérielle des travaux écrits » adoptées par le Cégep. Ces normes sont disponibles à l'adresse suivante : <http://rmsh.cegepmontpetit.ca/normes-de-presentation-materielle-des-travaux-ecrits-du-cegep/>.

### 5. Plagiat

Tout manquement à l'honnêteté intellectuelle, de même que toute tentative de collaboration à une telle action entraînent la note « 0 » (zéro) pour l'examen, le travail ou l'activité d'évaluation en cause. Dans ce cas, le professeur en fait un rapport écrit à la coordination départementale qui le transmet à la Direction des études (PIÉA, 5.6.1).

### 6. Révision de notes

L'étudiant qui s'estime lésé dans l'évaluation de son travail ou examen peut demander la révision de sa note en cours de session ou la révision de sa note finale conformément aux dispositions de l'article 5.6.2 de la PIÉA.

### 7. Qualité de la langue française

L'évaluation de la qualité de la langue (PIEA, article 5.3.1) doit respecter les critères et les valeurs établis par le département. Article 5.3.1 de la PIEA : « La maîtrise de la langue des étudiants est évaluée dans tous les cours où le français est la langue d'enseignement. » Au regard de l'importance d'une bonne maîtrise du français, nous vous invitons à consulter le site du Cégep Le français s'affiche ([www.cegepmontpetit.ca/lefrançais-saffiche](http://www.cegepmontpetit.ca/lefrançais-saffiche)).

Les **pénalités départementales** concernant le non-respect de la qualité de la langue française :

La correction sera négative. Les points alloués au français seront retirés du total (100% - 10%). L'étudiant n'a pas la possibilité de corriger ses fautes pour récupérer ses points perdus pour la qualité de la langue française.



## 11 MODALITÉS DE PARTICIPATION AU COURS

Il est demandé à l'étudiant de s'impliquer activement dans la démarche du cours en donnant à sa participation une allure dynamique et enthousiaste. L'étudiant doit établir une communication positive et respectueuse avec le professeur et les autres participants de son groupe, à défaut de quoi, il lui sera demandé de changer son langage ou son comportement sinon il devra quitter le cours. Le professeur peut refuser l'accès au cours à un étudiant qui ne dispose pas de la tenue adéquate ou du matériel requis tel qu'indiqué au plan de cours. Un étudiant invité par son professeur à quitter le local doit récupérer ses effets et sortir tout de suite.

## 12 RÈGLES DÉPARTEMENTALES

### 1. La présence au cours est obligatoire.

Toute absence est portée au dossier de l'étudiant. Comme le stipule l'article 5.3.4 de la PIEA, la présence au cours est une preuve d'engagement de l'étudiant dans ses études. L'étudiant ne peut pas cumuler plus de **15% d'absence (4 heures)**, dépassé ce seuil d'absence, l'étudiant est exclu du cours. **La présence au cours ne peut être comptabilisée si l'étudiant est présent mais n'est pas en mesure de participer activement au cours.** En cas de raison grave; (décès, maladie, cas de force majeure) le professeur favorise le rattrapage quand cela est possible.

### 2. Rattrapage

L'absence est effacée du dossier de l'étudiant lorsque celui-ci reprend un cours manqué selon les conditions et les modalités précisées par le professeur.

### 3. Retard

**Les retards s'accumulent avec les heures d'absence.** Un retard est comptabilisé comme **une heure d'absence**. Le professeur se réserve le droit de refuser l'accès au cours. Un retard est comptabilisé dès le début de la période si l'étudiant n'est pas présent.

### 4. Départs hâtifs

L'étudiant doit assister au cours jusqu'à la fin pour que sa présence soit enregistrée.

## 13 POLITIQUES ET RÈGLES INSTITUTIONNELLES

Tout étudiant inscrit au cégep Édouard-Montpetit doit prendre connaissance du contenu de quelques politiques et règlements institutionnels et s'y conformer. Notamment, la *Politique institutionnelle d'évaluation des apprentissages* (PIEA), la *Politique institutionnelle de la langue française* (PILF), la *Politique pour un milieu d'études et de travail exempt de harcèlement et de violence* (PPMÉTEHV), les *Conditions d'admission et cheminement scolaire*, la *Procédure concernant le traitement des plaintes étudiantes dans le cadre des relations pédagogiques*.

Le texte intégral de ces politiques et règlements est accessible sur le site Web du Cégep à l'adresse suivante : [www.cegepmontpetit.ca/reglements-et-politiques](http://www.cegepmontpetit.ca/reglements-et-politiques). En cas de disparité entre des textes figurant ailleurs et le texte intégral, ce dernier est la seule version légale et appliquée.

## 14 LE CENTRE DE SERVICES ADAPTÉS – POUR LES ÉTUDIANTS EN SITUATION DE HANDICAP

Les étudiants ayant un diagnostic d'un professionnel (limitations motrices, neurologiques, organiques, sensorielles, troubles d'apprentissage, de santé mentale, trouble du spectre de l'autisme ou autres) ou ayant une condition médicale temporaire peuvent faire une demande pour obtenir des mesures adaptées. Pour plus d'information, veuillez consulter <https://mareussite.cegepmontpetit.ca/cegep/mes-ressources/soutien-aux-apprentissages/centre-de-services-adaptes/>.

Pour avoir accès à ce service, faites parvenir votre diagnostic soit par Mio à "Service, CSA" ou par courriel à [servicesaadaptes@cegepmontpetit.ca](mailto:servicesaadaptes@cegepmontpetit.ca).

Si vous avez déjà un plan de mesures adaptées avec le CSA, vous êtes invités à communiquer avec votre professeur dès le début de la session afin de discuter avec lui des mesures d'accommodement déterminées par le CSA.

## 15 ANNEXE

### GRILLE D'ÉVALUATION DU FRANÇAIS ÉCRIT

#### Grille de correction du français

<b>Excellent</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les idées sont claires. Le propos est cohérent.</li><li>- Très bon emploi du vocabulaire relié à la discipline.</li><li>- En général, respect du code orthographique et grammatical (peu ou pas de fautes).</li></ul>	10/10
<b>Moyen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les idées sont relativement claires. Le propos est généralement cohérent.</li><li>- La plupart du temps, le choix du vocabulaire relié à la discipline est judicieux.</li><li>- Le texte comporte un certain nombre de fautes de grammaire ou d'orthographe.</li></ul>	6/10
<b>Faible</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le texte est difficile à comprendre; le contenu en est affecté.</li><li>- Mauvais emploi du vocabulaire relié à la discipline.</li><li>- Le texte présente trop de fautes de grammaire ou d'orthographe.</li></ul>	0/10

\*Cette grille d'évaluation a été créée avec la collaboration de M. Jean-Sébastien Ménard, enseignant de littérature.

Pour avoir un aperçu de l'ensemble des ressources et services disponibles, vous êtes invités à consulter le site web <https://mareussite.cegepmontpetit.ca/>.