National Defence Défense nationale

A-CR-CCP-703/PF-002

CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

# GUIDES PÉDAGOGIQUES DE L'ÉTOILE ARGENT

(FRANÇAIS)

(Remplace l'A-CR-CCP-703/PF-002 de 2015-09-01)

This publication is available in English as A-CR-CCP-703/PF-001.

**Publiée avec l'autorisation du Chef d'état-major de la Défense**

Canada

NOTICE

This documentation has been reviewed by the technical authority and does not contain controlled goods. Disclosure notices and handling instructions originally received with the document shall continue to apply.

AVIS

Cette documentation a été révisée par l'autorité technique et ne contient pas de marchandises contrôlées. Les avis de divulgation et les instructions de manutention reçues originalement doivent continuer de s'appliquer.

National Defence Défense nationale

A-CR-CCP-703/PF-002

## CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

**LIVRE 1 DE 2**

# GUIDES PÉDAGOGIQUES DE L'ÉTOILE ARGENT

(FRANÇAIS)

(Remplace l'A-CR-CCP-703/PF-002 de 2015-09-01)

This publication is available in English as A-CR-CCP-703/PF-001.

**Publiée avec l'autorisation du Chef d'état-major de la Défense**

**BPR : D Cad & RJC 4 – Officier supérieur d'état-major de l'élaboration des programmes des cadets**

**2016-09-01**

Canada

## ÉTAT DES PAGES EN VIGUEUR

Insérer les pages le plus récemment modifiées et se défaire de celles qu'elles remplacent conformément aux instructions pertinentes.

### NOTA

La partie du texte touchée par le plus récent modificatif est indiquée par une ligne verticale noire dans la marge de la page. Les modifications aux illustrations sont indiquées par des mains miniatures à l'index pointé ou des lignes verticales noires.

Les dates de publication des pages originales et modifiées sont :

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Original | 0 | 2016-09-01 | | Mod | 3 | | |
| Mod | 1 | | | Mod | 4 | | |
| Mod | 2 | | | Mod | 5 | | |

Un zéro dans la colonne Numéro de modificatif indique une page originale. La présente publication comprend 848 pages réparties de la façon suivante :

| Numéro de page | Numéro de modificatif |
|---|---|
| **LIVRE 1** | |
| Couverture | 0 |
| Titre | 0 |
| A à C | 0 |
| i à x | 0 |
| 1-X01-1/2 | 0 |
| 1-X01-1 à 1-X01-2 | 0 |
| 2-X02-1/2 | 0 |
| 2-X02-1 à 2-X02-2 | 0 |
| 3-303-1/2 | 0 |
| 3-M303.01-1 à 3-M303.01-12 | 0 |
| 3-M303.02-1 à 3-M303.02-6 | 0 |
| 3-M303.03-1 à 3-M303.03-6 | 0 |
| 3-M303.04-1 à 3-M303.04-12 | 0 |
| 3-M303.05-1 à 3-M303.05-8 | 0 |
| 3-M303.06-1 à 3-M303.06-8 | 0 |
| 3-M303.07-1 à 3-M303.07-14 | 0 |
| 3-C303.01-1 à 3-C303.01-14 | 0 |
| 3-C303.02-1 à 3-C303.02-4 | 0 |
| 3A-1 à 3A-2 | 0 |
| 3B-1 à 3B-2 | 0 |
| 3C-1 à 3C-2 | 0 |
| 3D-1 à 3D-2 | 0 |
| 3E-1 à 3E-4 | 0 |
| 3F-1 à 3F-4 | 0 |
| 3G-1 à 3G-2 | 0 |
| 3H-1 à 3H-2 | 0 |
| 3I-1 à 3I-2 | 0 |
| 3J-1 à 3J-50 | 0 |
| 3K-1 à 3K-8 | 0 |
| 3L-1 à 3L-28 | 0 |
| 3M-1 à 3M-2 | 0 |
| 3N-1 à 3N-10 | 0 |
| 3O-1 à 3O-50 | 0 |
| 3P-1 à 3P-52 | 0 |
| 3Q-1 à 3Q-2 | 0 |
| 3R-1 à 3R-2 | 0 |
| 3S-1 à 3S-2 | 0 |
| 4-X04-1/2 | 0 |
| 4-X04-1 à 4-X04-2 | 0 |
| 5-X05-1/2 | 0 |
| 5-X05-1 à 5-X05-2 | 0 |
| 6-306-1/2 | 0 |
| 6-M306.01-1 à 6-M306.01-6 | 0 |
| 6-C306.01-1 à 6-C306.01-8 | 0 |
| 6-C306.02-1 à 6-C306.02-8 | 0 |
| 6-C306.03-1 à 6-C306.03-14 | 0 |
| 6A-1 à 6A-2 | 0 |
| 6B-1 à 6B-2 | 0 |
| 6C-1 à 6C-2 | 0 |
| 6D-1 à 6D-2 | 0 |
| 6E-1 à 6E-2 | 0 |
| 6F-1 à 6F-2 | 0 |
| 6G-1 à 6G-2 | 0 |
| 6H-1 à 6H-2 | 0 |
| 6I-1 à 6I-2 | 0 |
| 6J-1 à 6J-2 | 0 |
| 6K-1 à 6K-2 | 0 |
| 6L-1 à 6L-2 | 0 |
| 6M-1 à 6M-2 | 0 |
| 7-307-1/2 | 0 |
| 7-M307.01-1 à 7-M307.01-8 | 0 |
| 7-M307.02-1 à 7-M307.02-8 | 0 |
| 7-M307.03-1 à 7-M307.03-8 | 0 |

## ÉTAT DES PAGES EN VIGUEUR (SUITE)

| Numéro de page | Numéro de modificatif |
|---|---|
| 7-C307.01-1 à 7-C307.01-2 | 0 |
| 7-C307.02-1 à 7-C307.02-2 | 0 |
| 7-C307.03-1 à 7-C307.03-2 | 0 |
| 7A-1 à 7A-6 | 0 |
| 8-308-1/2 | 0 |
| 8-M308.01-1 à 8-M308.01-8 | 0 |
| 8-M308.02-1 à 8-M308.02-6 | 0 |
| 8-C308.01-1 à 8-C308.01-22 | 0 |
| 8-C308.02-1 à 8-C308.02-4 | 0 |
| 8A-1 à 8A-6 | 0 |
| 8B-1 à 8B-2 | 0 |
| 9-309-1/2 | 0 |
| 9-M309.01-1 à 9-M309.01-6 | 0 |
| 9-M309.02-1 à 9-M309.02-8 | 0 |
| 9-M309.03-1 à 9-M309.03-8 | 0 |
| 9-M309.04-1 à 9-M309.04-8 | 0 |
| 9-M309.05-1 à 9-M309.05-6 | 0 |
| 9-M309.06-1 à 9-M309.06-18 | 0 |
| 9-M309.07-1 à 9-M309.07-4 | 0 |
| 9-C309.01-1 à 9-C309.01-10 | 0 |
| 9-C309.02-1 à 9-C309.02-2 | 0 |
| 9-C309.03-1 à 9-C309.03-2 | 0 |
| 9-C309.04-1 à 9-C309.04-6 | 0 |
| 9-C309.05-1 à 9-C309.05-8 | 0 |
| 9-C309.06-1 à 9-C309.06-4 | 0 |
| 9A-1 à 9A-8 | 0 |
| 9B-1 à 9B-6 | 0 |
| 9C-1 à 9C-6 | 0 |
| 9D-1 à 9D-2 | 0 |
| 9E-1 à 9E-2 | 0 |
| 9F-1 à 9F-2 | 0 |
| 9G-1 à 9G-2 | 0 |
| 9H-1 à 9H-2 | 0 |
| 9I-1 à 9I-8 | 0 |
| 9J-1 à 9J-8 | 0 |
| 9K-1 à 9K-6 | 0 |
| 9L-1 à 9L-2 | 0 |
| 9M-1 à 9M-2 | 0 |
| 9N-1 à 9N-2 | 0 |
| 9O-1 à 9O-6 | 0 |
| 9P-1 à 9P-10 | 0 |
| 9Q-1 à 9Q-8 | 0 |
| 9R-1 à 9R-6 | 0 |
| 9S-1 à 9S-6 | 0 |
| 9T-1 à 9T-6 | 0 |
| 9U-1 à 9U-6 | 0 |
| 9V-1 à 9V-8 | 0 |
| 9W-1 à 9W-6 | 0 |
| 9X-1 à 9X-8 | 0 |
| 9Y-1 à 9Y-8 | 0 |
| 9Z-1 à 9Z-6 | 0 |
| 9AA-1 à 9AA-6 | 0 |
| 9AB-1 à 9AB-6 | 0 |
| 9AC-1 à 9AC-2 | 0 |
| 9AD-1 à 9AD-2 | 0 |
| 9AE-1 à 9AE-2 | 0 |
| 9AF-1 à 9AF-2 | 0 |
| 9AG-1 à 9AG-2 | 0 |
| 9AH-1 à 9AH-2 | 0 |
| 9AI-1 à 9AI-2 | 0 |
| 9AJ-1 à 9AJ-8 | 0 |
| 9AK-1 à 9AK-8 | 0 |
| 9AL-1 à 9AL-6 | 0 |
| 9AM-1 à 9AM-6 | 0 |
| 9AN-1 à 9AN-6 | 0 |
| 9AO-1 à 9AO-6 | 0 |
| 9AP-1 à 9AP-6 | 0 |
| 9AQ-1 à 9AQ-2 | 0 |
| 10-311-1/2 | 0 |
| 10-C311.01-1 à 10-C311.01-10 | 0 |
| 10-C311.02-1 à 10-C311.02-10 | 0 |
| 10A-1 à 10A-8 | 0 |
| 10B-1 à 10B-6 | 0 |
| 10C-1 à 10C-2 | 0 |
| 10D-1 à 10D-2 | 0 |
| 10E-1 à 10E-2 | 0 |

### LIVRE 2

| | |
|---|---|
| Couverture | 0 |
| Titre | 0 |
| A à C | 0 |
| i à vi | 0 |
| 11-X20-1/2 | 0 |
| 11-X20-1 à 11-X20-2 | 0 |
| 12-321-1/2 | 0 |
| 12-M321.01-1 à 12-M321.01-8 | 0 |
| 12-M321.02-1 à 12-M321.02-12 | 0 |
| 12-C321.01-1 à 12-C321.01-14 | 0 |
| 12-C321.02-1 à 12-C321.02-10 | 0 |
| 12-C321.03-1 à 12-C321.03-24 | 0 |
| 12A-1 à 12A-2 | 0 |
| 12B-1 à 12B-6 | 0 |
| 13-322-1/2 | 0 |
| 13-M322.01-1 à 13-M322.01-14 | 0 |
| 13-M322.02-1 à 13-M322.02-10 | 0 |
| 13-M322.03-1 à 13-M322.03-10 | 0 |
| 13-M322.04-1 à 13-M322.04-12 | 0 |
| 13-M322.05-1 à 13-M322.05-18 | 0 |
| 13-M322.06-1 à 13-M322.06-16 | 0 |
| 13-C322.01-1 à 13-C322.01-10 | 0 |
| 13-C322.02-1 à 13-C322.02-14 | 0 |

## ÉTAT DES PAGES EN VIGUEUR (SUITE)

| Numéro de page | Numéro de modificatif |
|---|---|
| 13-C322.03-1 à 13-C322.03-12 | 0 |
| 13-C322.04-1 à 13-C322.04-4 | 0 |
| 13A-1 à 13A-2 | 0 |
| 13B-1 à 13B-2 | 0 |
| 13C-1 à 13C-2 | 0 |
| 13D-1 à 13D-2 | 0 |
| 13E-1 à 13E-2 | 0 |
| 13F-1 à 13F-2 | 0 |
| 14-324-1/2 | 0 |
| 14-M324.01-1 à 14-M324.01-10 | 0 |
| 14-M324.02-1 à 14-M324.02-10 | 0 |
| 14-M324.03-1 à 14-M324.03-12 | 0 |
| 14-M324.04-1 à 14-M324.04-14 | 0 |
| 14-M324.05-1 à 14-M324.05-16 | 0 |
| 14-C324.01-1 à 14-C324.01-16 | 0 |
| 14-C324.02-1 à 14-C324.02-12 | 0 |
| 14-C324.03-1 à 14-C324.03-14 | 0 |
| 14-C324.04-1 à 14-C324.04-22 | 0 |
| 14-C324.05-1 à 14-C324.05-16 | 0 |
| 14A-1 à 14A-2 | 0 |
| 14B-1 à 14B-2 | 0 |
| 14C-1 à 14C-2 | 0 |
| 14D-1 à 14D-2 | 0 |
| 14E-1 à 14E-2 | 0 |
| 14F-1 à 14F-8 | 0 |
| 14G-1 à 14G-2 | 0 |
| 14H-1 à 14H-2 | 0 |
| 14I-1 à 14I-2 | 0 |
| 14J-1 à 14J-6 | 0 |
| 15-325-1/2 | 0 |
| 15-M325.01-1 à 15-M325.01-12 | 0 |
| 15-M325.02-1 à 15-M325.02-16 | 0 |
| 15-M325.03-1 à 15-M325.03-10 | 0 |
| 15-C325.01-1 à 15-C325.01-16 | 0 |
| 15-C325.02-1 à 15-C325.02-8 | 0 |
| 15A-1 à 15A-2 | 0 |
| 15B-1 à 15B-2 | 0 |
| 15C-1 à 15C-2 | 0 |
| 15D-1 à 15D-2 | 0 |
| 15E-1 à 15E-2 | 0 |
| 15F-1 à 15F-6 | 0 |
| 15G-1 à 15G-4 | 0 |
| 15H-1 à 15H-2 | 0 |
| 15I-1 à 15I-2 | 0 |
| 15J-1 à 15J-6 | 0 |
| 16-326-1/2 | 0 |
| 16-M326.01-1 à 16-M326.01-10 | 0 |
| 16-M326.02A-1 à 16-M326.02A-40 | 0 |
| 16-M326.02B-1 à 16-M326.02B-36 | 0 |
| 16-M326.02C-1 à 16-M326.02C-26 | 0 |
| 16-M326.03-1 à 16-M326.03-12 | 0 |
| 16-M326.04-1 à 16-M326.04-12 | 0 |
| 16-M326.05-1 à 16-M326.05-14 | 0 |
| 16-M326.06-1 à 16-M326.06-18 | 0 |
| 16-M326.07-1 à 16-M326.07-8 | 0 |
| 16A-1 à 16A-6 | 0 |

**Personne responsable : D Cad & RJC 4-7-3 – Officier d'état-major de l'élaboration du programme des cadets de l'Armée**

**© 2016 DND/MDN Canada**

## AVANT-PROPOS ET PRÉFACE

1. **Autorité compétente.** Le présent guide pédagogique (GP) A-CR-CCP-703/PF-002 a été élaboré sous l'autorité du Directeur - Cadets et Rangers juniors canadiens, et a été publié avec l'autorisation du Chef d'état-major de la Défense.

2. **Élaboration.** Ce GP a été élaboré conformément aux principes de l'instruction axée sur le rendement décrits dans le Manuel de l'instruction individuelle et du système d'éducation des Forces canadiennes, série A-P9-050, avec des modifications pour satisfaire aux besoins des Organisations de cadets du Canada.

3. **But du GP.** Le GP doit être utilisé par les corps de cadets royaux de l'Armée canadienne conjointement avec d'autres ressources pour la conduite du programme d'étoile argent. Ce GP offre aux instructeurs les moyens de base pour donner la formation aux cadets. Chaque GP doit être révisé en conjonction avec les descriptions de leçon (DL), qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne - Norme de qualification et plan de l'étoile argent*, chapitre 4, avant l'instruction pour que chaque instructeur puisse préparer et planifier adéquatement chaque leçon. Les instructeurs peuvent être obligés de concevoir du matériel d'instruction au-delà du matériel fourni pour appuyer la formation (par exemple affiches, vidéos, documents de cours, modèles, etc.) en plus des documents de contrôle et de soutien de l'instruction. Des activités d'instruction sont suggérées dans la majorité des GP pour maximiser l'apprentissage et l'amusement. Les instructeurs sont aussi encouragés à modifier ou rehausser les activités, dans la mesure où ils continuent à contribuer à la réalisation de l'objectif de compétence.

4. **Utilisation des GP.** Tout au long de ces guides pédagogiques, plusieurs boîtes d'information sont utilisées pour souligner l'importance des renseignements, telles que :

Remarque adressée aux instructeurs.

Information essentielle à présenter aux cadets.

Se référer aux politiques et aux règlements des FC suivants.

Les éléments intéressants ou les instructions spéciales que l'instructeur devrait présenter aux cadets.

5. **Suggestions de modifications.** Les suggestions de modifications au présent document peuvent être envoyées directement à instructiondescadets@canada.ca.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## TABLE DES MATIÈRES

**PAGE**

### LIVRE 1


| | | |
|---|---|---|
| **CHAPITRE 1** | **OREN X01 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS SUR LE CIVISME** | 1-X01-1/2 |
| **CHAPITRE 2** | **OREN X02 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE** | 2-X02-1/2 |
| **CHAPITRE 3** | **OREN 303 – EXERCER LE RÔLE DE CHEF D'ÉQUIPE** | 3-303-1/2 |
| Section 1 | OCOM M303.01 – DÉFINIR LE RÔLE D'UN CHEF D'ÉQUIPE..... | 3-M303.01-1 |
| Section 2 | OCOM M303.02 – PARTICIPER À UNE RELATION DE MENTORAT.... | 3-M303.02-1 |
| Section 3 | OCOM M303.03 – PRATIQUER L'AUTO-ÉVALUATION..... | 3-M303.03-1 |
| Section 4 | OCOM M303.04 – COMMUNIQUER À TITRE DE CHEF D'ÉQUIPE..... | 3-M303.04-1 |
| Section 5 | OCOM M303.05 – SUPERVISER LES CADETS..... | 3-M303.05-1 |
| Section 6 | OCOM M303.06 – RÉSOUDRE LES PROBLÈMES..... | 3-M303.06-1 |
| Section 7 | OCOM M303.07 – DIRIGER LES CADETS TOUT AU LONG D'UNE TÂCHE DE LEADERSHIP..... | 3-M303.07-1 |
| Section 8 | OCOM C303.01 – DIRIGER UNE ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE..... | 3-C303.01-1 |
| Section 9 | OCOM C303.02 – DONNER UNE PRÉSENTATION AU SUJET D'UN CHEF..... | 3-C303.02-1 |
| Annexe A | MODÈLE D'ÉQUIPE DE LEADERSHIP..... | 3A-1 |
| Annexe B | ATTENTES À L'ÉGARD D'UN CADET DE L'ÉTOILE ARGENT..... | 3B-1 |
| Annexe C | RUBRIQUES D'AUTO-ÉVALUATION..... | 3C-1 |
| Annexe D | CASSE-TÊTE POUR LA COMMUNICATION..... | 3D-1 |
| Annexe E | MISES EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES..... | 3E-1 |
| Annexe F | TÂCHES DE LEADERSHIP COMMUNES POSSIBLES LORS DE LA TROISIÈME ANNÉE..... | 3F-1 |
| Annexe G | EXEMPLE DE LA TÂCHE DE LEADERSHIP..... | 3G-1 |
| Annexe H | FORMAT DE TÂCHE DE LEADERSHIP..... | 3H-1 |
| Annexe I | COMPTE RENDU APRÈS UNE TÂCHE ET RUBRIQUE D'ÉVALUATION..... | 3I-1 |
| Annexe J | TÂCHES DE LEADERSHIP..... | 3J-1 |
| Annexe K | EXEMPLES D'ÉTIREMENT..... | 3K-1 |
| Annexe L | TÂCHES DE LEADERSHIP..... | 3L-1 |
| Annexe M | GUIDE DE PLANIFICATION DE LA TÂCHE DE LEADERSHIP..... | 3M-1 |
| Annexe N | ACTIVITÉS DE LEÇON..... | 3N-1 |
| Annexe O | ACTIVITÉS DYNAMISANTES ET POUR BRISER LA GLACE..... | 3O-1 |
| Annexe P | COMMUNICATION, RÉSOLUTION DE PROBLÈMES ET RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE..... | 3P-1 |
| Annexe Q | GUIDE DE PLANIFICATION DES ACTIVITÉS DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE..... | 3Q-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Annexe R | FORMULAIRE D'AUTO-ÉVALUATION – DIRIGER UNE ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE | 3R-1 |
| Annexe S | PLAN DE PRÉSENTATION AU SUJET D'UN CHEF | 3S-1 |
| **CHAPITRE 4** | **OREN X04 – SUIVRE LA PARTICIPATION À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES** | 4-X04-1/2 |
| **CHAPITRE 5** | **OREN X05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES** | 5-X05-1/2 |
| **CHAPITRE 6** | **OREN 306 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS PENDANT UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION** | 6-306-1/2 |
| Section 1 | OCOM M306.01 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION | 6-M306.01-1 |
| Section 2 | OCOM C306.01 – IDENTIFIER LES ASSOCIATIONS CIVILES DE TIR DE PRÉCISION | 6-C306.01-1 |
| Section 3 | OCOM C306.02 – CORRIGER L'ERREUR DE TIR | 6-C306.02-1 |
| Section 4 | OCOM C306.03 – ADOPTER LA POSITION DEBOUT AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS | 6-C306.03-1 |
| Annexe A | ACTIVITÉ DE CLASSIFICATION | 6A-1 |
| Annexe B | ACTIVITÉS AMUSANTES – TOURNOI PYRAMIDAL | 6B-1 |
| Annexe C | ACTIVITÉS AMUSANTES – CIBLE EN ÉTOILE | 6C-1 |
| Annexe D | ACTIVITÉS AMUSANTES – BALLON DE PLAGE | 6D-1 |
| Annexe E | ACTIVITÉS AMUSANTES – JEU DE BALLONS | 6E-1 |
| Annexe F | ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES – VISER LES POINTS | 6F-1 |
| Annexe G | ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES – GRILLE POUR LE TIR DE VITESSE | 6G-1 |
| Annexe H | ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES – COURSE CONTRE LA MONTRE | 6H-1 |
| Annexe I | ACTIVITÉS COMPÉTITIVES – COMPÉTITION DE TIR DE PRÉCISION DU CORPS DE CADETS | 6I-1 |
| Annexe J | ACTIVITÉS COMPÉTITIVES – LANCEMENT LUNAIRE | 6J-1 |
| Annexe K | EXEMPLES DE PMI | 6K-1 |
| Annexe L | ACTIVITÉ DE RÉGLAGE DE LA MIRE | 6L-1 |
| Annexe M | ACTIVITÉ DE RÉGLAGE DE LA MIRE – CORRIGÉ | 6M-1 |
| **CHAPITRE 7** | **OREN 307 – SERVIR DANS UN CORPS DE CADETS DE L'ARMÉE** | 7-307-1/2 |
| Section 1 | OCOM M307.01 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE L'ÉTOILE ARGENT | 7-M307.01-1 |
| Section 2 | OCOM M307.02 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE TROISIÈME ANNÉE DU CIEC | 7-M307.02-1 |
| Section 3 | OCOM M307.03 – RECONNAÎTRE LE PARTENARIAT ENTRE LA LIGUE DES CADETS DE L'ARMÉE DU CANADA (LCAC) ET LE MINISTÈRE DE LA DÉFENSE NATIONALE (MDN) | 7-M307.03-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Section 4 | OCOM C307.01 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CONFÉRENCIER INVITÉ D'UNE UNITÉ RÉGIONALE DE SOUTIEN AUX CADETS | 7-C307.01-1 |
| Section 5 | OCOM C307.02 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN OFFICIER DE LIAISON – CADETS | 7-C307.02-1 |
| Section 6 | OCOM C307.03 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CONFÉRENCIER INVITÉ DE LA LIGUE DES CADETS DE L'ARMÉE DU CANADA | 7-C307.03-1 |
| Annexe A | CONTRAT D'ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE | 7A-1 |
| **CHAPITRE 8** | **OREN 308 – DIRIGER UNE ESCOUADE AVANT UN RASSEMBLEMENT** | 8-308-1/2 |
| Section 1 | OCOM M308.01 – PRÉPARER UNE ESCOUADE POUR LE RASSEMBLEMENT | 8-M308.01-1 |
| Section 2 | OCOM M308.02 – DONNER DES COMMANDEMENTS | 8-M308.02-1 |
| Section 3 | OCOM C308.01 – EXÉCUTER DE L'EXERCICE MILITAIRE AVEC DRAPEAUX | 8-C308.01-1 |
| Section 4 | OCOM C308.02 – DONNER DES COMMANDEMENTS | 8-C308.02-1 |
| Annexe A | DOCUMENT DE COURS PORTANT SUR LA SÉQUENCE D'EXERCICE MILITAIRE (PRÉPARER UNE ESCOUADE POUR LE RASSEMBLEMENT) | 8A-1 |
| Annexe B | CARTE AIDE-MÉMOIRE | 8B-1 |
| **CHAPITRE 9** | **OREN 309 – ENSEIGNER UNE LEÇON** | 9-309-1/2 |
| Section 1 | OCOM M309.01 – EXPLIQUER LES PRINCIPES D'INSTRUCTION | 9-M309.01-1 |
| Section 2 | EO M309.02 – IDENTIFIER LES MÉTHODES D'INSTRUCTION | 9-M309.02-1 |
| Section 3 | OCOM M309.03 – DÉCRIRE LES TECHNIQUES D'ART ORATOIRE | 9-M309.03-1 |
| Section 4 | OCOM M309.04 – DÉCRIRE LES TECHNIQUES DE QUESTIONS | 9-M309.04-1 |
| Section 5 | OCOM M309.05 – CHOISIR LES AIDES DIDACTIQUES APPROPRIÉES | 9-M309.05-1 |
| Section 6 | OCOM M309.06 – PLANIFIER UNE LEÇON | 9-M309.06-1 |
| Section 7 | OCOM M309.07 – ENSEIGNER UNE LEÇON DE 15 MINUTES | 9-M309.07-1 |
| Section 8 | OCOM C309.01 – DONNER UN EXPOSÉ ORAL D'UNE MINUTE | 9-C309.01-1 |
| Section 9 | OCOM C309.02 – PLANIFIER UNE LEÇON | 9-C309.02-1 |
| Section 10 | OCOM C309.03 – ENSEIGNER UNE LEÇON DE 15 MINUTES | 9-C309.03-1 |
| Section 11 | OCOM C309.04 – IDENTIFIER LES FORMATIONS POUR L'INSTRUCTION DE L'EXERCICE MILITAIRE | 9-C309.04-1 |
| Section 12 | OCOM C309.05 – PLANIFIER UNE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE | 9-C309.05-1 |
| Section 13 | OCOM C309.06 – ENSEIGNER UNE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE DE 15 MINUTES | 9-C309.06-1 |
| Annexe A | FEUILLE DE RENSEIGNEMENTS SUR LES PRINCIPES D'INSTRUCTION | 9A-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Annexe B | PRINCIPES D'INSTRUCTION – FEUILLES DE TRAVAIL | 9B-1 |
| Annexe C | MÉTHODES D'INSTRUCTION | 9C-1 |
| Annexe D | SÉLECTIONNER UNE MÉTHODE D'INSTRUCTION | 9D-1 |
| Annexe E | SÉQUENCE À SUIVRE POUR POSER DES QUESTIONS | 9E-1 |
| Annexe F | DOCUMENT DE COURS SUR LES QUESTIONS | 9F-1 |
| Annexe G | RUBRIQUE SUR LA FAÇON DE POSER DES QUESTIONS | 9G-1 |
| Annexe H | LISTE DE CONTRÔLE SUR LA FAÇON DE POSER DES QUESTIONS | 9H-1 |
| Annexe I | AIDES DIDACTIQUES COMMUNES | 9I-1 |
| Annexe J | AIDES DIDACTIQUES – FEUILLES DE TRAVAIL | 9J-1 |
| Annexe K | DOCUMENT DE COURS SUR LA DESCRIPTION DE LEÇON ET LE GUIDE PÉDAGOGIQUE | 9K-1 |
| Annexe L | PLAN DE LEÇON | 9L-1 |
| Annexe M | LISTE DE CONTRÔLE DU PLAN DE LEÇON | 9M-1 |
| Annexe N | LISTE DES SUJETS APPROUVÉS POUR UNE LEÇON DE 15 MINUTES | 9N-1 |
| Annexe O | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M104.01 | 9O-1 |
| Annexe P | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M106.01 | 9P-1 |
| Annexe Q | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 4 DE L'OCOM M106.03 | 9Q-1 |
| Annexe R | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M203.01 | 9R-1 |
| Annexe S | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M107.02 | 9S-1 |
| Annexe T | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M107.04 | 9T-1 |
| Annexe U | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M222.02 | 9U-1 |
| Annexe V | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M222.03 | 9V-1 |
| Annexe W | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M122.01 | 9W-1 |
| Annexe X | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M221.05 | 9X-1 |
| Annexe Y | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M221.09 | 9Y-1 |
| Annexe Z | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M122.05 | 9Z-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Annexe AA | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M121.02 | 9AA-1 |
| Annexe AB | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M222.02 | 9AB-1 |
| Annexe AC | TECHNIQUES D'INSTRUCTION – FORMULAIRE D'ÉVALUATION | 9AC-1 |
| Annexe AD | LISTE DE SUJETS | 9AD-1 |
| Annexe AE | EXPOSÉ ORAL – FORMULAIRE DE RÉTROACTION | 9AE-1 |
| Annexe AF | PLAN DE LEÇON | 9AF-1 |
| Annexe AG | PLAN DE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE | 9AG-1 |
| Annexe AH | LISTE DE CONTRÔLE DU PLAN DE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE | 9AH-1 |
| Annexe AI | LISTE DES SUJETS APPROUVÉS POUR UNE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE DE 15 MINUTES | 9AI-1 |
| Annexe AJ | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 ET 2 DE L'OCOM M108.01 | 9AJ-1 |
| Annexe AK | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 ET 2 DE L'OCOM M108.01 | 9AK-1 |
| Annexe AL | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.02 | 9AL-1 |
| Annexe AM | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.02 | 9AM-1 |
| Annexe AN | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.03 | 9AN-1 |
| Annexe AO | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.03 | 9AO-1 |
| Annexe AP | DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.03 | 9AP-1 |
| Annexe AQ | TECHNIQUES D'INSTRUCTION DE L'EXERCICE MILITAIRE – FORMULAIRE D'ÉVALUATION | 9AQ-1 |
| **CHAPITRE 10** | **OREN 311 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ** | 10-311-1/2 |
| Section 1 | OCOM C311.01 – PRATIQUER LA VISÉE ET LE TIR À LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS APRÈS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE | 10-C311.01-1 |
| Section 2 | OCOM C311.02 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ | 10-C311.02-1 |
| Annexe A | EXEMPLES D'ÉTIREMENT | 10A-1 |
| Annexe B | LIGNES DIRECTRICES POUR DIRIGER UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ | 10B-1 |
| Annexe C | FEUILLE DE POINTAGE DU BIATHLON | 10C-1 |
| Annexe D | FEUILLE DE CONTRÔLE DU PARCOURS | 10D-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Annexe E | FEUILLE DE NOTATION DU CHAMP DE TIR..... | 10E-1 |
| | **LIVRE 2** | |
| **CHAPITRE 11** | **OREN X20 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE FAMILIARISATION DES FAC** | 11-X20-1/2 |
| **CHAPITRE 12** | **OREN 321 – EXERCER LES FONCTIONS D'UN CHEF D'ÉQUIPE DANS LE CADRE D'UN EXERCICE EN CAMPAGNE – BIVOUAC – LORS D'UNE FIN DE SEMAINE** | 12-321-1/2 |
| Section 1 | OCOM M321.01 – EXERCER LES FONCTIONS D'UN CHEF D'ÉQUIPE EN CAMPAGNE..... | 12-M321.01-1 |
| Section 2 | OCOM M321.02 – CONSTRUIRE LES ÉLÉMENTS D'UN BIVOUAC.... | 12-M321.02-1 |
| Section 3 | OCOM C321.01 – IDENTIFIER LES MÉTHODES D'ÉLIMINATION DES DÉCHETS EN CAMPAGNE..... | 12-C321.01-1 |
| Section 4 | OCOM C321.02 – IDENTIFIER LES MESURES DE SÉCURITÉ À PRENDRE LORSQU'ON SE DÉPLACE SUR LA NEIGE ET LA GLACE..... | 12-C321.02-1 |
| Section 5 | OCOM C321.03 – CONSTRUIRE DES COMMODITÉS DE CAMPAGNE..... | 12-C321.03-1 |
| Annexe A | DOCUMENT DE COURS – SCHÉMA D'UN BIVOUAC TYPE..... | 12A-1 |
| Annexe B | COMMODITÉS DE CAMPAGNE..... | 12B-1 |
| **CHAPITRE 13** | **OREN 322 – TRACER L'EMPLACEMENT SUR UNE CARTE TOPOGRAPHIQUE À L'AIDE D'UN RÉCEPTEUR GPS** | 13-322-1/2 |
| Section 1 | OCOM M322.01 – RÉVISER LA NAVIGATION DE L'ÉTOILE ROUGE... | 13-M322.01-1 |
| Section 2 | OCOM M322.02 – CALCULER LA DÉCLINAISON MAGNÉTIQUE..... | 13-M322.02-1 |
| Section 3 | OCOM M322.03 – IDENTIFIER LES COMPOSANTS D'UN SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS)..... | 13-M322.03-1 |
| Section 4 | OCOM M322.04 – IDENTIFIER LES CARACTÉRISTIQUES D'UN RÉCEPTEUR DU SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS). | 13-M322.04-1 |
| Section 5 | OCOM M322.05 – ENTRER DES DONNÉES CARTOGRAPHIQUES DANS LE RÉCEPTEUR GPS..... | 13-M322.05-1 |
| Section 6 | OCOM M322.06 – IDENTIFIER UN EMPLACEMENT À L'AIDE D'UN RÉCEPTEUR DU SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS). | 13-M322.06-1 |
| Section 7 | OCOM C322.01 – PRATIQUER LA NAVIGATION À TITRE DE MEMBRE D'UN PETIT GROUPE..... | 13-C322.01-1 |
| Section 8 | OCOM C322.02 – IDENTIFIER LES FACTEURS QUI ONT UNE INCIDENCE SUR LA NAVIGATION EN HIVER..... | 13-C322.02-1 |
| Section 9 | OCOM C322.03 – IDENTIFIER LES PRINCIPES DE CRÉATION D'UNE CARTE..... | 13-C322.03-1 |
| Section 10 | OCOM C322.04 – DESSINER LA CARTE D'UN ENDROIT À L'INTÉRIEUR DU LIEU D'INSTRUCTION LOCALE..... | 13-C322.04-1 |
| Annexe A | FEUILLE DE TRAVAIL SUR LE PROBLÈME DE DÉCLINAISON..... | 13A-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Annexe B | FEUILLE DE RÉPONSE POUR LA FEUILLE DE TRAVAIL SUR LE PROBLÈME DE DÉCLINAISON | 13B-1 |
| Annexe C | DONNÉE CARTOGRAPHIQUE SIMULÉE | 13C-1 |
| Annexe D | FEUILLE DE QUADRILLAGE | 13D-1 |
| Annexe E | ZONES MTU DU CANADA | 13E-1 |
| Annexe F | PAPIER QUADRILLÉ | 13F-1 |
| **CHAPITRE 14** | **OREN 324 – SURVIVRE LORSQU'ON EST PERDU** | 14-324-1/2 |
| Section 1 | OCOM M324.01 – CONSTRUIRE UN ABRI IMPROVISÉ | 14-M324.01-1 |
| Section 2 | OCOM M324.02 – RECUEILLIR DE L'EAU POTABLE | 14-M324.02-1 |
| Section 3 | OCOM M324.03 – ALLUMER UN FEU SANS ALLUMETTES | 14-M324.03-1 |
| Section 4 | OCOM M324.04 – PRÉDIRE LES CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES (MÉTÉO) | 14-M324.04-1 |
| Section 5 | OCOM M324.05 – DÉTERMINER QUAND EFFECTUER UN AUTO-SAUVETAGE | 14-M324.05-1 |
| Section 6 | OCOM C324.01 – IDENTIFIER LES SOURCES DE NOURRITURE À BASE D'ANIMAUX ET D'INSECTES | 14-C324.01-1 |
| Section 7 | OCOM C324.02 – CONSTRUIRE DES COLLETS | 14-C324.02-1 |
| Section 8 | OCOM C324.03 – ATTRAPER UN POISSON | 14-C324.03-1 |
| Section 9 | OCOM C324.04 – RECUEILLIR LES PLANTES COMESTIBLES | 14-C324.04-1 |
| Section 10 | OCOM C324.05 – PRÉPARER UN REPAS À PARTIR DE SOURCES DE NOURRITURE TROUVÉES EN CAMPAGNE | 14-C324.05-1 |
| Annexe A | ARCHET ET BAGUETTE | 14A-1 |
| Annexe B | SCIE À FEU | 14B-1 |
| Annexe C | PIERRE À FEU ET ACIER | 14C-1 |
| Annexe D | SOLEIL ET VERRE | 14D-1 |
| Annexe E | TYPES DE NUAGES COMMUNS | 14E-1 |
| Annexe F | HABITATS COMMUNS | 14F-1 |
| Annexe G | TABLEAU DE LA VALEUR NUTRITIVE DES INSECTES | 14G-1 |
| Annexe H | PLANTES VÉNÉNEUSES COMMUNES | 14H-1 |
| Annexe I | PLANTES VÉNÉNEUSES | 14I-1 |
| Annexe J | DOCUMENT DE COURS SUR LES MÉTHODES DE CUISSON EN CAMPAGNE | 14J-1 |
| **CHAPITRE 15** | **OREN 325 – IDENTIFIER LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR** | 15-325-1/2 |
| Section 1 | OCOM M325.01 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION POUR L'INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS DES CADETS DE L'ARMÉE | 15-M325.01-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Section 2 | OCOM M325.02 – ÉNUMÉRER LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR | 15-M325.02-1 |
| Section 3 | OCOM M325.03 – DISCUTER DE LA CONSCIENCE DE SOI ET DE LA CONDUITE PROFESSIONNELLE COMME COMPÉTENCE POUR UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR | 15-M325.03-1 |
| Section 4 | OCOM C325.01 – COMMUNIQUER AU COURS D'UNE EXPÉDITION. | 15-C325.01-1 |
| Section 5 | OCOM C325.02 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION SUR LE PROGRAMME DU PRIX DU DUC D'ÉDIMBOURG | 15-C325.02-1 |
| Annexe A | MISE EN SITUATION | 15A-1 |
| Annexe B | FICHE DE RENSEIGNEMENTS A | 15B-1 |
| Annexe C | FICHE DE RENSEIGNEMENTS B | 15C-1 |
| Annexe D | FICHE DE RENSEIGNEMENTS C | 15D-1 |
| Annexe E | FEUILLE D'ACTIVITÉS D'EXPERT | 15E-1 |
| Annexe F | DOCUMENT DE COURS PORTANT SUR LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR | 15F-1 |
| Annexe G | DEVOIR | 15G-1 |
| Annexe H | MISE EN SITUATION | 15H-1 |
| Annexe I | DOCUMENT DE COURS SUR L'ALPHABET PHONÉTIQUE ET LA PRONONCIATION DES CHIFFRES | 15I-1 |
| Annexe J | EXERCICE DE RADIOCOMMUNICATION | 15J-1 |
| **CHAPITRE 16** | **OREN 326 – METTRE EN PRATIQUE LES COMPÉTENCES EN EXPÉDITION** | 16-326-1/2 |
| Section 1 | OCOM M326.01 – SE PRÉPARER POUR L'INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS | 16-M326.01-1 |
| Section 2 | OCOM M326.02A – PAGAYER EN CANOT | 16-M326.02A-1 |
| Section 3 | OCOM M326.02B – FAIRE UNE RANDONNÉE EN VÉLO DE MONTAGNE | 16-M326.02B-1 |
| Section 4 | OCOM M326.02C – EFFECTUER UNE RANDONNÉE PÉDESTRE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE | 16-M326.02C-1 |
| Section 5 | OCOM M326.03 – METTRE EN PRATIQUE LA GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT À TITRE DE CHEF D'ÉQUIPE | 16-M326.03-1 |
| Section 6 | OCOM M326.04 – NAVIGUER LE LONG D'UN ITINÉRAIRE EN UTILISANT UNE CARTE ET UNE BOUSSOLE | 16-M326.04-1 |
| Section 7 | OCOM M326.05 – UTILISER L'ÉQUIPEMENT D'EXPÉDITION | 16-M326.05-1 |
| Section 8 | OCOM M326.06 – RESPECTER LA ROUTINE QUOTIDIENNE | 16-M326.06-1 |
| Section 9 | OCOM M326.07 – CONSIGNER DES ENTRÉES DANS UN JOURNAL | 16-M326.07-1 |
| Annexe A | JOURNAL D'EXPÉDITION DE L'ÉTOILE ARGENT | 16A-1 |

# CHAPITRE 1

## OREN X01 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS SUR LE CIVISME

**INSTRUCTION COMMUNE**

**TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**
**CIVISME**

## OREN X01 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS SUR LE CIVISME

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux descriptions de leçon situées dans l'A-CR-CCP-701/PG-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Norme de qualification et plan de l'étoile verte* :

- MX01.01A – Participer à une visite reliée au civisme,
- MX01.01B – Assister à une présentation donnée par un organisme communautaire,
- MX01.01C – Assister à une présentation donnée par un citoyen d'intérêt,
- MX01.01D – Participer au défi de la citoyenneté canadienne,
- MX01.01E – Organiser une cérémonie de citoyenneté,
- CX01.01 – Participer à des activités sur le civisme.

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans l'A-CR-CCP-701/PF-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Guides pédagogiques de l'étoile verte* :

- MX01.01F – Participer à une élection,
- MX01.01G – Participer à des activités relatives aux vidéos sur les Minutes du Patrimoine,
- MX01.01H – Participer à des ateliers d'apprentissage sur le civisme.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 2

# OREN X02 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE

**INSTRUCTION COMMUNE**

**TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**
**SERVICE COMMUNAUTAIRE**

## OREN X02 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE

---

Durée totale :

---

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans l'A-CR-CCP-701/PF-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Guides pédagogiques de l'étoile verte* :

- MX02.01 – Effectuer un service communautaire,
- CX02.01 – Effectuer un service communautaire.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 3

# OREN 303 – EXERCER LE RÔLE DE CHEF D'ÉQUIPE

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

## SECTION 1

## OCOM M303.01 – DÉFINIR LE RÔLE D'UN CHEF D'ÉQUIPE

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier les feuilles de cours qui se trouvent aux annexes A et B pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin d'initier les cadets au modèle d'équipe de leadership, aux principales compétences en leadership et aux occasions de leadership pour les cadets de l'étoile argent.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir défini le rôle d'un chef d'équipe.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets définissent le rôle d'un chef d'équipe pour qu'ils puissent comprendre où ils se situent dans le modèle d'équipe de leadership et dans l'équipe de leadership au corps de cadets. Le fait de connaître les principales compétences en leadership et les attentes liées à chaque compétence peut aider les cadets à développer leurs compétences dans ce domaine tout en s'adaptant à leur rôle de chef au sein de leur corps de cadets.

**Point d'enseignement 1** | **Expliquer le modèle d'équipe de leadership et la position du cadet de troisième année au sein de l'équipe de leadership**

Durée : 10 min | Méthode : Exposé interactif

Distribuer le modèle d'équipe de leadership qui se trouve à l'annexe A.

**MODÈLE D'ÉQUIPE DE LEADERSHIP**

On conçoit habituellement le leadership comme une quête individuelle, mais dans le programme des cadets, il est fondé sur un modèle d'équipe.

Le modèle d'équipe de leadership est un modèle adaptable à la situation à laquelle il s'applique. Le personnel appartenant à chaque catégorie du modèle change en fonction de l'activité ou de la situation.

Au cours de sa première année, on s'attend à ce que le cadet soit un suiveur, un membre d'équipe. Au cours de sa deuxième année, il devient un pair leader. Au cours de sa troisième et de sa quatrième année, le cadet passe à un autre échelon du modèle et devient un chef d'équipe. Au cours de sa cinquième année et des années subséquentes, le cadet devient un chef d'activités.

Le dernier échelon du modèle est occupé par le personnel du corps de cadets, qui remplit la fonction de gestionnaire des activités.

À chaque fois que le cadet progresse dans le modèle d'équipe de leadership, les attentes augmentent à son endroit. En conséquence, ses responsabilités de leadership augmentent.

Dans le modèle d'équipe de leadership, la communication se fait à chaque échelon, et d'un échelon à l'autre dans les deux sens. Dans ce cadre, les cadets de chaque échelon devraient être encadrés par une personne de l'échelon supérieur.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3-1-1 Modèle d'équipe de leadership

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Le programme des cadets est fondé sur quel type de modèle de leadership?

Q2. À quoi s'attend-on des cadets au niveau inférieur du modèle d'équipe de leadership?

Q3. À mesure que les cadets progressent dans le modèle de leadership, que se passe-t-il concernant leurs responsabilités de leadership?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le programme des cadets est fondé sur un modèle d'équipe de leadership.

R2. On s'attend à ce que les cadets soient des suiveurs, des membres d'équipe et des pairs leaders.

R3. Les responsabilités augmentent à mesure que le cadet progresse dans le modèle d'équipe de leadership.

---

**Point d'enseignement 2** **Décrire les principales compétences en leadership**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Distribuer la feuille sur les attentes envers un cadet de l'étoile argent qui se trouvent à l'annexe B.

**PRINCIPALES COMPÉTENCES EN LEADERSHIP**

Pour devenir un leader efficace et compétent dans le programme des cadets, il faut démontrer ses connaissances et ses habiletés dans six domaines, appelés principales habiletés en leadership. Ces domaines sont les suivants :

- la gestion intrapersonnelle,
- la gestion interpersonnelle,
- le travail d'équipe,
- la communication efficace,
- le leadership mis en pratique,
- le mentorat.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Pour devenir un leader efficace et compétent dans le programme des cadets, il faut démontrer ses connaissances et ses habiletés dans six domaines. Quels sont-ils?

Q2. Énumérer les six principales compétences en leadership.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les principales compétences en leadership.

R2. Les six principales compétences en leadership sont les suivantes :

- la gestion intrapersonnelle,
- la gestion interpersonnelle,
- le travail d'équipe,
- la communication efficace,
- le leadership mis en pratique,
- le mentorat.

---

**Point d'enseignement 3** **Expliquer les éléments de la gestion intrapersonnelle**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Demander aux cadets de suivre en utilisant le document de cours des PE 3 à 8 sur les attentes envers un cadet de l'étoile argent.

**ÉLÉMENTS DE LA GESTION INTRAPERSONNELLE**

La gestion intrapersonnelle est la façon dont les cadets se contrôlent. Voici les cinq éléments de la gestion intrapersonnelle.

**Identifier ses besoins personnels et les satisfaire.** Les cadets doivent être en mesure d'identifier leurs besoins personnels et ils doivent accepter la responsabilité de les satisfaire. Voici des exemples de besoins personnels de base : s'alimenter et boire, se sentir en sécurité, avoir un sentiment d'appartenance et avoir confiance en soi. Une fois que les cadets connaissent leurs besoins, ils doivent veiller à les satisfaire.

**Pratiquer la maîtrise de soi.** Les cadets doivent pratiquer la maîtrise de soi. Il peut s'agir d'un exercice difficile, mais les cadets doivent tenter de ne pas trop se laisser bouleverser par les situations sur lesquelles ils n'ont pas le contrôle. Lorsque les cadets s'irritent où qu'ils se mettent en colère, ils remettent le contrôle de la situation à une autre personne. En demeurant calmes, ils seront en mesure de prendre de meilleures décisions.

**Pratiquer l'autogestion.** Les cadets doivent prendre le contrôle de leur propre vie. Ils doivent être organisés et savoir se maîtriser. Le fait de devenir autonome (p. ex., être ponctuel et s'habiller de façon appropriée) constitue un aspect naturel de la vie d'adulte.

**Poursuivre l'auto-perfectionnement.** Les cadets doivent chercher à s'améliorer. Le fait de chercher à s'améliorer chaque jour est un objectif louable. Que ce soit comme cadet, comme ami ou à l'école, il faut toujours chercher l'excellence.

**Établir l'identité positive.** Les cadets doivent acquérir de l'estime de soi. Il est important d'être fier de ses réalisations. Lorsqu'une personne sait que les autres la perçoivent comme un modèle et qu'ils veulent passer du temps avec elle, elle devrait être fière d'elle-même.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

---

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que la gestion intrapersonnelle?

Q2. Quels sont les cinq éléments de la gestion intrapersonnelle?

Q3. De quelle façon les cadets peuvent-ils pratiquer l'autogestion?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La gestion intrapersonnelle est la façon dont les cadets se contrôlent.

R2. Les cinq éléments de la gestion intrapersonnelle sont les suivants :

- identifier les besoins personnels et satisfaire à ces besoins;
- pratiquer la maîtrise de soi;
- pratiquer l'autogestion;
- poursuivre l'auto-perfectionnement;
- établir l'identité positive.

R3. Les cadets peuvent pratiquer l'autogestion en prenant le contrôle de leur propre vie.

---

**Point d'enseignement 4** **Expliquer les éléments de la gestion interpersonnelle**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

### ÉLÉMENTS DE LA GESTION INTERPERSONNELLE

La gestion interpersonnelle est la façon dont les cadets se comportent et s'entendent avec les autres. Elle est composée des trois éléments suivants :

**Interagir positivement dans la communauté de cadets.** Les cadets doivent collaborer entre autres avec le personnel, les parents et les bénévoles de façon respectueuse et utile.

**Interagir positivement avec les autres.** Les cadets doivent établir des relations sociales positives en offrant leur soutien et leur encouragement dans leur interaction avec les autres cadets.

**S'occuper des conflits interpersonnels d'une manière respectueuse.** Les cadets doivent résoudre leurs désaccords avec les autres au niveau le plus bas possible et trouver une solution mutuellement satisfaisante, où les deux parties sont gagnantes.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**

---

**QUESTIONS**

Q1. Qu'est-ce que la gestion interpersonnelle?

Q2. Quels sont les trois éléments de la gestion interpersonnelle?

Q3. De quelle façon les cadets doivent-ils résoudre des désaccords?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La gestion interpersonnelle est la façon dont les cadets se comportent et s'entendent avec les autres.

R2. Les trois éléments de la gestion interpersonnelle sont les suivants :

- interagir positivement dans la communauté de cadets;
- interagir positivement avec les autres;
- s'occuper des conflits interpersonnels d'une manière respectueuse.

R3. Les cadets doivent résoudre leurs désaccords avec les autres au niveau le plus bas possible et trouver une solution mutuellement satisfaisante, où les deux parties sont gagnantes.

---

**Point d'enseignement 5** **Expliquer les éléments du travail d'équipe**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**ÉLÉMENTS DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**

Le travail d'équipe est la façon dont les cadets créent des actions efficaces et efficientes au sein d'un groupe de personnes. Voici les trois éléments du travail d'équipe :

**Participer aux étapes de la formation d'une équipe.** Les cadets doivent prendre part aux étapes de la formation d'une équipe. Ces étapes sont la formation, l'éclosion, la normalisation, la performance et l'exécution.

**Présenter la dynamique positive de l'équipe.** Les cadets doivent faire preuve d'une dynamique d'équipe positive en pratiquant ce qui suit : suivre le chef d'équipe, inclure tous les participants; encourager les membres de l'équipe; contribuer au bon moral et à l'esprit de corps de l'équipe et à la réalisation de ses objectifs; prendre part aux décisions de groupe; faire confiance à l'équipe et appuyer et apprécier ses membres; célébrer les réussites de l'équipe.

**Participer à des activités de promotion du travail d'équipe.** Les cadets doivent prendre part aux activités de promotion du travail d'équipe. Elles permettront de créer une dynamique d'équipe positive et les cadets pourront pratiquer leurs compétences en leadership.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que le travail d'équipe?

Q2. Quelles sont les trois éléments du travail d'équipe?

Q3. Comment les cadets peuvent-ils faire preuve d'une dynamique d'équipe positive?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Le travail d'équipe est la façon dont les cadets créent des actions efficaces et efficientes au sein d'un groupe de personnes.

R2. Les trois éléments du travail d'équipe sont :

- participer aux étapes de la formation d'une équipe;
- présenter la dynamique positive de l'équipe;
- participer à des activités de promotion du travail d'équipe.

R3. Les cadets peuvent faire preuve d'une dynamique d'équipe positive en pratiquant ce qui suit : suivre le chef d'équipe, inclure tous les participants; encourager les membres de l'équipe; contribuer au bon moral et à l'esprit de corps de l'équipe et à la réalisation de ses objectifs; prendre part aux décisions de groupe; faire confiance à l'équipe et appuyer et apprécier ses membres; célébrer les réussites de l'équipe.

**Point d'enseignement 6** **Expliquer les éléments d'une communication efficace**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

### ÉLÉMENTS D'UNE COMMUNICATION EFFICACE

La communication efficace a trait à la façon dont les cadets réussissent à transmettre de l'information. Voici les trois éléments de la communication efficace :

**Recevoir l'information.** Les cadets devraient recevoir ou obtenir des instructions ou des faits. Cette information peut être reçue oralement ou par écrit.

**Interpréter de l'information.** Les cadets devraient comprendre les instructions ou les faits. Pour interpréter correctement de l'information, il faut poser des questions à celui qu'il l'a transmise pour s'assurer qu'elle est claire.

**Répondre à l'information.** Les cadets devraient réagir aux instructions ou aux faits. Répondre à l'information peut consister à transmettre de l'information aux autres, résoudre des problèmes, etc.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 6

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que la communication efficace?

Q2. Quels sont les trois éléments d'une communication efficace?

Q3. De quelles façons l'information peut-elle être reçue?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La communication efficace a trait à la façon dont les cadets réussissent à transmettre de l'information.

R2. Les trois éléments d'une communication efficace sont :

- recevoir l'information;
- interpréter l'information;
- répondre à l'information.

R3. L'information peut être reçue oralement ou par écrit.

---

**Point d'enseignement 7** **Expliquer les éléments du leadership mis en pratique**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**ÉLÉMENTS DU LEADERSHIP MIS EN PRATIQUE**

Le leadership mis en pratique est à la façon dont les cadets influencent les autres et gèrent leurs relations avec eux. Voici les six éléments du leadership mis en pratique :

**Servir d'exemple aux autres.** Les cadets devraient être des modèles pour les autres. Si les cadets sont des exemples en ce qui a trait aux principales compétences en leadership, les autres voudront les imiter.

**Participer aux tâches de leadership.** Les cadets prendront part à des tâches données. Ils auront ainsi la chance d'influencer les autres et de gérer leur relation avec eux. Certaines de ces tâches seront évaluées par le personnel, d'autres ne le seront pas. Les cadets devraient pratiquer la réflexion et l'auto-évaluation après avoir dirigé chaque tâche.

**Diriger la tâche de leadership tout en supervisant l'équipe.** Les cadets observeront et guideront une équipe pendant qu'ils exercent leur tâche de leadership. La supervision des autres constitue l'une des responsabilités d'un leader. Les cadets devront s'assurer d'exercer leur tâche de leadership de façon sécuritaire et de la compléter conformément aux instructions du personnel.

**Diriger les activités de promotion du travail d'équipe.** Les cadets devraient diriger des jeux de promotion du travail d'équipe ou des jeux créatifs. Ils auront ainsi la chance d'influencer les autres et de gérer leur relation avec eux. De nouveau, les cadets devraient pratiquer la réflexion et l'auto-évaluation après avoir dirigé les activités de promotion du travail d'équipe.

**Donner une rétroaction à l'équipe.** Les cadets doivent réviser l'achèvement et les résultats d'une tâche de leadership ou d'une activité de promotion du travail d'équipe, et en discuter. Ils devraient pratiquer la communication efficace pendant qu'ils s'adressent à l'équipe.

**Présenter un compte rendu au chef d'équipe après la tâche.** Les cadets doivent réviser avec leur chef ou superviseur l'achèvement et les résultats d'une tâche de leadership ou d'une activité de promotion du travail d'équipe, et en discuter. Ils devraient pratiquer la communication efficace pendant qu'ils s'adressent à leur chef ou leur superviseur.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 7**

---

**QUESTIONS**

Q1. Qu'est-ce que le leadership mis en pratique?

Q2. Quels sont les six éléments ou aspects du leadership mis en pratique?

Q3. Pourquoi est-il important d'être un exemple pour les autres?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le leadership mis en pratique est la façon dont les cadets influencent les autres et gèrent leur relation avec eux.

R2. Les six éléments ou aspects du leadership mis en pratique sont les suivants :

- servir d'exemple aux autres;
- participer aux tâches de leadership;
- diriger la tâche de leadership tout en supervisant l'équipe;
- diriger les activités de promotion du travail d'équipe;
- donnant une rétroaction à l'équipe;
- présenter un compte rendu au chef d'équipe après la tâche.

R3. Il est important d'être un exemple pour les autres parce que si les cadets sont des modèles, les autres voudront les imiter.

---

**Point d'enseignement 8** **Expliquer les éléments du mentorat**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**ÉLÉMENTS DU MENTORAT**

Le mentorat est la façon dont les cadets prennent part à une association professionnelle entre deux personnes et qui est axée sur l'auto-perfectionnement. Voici les deux aspects du mentorat :

**Le rôle du cadet encadré.** Les cadets joueront le rôle d'un cadet encadré. Il s'agit de la personne qui est entraînée. Les cadets encadrés devaient améliorer leurs connaissances et leurs compétences en leadership. L'apprentissage en suivant l'exemple du mentor constitue un aspect important de la relation de mentorat.

**Le rôle d'un mentor.** Les cadets joueront le rôle d'un mentor. Il s'agit de la personne qui joue le rôle de conseiller ou de guide. Ces cadets devaient améliorer leurs compétences liées au leadership, à l'encadrement et à la communication. En tant que mentors, les cadets pourraient voir les choses d'un point de vue différent de celui du cadet encadré.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 8**

---

**QUESTIONS**

Q1. Qu'est-ce que le mentorat?

Q2. Quels sont les deux éléments du mentorat?

Q3. Qui est la personne entraînée dans une relation de mentorat?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le mentorat est la façon dont les cadets prennent part à une association professionnelle entre deux personnes et qui est axée sur l'auto-perfectionnement.

R2. Les deux éléments du mentorat sont les suivants :

- le rôle d’un cadet encadré;
- le rôle d’un mentor.

R3. La personne entraînée dans une relation de mentorat est le cadet encadré.

---

**Point d’enseignement 9** **Identifier les occasions de chef d’équipe de l’étoile argent**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**OCCASIONS DE CHEF D’ÉQUIPE DE L’ÉTOILE ARGENT**

La troisième année, les cadets auront des occasions d’être chef d’équipe. En voici quelques-unes :

**Exercer le rôle d’un mentor.** Exercer le rôle de mentor peut être aussi simple que de s’associer avec un cadet de première année. Ce système de pairage peut aider les cadets de première année à acquérir des compétences et des connaissances liées au corps de cadets et aider le cadet de troisième année à développer ses habiletés en leadership et en communication.

**Effectuer une tâche de leadership.** Chaque cadet de troisième année aura des occasions d’effectuer une tâche de leadership. Ces tâches peuvent consister en l’aménagement d’une salle de classe, le nettoyage d’un édifice ou aider pendant une journée d’expédition. Certaines tâches de leadership seront évaluées par le personnel.

---

**CONFIRMATION DU POINT D’ENSEIGNEMENT 9**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les occasions d’instruction de l’étoile argent?

Q2. Décrire une façon simple d’exercer le rôle d’un mentor?

Q3. Donner des exemples de tâches de leadership?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les occasions d'instruction de l'étoile argent comprennent les suivantes :

- exercer le rôle d'un mentor;
- effectuer une tâche de leadership.

R2. Une façon simple d'exercer le rôle d'un mentor consiste à recourir au système de pairage.

R3. Voici des exemples de tâches de leadership : aménager une salle de classe, nettoyer un édifice ou aider pendant une journée d'expédition.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

**QUESTIONS**

Q1. Quel poste un cadet de l'étoile argent occupe-t-il dans le modèle d'équipe de leadership?

Q2. Énumérer les six principales compétences deleadership.

Q3. Quelles sont les occasions d'instruction de l'étoile argent?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le cadet de l'étoile argent occupe le poste d'un chef d'équipe.

R2. Les six principales compétences en leadership sont les suivantes :

- la gestion intrapersonnelle,
- la gestion interpersonnelle,
- le travail d'équipe,
- la communication efficace,
- le leadership mis en pratique,
- le mentorat.

R3. Les occasions d'instruction de l'étoile argent comprennent les suivantes :

- exercer le rôle d'un mentor;
- effectuer une tâche de leadership.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les cadets doivent connaître et comprendre leur rôle au sein de l'équipe de leadership du corps de cadets. Lorsque les cadets savent quelles sont les attentes à leur égard, il est beaucoup plus facile pour eux de se fixer des objectifs et de les atteindre. Des attentes élevées donnent de meilleurs résultats. Le fait de connaître les principales compétences en leadership et les éléments de chacune d'elles peut aider les cadets à développer leurs compétences dans ce domaine tout en s'adaptant à leur rôle de chef au sein de leur corps de cadets.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-114 (ISBN 0-02-863656-2) Pell, A. R. (1999). *The Complete Idiot's Guide to Team Building*. Indianapolis, Indiana, Alpha Books.

C0-115 (ISBN 0-7879-4059-3) Van Linden, J. A., & Fertman, C. I. (1998). *Youth Leadership*. San Francisco, Californie, Jossey-Bass Inc., Publishers.

C0-240 (ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

C0-245 (ISBN 1-58062-513-4) Adams, B. (2001). *The Everything Leadership Book*. Avon, Massachusetts, Adams Media.

C0-256 (ISBN 0-7894-4863-7) Heller, R. (1999). *Achieving Excellence*. New York, New York, DK Publishing, Inc.

C0-258 (ISBN 978-1-59869-450-5) Nigro, N. (2008). *The Everything Coaching and Mentoring Book*. (2e éd.). Avon, Massachusetts, F+W Publications Company.

C0-268 (ISBN 978-1-57542-265-7) MacGregor, M. S. (2008). *Teambuilding With Teens: Activities for Leadership, Decision Making and Group Success*. Minneapolis, Minnesota, Free Spirit Publishing.

C0-270 Maslow, A. H. (1943). *A Theory of Human Motivation. Psychological Review*, vol. 50, n° 4, page 370 à 396.

C0-271 Farthing, D. (2001). *Peacebuilders 1: Conflict Resolution Youth Reference Guide*. Ottawa, Ontario, YouCAN.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M303.02 – PARTICIPER À UNE RELATION DE MENTORAT**

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Préparer des questions pour la discussion de groupe.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin d'initier les cadets à la relation de mentorat, de susciter leur intérêt et de leur présenter la matière de base.

Une discussion de groupe a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur la relation de mentorat.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, les cadets devraient avoir participé à une relation de mentorat.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets participent à une relation de mentorat pour favoriser le développement de leurs compétences en leadership. La relation de mentorat permet d'améliorer les connaissances et les compétences

des participants en leadership et en communication, pour résoudre des conflits et favoriser la rétroaction constructive; elle devrait permettre de développer le leadership de tous les cadets.

**Point d'enseignement 1** **Expliquer la relation de mentorat**

Durée : 15 min Méthode : Exposé interactif

Commencer la leçon en demandant aux cadets s'ils connaissent la signification du mot mentorat. Ont-ils des exemples de mentorat?

**LA RELATION DE MENTORAT**

Une relation de mentorat est une association professionnelle entre deux personnes et qui est axée sur l'auto-perfectionnement. Une personne joue le rôle de mentor, l'autre personne est le cadet encadré. Le mentor est un conseiller ou un guide expérimenté et fiable, mais on s'attend à ce que les deux personnes apprennent des choses dans cette relation.

Un cadet de troisième année peut établir une relation de mentorat simplement en s'associant à un cadet de première année. Ce système de pairage peut aider les cadets de première année à acquérir des compétences et des connaissances liées au corps de cadets et aider le cadet de troisième année à développer ses compétences en leadership et en communication. Un cadet de troisième année peut aussi être encadré par un cadet de cinquième année.

**Reconnaître l'objectif d'une relation de mentorat**

L'objectif d'une relation de mentorat est que le mentor et le cadet encadré partagent des expériences, de sorte que le cadet encadré soit mieux préparé à progresser dans le programme grâce à ses connaissances et à sa confiance.

**Identifier les avantages de participer à une relation de mentorat**

Les avantages d'une participation à une relation de mentorat sont nombreux. L'avantage principal d'être encadré pour un cadet est qu'il pourra démontrer des compétences améliorées et devenir plus autonome et efficace. L'avantage le plus important pour le mentor est de se rendre compte qu'il a inspiré le cadet à donner un rendement supérieur à celui qu'il aurait fourni sans un mentor.

**Contribuer à la relation de mentorat**

La contribution à la relation de mentorat signifie que le mentor et la personne encadrée auront un mot à dire concernant la personne avec laquelle ils seront jumelés. La relation de mentorat est fondée sur la confiance; on peut s'assurer que la relation avec la personne que l'on choisit sera durable et valorisante.

**Être ouvert aux nouvelles choses**

Pour qu'une relation de mentorat soit fructueuse, les deux personnes doivent être ouvertes à essayer de nouvelles choses. L'élargissement de ses horizons et l'amélioration de ses connaissances constituent les fondements d'une relation de mentorat. Il faut du courage pour être réceptif à de nouvelles idées et de nouvelles expériences.

**Être réceptif aux suggestions et à la critique constructive**

Le cadet encadré doit donner suite aux suggestions que lui fait le mentor. Le mentor doit recourir à la critique constructive et tenter de donner de la rétroaction qui aidera le cadet encadré. Il peut s'agir de la rétroaction de nature positive ou de la rétroaction qui aidera à trouver des solutions en cas de rendement médiocre. La tâche du cadet encadré est d'être réceptif aux recommandations que l'on lui fait.

**Donner une rétroaction au mentor**

Le mentorat est une relation à deux sens, c'est pourquoi il est important que le cadet encadré donne de la rétroaction au mentor. Cette rétroaction doit être fondée sur les sentiments, positifs et négatifs, ainsi que sur les observations. Si le cadet encadré n'exprime pas ses sentiments au mentor au sujet de la relation, ses progrès seront ralentis.

**Apprendre de l'exemple donné par le mentor**

Il incombe au mentor de donner le type d'exemple que le cadet encadré voudra imiter, et ce, dans tous les aspects du programme (p. ex., l'exercice militaire, la tenue, le comportement, le leadership et le rendement en classe). Le cadet encadré doit apprendre des choses non seulement à partir des réussites du mentor, mais aussi de ses échecs.

Il est important de se rappeler que l'échec n'est pas nécessairement une chose négative. Tant que les cadets progressent (qu'ils apprennent de leurs erreurs), l'échec peut offrir un avantage, car il crée une occasion d'apprentissage.

**Participer à des activités de mentorat**

Pour tirer pleinement profit d'une relation de mentorat, le cadet encadré doit être prêt à participer à certaines activités de mentorat, comme la réflexion, l'auto-évaluation et les discussions concernant les réussites, les problèmes et les échecs. Le mentor doit aussi se préparer pour chaque session de mentorat. Il doit avoir un ordre du jour des sujets de discussion et s'assurer que ces discussions demeureront axées sur les sujets prévus.

**Apprécier la relation de mentorat**

Une relation de mentorat efficace doit être respectée par les deux personnes engagées dans la relation. Chaque personne doit avoir beaucoup d'estime pour l'autre. En appréciant l'effort, le temps consacré et les réalisations de l'autre personne, on s'assure que cette association sera durable et mutuellement bénéfique.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIONS**

Q1. Quel est l'avantage principal d'une relation de mentorat pour un cadet encadré?

Q2. Pourquoi le mentor et le cadet encadré devraient-ils être ouverts à de nouvelles choses?

Q3. Donner quelques exemples des activités de mentorat?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'avantage principal est que le cadet encadré pourra démontrer des habiletés améliorées et devenir plus autonome et efficace.

R2. Le mentor et le cadet encadré doivent être ouverts à de nouvelles choses parce que chacun d'eux devrait souhaiter élargir ses horizons et augmenter ses connaissances de la relation de mentorat. Il faut du courage pour être réceptif à de nouvelles idées et de nouvelles expériences.

R3. Des activités de mentorat comme la réflexion, l'auto-évaluation et les discussions concernant les réussites, les problèmes et les échecs.

**Point d'enseignement 2** **Animer une discussion de groupe au sujet du mentorat**

Durée : 10 min Méthode : Discussion de groupe

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir de l'information au sujet de la relation de mentorat auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

La discussion de groupe est axée sur la l'auto-évaluation, l'auto-évaluation, la consignation dans un journal et les sessions de mentorat.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Qu'est-ce que la réflexion personnelle?

Q2. Pourquoi pensez-vous que la réflexion personnelle est utile lorsqu'on participe à une relation de mentorat? Donner des exemples d'occasions où le cadet encadré peut recourir à la réflexion personnelle. Donner des exemples d'occasions où le mentor peut recourir à la réflexion personnelle.

Q3. Qu'est-ce que l'auto-évaluation?

Q4. Y a-t-il une différence entre l'auto-évaluation et la réflexion personnelle?

Q5. Pourquoi pensez-vous que l'auto-évaluation est utile lorsqu'on participe à une relation de mentorat? Donner des exemples d'occasions où le cadet encadré peut recourir à l'auto-évaluation. Donner des exemples d'occasions où le mentor peut recourir à la réflexion personnelle.

Q6. Quelle est l'utilité de consigner de l'information dans un journal?

Q7. Y a-t-il une différence entre la consignation d'information dans un journal, l'auto-évaluation et la réflexion personnelle?

Q8. Pourquoi pensez-vous que la consignation dans un journal est utile lorsqu'on participe à une relation de mentorat? Donner des exemples d'occasions où le cadet encadré peut recourir à la consignation dans un journal. Donner des exemples d'occasions où le mentor peut recourir à la consignation dans un journal.

Q9. Lorsqu'une session de mentorat a lieu, à quoi pensez-vous qu'elle ressemble?

Q10. Comment sonne-t-elle?

Q11. Selon vous, comment se sent-on lors d'une séance de mentorat?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Être encadré et servir de mentor constituent une façon d'améliorer ses habiletés et ses connaissances sur le leadership. La relation de mentorat permet de développer la confiance, et la confiance est le fondement du leadership. La réflexion personnelle, l'auto-évaluation et la consignation d'information dans un journal constituent d'excellentes méthodes de suivi des progrès réalisés dans le cadre du programme des cadets.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

À la fin de cette leçon, tous les cadets de troisième année doivent choisir au moins un cadet de première année en vue de l'encadrer. De plus, on doit demander à tous les cadets de troisième année de dire avec lequel des cadets de cinquième année ils aimeraient être jumelés.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-258 (ISBN 978-1-59869-450-5) Nigro, N. (2008). *The Everything Coaching and Mentoring Book*. (2e éd.). Avon, Massachusetts, F+W Publications Company.

C2-109 (ISBN 0-7872-6561-6) Sugarman, D., Doherty, K., Garvey, D., & Gass, M. (2000). *Reflective Learning: Theory and Practice*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM M303.03 – PRATIQUER L'AUTO-ÉVALUATION**

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier le document de cours qui se trouve à l'annexe C pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 pour définir la réflexion et l'auto-évaluation.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 2, parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion, de susciter l'intérêt des cadets et d'effectuer des auto-évaluations.

Une discussion de groupe a été choisie pour le PE 3, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments au sujet des avantages à obtenir des commentaires et de l'aide.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être capable de pratiquer une auto-évaluation.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets pratiquent des auto-évaluations, puisque c'est une excellente méthode pour identifier les domaines à améliorer et évaluer l'apprentissage. L'auto-évaluation est une pierre angulaire de

l'évaluation de l'apprentissage. Elle permet aux cadets et au personnel de s'assurer que les objectifs individuels et du programme ou de l'organisation seront atteints.

**Point d'enseignement 1** **Définir la réflexion et l'auto-évaluation**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

La réflexion et l'auto-évaluation seront utilisées pour de nombreux objectifs de rendement du programme des cadets, pour permettre aux cadets et au personnel, de faire le suivi du perfectionnement et de l'avancement des différentes habiletés et connaissances.

**La réflexion.** Il s'agit d'une analyse longue et méticuleuse. La réflexion peut avoir lieu à tout moment et elle n'a pas nécessairement rapport à soi. Généralement, elle se fait immédiatement après qu'une mesure a été prise.

**L'auto-évaluation.** L'évaluation de soi, de ses propres actions et attitudes, ou de son propre rendement. Pour effectuer une auto-évaluation correctement, la réflexion sur soi doit avoir lieu avant l'auto-évaluation.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Définir la réflexion.

Q2. Définir l'auto-évaluation.

Q3. Pour qu'on effectue une auto-évaluation correctement, la réflexion doit avoir lieu à quel moment?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Il s'agit d'une analyse longue et méticuleuse.

R2. L'évaluation de soi, de ses propres actions et attitudes, ou de son propre rendement.

R3. La réflexion sur soi doit avoir lieu avant l'auto-évaluation.

**Point d'enseignement 2** **Demander aux cadets de diriger des activités d'auto-évaluation**

Durée : 10 min Méthode : Activité en classe

On améliore la réflexion et l'auto-évaluation, sous toutes leurs formes, en précisant le contexte pour chaque activité. L'objectif de cette réflexion et auto-évaluation est que les cadets établissent un niveau de base pour leurs principales qualités de leadership et leurs contributions à la dynamique d'équipe positive.

En donnant aux cadets le temps, l'environnement et l'occasion nécessaires pour faire une réflexion et une auto-évaluation, on leur permet d'effectuer une évaluation pour l'apprentissage et il peut s'agir de l'étincelle qui allumera leur désir d'apprendre.

Demander aux cadets de réfléchir aux trois dernières années qu'ils ont passées dans le programme avant de remplir les rubriques.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de diriger des activités d'auto-évaluation.

### RESSOURCES

- la rubrique d'auto-évaluation des principales qualités de leadership,
- la rubrique d'auto-évaluation de la dynamique d'équipe positive.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Distribuer les rubriques d'auto-évaluation qui se trouvent à l'annexe C à tous les cadets.
2. Expliquer que chaque cadet doit réfléchir à chaque catégorie de la rubrique avant de répondre.
3. Accorder huit minutes aux cadets pour remplir les deux rubriques.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité en classe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** — **Animer une discussion de groupe sur la façon d'obtenir des commentaires et de l'aide et le bon moment de le faire**

Durée : 10 min — Méthode : Discussion de groupe

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements ci-après auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

Il pourrait être nécessaire d'obtenir des commentaires après une auto-évaluation. Les commentaires des autres, sous forme de conseils, devraient donner des idées au cadet sur la façon d'améliorer son rendement.

Il pourrait être nécessaire de chercher à obtenir de l'aide après une auto-évaluation. L'aide des autres, sous forme de collaboration, devrait aider le cadet à améliorer son rendement.

Les commentaires et l'aide devraient orienter le cadet pour assurer qu'il atteint tous ses objectifs, à la fois personnels (p. ex., améliorer le temps durant le test PACER) et professionnels (p. ex., devenir meilleur instructeur).

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Devriez-vous chercher à obtenir des commentaires après avoir achevé l'auto-évaluation? Pourquoi ou pourquoi pas?

Q2. Quel est le bon moment pour chercher à obtenir des commentaires? Pourquoi?

Q3. Devriez-vous chercher à obtenir de l'aide après avoir achevé l'auto-évaluation? Pourquoi ou pourquoi pas?

Q4. Quel est le bon moment pour chercher à obtenir de l'aide? À quoi peut ressembler l'action d'obtenir de l'aide?

Q5. Obtenir de l'aide est-il différent d'obtenir des commentaires? Est-ce différent? De quelle façon est-ce différent?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

Demander aux cadets d'apporter leurs rubriques d'auto-évaluation avec eux et de les placer à un endroit sûr, parce qu'ils devront consulter ces rubriques de nouveau pour faire le suivi de leur progrès.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

L'auto-évaluation est une méthode qui aide à améliorer les compétences de chef. La pratique régulière de réflexion et d'auto-évaluation aidera le cadet à mesurer l'amélioration de ses habiletés et de ses connaissances et à en faire le suivi. L'auto-évaluation aide aussi les cadets à établir des objectifs, à s'efforcer de les atteindre et à les maintenir.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-237 (ISBN 2-7644-0203-01) de Villers, Marie-Eva. (2003). *Multidictionnaire de la langue française* (4e éd.). Montréal, Québec, Éditions Québec Amérique Inc.

C0-242 (ISBN 978-0-9682160-2-1) Gregory, K., Cameron, C., & Davies, A. (2000). *Knowing What Counts: Self-Assessment and Goal Setting*. Courtenay, Colombie-Britannique, Building Connections Publishing Inc.

C0-258 (ISBN 978-1-59869-450-5) Nigro, N. (2008). *The Everything Coaching and Mentoring Book*. (2e éd.). Avon, Massachusetts, F+W Publications Company.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

**OCOM M303.04 – COMMUNIQUER À TITRE DE CHEF D'ÉQUIPE**

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier une copie du casse-tête pour la communication à l'annexe D pour chaque cadet. En utilisant la moitié des copies, découper les morceaux du casse-tête et placer chaque ensemble des morceaux dans un sac de plastique réutilisable. Avec l'autre moitié des casse-tête, placer chaque copie entière dans une enveloppe.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 4 afin d'initier les cadets à la façon de communiquer en tant que chef d'équipe.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 5, parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion et de susciter l'intérêt des cadets à la méthode et aux obstacles de la communication.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra avoir communiqué à titre de chef d'équipe.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent la méthode de communication. Les gens communiquent tous les jours pour partager des connaissances, des intérêts, des attitudes, des opinions, des sentiments et des idées

avec les autres. Après avoir compris les façons de communiquer, les cadets doivent connaître la méthode de communication et le moment et la façon de l'utiliser. Les habiletés en communication sont une composante essentielle du leadership, car elles permettent de véhiculer des idées d'une personne à une autre ou à un groupe, et réciproquement. La communication efficace aide les gens à éliminer les frontières entre eux et les autres.

**Point d'enseignement 1** **Expliquer la communication verbale et non verbale**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Toute forme de communication doit avoir un auteur et un destinataire.

**COMMUNICATION VERBALE**

Lorsque les personnes se parlent, la communication verbale est utilisée. En grande partie, l'information qu'une personne reçoit d'une conversation est perçue par des mots. On se sert de la communication verbale durant les conversations, les réunions, les entrevues, les discours et lors de bien d'autres occasions.

**COMMUNICATION NON VERBALE**

Lorsque des personnes communiquent, le langage corporel et les gestes sont très utiles. Le langage corporel et les gestes servent de raccourcis en communication qui expriment un message déjà connu de l'auteur et du destinataire.

Demander aux cadets de donner des exemples de langage corporel et de gestes. S'assurer que les exemples ne soulèvent aucune controverse.

Les communications écrites telles que les notes de service et les courriels sont considérées comme des moyens de communication non verbale. On utilise les communications écrites dans les Organisations de cadets parce qu'elles sont accessibles et habituellement permanentes.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Chaque forme de communication nécessite quels éléments?

Q2. Quand utilise-t-on la communication verbale?

Q3. Donner trois types de communication non verbale.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Un auteur et un destinataire.

R2. On se sert de la communication verbale durant les conversations, les réunions, les entrevues, les discours et lors de bien d'autres occasions.

R3. Langage corporel, gestes et les communications écrites.

**Point d'enseignement 2** **Expliquer l'audition et l'écoute et leur incidence sur la communication**

Durée : 15 min Méthode : Exposé interactif

Avant de commencer ce PE, demander aux cadets s'ils pensent qu'il y a une différence entre entendre et écouter.

Ne pas passer beaucoup de temps sur cette question, puisqu'elle sera élaborée dans ce PE.

## LA DÉFINITION DE L'AUDITION

Le *Multidictionnaire de la langue française* définit « entendre » de la façon suivante :

- percevoir le son (par l'appareil auditif).

On entend des choses naturellement tous les jours, qu'on le veuille ou non.

## LA DÉFINITION DE L'ÉCOUTE

Le *Multidictionnaire de la langue française* définit « écouter » de la façon suivante :

- prêter l'oreille avec attention à.

Lorsqu'une personne écoute, elle fait un effort pour entendre quelque chose. Pour écouter efficacement, l'écoutant doit porter attention à la personne qui parle.

## ÉCOUTE ACTIVE

L'écoute active est une chose difficile parce qu'elle exige que l'écoutant ignore ses réactions internes et tourne son attention vers la personne qui parle, sans juger ce qu'elle dit.

En suspendant son jugement, une personne communique du respect en reconnaissant que l'autre personne est importante et qu'elle mérite d'être entendue et comprise. L'écoute active encourage les gens à parler de faits et de sentiments sans risquer d'être abaissés. Le but de l'écoute active n'est pas uniquement d'entendre ce que la personne qui parle a à dire, mais aussi de lui permettre de se concentrer sur elle-même pour qu'elle puisse communiquer exactement ce qu'elle ressent. L'écoute active peut être pratiquée dans de nombreuses situations, dont certaines sont expliquées à la figure 3-4-1.

Demander aux cadets de penser à des exemples réels de situations où ils ont tenté d'être de bons écoutants et de faire des comparaisons avec les éléments du tableau ci-dessous.

| Non-écoute active | Écoute active |
|---|---|
| Donner à l'autre personne sa propre version. | Répéter en ses propres mots à l'autre personne ce que l'on a compris. |
| Exprimer des opinions et des conseils. Parler de soi à chaque point. | Ne pas parler de soi. |
| Introduire de nouveaux points pour changer de sujet si la situation est inconfortable. | Laisser la personne qui parle diriger la conversation. L'encourager à revenir sur le sujet si elle s'en éloigne. Ne pas lui permettre de passer à un sujet de moindre importance si elle croit qu'on ne comprend pas. |
| Penser à ce qu'on va dire pendant que l'autre personne parle. | Se concentrer totalement sur ce que la personne dit. |
| Ne pas laisser savoir à la personne qui parle qu'on ne comprend pas ce qu'elle exprime. | Demander des clarifications lorsqu'on ne comprend pas. |
| Rassurer la personne en lui disant : « Ce n'est pas tellement grave » ou lui apporter une solution. | Laisser la personne trouver sa propre solution, qui pourrait être différente de la vôtre. Ne pas offrir de conseils. |
| Exprimer son accord par des formules générales comme « Oui, c'est une situation désespérée » ou « Tu ne peux rien y faire ». | Laisser la personne trouver sa propre réponse. Lui réexprimer ce qu'elle dit pour lui laisser savoir qu'on comprend, mais aussi pour qu'elle puisse s'entendre et se comprendre elle-même. |
| Réprimer ses sentiments en disant des choses comme « Tu te sentiras mieux demain » ou « Ce n'est pas la fin du monde ». | Renforcer ses sentiments en disant des choses comme « Tu sens que la situation est désespérée en ce moment » ou « Tu ne trouves rien pour corriger la situation ». |
| Remplir les moments de silence. | Permettre des moments de silence. |

*E. Colver & M. Reid, Peacebuilders 2: Peer Helping, YouCAN (page 13)*

Figure 3-4-1 Exemples d'écoute active

**MAUVAISES HABITUDES D'ÉCOUTE**

Les gens ont souvent besoin de sentir qu'on les écoute avant qu'ils puissent écouter. Lorsqu'on écoute, il faut se concentrer sur la personne qui parle. L'écoute affirmative (faire signe de la tête et répondre rapidement) indique à la personne qui parle que l'écoutant porte attention, ce qui l'encourage à continuer de communiquer.

Il faut prendre soin de demeurer concentré pendant une conversation. Voici quelques exemples de mauvaises habitudes d'écoute :

- formuler une réponse pendant que l'autre personne parle;
- permettre à son esprit de s'égarer;
- bloquer un point de vue qui diffère des idées préconçues de l'écoutant;
- interrompre la personne qui parle;
- finir une phrase pour la personne qui parle;

- parler en même temps que l'autre personne;
- sauter aux conclusions;
- entendre seulement ce que l'écoutant veut entendre ou s'attend à entendre, ou supposer ce qui sera dit.

Le caractère chinois qui signifie écouter, et qui se prononce *ting*, est composé de quatre traits : le cœur, l'esprit, les oreilles et les yeux.

*K. Cole, The Complete Idiot's Guide to Clear Communication, Alpha Books (page 130)*

Figure 3-4-2 Caractère chinois signifiant « écouter »

**INCIDENCE DE L'ÉCOUTE ET DE L'AUDITION SUR LA COMMUNICATION**

Les bruits sont faciles à entendre, mais si une personne entend ce qui se passe, cela veut-il dire qu'elle écoute? Parfois, l'écoutant doit arrêter la personne qui parle et lui demander de répéter. Il est possible d'entendre une personne parler tout en ayant aucune idée de ce qu'elle dit.

Demander aux cadets de penser à des leçons ou des conversations qu'ils ont entendues récemment sans avoir écouté.

Pour communiquer efficacement, il est essentiel que ceux qui reçoivent l'information soient à l'écoute; la personne qui parle doit avoir l'attention et l'oreille des écoutants.

Les écoutants doivent prendre part à la communication physiquement, mentalement et verbalement. Le langage corporel aide à garder l'attention des écoutants. Ces dernières doivent porter leur attention uniquement sur la personne qui parle. Si le sujet est important, on s'aidera à demeurer concentré en prenant des notes. Une fois que la personne, qui parle, a terminé, elle pourra poser des questions pour s'assurer que le message a été compris correctement.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

**QUESTIONS**

Q1. Quelle est la définition d'« écouter »?

Q2. Donner quelques exemples de mauvaises habitudes d'écoute.

Q3. Les écoutants doivent prendre part à la communication de quelles façons?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le *Multidictionnaire de la langue française* définit « écouter » de la façon suivante :

- prêter l'oreille avec attention à.

R2. Voici des exemples de mauvaises habitudes d'écoute :

- formuler une réponse pendant que l'autre personne parle;
- permettre à son esprit de s'égarer;
- bloquer un point de vue qui diffère des idées préconçues de l'écoutant;
- interrompre la personne qui parle;
- finir une phrase pour la personne qui parle;
- parler en même temps que l'autre personne;
- sauter aux conclusions;
- entendre seulement ce que l'écoutant veut entendre ou s'attend à entendre, ou supposer ce qui sera dit.

R3. Les écoutants doivent prendre part à la communication physiquement, mentalement et verbalement.

---

**Point d'enseignement 3** **Décrire la méthode de communication**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**LA MÉTHODE DE COMMUNICATION**

Les compétences en communication sont une composante essentielle du leadership, car elles permettent de véhiculer des idées d'une personne à une autre ou à un groupe, et réciproquement. La communication efficace aide les gens à éliminer les frontières entre eux et les autres. Porter une attention particulière, non seulement à ce que les gens veulent exprimer mais aussi à la façon dont ils le font constitue une partie importante de la communication. La communication met en jeu une interaction complexe d'habitudes, d'attitudes, de connaissances, d'information et de parti pris.

La méthode de communication comprend les trois étapes suivantes :

1. la réception;
2. l'interprétation;
3. la réponse.

**Recevoir une information**

La réception d'un message dépend directement de l'information transmise par l'auteur et de la façon dont il l'a fait. Lorsqu'on reçoit de l'information, l'écoute est extrêmement importante.

Les messages peuvent être simples ou complexes. Lorsqu'il reçoit un message complexe, le destinataire doit être prêt à noter les éléments importants. S'il y a un manque de compréhension ou une confusion quelconque, il doit poser des questions.

**Interpréter une information**

Une fois qu'on a reçu un message, il faut y réfléchir et l'interpréter. Les messages simples ne requièrent normalement pas un niveau d'interprétation élevé.

Les destinataires d'un message interprètent le contenu du message à l'aide de ses propres définitions, lesquelles pourraient varier considérablement de celles de l'auteur.

**Répondre à une information**

En répondant, le destinataire indique à l'auteur qu'il a reçu et interprété le message et qu'il agit en conséquence. La réponse peut être donnée à l'auteur, à une autre personne ou à un groupe qui doit agir en fonction du message. Lorsqu'on répond, il est important de pouvoir communiquer ce qu'on a interprété du message.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelle est l'étape de la communication qui suit la réception du message?

Q2. Que faut-il faire en cas d'un manque de compréhension ou d'une confusion quelconque?

Q3. Que peut recevoir une réponse dans la méthode de communication?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'interprétation est l'étape suivante.

R2. Il faut poser des questions.

R3. La réponse peut être donnée à l'auteur, à une autre personne ou à un groupe qui doit agir en fonction du message.

---

**Point d'enseignement 4** **Identifier les obstacles d'une communication efficace**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

**OBSTACLES À LA COMMUNICATION**

Lorsqu'il fait part d'un message, l'auteur doit comprendre qu'il existe des obstacles à la communication – des difficultés faisant en sorte que la communication peut être mal interprétée. Pour que la communication soit efficace, ces obstacles doivent être surmontés ou gérés. Garder à l'esprit que ce qui a vraiment été communiqué est le message que les autres ont reçu, non pas celui qu'on avait l'intention de communiquer.

Lorsque le destinataire du message doit surmonter des obstacles à la communication, il peut faire face aux situations suivantes :

- être sur la défensive, éprouver de la confusion, de la résistance ou du ressentiment;
- dépendre des autres pour qu'ils lui donnent des explications et de l'information;
- se retirer de la conversation;
- éprouver des sentiments de défaite, ne pas se sentir à la hauteur;
- probabilité réduite de résolution de problème.

Les obstacles à la communication peuvent se diviser en trois catégories : facteurs intrapersonnels et facteurs de distraction et l'élocution.

**Facteurs intrapersonnels**

Les obstacles à la communication suivants constituent des facteurs intrapersonnels :

- **Le stress.** Lorsqu'ils sont sous l'effet du stress, l'auteur et le destinataire peuvent facilement perdre de vue le but du message et avoir de la difficulté à se concentrer sur le message.
- **Les émotions.** Lorsque l'auteur du message éprouve des émotions intenses, comme l'inquiétude, la crainte ou même l'excitation, il peut oublier l'intention du message. Si le destinataire éprouve des sentiments intenses et négatifs par rapport à l'auteur du message ou s'il est en désaccord avec le message, il éprouvera de la difficulté à l'interpréter.
- **La mauvaise interprétation.** La signification du message peut être mal interprétée par le destinataire. Parfois, un mot peut signifier deux choses différentes et différents mots ont différentes significations pour différentes personnes. Lorsque l'auteur utilise des mots complexes, il doit s'assurer que le destinataire est capable de les comprendre. Il faut demeurer au fait qu'une personne peut utiliser un mot particulier dans un sens différent de celui que les autres comprennent.
- **Les mauvaises habitudes d'écoute.** Lorsqu'un destinataire a de mauvaises habitudes d'écoute, la signification et l'intention du message peuvent être perdues. Il est important que l'auteur cherche des indices qui lui permettront de s'assurer que les destinataires écoutent et qu'ils prêtent attention.
- **L'étroitesse d'esprit.** Parfois, les gens entendent seulement ce qu'ils veulent bien entendre. Lorsque de nouvelles idées ou des changements ont été proposés, certaines personnes ont de la difficulté à accepter le message.
- **Les préjugés.** L'auteur et le destinataire peuvent avoir des préjugés. Lorsque la capacité de comprendre est remise en question ou que l'intention est mal interprétée en raison d'opinions préconçues, l'efficacité du message est réduite.

**Facteurs de distraction**

Les obstacles à la communication suivants constituent des facteurs de distraction.

- **Les facteurs visuels.** Lorsqu'on envoie ou reçoit un message, il est facile d'être distrait par les choses environnantes. Même lorsque les participants semblent extrêmement concentrés, des choses qu'ils voient du coin de l'œil peuvent les distraire et les déconcerter.
- **Les facteurs auditifs.** Les bruits sont également une source de distraction lorsqu'on envoie ou reçoit un message. Lorsqu'ils se produisent, les participants peuvent devenir distraits et déconcertés. L'auteur peut devoir interrompre son message, attendre que le bruit cesse, puis reprendre. Il est important que les destinataires se trouvent dans un environnement exempt de distractions.

**L'élocution**

Les obstacles à la communication suivants constituent des facteurs de l'élocution.

- **La langue.** La langue qu'une personne parle peut avoir une incidence importante sur l'efficacité du message. Il est extrêmement difficile de comprendre un message transmis dans une langue étrangère. De plus, si une personne utilise des termes complexes pour expliquer un concept, le sens peut être difficile à saisir. L'utilisation de termes simples pour expliquer des concepts permet de s'assurer que tout le monde comprend le message et d'éviter toute confusion possible.
- **Les messages variés.** Des messages variés sont lancés lorsque l'auteur envoie divers messages, et que chacun véhicule une idée ou une signification différente. Les messages variés peuvent être interprétés à partir du langage corporel et du ton de la voix de l'auteur. Si le destinataire interprète des messages variés, l'intention du message risque d'être perdue.
- **La surcharge d'information.** Lorsqu'on est bombardé d'information, il devient difficile de comprendre un message. Lorsqu'il reçoit des renseignements supplémentaires, le destinataire doit les trier et retenir les éléments clés. Lorsqu'une personne reçoit un nombre trop élevé de renseignements, elle

risque d'entendre seulement une partie du message et d'en tordre le sens. L'auteur doit communiquer uniquement l'information essentielle au destinataire.

**Point d'enseignement 5** — **Diriger une activité qui démontre les obstacles de la communication efficace**

Durée : 15 min — Méthode : Activité en classe

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'expérimenter les obstacles à la communication.

### RESSOURCES

- un chronomètre,
- du papier,
- des ciseaux,
- des sacs de plastique réutilisables (un pour deux cadets);
- des enveloppes (une pour deux cadets);
- le casse-tête pour la communication à l'annexe D (un par cadet).

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Aménager un endroit où les cadets peuvent s'asseoir dos à dos.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires; Pour chaque paire, demander aux cadets de déterminer qui sera le cadet « A » et qui sera le cadet « B ».

2. Expliquer aux cadets qu'ils devront s'asseoir dos à dos. Le cadet « A » devra essayer de diriger le cadet « B » pour qu'il utilise des formes découpées pour reproduire le modèle donné. L'activité sera composée des trois rondes suivantes :

   (a) Pendant la première ronde, seul le cadet « A » pourra parler.

   (b) Pendant la deuxième ronde, le cadet « B » pourra poser des questions, mais le cadet « A » ne pourra répondre que par un oui ou un non.

   (c) Pendant la troisième ronde, les deux cadets pourront parler librement.

Si à tout moment les cadets croient que le casse-tête a été résolu, le cadet « A » pourra regarder le casse-tête de son partenaire. S'il est correct, le cadet « A » devra tourner le casse-tête pour qu'il soit différent des précédentes fois, puis essayer de nouveau jusqu'à ce que le temps soit écoulé.

3. Distribuer le casse-tête dans une enveloppe à chaque cadet « A ». Distribuer les morceaux découpés dans un sac réutilisable à chaque cadet « B ».

4. Demander aux cadets de s'asseoir dos à dos et de commencer la première ronde. Partir le chronomètre.

S'il y a suffisamment d'espace, demander à tous les cadets « A » de faire face à une direction et à tous les cadets « B » de faire face à la direction opposée, pour s'assurer qu'aucun cadet ne pourra voir le casse-tête d'un autre cadet.

5. Après trois minutes, interrompre les cadets. Leur demander de commencer la deuxième ronde. Partir le chronomètre.

6. Après trois minutes, interrompre les cadets. Leur demander de commencer la troisième ronde. Partir le chronomètre.

7. Après trois minutes, demander aux cadets de comparer les casse-tête avec ceux des autres paires.

8. Regrouper les cadets pour leur donner une rétroaction. Poser des questions comme les suivantes :

   (a) Pourquoi était-il frustrant de ne pas pouvoir communiquer pleinement pendant l'activité?

   (b) Quels problèmes de communication fallait-il tenter de surmonter pendant cette activité?

   (c) Pouvez-vous penser à une situation réelle pour laquelle vous avez tenté de résoudre un problème sans disposer de tous les morceaux nécessaires? Qu'est-ce qui aurait changé dans cette situation si vous aviez reçu plus d'information ou si les autres avaient communiqué plus clairement?

   (d) Qu'arrive-t-il lorsqu'un membre de l'équipe a un but spécifique en tête, mais qu'il n'arrive pas à le communiquer clairement à l'équipe? Comment l'équipe peut-elle améliorer sa façon de communiquer de l'information?

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

La participation des cadets à l'activité en classe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité en classe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les gens communiquent tous les jours pour partager des connaissances, des intérêts, des attitudes, des opinions, des sentiments et des idées avec les autres. Les habiletés en communication sont une composante essentielle du leadership, car elles permettent de véhiculer des idées à une autre ou à un groupe, et

réciproquement. Ces habiletés s'améliorent avec l'expérience : c'est pourquoi il faut saisir chaque occasion de communiquer avec les autres.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**


C0-022 (ISBN 0-02864-207-4) Cole, K. (2002). *The Complete Idiot's Guide to Clear Communication*. Indianapolis, Indiana, Alpha Books.

C0-115 (ISBN 0-7879-4059-3) Van Linden, J. A., & Fertman, C. I. (1998). *Youth Leadership*. San Francisco, Californie, Jossey-Bass Inc., Publishers.

C0-144 Colver, E., & Reid, M. (2001). *Peacebuilders 2: Peer Helping*. Ottawa, Ontario, YouCAN.

C0-237 (ISBN 2-7644-0203-01) de Villers, Marie-Eva. (2003). *Multidictionnaire de la langue française* (4e éd.). Montréal, Québec, Éditions Québec Amérique Inc.

C0-262 MacDonald, K. (2002). *Interpersonal Conflict Resolution Skills for Youth. Module 1: Fundamentals of Conflict Resolution*. New Westminster, Colombie-Britannique, Centre for Conflict Resolution.

C0-268 (ISBN 1-57542-265-4) MacGregor, M. (2008). *Teambuilding With Teens: Activities for Leadership, Decision Making and Group Success*. Minneapolis, Minnesota, Free Spirit Publishing, Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

**OCOM M303.05 – SUPERVISER LES CADETS**

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 et le PE 2 afin d'initier les cadets à la supervision.

Une discussion de groupe a été choisie pour les PE 3 et 4, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur la supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être capable de superviser les cadets.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent l'objet de la supervision et la façon de superviser, parce que la supervision efficace constitue un élément fondamental pour pouvoir devenir un chef. Les cadets de l'étoile argent devront superviser leurs équipes pendant qu'ils dirigent des tâches de leadership.

**Point d'enseignement 1** **Expliquer les buts de la supervision**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

## LES BUTS DE LA SUPERVISION

Il existe trois buts principaux pour la supervision.

**Protéger.** La supervision assure la sécurité et le bien-être du personnel.

La sécurité est la préoccupation principale de tous les aspects du programme des cadets. Lorsqu'une situation n'est pas sécuritaire, il faut cesser immédiatement les opérations.

L'ordonnance OAIC 14-31, *Programme de sécurité générale – Directeur – Cadets et Rangers juniors canadiens*, décrit les exigences d'un programme de sécurité générale qu'il faut intégrer à tous les aspects des activités des cadets.

**Offrir un appui.** La supervision permet de s'assurer que tous les membres de l'équipe reçoivent l'aide, l'appui et l'encouragement nécessaires pendant qu'ils exécutent leurs tâches. Si les cadets ne pratiquent la gestion intrapersonnelle, la gestion interpersonnelle, le travail d'équipe et la communication efficace, le superviseur doit réagir en fonction de la situation.

**Fournir une assurance de la qualité.** La supervision permet de s'assurer que les résultats de l'exécution d'une tâche respectent les attentes relatives à cette tâche. Si les cadets ne prennent pas leurs responsabilités concernant l'exécution d'une tâche, le superviseur doit réagir en fonction de la situation.

Personne n'aime être supervisé de trop près. Il est important de ne pas gérer votre équipe dans le moindre détail.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Quels sont les buts de la supervision?

Q2. Quel est le type d'appui assuré par la supervision?

Q3. De quelle façon la supervision permet-elle de fournir une assurance de la qualité?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les buts de la supervision sont de protéger, d'offrir un appui et fournir une assurance de la qualité.

R2. La supervision permet de s'assurer que tous les membres de l'équipe reçoivent l'aide, l'appui et l'encouragement nécessaires pendant qu'ils exécutent leurs tâches.

R3. La supervision permet de s'assurer que les résultats de l'exécution d'une tâche respectent les attentes relatives à cette tâche.

**Point d'enseignement 2** **Expliquer la façon de superviser**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

## LA FAÇON DE SUPERVISER

On s'attend à ce que les cadets, en tant que chefs d'équipe, supervisent les autres. La supervision doit se faire pendant toute la durée de la tâche, non pas seulement au début ou à la fin. Même si chaque situation de supervision est unique, certains responsabilités fondamentales doivent être prises. Les chefs d'équipe doivent prendre ces responsabilités, en prenant les mesures suivantes :

**S'assurer de la sécurité.** La principale préoccupation de tous les membres du programme des cadets est de s'assurer que chaque situation est gérée de façon sécuritaire.

**S'assurer du bien-être des cadets.** Le bien-être des cadets au sein du programme des cadets constitue la préoccupation principale au cours de l'exécution des tâches portant sur l'instruction et de l'administration.

**Encourager les cadets.** Il faut encourager les cadets à effectuer du travail satisfaisant de façon volontaire. La motivation par des éloges produit généralement de bons résultats.

**Modifier les responsabilités au besoin.** Il est important de pouvoir modifier les responsabilités des cadets au besoin. Les cadets qui ont de l'expérience auront probablement besoin de moins de supervision et pourront prendre plus de responsabilités.

**Maintenir le contrôle des cadets.** Il faut veiller à ce que les cadets s'acquittent de leurs tâches, et ce, de façon satisfaisante. Un superviseur efficace sera capable de s'assurer que les cadets demeurent concentrés sur leurs tâches.

**Corriger les erreurs au besoin.** Si des erreurs sont faites, les superviseurs efficaces seront capables de les traiter en discutant. Ils examineront ce qui doit être fait et comment le faire, et ils prendront les mesures pour corriger les erreurs.

**Signaler la mauvaise conduite au besoin.** Lorsque les cadets se comportent à l'encontre des qualités principales de leadership d'un cadet, il faut signaler leurs comportements aux échelons supérieurs.

**S'assurer que les cadets assument les responsabilités qui leur sont attribuées.** Lorsque des superviseurs délèguent ou attribuent des tâches à d'autres, ils ont la responsabilité de s'assurer que toutes les tâches déléguées sont menées à terme.

Les superviseurs efficaces sont normalement des chefs efficaces.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. À quel moment la supervision doit-elle être exercée?

Q2. Énumérer les responsabilités liées à la supervision qu'un chef d'équipe doit exercer.

Q3. Quelle est la principale préoccupation de tous les membres du programme des cadets?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La supervision doit se faire pendant toute la durée de la tâche, non pas seulement au début ou à la fin.

R2. Les responsabilités liées à la supervision qu'un chef d'équipe doit exercer sont les suivantes :

- s'assurer de la sécurité;
- s'assurer du bien-être des cadets;
- encourager les cadets;
- modifier les responsabilités au besoin;
- maintenir le contrôle des cadets;
- corriger les erreurs au besoin;
- signaler la mauvaise conduite au besoin;
- s'assurer au besoin que les cadets assument les responsabilités qui leur sont attribuées.

R3. S'assurer que chaque situation liée au programme des cadets est gérée de façon sécuritaire.

**Point d'enseignement 3** **Animer une discussion de groupe sur la supervision**

Durée : 15 min Méthode : Discussion de groupe

**DISCUSSION DE GROUPE**

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Selon vous, quelles sont les responsabilités d'un superviseur efficace? Sont-elles différentes de celles énumérées au PE 2?

Q2. Quelle est la plus importante responsabilité? Pourquoi?

Q3. Quelle est la responsabilité la moins assumée? Pourquoi?

Q4. Énumérez certains exemples où vous avez vu des chefs assumer ces diverses responsabilités.

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 4** — **Discuter des exigences de supervision au corps de cadets**

Durée : 15 min — Méthode : Discussion de groupe

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir de l'information au sujet de la supervision au corps de cadets auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

On supervise les cadets à divers endroits au corps de cadets. Ces endroits peuvent inclure les escaliers, les entrées de porte, les corridors, le terrain de parade, les salles de classe, la cantine, etc. On fait la supervision dans ces endroits pour assurer la sécurité et un appui aux cadets et fournir une assurance de la qualité pendant les tâches.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Nommer quelques endroits au corps de cadets où on doit superviser les cadets en raison de la sécurité.

Q2. Comment doit-on superviser ces endroits?

Q3. Est-ce que la supervision des cadets dans ces endroits diffère des autres endroits de la bâtisse?

Q4. Comment doit-on superviser les autres endroits de la bâtisse?

Q5. Est-ce que la supervision des cadets est différente s'ils ne sont pas dans la bâtisse?

Q6. Donner des exemples sur la façon d'encourager les cadets pendant la supervision.

Q7. Donner des exemples d'inconduite qu'il faut signaler aux échelons supérieurs.

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux discussions de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 1 (COREN 303).

### OBSERVATIONS FINALES

Les superviseurs efficaces sont normalement des chefs efficaces. Les superviseurs protègent les autres, les encouragent et les aident à utiliser leurs habiletés, leur expertise et leurs idées pour produire des résultats.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-107 Director des cadets 5. (2007). OAIC 14-31, *Programme de sécurité générale – Directeur - Cadets et Rangers junior canadiens*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-249 (ISBN 0-7894-2890-3) Heller, R. (1998). *How to Delegate*. New York, New York, DK Publishing, Inc.

C0-272 Coleridge Education, College of St. Mark and St. John. (2002). *A Consultation of Supervision Provision and Training Requirements Across Connexions Partnerships in England*. Extrait le 17 mars 2008 du site http://www.connexions.gov.uk/partnerships/publications/uploads/cp/Supervisory%20Skills%20Exec%20Sum.pdf.

C0-273 (ISBN 978-1-56414-363-1) Ladew, D. P. (1998). *How to Supervise People: Techniques for Getting Results Through Others*. Franklin Lakes, New Jersey, Career Press.

C0-274 (ISBN 1-4134-1294-7) Sargent, G. (2003). *The Little Black Book of Supervision*. États-Unis, Xlibris Corporation.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 6**

**OCOM M303.06 – RÉSOUDRE LES PROBLÈMES**

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier les mises en situation de résolution de problème qui se trouvent à l'annexe E.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 3 afin de réviser l'analyse logique et d'initier les cadets aux autres méthodes de résolution de problèmes.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 4, parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion et de susciter l'intérêt des cadets à la résolution de problèmes.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait avoir résolu des problèmes.

### IMPORTANCE

L'une des compétences importantes qu'un chef d'équipe doit avoir est la capacité de résoudre des problèmes. En tant que chefs d'équipe, les cadets utiliseront cette compétence plus souvent. Les cadets auront plus de chances de réussir à résoudre des problèmes s'ils peuvent recourir à diverses méthodes.

**Point d'enseignement 1** **Réviser les étapes de l'analyse logique**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

**ANALYSE LOGIQUE**

Les huit étapes de l'analyse logique ont été enseignées au cours de l'année précédente :

1. confirmer la tâche;
2. identifier le problème;
3. définir le facteur critique;
4. concevoir d'autres solutions;
5. comparer les solutions de rechange;
6. trouver la meilleure solution possible;
7. mettre la solution en œuvre;
8. évaluer le plan et la mise en œuvre.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Quelle est la première étape de l'analyse logique?

Q2. Quelle est la troisième étape de l'analyse logique?

Q3. Quelle est la dernière étape de l'analyse logique?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Confirmer la tâche.

R2. Déterminer le facteur critique.

R3. Évaluer le plan et sa mise en œuvre.

**Point d'enseignement 2** **Expliquer les étapes de la méthode de résolution de problèmes**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

La méthode de résolution de problèmes connue par l'acronyme ITICE ressemble beaucoup à l'analyse logique, mais elle comporte moins d'étapes dont il faut se rappeler.

La méthode de résolution de problèmes ITICE a été conçue pour les adolescents.

ITICE est un acronyme. La méthode de résolution de problèmes ITICE comporte les cinq étapes suivantes :

1. **Identifier le problème.** Pour pouvoir résoudre un problème, les cadets doivent comprendre sa nature réelle. Si le problème n'est pas clairement identifié, on risque de ne pas résoudre le problème « réel ». Voici le genre de questions qu'il faut se poser à la première étape :

   - Que voulons-nous accomplir?
   - De combien de temps avons-nous besoin?
   - De quelles ressources disposons-nous?
   - De quelles ressources avons-nous besoin?

2. **Trouver toutes les solutions possibles.** Cette étape a trait à toutes les possibilités de résoudre le problème exprimées pendant un exercice de remue-méninges. Les cadets devront explorer toutes les solutions exprimées. Il faudra discuter de certaines possibilités à l'extérieur de l'équipe; d'autres possibilités auront besoin d'être explorées de façon critique et méthodique. Certaines solutions permettront de résoudre facilement le problème, tandis que d'autres solutions seront plus difficiles à appliquer. Il faudra peut-être poser certaines questions comme les suivantes :

   - Quelle est la solution la plus simple?
   - Quelle est la solution la plus sécuritaire?
   - Quelle est la pire chose qui puisse arriver?
   - Quelle est la solution la plus flexible?
   - Quelle est la solution qui permet d'utiliser les ressources disponibles de façon économique?

3. **Identifier les conséquences pouvant résulter de ces solutions.** Chaque solution aura des conséquences. En s'assurant que les cadets connaissent les conséquences liées à une solution avant de mettre en œuvre une décision, on pourra aider à éliminer les solutions dont les conséquences sont fâcheuses, des conséquences inconnues pourraient résulter de certaines solutions, mais elles devraient être très limitées.

4. **Choisir la solution la plus appropriée.** C'est à cette étape que la solution est choisie et mise en œuvre. Une fois que la solution a été choisie, il faut élaborer un plan d'action. C'est à ce stade-ci qu'un plan est appliqué.

5. **Évaluer la décision.** Une fois que le plan a été mis en œuvre, il faut évaluer la décision. Examiner la mise en œuvre de la solution et les besoins que l'on a peut-être pas prévus. Voici une liste sommaire de questions.

   - La solution était-elle bonne?
   - Le plan d'action de la solution a-t-il réussi?
   - Que pouvons-nous faire pour améliorer le plan ou la mise en œuvre la prochaine fois?
   - Quelles sont les leçons qu'on a apprises?

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

---

### QUESTIONS

Q1. Pour qui la méthode de résolution de problèmes ITICE a-t-elle été mise au point?

Q2. La méthode de résolution de problèmes ITICE ressemble à quelle autre méthode de même nature?

Q3. Quelles sont les étapes de la méthode de résolution de problèmes ITICE?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour les adolescents.

R2. Analyse logique.

R3. Les étapes de la méthode de résolution de problèmes ITICE sont les suivantes :

(1) identifiant le problème;

(2) trouver toutes les solutions possibles;

(3) identifier les conséquences pouvant résulter de ces solutions;

(4) choisir la solution la plus appropriée;

(5) évaluer la décision.

---

**Point d'enseignement 3** — **Expliquer les étapes de la méthode de résolution de problèmes DEACR**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

---

La méthode de résolution de problèmes DEACR ressemble beaucoup à la méthode ITICE, qui ressemble à l'analyse logique.

La méthode de résolution de problèmes DEACR a été conçue en fonction d'une approche d'équipe. Il s'agit d'une autre méthode pour laquelle il faut faire preuve d'une dynamique d'équipe positive.

La méthode DEACR comporte les cinq étapes suivantes :

1. **Durée.** La première étape consiste à consacrer du temps pour découvrir quel est le problème réel. Avec l'aide de l'équipe, il faut identifier le problème « réel ». À cette étape-ci, il faut poser les mêmes questions que celles qui servent à identifier le problème dans le cas de la méthode ITICE.

2. **Exposition.** Pour la deuxième étape, il faut découvrir ce que les autres ont fait dans une situation semblable. En utilisant l'information recueillie auprès d'autres personnes, on devrait être en mesure d'augmenter le nombre de solutions possibles pour résoudre le problème.

3. **Aide.** Pour la troisième étape, l'équipe doit étudier toute l'information selon différents points de vue. L'équipe est très utile à ce stade-ci parce que différents points de vue fondés sur les connaissances et l'expérience d'un même problème permettront d'obtenir des résultats supérieurs et de créer un environnement où la collaboration est plus grande.

4. **Créativité.** Pour la quatrième étape, l'équipe doit faire un remue-méninges des solutions possibles et des conséquences de chacune d'elles. À nouveau, l'équipe sera très utile en raison des différents points de vue fondés sur les connaissances et l'expérience.

5. **Résolution.** La dernière étape consiste en la mise en œuvre de la meilleure solution. L'équipe aidera à élaborer un plan d'action de la solution retenue. Une fois que la solution aura été mise en œuvre, il faudra effectuer l'évaluation de la solution retenue et de sa mise en œuvre. Les questions permettant d'évaluer la mise en œuvre devraient être les mêmes que celles utilisées dans le cas de la méthode ITICE.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Pour quel type d'approche la méthode de résolution de problèmes DEACR a-t-elle été conçue?

Q2. La méthode de résolution de problèmes DEACR ressemble beaucoup à quelle autre méthode du même type?

Q3. Énumérer les cinq étapes de la méthode de résolution de problèmes DEACR.

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Une approche d'équipe.

R2. La méthode ITICE.

R3. Les cinq étapes de la méthode de résolution de problèmes DEACR sont les suivantes :

- durée,
- exposition,
- aide,
- créativité,
- résolution.

**Point d'enseignement 4** — **Diriger une activité où les cadets doivent choisir une méthode de résolution de problèmes et la mettre en pratique dans une mise en situation**

Durée : 25 min — Méthode : Activité en classe

Utiliser les quatre mises en situation de l'annexe E. Les distribuer de façon égale aux cadets (p. ex., quatre cadets reçoivent la mise en situation 1, quatre cadets reçoivent la mise en situation 2, trois cadets reçoivent la mise en situation 3 et trois cadets reçoivent la mise en situation 4).

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de conduire les cadets à choisir une méthode de résolution de problèmes et à l'appliquer à une mise en situation.

### RESSOURCES

- les mises en situation,
- des stylos et des crayons.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une mise en situation à chaque cadet.
2. Les cadets doivent choisir une méthode de résolution de problèmes et l'appliquer étape par étape à la mise en situation. Les cadets doivent écrire la méthode et les étapes sur la feuille de mise en situation.

Les cadets peuvent choisir n'importe quelle méthode pour résoudre le problème, y compris la méthode par essais et erreurs, l'analyse logique, la méthode STOP, la méthode ITICE ou DEACR.

3. Après 10 minutes, demander aux cadets de trouver toutes les autres personnes dans la classe qui ont la même mise en situation. Les cadets pourront partager leurs idées au groupe.
4. Après cinq minutes, demander à chaque groupe de présenter sa mise en situation à la classe, avec ses méthodes de résolution de problèmes et ses solutions possibles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité de résolution de problèmes servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 1 (COREN 303).

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est important de pratiquer l'habileté à résoudre des problèmes, qui est une compétence de leadership. Les cadets auront plus de chances de réussir à résoudre des problèmes s'ils peuvent recourir à diverses méthodes.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-115 (ISBN 0-7879-4059-3) Van Linden, J. A., & Fertman, C. I. (1998). *Youth Leadership*. San Francisco, Californie, Jossey-Bass Inc., Publishers.

C0-134 (ISBN 0-7852-7440-5) Maxwell, J. (1999). *The 21 Indispensable Qualities of a Leader: Becoming the Person Others Will Want to Follow*. Nashville, Tennessee, Thomas Nelson Publishers.

C0-135 (ISBN 0-7645-5176-0) Loeb, M., & Kindel, S. (1999). *Leadership for Dummies*. New York, New York, Hungry Minds, Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 7**

**OCOM M303.07 – DIRIGER LES CADETS TOUT AU LONG D'UNE TÂCHE DE LEADERSHIP**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Réviser les instructions d'évaluation qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 1 (COREN 303).

Se familiariser avec la tâche de leadership « Réaménager l'espace d'une salle de classe » qui se trouve à l'annexe G.

Dessiner un croquis d'une salle de classe pour la tâche de leadership « Réaménager l'espace d'une salle de classe » qui sera utilisé tout au long de la leçon.

Photocopier et remettre à chaque cadet le document de cours sur le format de la tâche de leadership, qui se trouve à l'annexe H.

Photocopier pour chaque cadet le compte rendu après la tâche et la rubrique d'évaluation pour le COREN de l'OREN 303 à l'annexe I.

Photocopier la liste de contrôle d'évaluation et la rubrique de leadership qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 1 pour chaque cadet.

Les tâches de leadership nécessiteront différents niveaux de planification et d'expérience des cadets. Choisir une tâche de leadership pour chaque cadet selon sa capacité. S'assurer de photocopier les exemples d'étirements qui se trouvent à l'annexe K pour les cadets qui effectuent des tâches de leadership liées à l'échauffement ou au refroidissement des muscles.

Photocopier et remettre à chaque cadet le Guide de planification de la tâche de leadership, qui se trouve à l'annexe M.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

**APPROCHE**

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE 1 à 4, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer le format d'une tâche de leadership dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 5 afin de donner des directives sur la façon d'effectuer un compte rendu après une tâche.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 6, parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion et l'intérêt des cadets.

## INTRODUCTION

**RÉVISION**

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de diriger ses pairs tout au long d'une tâche de leadership.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets comprennent les étapes à respecter à la réalisation des tâches de leadership car elles surviennent plusieurs fois au cours de l'instruction des cadets. Tous les cadets devront effectuer au moins deux tâches de leadership durant le niveau de l'étoile argent. Lorsqu'on lui donne une tâche, chaque cadet doit connaître les étapes à respecter pour la réussite de la tâche. Un leader efficace combinera tous les éléments appris au cours de l'instruction en leadership, tels que la résolution de problèmes et la supervision, pour diriger avec succès une équipe tout au long d'une tâche.

Pendant le cours de l'étoile argent, chaque cadet devra effectuer au moins deux tâches de leadership. Une liste des tâches de leadership possibles lors de la troisième année se trouve à l'annexe F.

**Point d'enseignement 1** — **Discuter de la méthode de préparation d'une tâche de leadership et la démontrer**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration

Discuter des aspects de la préparation en vue d'une tâche de leadership.

Utiliser l'exemple de la tâche de leadership qui se trouve à l'annexe G pour démontrer l'étape de préparation.

Donner à chaque cadet des copies du document de cours sur le format de la tâche de leadership qui se trouve à l'annexe H ainsi que le compte rendu après la tâche et la rubrique d'évaluation pour le COREN de l'OREN 303 à l'annexe I. Distribuer des copies du Guide de planification de la tâche de leadership qui se trouve à l'annexe M. Encourager les cadets à consulter chaque section à mesure qu'elle est expliquée au cours de la leçon.

## SE PRÉPARER POUR UNE TÂCHE DE LEADERSHIP

### Veiller à ce que l'objectif soit compris

Toujours poser les questions au personnel de direction, tout particulièrement s'il y a un doute sur n'importe quelle partie de la tâche. Avant de passer du temps à planifier, le chef doit s'assurer que ce que le personnel pense qu'il doit se produire est en réalité le but de la tâche.

### S'assurer que les ressources nécessaires sont disponibles

S'assurer que toutes les ressources nécessaires pour effectuer la tâche sont disponibles. Effectuer une reconnaissance en regardant autour du secteur. Essayer de localiser d'autres ressources qui peuvent être utilisées. Repérer les limites si elles ont été déterminées.

### Respecter le temps

Tenir compte du temps alloué pour la réalisation de la tâche. Si la tâche doit être répartie en étapes, le chef doit déterminer combien de temps il faut allouer à chacune. Quelques fois les tâches peuvent être effectuées simultanément, ce qui économise du temps à la fin.

Vérifier l'heure, lorsque l'on termine une appréciation de l'emploi du temps. Tous les membres impliqués dans la tâche doivent connaître le temps actuel et le temps prévu pour achever.

### Faire un plan

En utilisant le guide de planification (qui se trouve à l'annexe M), faire un plan pour atteindre le but de la tâche en :

- déterminant les tâches qui doivent être effectuées;
- développant un processus pour accomplir toutes les tâches;
- attribuant les ressources.

Le plan comprendra les réponses à qui, quoi, quand, où, comment et pourquoi. Qui fera quoi? Qui est impliqué? Que faut-il faire? Quand commencera-t-elle? Quand se terminera-t-elle? À quel endroit aura-t-elle lieu? Comment aura-t-elle lieu? Pourquoi faut-il la faire? Que se passera-t-il si elle n'est pas effectuée?

Les tâches peuvent être attribuées aux individus ou à des équipes. Tous les membres doivent avoir quelque chose à faire.

Si un chef est désigné pour une tâche qui ne lui est pas familière, il doit poser des questions au personnel de direction pour l'aider à la clarifier. Si le chef n'a aucune expérience avec les exigences de la tâche, il peut aussi demander à un autre cadet de l'aider à les clarifier et ensuite continuer à préparer le plan. Les tâches plus complexes peuvent aller au cadet qui a eu une expérience antérieure avec les exigences de la tâche.

Un exemple de méthode de préparation de la tâche de leadership « Réaménager l'espace d'une salle de classe » peut comprendre :

1. Lire l'énoncé de la tâche.
2. Poser une ou deux questions pour s'assurer qu'on comprend la tâche. Par exemple, « Dans quelle direction la salle de classe fera-t-elle face? » ou « Ainsi, je peux utiliser plus de quatre cadets? »
3. Regarder autour du secteur et s'assurer que toutes les ressources nécessaires pour effectuer la tâche sont disponibles.
4. Effectuer une appréciation de l'emploi du temps en vérifiant et analysant le temps. Par exemple, s'il faut trois minutes pour préparer et présenter la tâche, il faudra environ cinq minutes pour terminer la tâche et il faudra environ deux minutes pour effectuer une rétroaction.
5. Faire un plan pour la réalisation de la tâche de leadership. Le plan peut comprendre :
   (a) répartir les membres de l'équipe en trois équipes (équipe A, équipe B et équipe C);
   (b) montrer un bref croquis de ce à quoi la salle de classe doit ressembler à la fin de la tâche;
   (c) désigner l'équipe A pour installer les chaises;
   (d) désigner l'équipe B pour installer les bureaux et les tables;
   (e) désigner l'équipe C pour placer le tableau blanc et mettre en place tout équipement électronique.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Comment le chef peut-il s'assurer que le but est compris?

Q2. Quels facteurs doit-on considérer lorsqu'on effectue une appréciation de l'emploi du temps?

Q3. Lorsqu'on fait un plan, qu'est-ce que le chef doit faire pour pouvoir atteindre le but de la tâche?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Poser des questions au personnel de direction.

R2. Connaître le temps alloué pour la réalisation d'une tâche. Si la tâche doit être répartie en étapes, le chef doit déterminer combien de temps il faut allouer à chacune. Quelques fois les tâches peuvent être effectuées simultanément, ce qui économise du temps à la fin.

R3. Le chef doit déterminer toutes les tâches, développer un processus pour accomplir toutes les tâches et allouer les ressources.

**Point d'enseignement 2** | **Discuter de la méthode de présentation d'une tâche de leadership et la démontrer**

Durée : 10 min | Méthode : Démonstration

Discuter des aspects liés à la présentation d'une tâche de leadership.

Utiliser l'exemple de la tâche de leadership qui se trouve à l'annexe G pour démontrer l'étape de présentation.

## PRÉSENTER UNE TÂCHE DE LEADERSHIP

Lorsqu'il fait la présentation, le chef doit s'assurer qu'il a l'attention de tous les membres de l'équipe. Si un cadet ne prête pas attention, cela pourrait affecter l'état final de la tâche de leadership.

Lorsqu'il présente une tâche de leadership, le chef doit parler fort, clairement et de façon concise, pour laisser savoir à chacun qu'il a foi dans son plan. Un chef qui parle avec autorité captera l'attention des membres de l'équipe et ils voudront participer à la tâche.

### Énoncer la tâche à faire

Renseigner les membres de l'équipe sur ce qu'il faut faire p. ex. « la situation dans son ensemble ».

Cet énoncé peut tout simplement inclure le titre de la tâche de leadership.

### Énoncer le but de la tâche

Quel sera l'état final? S'il y a une raison pour faire la tâche (p. ex., un conférencier invité viendra pour le début du biathlon d'été, etc.), elle devrait être donnée. Si un croquis est inclus, il faut le montrer maintenant pour que tous aient une idée du résultat prévu. Lorsqu'on énonce le but, il faut inclure les exigences en matière de temps.

### Identifier les ressources nécessaires pour la tâche

S'assurer que tous les cadets sont au courant des ressources nécessaires pour effectuer la tâche et où ces ressources se trouvent.

### Communiquer le plan général

Expliquer comment la tâche sera réalisée. Tous les membres doivent savoir ce qu'il y a à faire, toutefois, ils apprendront leur propre rôle lors d'une autre étape. S'il y a des limites, les inclure dans le plan.

### Attribuer les tâches aux membres de l'équipe, selon le cas

Attribuer toutes les tâches individuelles et d'équipe nécessaires pour effectuer la tâche. Chaque membre doit avoir quelque chose à faire.

### Veiller à ce que les membres de l'équipe comprennent la tâche

Demander aux membres de l'équipe s'ils ont des questions. Le chef devrait aussi poser quelques questions à divers membres de l'équipe pour s'assurer qu'ils ont compris. Lorsqu'on attribue des tâches spécifiques aux membres, il est extrêmement important qu'ils soient complètement au courant de ce à quoi on s'attend d'eux.

Demander « Qu'allez-vous faire? » est plus efficace que demander « Comprenez-vous? »

Ne jamais poser de questions dont la réponse est oui ou non lorsqu'on vérifie si les membres de l'équipe comprennent la tâche. Certains peuvent être trop gênés ou timides pour admettre qu'ils ne comprennent pas complètement, ce qui mettra en péril l'efficacité du plan.

Après l'étape de présentation, tous les cadets doivent savoir où ils se situent dans le plan général et comment, en travaillant ensemble, ils accompliront beaucoup plus qu'ils ne pourraient individuellement.

Un exemple de présentation de la tâche de leadership « Réaménager l'espace d'une salle de classe » peut comprendre :

1. « Aujourd'hui nous réaménagerons l'espace de cette salle de classe pour une présentation par un conférencier invité. »
2. « Le but de cette tâche est de réaménager la salle de classe pour qu'elle fasse face à la direction opposée. Nous avons cinq minutes pour finir la tâche une fois commencée. » Montrer le croquis aux cadets.
3. « Les ressources nécessaires comprennent des chaises, des tables, un tableau blanc et un projecteur à affichage à cristaux liquides (ACL). »
4. « Pour réaménager la salle de classe, l'équipe est divisée en trois équipes; A, B et C. Une équipe est responsable de placer les chaises, une autre équipe est responsable de placer les tables, et la dernière équipe est responsable d'installer un tableau blanc et un projecteur ACL. Les équipes effectueront les tâches simultanément. »
5. Répartir les cadets en trois équipes.
6. « L'équipe A placera les chaises, l'équipe B placera les tables et l'équipe C installera le tableau blanc et le projecteur ACL. »
7. Demander à deux ou trois cadets d'énoncer en quoi consistent leurs tâches pour être sûr qu'ils comprennent.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les étapes à suivre pour présenter une tâche de leadership?

Q2. Quel est le but de la tâche?

Q3. Comment le chef peut-il s'assurer que les membres de l'équipe comprennent la tâche?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les étapes sont énoncées ci-dessous :

- énoncer la tâche à faire;

- énoncer le but de la tâche;
- identifier les ressources nécessaires pour faire la tâche;
- communiquer le plan général;
- attribuer les tâches aux membres de l'équipe, s'il y a lieu;
- veiller à ce que les membres de l'équipe comprennent la tâche.

R2. L'état final.

R3. Demander au groupe s'ils ont des questions. Le chef devrait aussi poser quelques questions à divers membres de l'équipe.

---

**Point d'enseignement 3** **Discuter de la méthode pour diriger une tâche de leadership et la démontrer**

Durée : 10 min Méthode : Démonstration

---

Discuter des aspects liés à l'exécution d'une tâche de leadership.

Utiliser l'exemple de la tâche de leadership qui se trouve à l'annexe G pour démontrer l'étape de l'exécution.

**EFFECTUER UNE TÂCHE DE LEADERSHIP**

**Superviser les autres cadets**

Pendant la conduite d'une tâche, le chef doit superviser constamment les membres de l'équipe. L'aspect le plus important de la supervision est de s'assurer que la tâche est conduite de façon sécuritaire. Si les cadets effectuent certains aspects de la tâche de façon non sécuritaire, il faut arrêter la tâche immédiatement.

Les cadets doivent se concentrer sur le but. Si des erreurs surviennent, il faut les corriger aussitôt que possible. Si les membres éprouvent des difficultés, il faut prendre le temps d'analyser les tâches de nouveau et de les réattribuer. En posant des questions, tout au long de l'accomplissement de la tâche, on s'assurera que tous les membres de l'équipe demeurent concentrés et que ceux (s'il y a lieu) qui éprouvent de la difficulté sont identifiés.

**Maintenir le contrôle sur l'équipe**

S'assurer que tous les membres de l'équipe comprennent que le chef est en charge et que tous suivent le plan énoncé à l'étape de présentation. Lorsque les membres ne font pas ce qu'on leur demande de faire, il faut corriger cela immédiatement.

Une façon de maintenir le contrôle sur l'équipe est de motiver les membres tout au long de la tâche et de les encourager à se motiver entre eux. Cela aide à créer un milieu positif.

**Veiller à ce que la tâche progresse selon le temps accordé**

Vérifier l'heure souvent. Si les tâches ne sont pas effectuées telles que prévues, que ce soit en raison d'un déroulement trop lent ou trop rapide, il peut être nécessaire d'analyser le plan de nouveau.

**Modifier le plan selon les besoins**

Si le plan ne fonctionne pas, il faut prendre le temps de le modifier. Si l'aide est requise par les membres de l'équipe, il faut la demander. Changer les aspects du plan une fois la tâche commencée peut améliorer le résultat; toutefois, il faut toujours garder à l'esprit les contraintes de temps. Une fois que le nouveau plan a

été élaboré, demander aux membres de l'équipe d'arrêter ce qu'ils font, leur communiquer le nouveau plan et ensuite leur demander de le mettre en œuvre.

Un exemple de processus pour la conduite de la tâche de leadership « Réaménager l'espace d'une salle de classe » pourrait être :

1. Demander aux cadets de commencer la tâche.
2. Superviser les cadets en circulant, en inspectant visuellement le travail et en s'assurant que la tâche s'effectue de façon sécuritaire. Corriger toute erreur et poser des questions (p. ex., « Éprouvez-vous de la difficulté avec la tâche qui vous est attribuée? ») pour s'assurer que chacun reste concentré sur la tâche.
3. S'assurer que les équipes travaillent ensemble pour atteindre le même but.
4. Motiver les cadets tout au long de la tâche.
5. Vérifier l'heure de temps en temps pour s'assurer que la tâche avance selon les contraintes de temps établies.
6. Modifier le plan selon les besoins.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

**QUESTIONS**

Q1. Quel est l'aspect le plus important de la supervision?

Q2. Que doit faire le chef si les membres ne font pas ce qu'on leur a demandé de faire?

Q3. S'il est nécessaire de modifier un plan, qu'arrive-t-il une fois que le nouveau plan a été élaboré?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'aspect le plus important de la supervision est de s'assurer que la tâche est conduite de façon sécuritaire.

R2. Lorsque les membres ne font pas ce qu'on leur demande de faire, il faut corriger cela immédiatement.

R3. Une fois que le nouveau plan a été élaboré, demander aux membres de l'équipe d'arrêter ce qu'ils font, leur communiquer le nouveau plan et ensuite leur demander de le mettre en œuvre.

**Point d'enseignement 4** — **Discuter de la méthode de rétroaction à une équipe après une tâche de leadership et la démontrer**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration

Utiliser l'exemple de la tâche de leadership qui se trouve à l'annexe G pour démontrer l'étape de la rétroaction.

## DONNER UNE RÉTROACTION À UNE ÉQUIPE APRÈS UNE TÂCHE DE LEADERSHIP

### Réviser l'objectif

Après la réalisation d'une tâche de leadership, il est important de réviser avec les cadets quel était le but de la tâche.

### Donner une rétroaction

Le chef doit premièrement demander à l'équipe de lui donner des commentaires sur la tâche. Cela peut se faire en posant des questions générales au sujet des tâches de leadership, telles que :

- A-t-on appris quelque chose de la tâche?
- Qu'avez-vous ressenti à propos de la tâche?
- Le but a-t-il été atteint?
- Comment chaque personne a-t-elle interagi pendant la tâche?
- Est-ce que des comportements ont aidé et/ou nuit à la tâche?
- Est-ce qu'il y avait des cadets qui n'étaient pas motivés à participer à l'activité? Comment cela a-t-il affecté le moral du reste de l'équipe?
- Est-ce que des chefs se sont démarqués à l'intérieur de l'équipe?

Il est important de savoir comment les cadets se sont sentis par rapport à leur participation à la réalisation de la tâche.

Il est aussi important de donner une rétroaction aux cadets. Il est primordial pour le chef de prendre du temps pour se concentrer sur la façon dont l'équipe a travaillé ensemble pour atteindre un but commun.

### Motiver de nouveau l'équipe

L'étape finale de rétroaction à une équipe après une tâche de leadership qui est terminée est de motiver de nouveau les cadets. Il faut rappeler aux cadets l'importance de travailler ensemble pour accomplir une tâche.

Un exemple de rétroaction pour la tâche de leadership « Réaménager l'espace d'une salle de classe » pourrait être :

1. Rassembler tous les cadets.
2. Réviser le but. Par exemple « Excellent travail d'équipe, nous avons réaménager la salle de classe. » Elle est vraiment identique au croquis! »
3. Poser des questions à l'équipe pour obtenir des commentaires, tels que :
   (a) Qu'avez-vous ressenti à propos de la réalisation de la tâche?
   (b) Est-ce que des comportements ont aidé et/ou nuit à la tâche?
   (c) Est-ce que des chefs se sont démarqués à l'intérieur de l'équipe?
4. Motiver l'équipe de nouveau en leur rappelant l'importance de travailler ensemble à l'accomplissement d'une tâche.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les trois étapes d'une rétroaction portant sur une tâche de leadership?

Q2. Quelles sont quelques-unes des questions qu'on peut poser pour inciter l'équipe à donner des commentaires?

Q3. Pourquoi est-il important de motiver l'équipe de nouveau?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les trois étapes d'une rétroaction portant sur une tâche de leadership sont les suivantes :

- réviser l'objectif;
- donner une rétroaction;
- motiver de nouveau l'équipe.

R2. Elles peuvent se formuler de la façon suivante :

- A-t-on appris quelque chose de la tâche?
- Qu'avez-vous ressenti à propos de la tâche?
- Le but a-t-il été atteint?
- Comment chaque personne a-t-elle interagi pendant la tâche?
- Est-ce que des comportements ont aidé et/ou nuit à la tâche?
- Est-ce qu'il y avait des cadets qui n'étaient pas motivés à participer à l'activité? Comment cela a-t-il affecté le moral du reste de l'équipe?
- Est-ce que des chefs se sont démarqués à l'intérieur de l'équipe?

R3. Il faut rappeler aux cadets l'importance de travailler ensemble pour accomplir une tâche.

**Point d'enseignement 5** — **Expliquer le compte rendu après une tâche**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

Il est important que les cadets bâtissent leur propre apprentissage et décident de l'importance de la tâche qui a été réalisée. Cela peut ne pas être identique pour chacun des chefs.

### COMPTE RENDU APRÈS UNE TÂCHE

Le compte rendu après une tâche est un outil que les cadets utilisent pour examiner leur rendement après la réalisation d'une tâche de leadership. Le cadet l'utilise (le chef) pendant la séance de rétroaction avec le personnel de direction pour aider l'orientation de la discussion. La séance de rétroaction aura lieu le jour après que la tâche a été effectuée.

Chaque cadet fera un compte rendu après une tâche avant de participer à la séance de rétroaction sur la tâche de leadership.

**RUBRIQUE D'ÉVALUATION DE TÂCHE DE LEADERSHIP**

La rubrique d'évaluation de tâche de leadership est le formulaire que le personnel de direction utilise pour évaluer le rendement de chaque cadet en tant que pair leader lors de l'exécution d'une tâche de leadership.

Chaque cadet devra effectuer sa propre évaluation de la tâche de leadership conjointement avec son compte rendu après une tâche et l'apporter à la rétroaction. Ce formulaire servira d'outil d'auto-évaluation pour stimuler la réflexion et les discussions avec le personnel de direction.

Les résultats qu'un cadet révèle sur le formulaire d'évaluation ne doivent pas affecter les résultats donnés par le personnel de direction.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5**

**QUESTIONS**

Q1. Qu'est-ce que le compte rendu après une tâche?

Q2. À qui le compte rendu après une tâche est-il présenté?

Q3. Combien de temps après la tâche de leadership la rétroaction aura-t-elle lieu?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le compte rendu après une tâche est un outil que les cadets utilisent pour examiner leur rendement après la réalisation d'une tâche de leadership. Le cadet l'utilise (le chef) pendant la rétroaction avec le personnel de direction pour aider l'orientation de la discussion.

R2. Le personnel de direction.

R3. La rétroaction aura lieu le jour après que la tâche a été effectuée.

**Point d'enseignement 6** — **Discuter de la façon de se préparer pour une tâche de leadership**

Durée : 5 min — Méthode : Activité en classe

**ACTIVITÉ**

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité vise à demander aux cadets d'effectuer l'étape de préparation d'une tâche de leadership.

**RESSOURCES**

- La tâche de leadership qui se trouve aux annexes J et L,
- Le Guide de planification d'une tâche de leadership qui se trouve à l'annexe M,
- Des stylos et des crayons.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer que cette étape est habituellement effectuée immédiatement avant le début de la tâche de leadership. On allouera du temps pour élaborer un plan relatif à la tâche de leadership au moment où chaque tâche est donnée. Les deux tâches de leadership seront exécutées plus tard.
2. Donner une tâche de leadership à chaque cadet.
3. Encourager les cadets à poser des questions si le but n'est pas compris.
4. Informer les cadets de prendre pour acquis que toutes les ressources nécessaires sont disponibles.
5. S'assurer que les cadets sont au courant qu'il y a des aspects de planification qu'il faut toujours effectuer lorsqu'on dirige une équipe lors de la tâche de leadership. Par exemple, il faut toujours poser des questions pour s'assurer que le but est compris, il faut toujours vérifier les ressources et il faut toujours faire une appréciation de l'emploi du temps. À ce moment, pendant la tâche de leadership réelle, certains cadets peuvent souhaiter revoir/analyser de nouveau le plan élaboré pendant cette activité.
6. Demander aux cadets d'élaborer un plan pour conduire leur tâche de leadership. Les cadets peuvent travailler en petites équipes s'ils le désirent pour répondre aux questions et aider à la planification.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 6**

---

La participation des cadets à l'activité en classe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

---

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les cinq étapes principales requises pour effectuer une tâche de leadership?

Q2. Indiquez une façon de maintenir le contrôle sur l'équipe?

Q3. Qu'est-ce qu'un compte rendu après une tâche?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les cinq étapes principales sont les suivantes :

- se préparant pour la tâche;
- présentant la tâche;
- conduire la tâche;
- donnant une rétroaction à l'équipe;
- présenter un compte rendu après la tâche.

R2. Une façon de maintenir le contrôle sur l'équipe est de motiver les membres tout au long de la tâche et de les encourager à se motiver entre eux. Cela aide à créer un milieu positif.

R3. Le compte rendu après une tâche est un outil que les cadets utilisent pour examiner leur rendement après la réalisation d'une tâche de leadership. Le cadet l'utilise (le chef) pendant la rétroaction avec le personnel de direction pour aider l'orientation de la discussion.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Tous les cadets qui n'ont pas fait leur plan devront le faire comme travail individuel.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 1 (COREN 303).

### OBSERVATIONS FINALES

Les tâches de leadership surviendront à maintes reprises au cours de l'instruction des cadets. Lorsqu'on donne une tâche aux cadets, ils doivent tous connaître les étapes à suivre et être à l'aise avec ces étapes pour réussir la tâche. Être capable de combiner tous les segments d'instruction en leadership, tels que la résolution de problèmes et la supervision, en une unité cohésive pour diriger une équipe tout au long d'une tâche est un accomplissement particulier que tous les cadets doivent s'efforcer à viser.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE


C0-114 (ISBN 0-02-863656-2) Pell, A. R. (1999). *The Complete Idiot's Guide to Team Building*. Indianapolis, Indiana, Alpha Books.

C0-240 (ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

C0-243 Clark, D. (2007). *After Action Reviews*. Extrait le 21 février 2008 du site http://www.nwlink.com/~donclark/leader/leadaar.html.

C0-243 Clark, D. (2007). *Leadership & Direction*. Extrait le 21 février 2008 du site http://www.nwlink.com/~donclark/leader/leaddir.html.

C0-245 (ISBN 1-58062-513-4) Adams, B. (2001). *The Everything Leadership Book*. Avon, Massachusetts, Adams Media.

C0-247 (ISBN 0-14-024272-4) Rosen, R. H. et Brown, P. B. (1997). *Leading People*. New York, New York, Penguin Books.

C0-248 (ISBN 0-7894-4862-9) Heller, R. (1999). *Learning to Lead*. New York, New York, DK Publishing, Inc.

C0-253 (ISBN 0-7894-8006-9) Bruce, A., & Langdon, K. (2001). *Do It Now!* New York, New York, DK Publishing, Inc.

C0-254 (ISBN 0-7894-3244-7) Heller, R. (1998). *Communicate Clearly*. New York, New York, DK Publishing, Inc.

C0-255 (ISBN 0-7645-5408-5) Brounstein, M. (2002). *Managing Teams for Dummies*. Indianapolis, Indiana, Wiley Publishing, Inc.

C0-256 (ISBN 0-7894-4863-7) Heller, R. (1999). *Achieving Excellence*. New York, New York, DK Publishing, Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 8**

**OCOM C303.01 – DIRIGER UNE ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 90 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier une activité de promotion du travail d'équipe par groupe parmi les activités qui se trouvent à l'annexe N pour l'activité du PE 7.

Photocopier les documents de cours de deux activités de promotion du travail d'équipe (une activité tirée de l'annexe O et l'autre, de l'annexe P) pour chaque cadet. Les cadets devraient les conserver pour une utilisation future.

Photocopier deux guides de planification des activités de promotion du travail d'équipe, qui se trouvent à l'annexe Q pour chaque cadet.

Photocopier le formulaire d'auto-évaluation qui se trouve à l'annexe R pour chaque cadet.

Préparer l'activité du PE 3 en :

- réunissant des notes autoadhésives de deux couleurs et un marqueur;
- écrivant les consonnes de l'alphabet (sauf Q, X et Z) sur des notes autoadhésives d'une couleur (une lettre par note);
- écrivant les voyelles sur des notes autoadhésives de l'autre couleur (une lettre par note);
- s'assurant qu'il y suffisamment de lettres pour tous les cadets (s'il y a plus de cadets que de lettres, répéter les lettres courantes [p. ex., A, E, N, R, S, T, etc.] sur d'autres notes).

S'assurer de la disponibilité d'un ou de deux instructeurs adjoints pour l'activité du PE 7 (en fonction du nombre de cadets).

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

**APPROCHE**

Une activité en classe a été choisie pour les PE 1, 3 et 5, parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion et de susciter l'intérêt des cadets.

Une discussion de groupe a été choisie pour les PE 2, 4 et 6, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur les différents volets d'une activité de promotion du travail d'équipe.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 7, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de pratiquer des activités de promotion du travail d'équipe dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

## INTRODUCTION

**RÉVISION**

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de la présente leçon, le cadet doit avoir dirigé des activités de promotion du travail d'équipe.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets sachent comment diriger des activités de promotion du travail d'équipe pour s'assurer qu'elles sont amusantes, stimulantes et atteignables pour tous. Chaque cadet aura l'occasion de diriger deux activités de promotion du travail d'équipe. Les activités de promotion du travail d'équipe constituent d'excellents moyens pour chasser l'ennui, renforcer l'esprit d'équipe, remonter le moral, redynamiser les cadets et atteindre des objectifs. Par conséquent, chaque cadet dans un rôle de leadership doit être en mesure de diriger des activités qui remplissent ces critères. Une fois qu'on a choisi une activité répondant aux besoins du groupe, le chef a pour rôle de s'assurer qu'elle se déroule d'une manière permettant au groupe d'apprendre. Les cadets pourront vivre une expérience de promotion du travail d'équipe significative et agréable si la bonne activité est dirigée de manière appropriée.

La conduite d'une activité de promotion du travail d'équipe comprend trois volets. La personne qui dirige une activité de promotion du travail d'équipe doit :

- présenter l'activité;
- diriger l'activité;
- donner une rétroaction aux cadets sur l'activité.

Pour s'assurer que les cadets comprennent bien comment diriger une activité de promotion du travail d'équipe, ils participeront à chacun de ces volets séparément sous la direction de l'instructeur qui les guidera dans un exemple d'activité. Une fois terminé, chaque volet fera l'objet d'une discussion pour en assurer la compréhension par les cadets.

Les PE 1 à 6 doivent être enseignés de la façon suivante :

- Au PE 1, les cadets participeront à la présentation, donnée par l'instructeur, d'un exemple d'activité de promotion du travail d'équipe.
- Au PE 2, les cadets participeront à une discussion de groupe qui leur permettra d'analyser les éléments de la présentation donnée au PE 1.
- Au PE 3, les cadets participeront à un exemple d'activité de promotion du travail d'équipe dirigée par l'instructeur.
- Au PE 4, les cadets participeront à une discussion de groupe qui leur permettra de discuter des responsabilités du chef, tout en dirigeant l'activité de promotion du travail d'équipe du PE 3.
- Au PE 5, les cadets participeront à une rétroaction donnée par l'instructeur sur l'exemple d'activité de promotion du travail d'équipe dirigé au PE 3.
- Au PE 6, les cadets participeront à une discussion de groupe qui leur permettra de discuter des éléments de la rétroaction donnée au PE 5.

**Point d'enseignement 1** — **Démontrer la présentation d'une activité de promotion du travail d'équipe et demander aux cadets d'y participer**

Durée : 5 min — Méthode : Activité en classe

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à la présentation, donnée par l'instructeur, d'une activité de promotion du travail d'équipe.

### RESSOURCES

S.O.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Attirer l'attention des cadets. Informer les cadets qu'ils participeront à une activité appelée « Soupe à l'alphabet » (***Attirer l'attention de l'équipe***).

2. Expliquer que l'objectif de l'activité de promotion du travail d'équipe est de dynamiser les cadets et de les faire bouger (***Expliquer l'objectif de l'activité***).

3. Expliquer l'activité et permettre aux cadets de demander des précisions (***Expliquer l'activité et attribuer des tâches au besoin***), en précisant ce qui suit :

   (a) chaque cadet reçoit une lettre qu'il colle sur le devant de son chandail;

   (b) les cadets disposent de quelques minutes pour former des mots appropriés en utilisant au moins quatre lettres;

   (c) une fois qu'ils se seront habitués à former de petits mots, leur demander de former des mots plus longs ou de courtes phrases.

4. Fixer un délai de 10 minutes pour l'activité (***Établir des limites de temps***).

5. Motiver les cadets à participer à l'activité (***Motiver l'équipe***).

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

La participation des cadets à la présentation de l'activité « Soupe à l'alphabet » servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

---

**Point d'enseignement 2** **Demander aux cadets d'analyser les éléments de la présentation**

Durée : 10 min Méthode : Discussion de groupe

---

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

---

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements ci-après auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

**ÉLÉMENTS D'UNE PRÉSENTATION**

**Attirer l'attention de l'équipe**

Pour présenter une nouvelle activité, le chef doit d'abord attirer l'attention de l'équipe. Il doit avoir son entière attention avant de poursuivre la présentation de l'activité. Un cadet qui ne porte pas attention pourrait manquer un point important et compromettre sa participation à l'activité.

**Expliquer l'objectif de l'activité**

L'objectif de l'activité doit être expliqué à l'équipe de manière générale. Le contexte de l'activité devrait aussi être expliqué aux cadets pour qu'ils comprennent pourquoi leur participation est essentielle et pourquoi l'activité est à l'ordre du jour. Il est important de ne pas donner trop d'information à ce stade puisque le chef leur demandera ce qu'ils ont retenu du but de l'activité une fois qu'elle sera terminée.

**Expliquer l'activité**

L'activité doit être expliquée à l'équipe avant sa participation. Les règles de l'activité doivent être clairement présentées à tous les cadets et comprises par eux avant de commencer. Le chef doit donner des instructions étape par étape afin de s'assurer que l'activité est bien comprise.

**Attribuer des tâches au besoin**

Si des tâches particulières doivent être accomplies durant l'activité, le chef doit les attribuer à des cadets pendant la présentation de l'activité.

**Fixer les limites de temps**

Le chef doit établir une limite de temps pour la participation des cadets à l'activité. Il doit prendre en compte le temps nécessaire pour donner une rétroaction aux cadets après l'activité. Il doit informer l'équipe du temps dont ils disposeront pour participer à l'activité attribuée ou la réaliser.

**Présenter les mesures de sécurité au besoin**

S'il y a des mesures de sécurité à observer, le chef doit en informer l'équipe avant de commencer l'activité.

**Motiver l'équipe**

Avant de commencer l'activité, le chef doit motiver l'équipe. Il doit être enthousiaste et partager cet enthousiasme avec les cadets. Le but de l'activité est important et il y a une raison pour laquelle elle est accomplie. Les cadets doivent être informés de cette raison et être motivés à atteindre le but cité.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.

- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Quelle est la première chose qui a été faite dans la présentation de l'activité « Soupe à l'alphabet »? Y a-t-il différentes façons de commencer une activité de promotion du travail d'équipe? Quelle est la première chose à faire?

Q2. L'objectif de l'activité devrait-il être expliqué avant de commencer? Pourquoi ou pourquoi pas? Si l'objectif n'est pas expliqué, l'activité serait-elle aussi réussie?

Q3. Pourquoi est-il important d'informer les cadets du temps qu'ils ont pour faire l'activité? Quand faut-il les informer du temps qu'ils ont?

Q4. Pendant la présentation de l'activité « Soupe à l'alphabet », étiez-vous motivé à commencer? Quel effet cela a-t-il eu sur vous? Cela vous a-t-il incité à vouloir faire l'activité?

Q5. Quelles autres préoccupations doit-on transmettre pendant la présentation? Les cadets doivent-ils être informés des préoccupations sur la sécurité ou doivent-ils les trouver par eux-mêmes pendant le déroulement de l'activité?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** — **Démontrer l'activité de promotion du travail d'équipe choisie et demander aux cadets d'y participer**

Durée : 10 min — Méthode : Activité en classe

**ACTIVITÉ**

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité, « Soupe à l'alphabet », est de permettre aux cadets de participer à une activité de promotion du travail d'équipe dirigée par l'instructeur.

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,

- des notes autoadhésives grand format (deux couleurs différentes),
- un marqueur.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Distribuer une lettre à chaque cadet.
2. Demander aux cadets de coller la lettre sur le devant de leur chandail.
3. Accorder environ trois minutes aux cadets pour qu'ils forment de courts mots, en utilisant au moins quatre lettres.
4. Vérifier les mots formés par les cadets.
5. Accorder environ cinq minutes aux cadets pour qu'ils forment des mots plus longs ou de courtes phrases.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

---

La participation des cadets à l'activité « Soupe à l'alphabet » servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

---

**Point d'enseignement 4** — **Discuter des responsabilités du chef pendant qu'il dirige une activité de promotion du travail d'équipe**

Durée : 10 min — Méthode : Discussion de groupe

---

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

---

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements ci-après auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

**RESPONSABILITÉS DU CHEF PENDANT QU'IL DIRIGE L'ACTIVITÉ**

**Commencer l'activité**

Le chef doit indiquer aux cadets le moment de commencer l'activité.

**Superviser l'équipe**

Tout au long de l'activité, le chef doit superviser les cadets en s'assurant de ce qui suit :

- aucune pratique non sécuritaire n'a lieu;
- les cadets demeurent concentrés sur l'activité;

- les règles sont suivies.

**Veiller à ce que l'objectif soit atteint**

Il est important d'atteindre l'objectif de l'activité. S'il n'est pas atteint, l'activité ne sera pas concluante et ne sera perçue que comme un jeu. Il peut parfois être atteint avant la fin de l'activité. Si le but n'est pas en voie d'être atteint, le chef peut devoir :

- recentrer l'attention des cadets en clarifiant le but de l'activité;
- réorienter l'activité en l'adaptant aux besoins du groupe.

**Interrompre l'activité au besoin**

Plusieurs raisons peuvent motiver un chef à interrompre une activité, et la plus importante est liée à la sécurité. Si une activité devient dangereuse, le chef doit immédiatement y mettre fin.

On peut aussi interrompre une activité si le but n'est pas en voie d'être atteint. Si on s'éloigne du but, le chef doit interrompre l'activité et recentrer l'attention des cadets, réorienter l'activité ou encore passer à un autre point.

Une activité peut aussi être interrompue si son but a été atteint avant le délai alloué. Interrompre une activité au moment où son but est atteint permet au chef de mieux faire ressortir les points importants et les concepts particuliers. Une activité qui n'est pas interrompue après avoir atteint son but entraînera :

- une perte d'énergie de l'équipe;
- une perte d'intérêt dans le but;
- une incompréhension du but.

**Mettre fin à l'activité selon le délai fixé**

Le chef doit mettre fin à l'activité lorsque le temps accordé est écoulé. Si le temps est écoulé et que l'activité n'est pas encore terminée, il peut être important de la réessayer à un autre moment. Si l'activité a pour but d'enseigner des notions aux cadets, il est difficile d'y mettre fin avant d'avoir atteint le but. Si les limites de temps doivent être strictement respectées, l'activité peut être interrompue, mais il est très important que le chef en explique les raisons durant la rétroaction et qu'il y revienne à un autre moment.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.

- S’assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s’ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l’avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Selon vous, quelles sont les responsabilités du chef d’une activité de promotion du travail d’équipe?

Q2. Selon vous, quelle est la chose la plus importante qu’un chef doit faire tout au long de l’activité pour en assurer la sécurité et la progression?

Q3. Dans quelles circonstances une activité doit-elle être interrompue? Si une activité est interrompue avant la fin, peut-on y revenir à un autre moment?

D’autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s’assurant que tous les aspects du point d’enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D’ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l’apprentissage de ce PE.

**Point d’enseignement 5** — **Démontrer la partie d’une rétroaction de l’activité de promotion du travail d’équipe choisie et demander aux cadets d’y participer**

Durée : 5 min — Méthode : Activité en classe

## ACTIVITÉ

**OBJECTIF**

L’objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à la rétroaction d’une activité de promotion du travail d’équipe dirigée par l’instructeur.

**RESSOURCES**

S.O.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Après l'activité, demander aux cadets de se rassembler et recentrer leur attention.
2. Revoir le but de l'activité « Soupe à l'alphabet », qui était de dynamiser les cadets et de les faire bouger.
3. Formuler des commentaires sur l'activité, tels que :
   (a) comment les cadets ont réagi à l'activité;
   (b) ce que les cadets croient avoir appris de l'activité;
   (c) si le but a été atteint;
   (d) si l'activité a été terminée;
   (e) comment l'activité aurait pu être dirigée différemment;
   (f) comment les cadets ont interagi pendant l'activité;
   (g) quels comportements ont aidé ou nui à l'activité.
4. Motiver à nouveau les cadets en :
   (a) discutant de la signification de l'activité;
   (b) discutant des liens qu'on peut établir entre l'activité et ses résultats et les interactions quotidiennes de l'équipe;
   (c) discutant de l'influence que peut avoir l'apprentissage sur l'équipe au quotidien.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5**

La participation des cadets à la rétroaction de l'activité « Soupe à l'alphabet » servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 6** — **Discuter des éléments de la rétroaction**

Durée : 10 min — Méthode : Discussion de groupe

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements ci-après auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

## ÉLÉMENTS DE LA RÉTROACTION

Pendant la rétroaction, il est important de laisser les cadets apprendre par eux-mêmes et décider de l'importance de l'activité qui vient de se dérouler. Cela peut varier d'un groupe à l'autre.

### Réviser l'objectif

Une fois une activité de promotion du travail d'équipe terminée, il est important de revoir son objectif initial avec les cadets. Il faut réitérer l'importance de l'apprentissage parce que les cadets veulent toujours savoir pourquoi ils ont dû participer à l'activité ou apprendre un certain sujet.

### Donner une rétroaction

Le chef doit d'abord recueillir les commentaires du groupe à propos de l'activité. Pour ce faire, il peut poser des questions préétablies concernant spécifiquement cette activité ainsi que des questions de nature générale sur les activités de promotion du travail d'équipe. Il est important de savoir ce que les cadets ont pensé de l'activité (p. ex., pensent-ils qu'elle a été utile?, leur a-t-elle appris quelque chose?, etc.). Les commentaires des cadets procureront au chef des précisions fort utiles sur l'activité en tant que telle (p. ex., devrait-on la refaire?, comment pourrait-on la refaire, mais de façon différente?, quels éléments de l'activité devraient rester intacts si on la refaisait?, etc.). Il est aussi très important de leur demander s'ils croient que l'activité en a valu la peine en raison du fait qu'ils ont appris beaucoup en y participant.

Le chef doit aussi donner des commentaires aux cadets. À ce stade, il est aussi important de savoir si le but a été atteint. Pourquoi le but a-t-il été atteint ou pourquoi pas? A-t-on pu terminer l'activité? Cela a-t-il eu un effet sur le but à atteindre?

Le chef doit aussi donner et recevoir des commentaires sur la façon dont le groupe a interagi tout au long de l'activité. Il doit expliquer aux cadets ce qu'il pense des interactions du groupe et leur demander ce qu'ils pensent de la façon dont ils ont interagi. Voici des questions qu'il pourrait poser :

- Est-ce que des chefs se sont démarqués à l'intérieur du groupe?
- Des personnes ont-elles eu de la difficulté à communiquer avec les autres pendant l'activité?
- Est-ce qu'il y avait un cadet qui n'était pas motivé à participer à l'activité? Comment cela a-t-il affecté le moral du reste du groupe?

### Motiver de nouveau l'équipe

La dernière étape d'une rétroaction après une activité de promotion du travail d'équipe est de renouveler la motivation des cadets. On doit leur rappeler l'importance de ces types d'activités et les motiver à continuer d'y participer pour créer de nouvelles dynamiques dans un environnement d'équipe.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.

- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Que doit faire un chef une fois que l'activité de promotion du travail d'équipe est terminée? De quoi doit-on discuter avec le groupe?

Q2. À quoi sert de revoir le but de l'activité une fois qu'elle est terminée?

Q3. Quels commentaires le groupe doit-il donner au chef? Comment obtient-on cette information? Quels commentaires le chef doit-il donner au groupe?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 6

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 7** — **Demander à de petits groupes de cadets de partager les responsabilités à diriger une activité de promotion du travail d'équipe**

Durée : 30 min — Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre à de petits groupes de cadets de partager les responsabilités à diriger une activité de promotion du travail d'équipe.

### RESSOURCES

- Un espace plat, ouvert et exempt d'obstacles,
- une activité de promotion du travail d'équipe qui se trouve à l'annexe N (une par groupe),
- les ressources conformément aux activités de promotion du travail d'équipe choisies parmi celles se trouvant à l'annexe N,
- le guide de planification d'une activité de promotion du travail d'équipe qui se trouve à l'annexe Q (un par groupe).

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Avec l'aide d'instructeurs adjoints, observer les groupes associés et donner des commentaires pour les étapes 4. à 6.

1. Répartir les cadets en un nombre pair de groupes (p. ex., quatre groupes pour 24 cadets ou moins, six groupes pour 30 cadets).
2. Donner une activité de promotion du travail d'équipe et un guide de planification d'une activité de promotion du travail d'équipe à chaque groupe.
3. Accorder environ 10 minutes à chaque groupe pour qu'ils préparent son activité. S'assurer que chaque cadet a un rôle à jouer dans la conduite de son activité.
4. Demander à chaque groupe de s'associer à un autre groupe pour la présentation de leur activité (p. ex., le groupe 1 dirigera son activité avec le groupe 3, et réciproquement).
5. Au sein des groupes associés, demander à un groupe de diriger son activité conjointement avec son groupe associé. Accorder environ 15 minutes aux groupes pour diriger l'activité. Observer, et donner des commentaires une fois l'activité terminée.
6. Au sein des groupes associés, demander au second groupe de diriger son activité conjointement avec son groupe associé. Accorder environ 15 minutes aux groupes pour diriger l'activité. Observer, et donner des commentaires une fois l'activité terminée.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Conformément aux activités de promotion du travail d'équipe choisies parmi celles se trouvant à l'annexe N.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 7

La participation des cadets à la conduite d'activités de promotion du travail d'équipe en tant que membre d'un petit groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux activités servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est important que les cadets sachent comment diriger adéquatement des activités de promotion du travail d'équipe pour s'assurer qu'elles sont amusantes, stimulantes et atteignables pour tous. Chaque cadet aura l'occasion de diriger deux activités de promotion du travail d'équipe. Les activités de promotion du travail d'équipe constituent d'excellents moyens pour chasser l'ennui, renforcer l'esprit d'équipe, remonter le moral, redynamiser les cadets et atteindre des objectifs. Une fois qu'on a choisi une activité répondant aux besoins du groupe, le chef doit s'assurer qu'elle se déroule d'une manière permettant au groupe d'apprendre ou de tirer son apprentissage du groupe. Les cadets pourront vivre une expérience de promotion du travail d'équipe significative et agréable si la bonne activité est dirigée de manière appropriée.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Une auto-évaluation doit être remplie après que les cadets auront dirigé leur activité de promotion du travail d'équipe. Le formulaire d'auto-évaluation se trouve à l'annexe R.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-028 (ISBN 0-07-046513-4) Newstrom, J., & Scannell, E. (1998). *The Big Book of Team Building Games*. New York, New York, McGraw-Hill.

C0-238 (ISBN 0-7879-4835-7) Sugar, S., & Takacs, G. (2000). *Games That Teach Teams: 21 Activities to Super-Charge Your Group!* San Francisco, Californie, Jossey-Bass/Pfeiffer.

C0-240 (ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

C0-268 (ISBN 1-57542-265-4) MacGregor, M. G. (2008). *Teambuilding With Teens*. Minneapolis, Minnesota, Free Spirit Publishing Inc.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 9**

# OCOM C303.02 – DONNER UNE PRÉSENTATION AU SUJET D'UN CHEF

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Distribuer aux cadets le plan de la présentation au sujet d'un chef qui se trouve à l'annexe S, au moins deux semaines avant le moment prévu de la présentation.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

À l'aide du plan de la présentation au sujet d'un chef à l'annexe S, les cadets doivent trouver un chef de leur choix (un chef militaire, un chef politique, un chef spirituel, un professeur, etc.) avant la leçon.

Les cadets devront apporter en classe du matériel et de l'information pour la présentation au sujet du chef sur lequel ils auront fait des recherches.

S'assurer que les cadets connaissent bien le matériel de l'OCOM M309.01 (Expliquer les principes d'instruction, chapitre 9, section 1), de l'OCOM M309.03 (Décrire les techniques d'art oratoire, chapitre 9, section 3), de l'OCOM M309.04 (Décrire les techniques de questions, chapitre 9, section 4) et de l'OCOM M309.05 (Choisir les aides didactiques appropriées, chapitre 9, section 5).

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de faire l'expérience de donner une présentation dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances en leadership dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait avoir donné une présentation au sujet d'un chef.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets donnent une présentation au sujet d'un chef, ce qui contribuera au développement de leurs compétences en leadership. En effectuant des recherches sur les qualités essentielles de leadership d'un chef, les cadets pourront apprécier la façon dont les autres mettent ces qualités en pratique. Avoir à faire une présentation donne aux cadets une autre occasion de pratiquer leurs habiletés dans ce domaine.

---

**Point d'enseignement 1** — **Superviser les cadets pendant qu'ils donnent une présentation au sujet d'un chef**

Durée : 50 min — Méthode : Activité pratique

---

Les cadets doivent trouver un chef de leurs choix (un chef militaire, un chef politique, un professeur, etc.) avant la leçon. Les cadets devront apporter en classe du matériel et de l'information pour la présentation au sujet du chef sur lequel ils auront fait des recherches.

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de conduire les cadets à donner une présentation au sujet d'un chef.

**RESSOURCES**

- du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur, projecteur multimédia),
- de l'information au sujet d'un chef.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour donner une présentation.
2. Le cadet doit monter son matériel de présentation (au besoin).
3. Le cadet doit donner une présentation qui comprend les points suivants : présentation du chef, éléments intéressants de la carrière du chef, les qualités de leadership essentielles que le chef a démontrées et une conclusion.
4. On encouragera les cadets à poser des questions à la fin de chaque présentation.
5. Répéter les étapes 1. à 4. jusqu'à ce que tous les cadets aient donné une présentation.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux présentations servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Le fait de prendre connaissance et d'entendre parler de l'exemple d'autres chefs pourra aider les cadets à devenir des chefs plus efficaces. Les chefs ont des profils très variés et le fait d'apprendre comment différents chefs incarnent des qualités de leadership essentielles pourra aider les cadets à développer davantage leurs habiletés en leadership. En ayant le plus grand nombre d'occasions possibles de s'adresser à des groupes, les cadets pourront développer leurs habiletés de présentation et d'instruction.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Il est recommandé que cette leçon soit prévue à la suite de toutes les autres leçons de l'OREN 309 (chapitre 9).

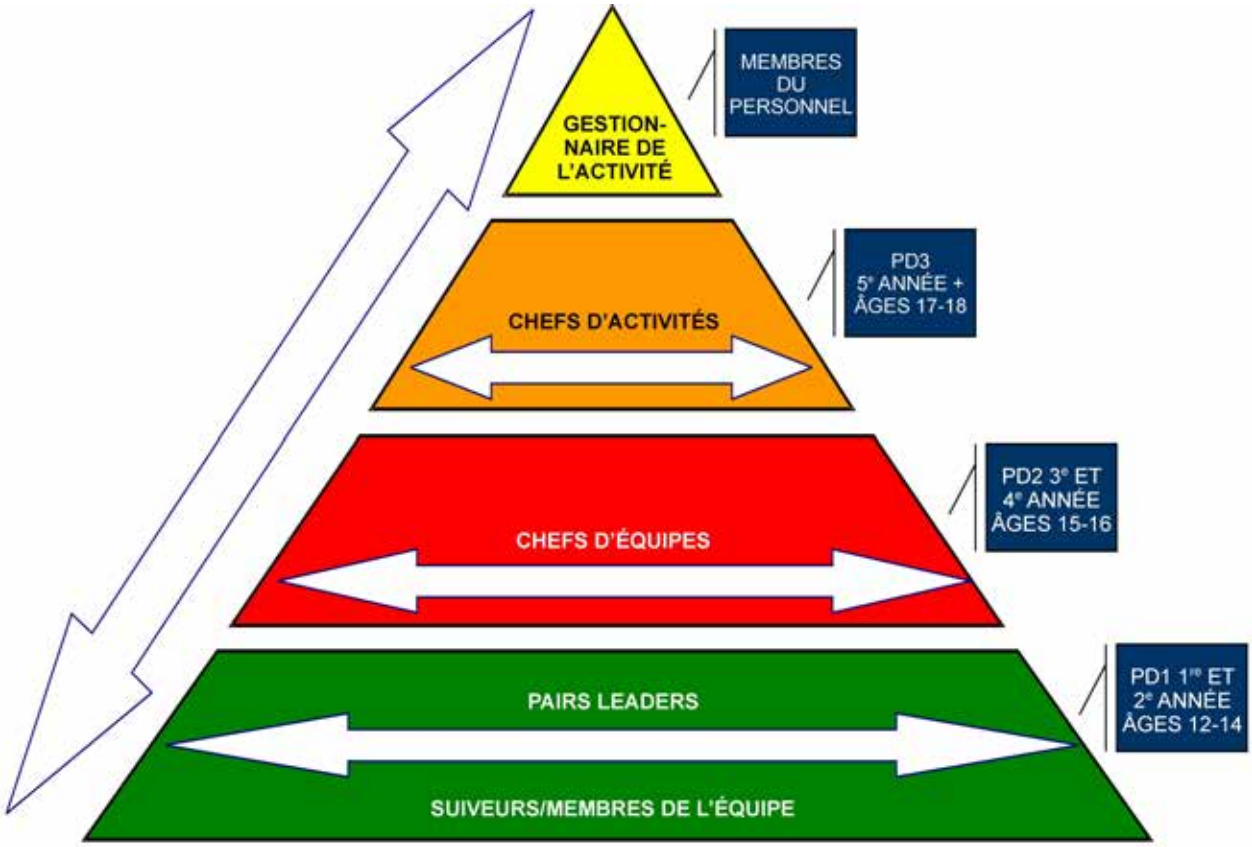
Lorsque le corps de cadets comprend plus de cinq cadets de l'étoile argent, répartir les cadets en groupes de cinq si les installations nécessaires sont disponibles.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

S.O.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**MODÈLE D'ÉQUIPE DE LEADERSHIP**




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3A-1 Modèle d'équipe de leadership

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## ATTENTES À L'ÉGARD D'UN CADET DE L'ÉTOILE ARGENT

***Les principales compétences en leadership***

La gestion intrapersonnelle

La gestion interpersonnelle

Le travail d'équipe

La communication efficace

Le leadership mis en pratique

Le mentorat

| | |
|---|---|
| **Éléments de la gestion intrapersonnelle** | • identifier les besoins personnels et satisfaire à ces besoins;<br>• pratiquer la maîtrise de soi;<br>• pratiquer l'autogestion;<br>• poursuivre l'auto-perfectionnement;<br>• établir l'identité positive. |
| **Éléments de la gestion interpersonnelle** | • interagir positivement dans la communauté de cadets;<br>• interagir positivement avec les autres;<br>• s'occuper des conflits interpersonnels d'une manière respectueuse. |
| **Éléments du travail d'équipe** | • participer aux étapes de la formation d'une équipe;<br>• présenter la dynamique positive de l'équipe;<br>• participer à des activités de promotion du travail d'équipe. |
| **Éléments de la communication efficace** | • recevoir de l'information;<br>• interpréter l'information;<br>• répondre à l'information. |
| **Éléments du leadership mis en pratique** | • servir d'exemple aux autres;<br>• participer aux tâches de leadership;<br>• diriger la tâche de leadership tout en supervisant l'équipe;<br>• diriger les activités de promotion du travail d'équipe;<br>• donner une rétroaction à l'équipe;<br>• présenter un compte rendu au chef d'équipe après la tâche. |
| **Éléments du mentorat** | • exercer le rôle d'un cadet encadré;<br>• exercer le rôle d'un mentor. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## RUBRIQUES D'AUTO-ÉVALUATION

### AUTO-ÉVALUATION RELATIVE AUX QUALITÉS DE CHEF ESSENTIELLES POUR UN CADET

Nom : _____ Date : _____

Veuillez évaluer vos qualités de chef essentielles en cochant la case appropriée.

| Qualité de chef essentielle | Jamais | Rarement | Souvent | Toujours |
|---|---|---|---|---|
| Je suis honnête. | | | | |
| Je suis fiable. | | | | |
| Je suis loyal. | | | | |
| J'ai un esprit de collaboration. | | | | |
| Je suis déterminé. | | | | |
| Je suis courageux. | | | | |
| J'ai un esprit analytique. | | | | |
| Je suis positif. | | | | |
| Je suis respectueux. | | | | |
| Je suis attentionné. | | | | |
| Je suis sympathique. | | | | |

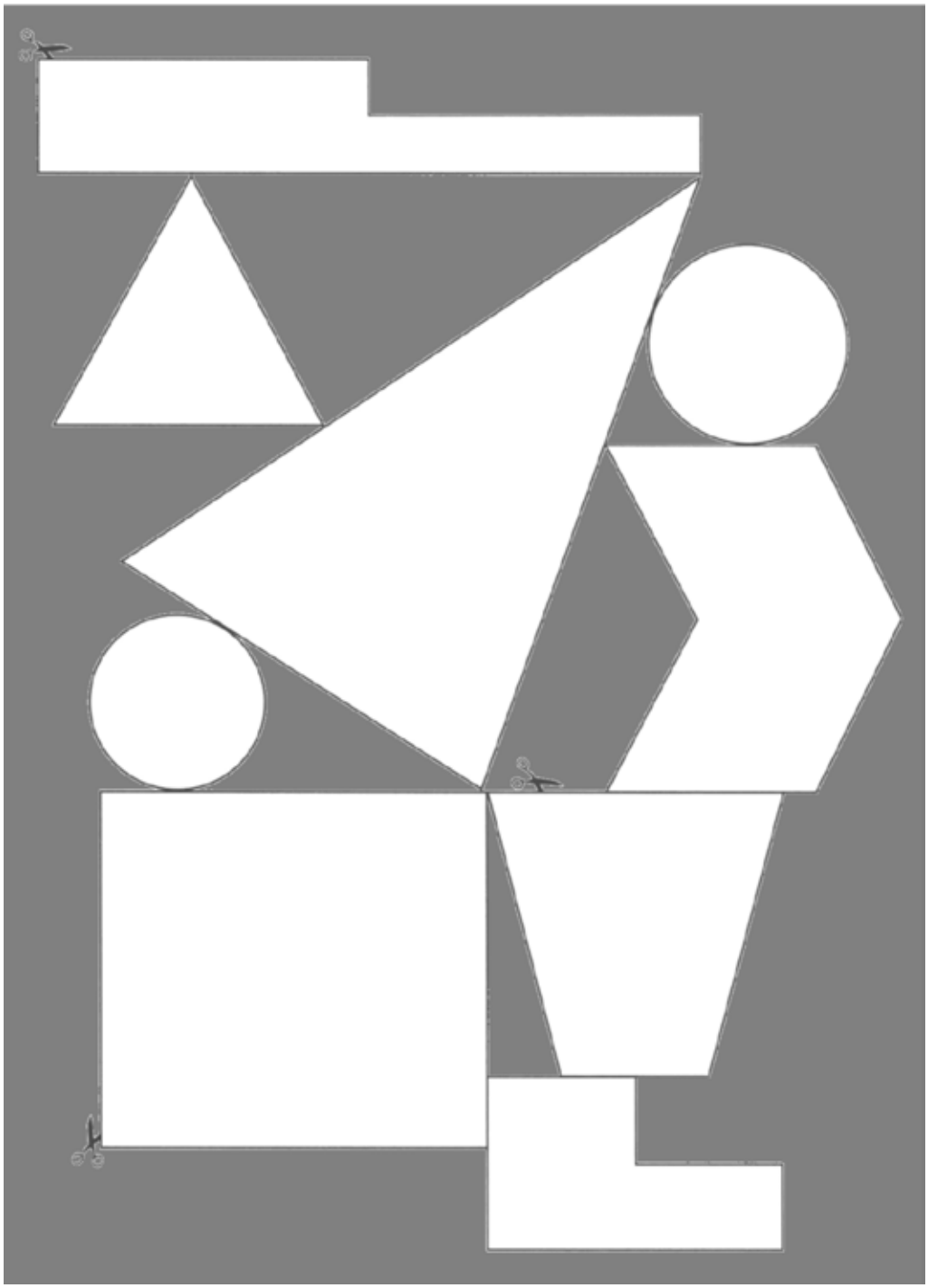
## AUTO-ÉVALUATION RELATIVE À LA DYNAMIQUE D'ÉQUIPE POSITIVE

Nom : _____ Date : _____

Veuillez évaluer votre dynamique d'équipe positive en cochant la case appropriée.

| Dynamique d'équipe positive | Jamais | Rarement | Souvent | Toujours |
|---|---|---|---|---|
| Je suis le chef d'équipe. | | | | |
| J'inclus tous les participants. | | | | |
| J'encourage les membres de l'équipe. | | | | |
| Je contribue au moral et à l'esprit de corps de l'équipe. | | | | |
| Je contribue à la réalisation des objectifs de l'équipe. | | | | |
| Je contribue aux décisions du groupe. | | | | |
| Je fais confiance à l'équipe. | | | | |
| J'appuie les membres de l'équipe. | | | | |
| J'apprécie les membres de l'équipe. | | | | |
| Je célèbre les succès de l'équipe. | | | | |

**CASSE-TÊTE POUR LA COMMUNICATION**



*M. G. MacGregor, Teambuilding With Teens, Free Spirit Publishing Inc. (page 80)*

Figure 3D-1 Casse-tête pour la communication

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# MISES EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES

## MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 1

Vous êtes membre de l'équipe de volley-ball à l'école et membre de votre corps de cadets. Cette année, votre équipe connaît beaucoup de succès et on s'attend à ce qu'elle participe au championnat de zone dans trois semaines. Vous venez de vous rendre compte que votre tournoi de zone pourrait se dérouler la même fin de semaine que la visite de votre corps de cadets à une unité des Forces canadiennes.

Que décidez-vous de faire?

**MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 2**

Votre corps de cadets dirige une rencontre omnisportive demain soir. Vous avez la tâche d'organiser les équipes avant le début de l'événement.

Que décidez-vous de faire?

**MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 3**

Vos parents font un voyage d'affaires pendant la fin de semaine à l'extérieur de la ville. Vous et votre jeune frère, qui a 11 ans, demeurerez à la maison. En même temps, votre corps de cadets organise son événement de service communautaire annuel.

Que décidez-vous de faire?

**MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 4**

Vous arrivez au corps des cadets et remarquez que votre amie a de l’argent supplémentaire cette semaine. Vous savez aussi qu’elle travaillait à la cantine des cadets plus tôt ce soir-là.

Que décidez-vous de faire?

# TÂCHES DE LEADERSHIP COMMUNES POSSIBLES LORS DE LA TROISIÈME ANNÉE

## TÂCHES RELATIVES AU TIR DE PRÉCISION RÉCRÉATIF

- Aménager un champ de tir pour une activité de tir de précision récréatif.
- Organiser des relèves pour l'activité le tir de précision récréatif.
- Contrôler les plombs et donner des cibles pour l'activité de tir de précision récréatif.
- Diriger des activités concomitantes pendant l'activité de tir de précision récréatif.
- Démonter un champ de tir après une activité de tir de précision récréatif.

## TÂCHES RELATIVES AU BIATHLON D'ÉTÉ

- Aménager un champ de tir pour une activité de biathlon d'été.
- Diriger une activité d'échauffement avant la participation à un biathlon d'été.
- Contrôler les plombs lors d'un biathlon d'été.
- Diriger une activité de récupération après la participation à un biathlon d'été.
- Démonter un champ de tir après un biathlon d'été.

## TÂCHES RELATIVES AUX SPORTS RÉCRÉATIFS

- Organiser une activité de sports récréatifs.
- Démonter une activité de sports récréatifs.
- Organiser une équipe de sports récréatifs.
- Diriger un échauffement avant des activités de sports récréatifs.
- Diriger une activité concomitante pendant des activités de sports récréatifs.
- Diriger une activité de récupération après des sports récréatifs.

## TÂCHES RELATIVES À UN RASSEMBLEMENT HEBDOMADAIRE LORS DE LA SOIRÉE DE CADETS

- Installer des chaises pour un rassemblement.
- Installer le secteur du dais pour un rassemblement.
- Installer les drapeaux et les repères pour un rassemblement.
- Ranger les chaises après un rassemblement.
- Démonter le secteur du dais après un rassemblement.
- Descendre les drapeaux et serrer les repères après un rassemblement.

## TÂCHES RELATIVES À UNE SOIRÉE HEBDOMADAIRE DE CADETS

- Aménager l'espace d'une salle de classe.
- Réorganiser l'espace d'une salle de classe.
- Défaire l'aménagement d'une salle de classe.
- Aménager une cantine.
- Affecter le personnel nécessaire à la cantine.

- Démonter la cantine.
- Aménager un secteur de présentation pour un conférencier.
- Démonter le secteur de présentation de conférence.
- Aménagement pour une activité hors programme.
- Diriger une activité concomitante.

**TÂCHES RELATIVES AU LEADERSHIP DE SERVICE COMMUNAUTAIRE**

- Organiser une équipe pendant une activité de service communautaire.
- Diriger des activités concomitantes pendant l'activité de service communautaire.
- Réaliser un balayage final des déchets.

**POSSIBILITÉS D'AUTRES TÂCHES DE LEADERSHIP**

- Embarquer et débarquer le personnel des véhicules durant le transport.
- Diriger une inspection des uniformes des cadets de la première année.
- Ramasser et éliminer les déchets après un rassemblement hebdomadaire.
- Ramasser, trier et disposer des articles recyclables après un rassemblement hebdomadaire.
- Éteindre les lumières et fermer les fenêtres après un rassemblement hebdomadaire.

**TÂCHES DE LEADERSHIP LORS D'UN EXERCICE EN CAMPAGNE DES CADETS DE L'ARMÉE**

**Avant un EEC**

- Distribuer l'équipement personnel.
- Charger l'équipement et les fournitures de l'équipe pour un EEC.

**Montage du bivouac**

- Créer le plan de la disposition d'un bivouac.
- Décharger l'équipement et les fournitures pour un EEC.
- Construire un pendoir à provisions.
- Installer le PHL, le point de premiers soins et d'incendie.
- Aménager l'aire de coucher des femmes.
- Aménager l'aire de coucher des hommes.
- Indiquer les composantes d'un bivouac.

**Tâches routinières durant un EEC**

- Préparer le repas pour une section.
- Nettoyer l'aire de repas après un repas.
- Préparer le bivouac pour la nuit.
- Organiser l'heure du coucher pour les cadettes.
- Organiser l'heure du coucher pour les cadets.

**Démontage du bivouac**

- Démonter l'aire de coucher des femmes.
- Démonter l'aire de coucher des hommes.
- Démonter le PHL, le point de premiers soins et d'incendie.
- Démonter le pendoir à provisions et éliminer les déchets.
- Charger l'équipement et les fournitures de l'équipe après un EEC.
- Éliminer les signes d'occupation et effectuer une dernière battue pour ramasser les déchets.

**Après l'EEC**

- Décharger l'équipement et les fournitures après un EEC.
- Ramasser l'équipement personnel.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## EXEMPLE DE LA TÂCHE DE LEADERSHIP

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
|---|
| Réaménager l'espace d'une salle de classe |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour réaménager une salle de classe, selon les besoins. Placer les chaises, bureaux et tables pour correspondre au schéma (si fourni) ou soit comme indiqué. |
| **RESSOURCES** |
| • Des chaises,<br>• Un schéma de la disposition des chaises (au besoin),<br>• Des bureaux et des tables,<br>• De l'équipement électronique (au besoin),<br>• Des tableaux blancs (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## FORMAT DE TÂCHE DE LEADERSHIP

1. Se préparer pour la tâche de leadership de la façon suivante :

   a. s'assurer que l'objectif est compris;
   b. s'assurer que les ressources nécessaires sont disponibles;
   c. respecter le temps;
   d. faire un plan.

2. Présenter la tâche de leadership de la façon suivante :

   a. énoncer la tâche à faire;
   b. énoncer l'objectif de la tâche;
   c. identifier les ressources nécessaires pour la tâche;
   d. communiquer le plan général;
   e. attribuer les tâches aux membres de l'équipe, s'il y a lieu;
   f. veiller à ce que les membres de l'équipe comprennent la tâche.

3. Conduire la tâche de leadership de la façon suivante :

   a. superviser les autres cadets;
   b. maintenir le contrôle sur l'équipe;
   c. veiller à ce que la tâche progresse en fonction du temps accordé;
   d. modifier le plan selon les besoins.

4. Donner une rétroaction à l'équipe à la fin de la tâche de leadership de la façon suivante :

   a. réviser l'objectif;
   b. donner une rétroaction;
   c. motiver de nouveau l'équipe.

5. Présenter un compte rendu après la tâche et une auto-évaluation.

6. Participer à une rétroaction avec le personnel de direction.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## COMPTE RENDU APRÈS UNE TÂCHE ET RUBRIQUE D'ÉVALUATION

### COMPTE RENDU APRÈS UNE TÂCHE

1. Comment vous sentiez-vous une fois la tâche terminée?

_____

_____

_____

_____

2. Comment vous sentiez-vous au sujet du travail d'équipe parmi les membres? Comment le travail d'équipe est-il relié au résultat d'une tâche de leadership?

_____

_____

_____

_____

3. Quels sont les aspects de la tâche de leadership qui se sont bien déroulés?

_____

_____

_____

_____

4. Si vous aviez à effectuer la même tâche de nouveau, que feriez-vous de différent?

_____

_____

_____

_____

## RUBRIQUE D'ÉVALUATION DU COREN DE L'OREN 303

Nom du cadet : _____ Peloton : _____

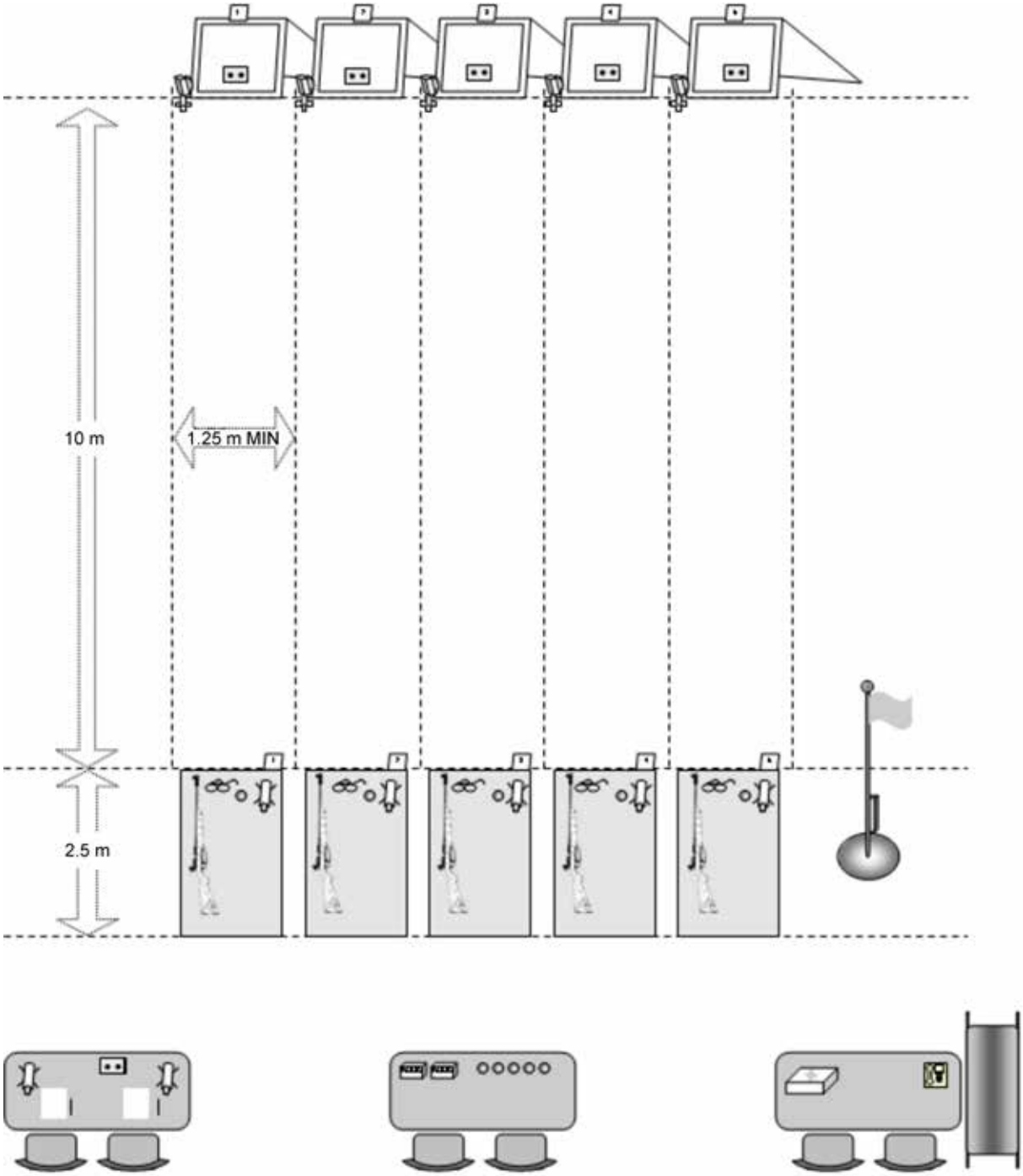
Date : _____

| | Non réalisée | Réalisée avec difficulté | Réalisée sans difficulté | Norme dépassée |
|---|---|---|---|---|
| **Communiquer à titre de chef d'équipe** | N'a pas communiqué avec les membres de son équipe. | A communiqué occasionnellement avec les membres de son équipe. Les membres de l'équipe ont eu besoin de clarifications à plusieurs reprises. | A communiqué à plusieurs reprises avec les membres de son équipe. Les membres de l'équipe n'ont eu besoin que de quelques clarifications. | A communiqué avec les membres de son équipe pendant toute la durée de sa tâche de leadership. Les membres de l'équipe n'ont pas eu besoin de clarifications. |
| **Superviser les cadets** | N'a pas supervisé les cadets. | N'a supervisé les cadets qu'au début ou à la fin de la tâche de leadership. | A supervisé les cadets durant toute la tâche de leadership en apportant quelques corrections lorsque c'était nécessaire. | A supervisé les cadets durant toute la tâche de leadership en apportant des corrections aussi souvent que c'était nécessaire. |
| **Résoudre des problèmes** | N'a pas résolu les problèmes. | | A résolu les problèmes. | |
| **Terminer la tâche de leadership** | N'a pas réalisé la tâche de leadership. | | A réalisé la tâche de leadership. | |
| **Effectuer une auto-évaluation** | N'a pas réalisé son auto-évaluation. | | A réalisé son auto-évaluation. | |

*Ce formulaire doit être reproduit sur place.*

## TÂCHES DE LEADERSHIP

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
|---|
| Aménager un champ de tir pour le tir de précision récréatif |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pour effectuer l'aménagement d'un champ de tir pour le tir de précision récréatif. Déterminer l'équipement requis selon le nombre de couloirs de tir. Établir la zone selon le schéma fourni. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Une zone de champ de tir,<br>• Des cibles de carabine à air comprimé,<br>• Des cadres de cible,<br>• Des drapeaux (rouges et verts),<br>• Une trousse de premiers soins,<br>• Une civière,<br>• Des tapis de tir,<br>• Des lunettes de sécurité,<br>• Des carabines à air comprimé des cadets,<br>• Des bretelles de carabine à air comprimé des cadets,<br>• Un schéma de la disposition de toutes les ressources,<br>• Un minimum de six cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S'assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets. |




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3J-1 Exemple de disposition d'un champ de tir

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br>Organiser des relèves pour le tir de précision récréatif |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br>Organiser les cadets en relèves pour le tir de précision récréatif d'après le nombre de couloirs de tir. |
| **RESSOURCES**<br>Tous les cadets qui participent. |
| **DURÉE**<br>Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Contrôler les plombs et donner des cibles pour l'activité de tir de précision récréatif |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour contrôler et distribuer des plombs et des cibles pour le tir de précision récréatif. Attribuer les plombs nécessaires, par relève, selon le nombre de couloirs de tir. |
| **RESSOURCES** |
| • Des plombs de carabine à air comprimé,<br>• Des contenants pour les plombs,<br>• Des cibles appropriées,<br>• Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE** |
| Un relais, environ 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S'assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Diriger une activité concomitante pendant le tir de précision récréatif |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser et diriger une activité concomitante pendant le tir de précision récréatif (p. ex., balayer le sol, activité de promotion du travail d'équipe, etc.) pour une petite équipe de cadets. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Selon les instructions du personnel de direction d'après l'activité concomitante,<br>• Une petite équipe de cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter un champ de tir après le tir de précision récréatif |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour démonter le champ de tir après le tir de précision récréatif. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES** |
| • Une liste de vérification des ressources,<br>• Un minimum de six cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| • S'assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets.<br>• S'assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs. |

| Ressources | Quantité retournée |
|---|---|
| Cadre de cible | |
| Drapeau rouge | |
| Drapeau vert | |
| Trousse de premiers soins | |
| Civière | |
| Tapis de tir | |
| Lunettes de sécurité | |
| Carabines à air comprimé des cadets | |
| Bretelle pour carabine à air comprimé des cadets | |
| Boîtes de plombs | |

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3J-2 Exemple de liste de vérification des ressources

**TÂCHE DE LEADERSHIP**

Aménager un champ de tir pour le biathlon d'été

**DESCRIPTION DE LA TÂCHE**

Organiser une équipe de cadets pour aménager un champ de tir pour le biathlon d'été, au besoin. Déterminer l'équipement requis selon le nombre de couloirs de tir. Aménager la zone selon le schéma fourni.

**RESSOURCES**

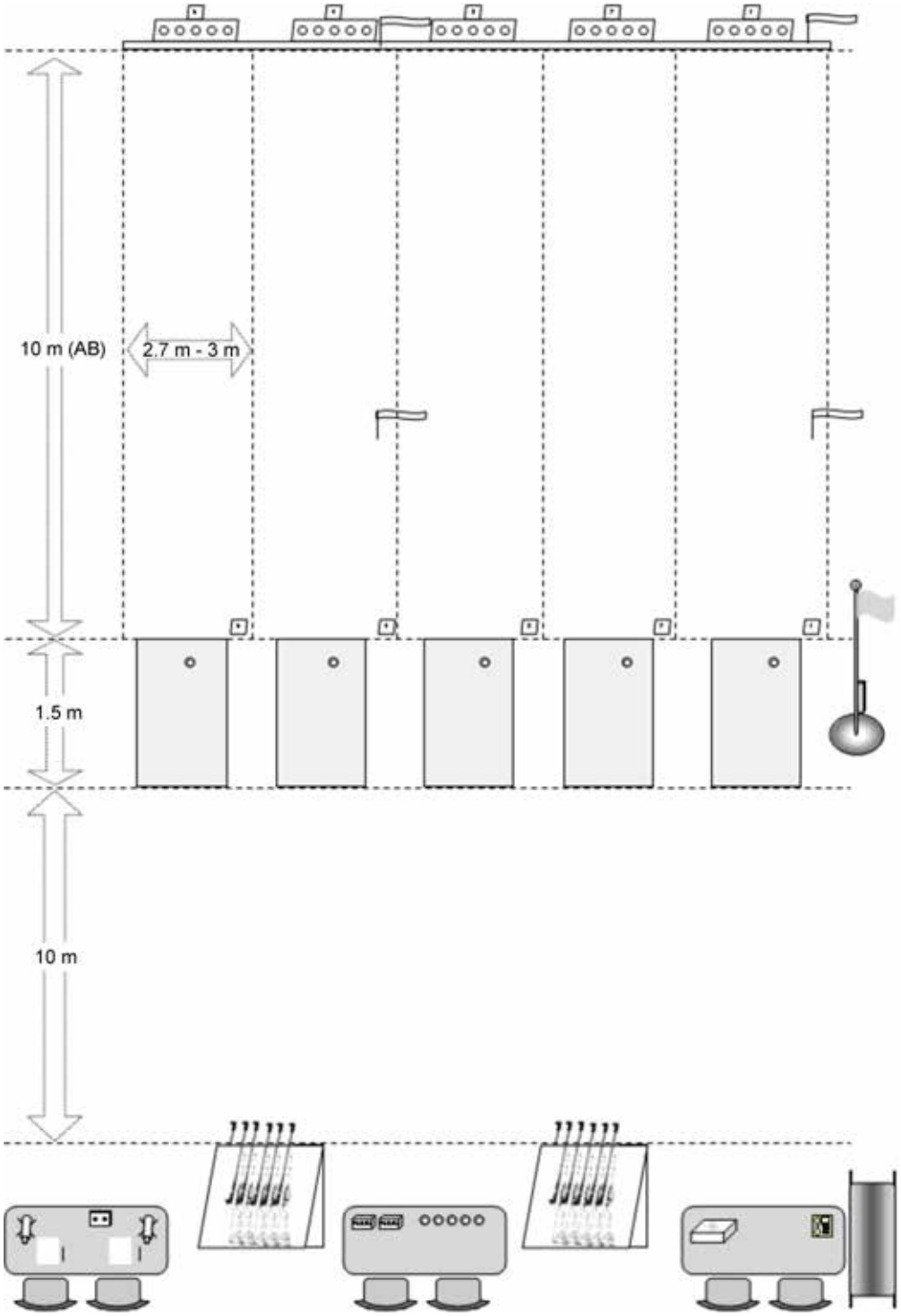
- Une zone de champ de tir,
- Des cibles de carabine à air comprimé pour le biathlon,
- Des drapeaux (rouges et verts),
- Une trousse de premiers soins,
- Une civière,
- Un chronomètre,
- Des tapis de tir,
- Des lunettes de sécurité,
- Des carabines à air comprimé des cadets,
- Un schéma de la disposition de toutes les ressources,
- Un minimum de six cadets.

**DURÉE**

Une durée maximale de 20 minutes.

**CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**

S'assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3J-3 Exemple de disposition d'un champ de tir pour le biathlon

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Diriger une activité d'échauffement avant de participer au biathlon d'été |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser et diriger une activité d'échauffement pour une petite équipe de cadets avant de participer à un biathlon d'été. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Le document de cours pour les exemples d'étirements qui se trouve à l'annexe K,<br>• Une petite équipe de cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Contrôler les plombs lors d'un biathlon d'été |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour contrôler et distribuer des plombs pour le biathlon d'été. Attribuer les plombs nécessaires, pour chaque exercice de tir, selon le nombre de couloirs de tir. |
| **RESSOURCES** |
| • Des plombs de carabine à air comprimé,<br>• Des contenants pour les plombs,<br>• Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE** |
| Selon l'activité. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S'assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Diriger une activité de récupération après avoir participé au biathlon d'été |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser et diriger une activité de récupération pour une équipe de cadets après avoir participé au biathlon d'été. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe. |
| **RESSOURCES** |
| • Le document de cours pour les exemples d'étirements qui se trouve à l'annexe K,<br>• Une équipe de cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Démonter un champ de tir après le biathlon d'été |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pour démonter un champ de tir après le biathlon d'été. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Une liste de vérification des ressources,<br>• Un minimum de six cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>• S'assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets.<br>• S'assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs. |

| Ressources | Quantité retournée |
|---|---|
| Cible de carabine à air comprimé pour le biathlon | |
| Drapeau rouge | |
| Drapeau vert | |
| Trousse de premiers soins | |
| Civière | |
| Chronomètre | |
| Tapis de tir | |
| Lunettes de sécurité | |
| Carabines à air comprimé des cadets | |
| Boîtes de plombs | |

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3J-4 Exemple de liste de vérification des ressources

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Organiser une activité de sports récréatifs |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pour préparer une activité de sports récréatifs, au besoin. Placer les tables de résultats, un chronomètre et tout autre équipement, comme indiqué. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Des tables de résultats,<br>• Un chronomètre,<br>• De l'équipement de sport (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter une activité de sports récréatifs |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour préparer une activité de sports récréatifs, au besoin. Enlever les tables de résultats, un chronomètre et tout autre équipement, comme indiqué. |
| **RESSOURCES** |
| • Des tables de résultats,<br>• Un chronomètre,<br>• De l'équipement de sport (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

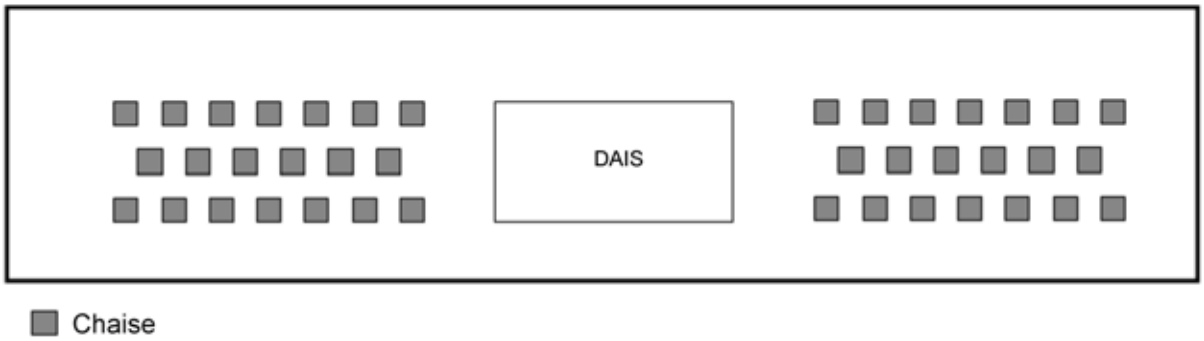
| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Organiser une équipe pour les sports récréatifs |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Diviser les cadets en équipes pour les sports récréatifs selon les instructions (p. ex., les équipes, les marqueurs, les chronométreurs, etc.). |
| **RESSOURCES**<br><br>• Des chronomètres,<br>• Des stylos et des crayons,<br>• Tous les cadets qui participent. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Diriger une activité d'échauffement avant de participer aux sports récréatifs |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Diriger une activité d'échauffement pour une équipe de cadets avant de participer aux sports récréatifs. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe. |
| **RESSOURCES** |
| • Le document de cours pour les exemples d'étirements qui se trouve à l'annexe K,<br>• Une équipe de cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Diriger une activité concomitante pendant les sports récréatifs |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Diriger une activité concomitante pendant les sports récréatifs (p. ex., activité de promotion du travail d'équipe, les encouragements, etc.) pour une équipe de cadets. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe. |
| **RESSOURCES** |
| • Selon les instructions du personnel de direction d'après l'activité concomitante,<br>• Une équipe de cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Diriger une activité de récupération après avoir participé aux sports récréatifs |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Diriger une activité de récupération pour une équipe de cadets après avoir participé aux sports récréatifs. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe. |
| **RESSOURCES** |
| • Le document de cours pour les exemples d'étirements qui se trouve à l'annexe K,<br>• Une équipe de cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

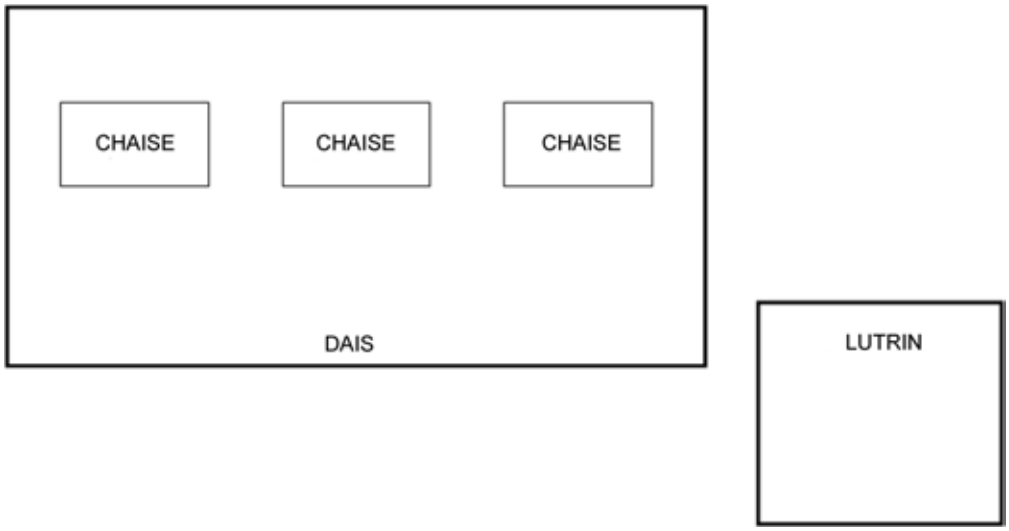
| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Installer des chaises pour un rassemblement |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pour placer les chaises pour les invités d'un rassemblement. Compter les chaises, celles qui sont déjà sur les lieux, ensuite les placer tel qu'illustré dans le schéma ou selon les instructions. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Des chaises,<br>• Un schéma de la disposition des chaises (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3J-5 Exemple de disposition des chaises

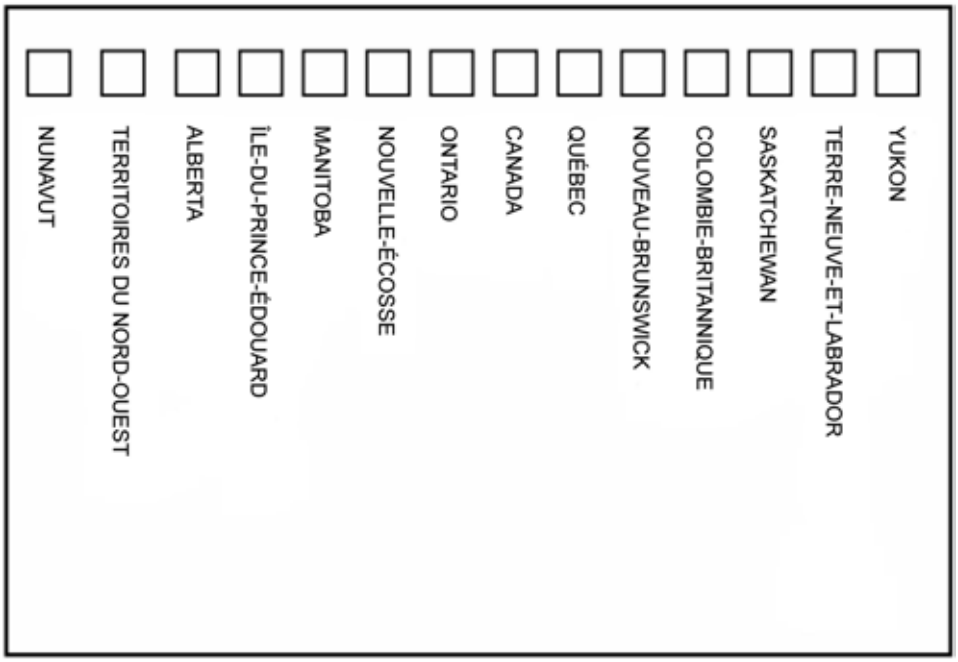
| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Aménager la zone du dais pour un rassemblement |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pour aménager la zone du dais pour les dignitaires qui assistent à un rassemblement. Utiliser les ressources fournies, aménager la zone du dais tel qu'illustré dans le schéma ou selon les instructions. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Un dais,<br>• Un podium (au besoin),<br>• Des chaises (au besoin),<br>• Un schéma de l'aménagement de la zone du dais (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

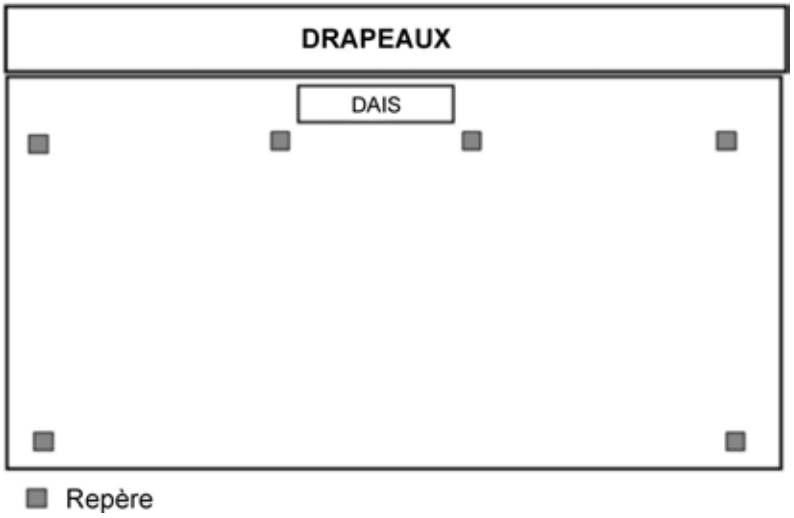
Figure 3J-6 Exemple de zone du dais

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Placer les drapeaux et les repères pour un rassemblement |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour placer les drapeaux et les repères pour un rassemblement. Les placer tel qu'illustré sur le schéma ou comme indiqué. |
| **RESSOURCES** |
| • Drapeaux provinciaux et territoriaux,<br>• Des repères,<br>• Un schéma de la disposition des drapeaux et des repères (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3J-7 Exemple de disposition des drapeaux




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3J-8 Exemple de disposition des repères

| TÂCHE DE LEADERSHIP<br>Démonter les chaises après un rassemblement |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br>Organiser une équipe de cadets pour démonter les chaises après un rassemblement. Placer les chaises à l'aire d'entreposage désignée. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES**<br>• Du papier,<br>• Des stylos et des crayons,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE**<br>Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter la zone du dais après un rassemblement |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour démonter la zone du dais après un rassemblement. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage désignée. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES** |
| • Du papier,<br>• Des stylos et des crayons,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter les drapeaux et les repères après un rassemblement |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour démonter les drapeaux et les repères après un rassemblement. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage désignée. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES** |
| • Du papier,<br>• Des stylos et des crayons,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Aménager l’espace d’une salle de classe |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour aménager une salle de classe, au besoin. Placer les chaises, les bureaux et les tables et tout autre équipement, comme indiqué. |
| **RESSOURCES** |
| • Des chaises,<br>• Des bureaux et des tables,<br>• De l’équipement électronique (au besoin),<br>• Des tableaux blancs (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Réaménager l'espace d'une salle de classe |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour réaménager une salle de classe, selon les besoins. Placer les chaises, bureaux et tables pour correspondre au schéma (si fourni) ou soit comme indiqué. |
| **RESSOURCES** |
| • Des chaises,<br>• Un schéma de la disposition des chaises (au besoin),<br>• Des bureaux et des tables,<br>• De l'équipement électronique (au besoin),<br>• Des tableaux blancs (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Défaire l'aménagement d'une salle de classe |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour défaire l'aménagement d'une salle de classe, selon les besoins. Enlever les chaises, les bureaux et les tables pour correspondre au schéma (si fourni) ou soit comme indiqué. |
| **RESSOURCES** |
| • Des chaises,<br>• Un schéma de la disposition des chaises (au besoin),<br>• Des bureaux et des tables,<br>• De l'équipement électronique (au besoin),<br>• Des tableaux blancs (au besoin),<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP<br>Aménager une cantine |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br>Organiser une équipe de cadets pour aménager une cantine. Placer les tables ou les comptoirs, les chaises, les stocks, la caisse et tout autre équipement, comme indiqué. |
| **RESSOURCES**<br>• Des chaises,<br>• Des tables ou des comptoirs,<br>• Des stocks,<br>• Une caisse,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE**<br>Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Affecter le personnel à la cantine |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour affecter le personnel à la cantine. S’assurer que l’équipe connaît le prix des articles à vendre. |
| **RESSOURCES** |
| • Des chaises,<br>• Des tables ou des comptoirs,<br>• Des stocks,<br>• Une caisse,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter une cantine |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour démonter une cantine. Enlever les tables ou les comptoirs, les chaises, les stocks, la caisse et tout autre équipement, selon les directives. S'assurer de placer la caisse dans un endroit sécurisé. |
| **RESSOURCES** |
| • Des chaises,<br>• Des tables ou des comptoirs,<br>• Des stocks,<br>• Une caisse,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Aménager une zone pour la présentation d'un conférencier invité |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour aménager une zone pour la présentation d'un conférencier invité. Placer le podium, les chaises et l'équipement électronique (au besoin), comme indiqué. |
| **RESSOURCES** |
| • Un podium.<br>• Des chaises,<br>• De l'équipement électronique (au besoin),<br>• Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter une zone de présentation après la présentation d'un conférencier invité |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour démonter une zone de présentation après la présentation d'un conférencier invité. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES** |
| • Du papier,<br>• Des stylos et des crayons,<br>• Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Se préparer à une activité parascolaire |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour se préparer à une activité parascolaire (p. ex., sports récréatifs, visite d'une installation, visite éducative, biathlon d'été, etc.). |
| **RESSOURCES** |
| Telles que fournies par le personnel de direction. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Diriger une activité concomitante |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Diriger une équipe de cadets qui attend de nouvelles instructions à faire une activité concomitante pendant une activité de service communautaire (p. ex., balayer le sol, activité de promotion du travail d'équipe, chanter). S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe. |
| **RESSOURCES** |
| • Selon les instructions du personnel de direction d'après l'activité concomitante,<br>• Une équipe de cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| Les cadets doivent rester à l'écart des aires de circulation dense. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Organiser une équipe pendant une activité de service communautaire |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pendant une activité de service communautaire. Déplacer les gens et l'équipement conformément aux directives. |
| **RESSOURCES**<br><br>Une équipe de cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>Les cadets doivent rester à l'écart des aires de circulation dense. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Diriger une activité concomitante pendant une activité de service communautaire |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Diriger une équipe de cadets qui attend de nouvelles instructions à faire une activité concomitante pendant une activité de service communautaire (p. ex., balayer le sol, activité de promotion du travail d'équipe, chanter). S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe. |
| **RESSOURCES** |
| • Selon les instructions du personnel de direction d'après l'activité concomitante,<br>• Une équipe de cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| Les cadets doivent rester à l'écart des aires de circulation dense. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Effectuer un balayage final des déchets après une activité de service communautaire |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour effectuer un balayage final des déchets après une activité de service communautaire et s'assurer que tous les espaces utilisés sont exempts de déchets. |
| **RESSOURCES** |
| • Des sacs à déchets,<br>• Un minimum de 10 cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Embarquer et débarquer le personnel des véhicules durant le transport |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour s'assurer que tout le personnel monte à bord des véhicules et en descend de façon sécuritaire. Compter tous les membres du personnel lorsqu'ils montent à bord du véhicule et lorsqu'ils en descendent. Aider à la supervision du personnel pendant le transport. |
| **RESSOURCES** |
| • Un véhicule,<br>• Un minimum de sept cadets. |
| **DURÉE** |
| Durée du déplacement. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| Les cadets doivent s'asseoir en faisant face à l'avant du véhicule et attacher leurs ceintures de sécurité. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Diriger une inspection des uniformes des cadets de la première année |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets qui dirigera une inspection des uniformes des cadets de la première année. |
| **RESSOURCES**<br><br>• La rubrique d'inspection des uniformes,<br>• Des cadets de première année,<br>• Une équipe de cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

**RUBRIQUES D'INSPECTION DES UNIFORMES**

| | Non réalisée | Réalisée avec difficulté | Réalisée sans difficulté |
|---|---|---|---|
| **Couvre-chef** | Le cadet ne portait pas d'uniforme. | Le cadet portait un couvre-chef, qui était mal placé ou ajusté, ou son insigne de coiffure était mal attaché. | Le cadet portait un couvre-chef bien ajusté avec un insigne de coiffure bien attaché. |
| **Uniforme** | Le cadet ne portait pas d'uniforme. | Le cadet portait un uniforme, qui n'était pas bien porté ou bien ajusté, où qui semblait sale ou mal repassé. | Le cadet portait un uniforme bien ajusté et repassé. |
| **Insignes** | Le cadet ne portait pas d'uniforme. | Le cadet avait des insignes sur son uniforme, mais certains d'entre eux étaient mal positionnés ou manquants. | Le grade du cadet et tous les autres insignes étaient bien portés et placés. |
| **Chaussures** | Le cadet ne portait pas d'uniforme. | Le cadet avait des bottes, mais elles étaient mal entretenues ou mal cirées. | Les bottes du cadet étaient bien entretenues et cirées uniformément. |
| **Présentation** | Le cadet n'était pas sur parade ou il n'était pas hygiénique. | Le cadet était sur parade, mais son apparence n'était pas conforme aux normes relatives à la tenue (p. ex., cheveux, rasage, maquillage, bijoux). | Le cadet était sur parade, et son apparence était conforme aux normes relatives à la tenue (p. ex., cheveux, rasage, maquillage, bijoux). |

## LISTE DE VÉRIFICATION DE L'INSPECTION DE L'UNIFORME

| Nom | Couvre-chef | Uniforme | Insignes | Chaussures | Présentation | Commentaires |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | | | | | | |
| 2. | | | | | | |
| 3. | | | | | | |
| 4. | | | | | | |
| 5. | | | | | | |
| 6. | | | | | | |
| 7. | | | | | | |
| 8. | | | | | | |
| 9. | | | | | | |
| 10. | | | | | | |
| 11. | | | | | | |
| 12. | | | | | | |
| 13. | | | | | | |
| 14. | | | | | | |
| 15. | | | | | | |
| 16. | | | | | | |
| 17. | | | | | | |
| 18. | | | | | | |
| 19. | | | | | | |
| 20. | | | | | | |
| 21. | | | | | | |
| 22. | | | | | | |
| 23. | | | | | | |
| 24. | | | | | | |

N – Non réalisé RAD – Réalisé avec difficulté RSD – Réalisé sans difficulté

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Ramasser et éliminer les déchets après un rassemblement hebdomadaire |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pour ramasser et éliminer les déchets dans tous les endroits utilisés. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Des sacs à déchets,<br>• Un minimum de cinq cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

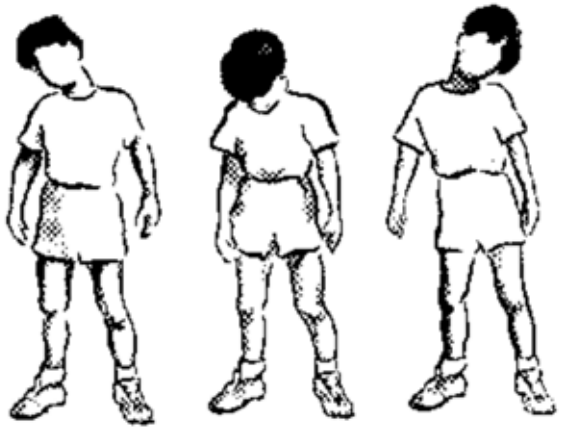
| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Ramasser, trier et disposer des articles recyclables après un rassemblement hebdomadaire |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe de cadets pour ramasser et trier le matériel à recycler et en disposer. S’assurer que tous les endroits utilisés sont exempts de matériel à recycler. |
| **RESSOURCES** |
| • Des sacs à déchets,<br>• Des contenants ou des sacs de recyclage (au besoin),<br>• Un minimum de cinq cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 10 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Éteindre les lumières et fermer les fenêtres après un rassemblement hebdomadaire |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe de cadets pour éteindre les lumières et fermer les fenêtres après un rassemblement hebdomadaire. |
| **RESSOURCES**<br><br>Un minimum de cinq cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de cinq minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**EXEMPLES D'ÉTIREMENT**

a. Le cou :

| | |
|---|---|
|  <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 3K-1 Étirement du cou | Faites rouler lentement votre tête à travers votre poitrine d'une épaule à l'autre. Ne faites pas rouler votre tête vers l'arrière. |

b. Les épaules :

| | |
|---|---|
| <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 3K-2 Poussée des épaules | Debout, allongez vos bras derrière vous, puis entrelacez vos doigts. Montez vos épaules et poussez-les vers l'arrière.<br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 3K-3 Haussement des épaules | Debout, haussez vos épaules le plus haut possible puis baissez-les tout en étirant votre cou vers le haut.<br>Poussez vos épaules le plus loin possible vers l'arrière puis arrondissez-les vers l'avant en les poussant le plus loin possible vers l'avant.<br>Maintenez chaque position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Warm Ups, par Martha Jefferson Hospital, Droit d'auteur 2001, Martha Jefferson Hospital. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.marthajefferson.org/warmup.php*<br>Figure 3K-4 Cercles avec les bras | Écartez les bras en ligne droite, la paume de la main vers le haut. Faites des cercles avec les bras, en agrandissant progressivement la taille des cercles.<br>Refaites les cercles en sens inverse. |
| <br>*Smart Start : A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-5 Étirement des épaules | Debout ou assis, prenez votre bras droit dans votre main gauche et passez-le devant votre poitrine; prenez le bras par l'arrière du coude pour soutenir l'articulation. Poussez légèrement sur le coude vers la poitrine. Vous devriez sentir l'étirement dans votre épaule droite.<br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |

c. Les bras :

| | |
|---|---|
| <br>*Exercises. Droit d'auteur 1998 par Impacto Protective Products Inc. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.2protect.com/home.htm*<br>Figure 3K-6 Rotations des poignets | Tournez vos mains en faisant des mouvements circulaires à partir du poignet.<br><br>Changez de direction et répétez le mouvement de chaque côté. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-7 Étirement des triceps | Debout, passez votre bras droit au-dessus de la tête, le coude plié. Avec votre main gauche, poussez légèrement le bras vers le bas.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |

| | |
|---|---|
| <br>*Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49*<br>Figure 3K-8 Étirement des avant-bras | En position à genou, placez vos mains au sol devant vous, les doigts orientés vers les genoux et tournez-les de sorte que les pouces pointent vers l'extérieur. Tout en maintenant les mains à plat sur le sol, penchez-vous vers l'arrière.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |

d. La poitrine et les abdominaux :

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-9 Étirement de la poitrine | Tenez-vous debout devant un mur. Avec le bras droit plié et le coude à la hauteur de l'épaule, collez la paume de la main contre le mur. Tournez le corps en l'éloignant du bras droit. Vous devriez sentir l'étirement dans la partie avant de l'aisselle et le long de la poitrine.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |
| <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 3K-10 Étirement des côtes | Debout, levez le bras gauche au-dessus de la tête. Penchez-vous au niveau des hanches du côté droit du corps.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |

e. Le dos :

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-11 Étirement du bas du dos | Allongez-vous sur le dos et ramenez les jambes vers la poitrine. Saisissez la partie arrière de vos genoux.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-12 Étirement du haut du dos | Étendez les bras en ligne droite devant vous, à la hauteur des épaules, en croisant un bras par-dessus l'autre. En joignant les paumes de la main, entrelacez vos doigts et faites une pression sur les bras. Abaissez le menton sur votre poitrine pendant que vous expirez. Vous devriez sentir l'étirement dans le haut du dos.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |

f. Les jambes :

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-13 Étirement de l'ischio-jambier | Allongez-vous au sol avec les genoux pliés et le dos à plat sur le sol. Levez doucement et tendez la jambe, en tenant le derrière de la cuisse avec les deux mains.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-14 Étirement de l'intérieur de la cuisse | Assoyez-vous au sol avec les jambes pliées et les plantes des pieds collées. Tenez vos orteils et poussez-vous vers l'avant tout en gardant le dos et le cou bien droits.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.<br><br>Tenez vos chevilles et, avec vos coudes, poussez vos genoux vers le sol.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-15 Fléchisseur de hanches | Posez votre genou droit au sol. Placez votre pied gauche devant vous, en pliant le genou et en plaçant votre main gauche sur cette jambe pour garder l'équilibre. Gardez le dos bien droit et les muscles abdominaux contractés. Penchez-vous vers l'avant, en transférant plus de poids de votre corps vers votre jambe avant. Vous devriez sentir un étirement dans la partie avant de la hanche et dans la cuisse de la jambe agenouillée. Au besoin, posez la rotule du genou sur une serviette pliée pour la protéger.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |
| <br>*Running Exercises. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46*<br>Figure 3K-16 Rotations des chevilles | Assis, faites une rotation du pied dans le sens horaire, puis dans le sens anti-horaire.<br><br>Changez de côté et reprenez l'exercice du côté opposé. |

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-17 Étirement des mollets | Placez-vous en face à trois pas d'un mur. Avancez votre jambe droite vers le mur en pliant le genou droit et en gardant votre jambe gauche tendue. Allongez les bras, les paumes face au mur. Abaissez doucement le corps vers le mur. Gardez les orteils devant et les talons posés. Appuyez-vous contre le mur en gardant votre jambe gauche droite derrière votre corps. Vous devriez sentir l'étirement dans votre mollet gauche.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 3K-18 Étirement des quadriceps | Tenez-vous debout, avec une main contre un mur pour garder l'équilibre. Soulevez votre pied gauche en pliant votre genou, comme si vous tentiez de vous donner un coup de talon au derrière. Ne vous penchez pas en avant à partir des hanches. Saisissez votre cheville avec la main gauche et tenez-la. Vous devriez sentir un étirement dans votre cuisse gauche.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## TÂCHES DE LEADERSHIP

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
|---|
| Distribuer l'équipement personnel |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour distribuer l'équipement personnel requis aux membres de leur section pour un exercice de bivouac. |
| **RESSOURCES** |
| • Un sac à dos (un par cadet),<br>• Un sac de couchage (un par cadet),<br>• Un matelas gonflable (un par cadet),<br>• Un minimum de trois cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br>Étiqueter l'équipement personnel |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br>Organiser les cadets pour étiqueter l'équipement personnel qui avait été distribué pour l'exercice de survie. |
| **RESSOURCES**<br>• Un sac à dos (un par cadet),<br>• Un sac de couchage (un par cadet),<br>• Un matelas gonflable (un par cadet),<br>• Du ruban-cache,<br>• Des marqueurs,<br>• Un minimum de huit cadets. |
| **DURÉE**<br>Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br>S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP** |
| --- |
| Charger l’équipement et les fournitures de l’équipe pour un exercice de survie |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour charger l’équipement et les fournitures dans le véhicule d’approvisionnement pour un exercice de survie. |

**RESSOURCES**

- Les ressources, telles que décrites par le personnel de direction, y compris :
  - Des tentes à deux places,
  - Des maillets,
  - Des réchauds Coleman à deux brûleurs,
  - Des fanaux Coleman,
  - Des allumettes,
  - Des entonnoirs,
  - Des manchons de fanal,
  - Du combustible pour réchaud et fanal,
  - Des ensembles de casseroles,
  - Des cuvettes,
  - Des trousses de premiers soins,
  - Une civière,
  - Des extincteurs,
  - Une trousse de nettoyage de déversements,
  - Des haches,
  - Des pelles,
  - Des jerricans d'eau,
  - Des sacs à déchets,
  - Des bâtons lumineux,
  - Une tresse blanche,
  - Des lampes de poche,
  - Des piles de lampe de poche,
  - Des radios,
  - Des piles de radio,
  - Une corde,
  - Des repas pour l'exercice de survie,
  - Du papier,
  - Des marqueurs,
  - Du ruban-cache,
  - Des stylos et des crayons.
- Un véhicule d'approvisionnement,
- La liste de vérification des ressources,
- Des stylos et des crayons,
- Un minimum de quatre cadets.

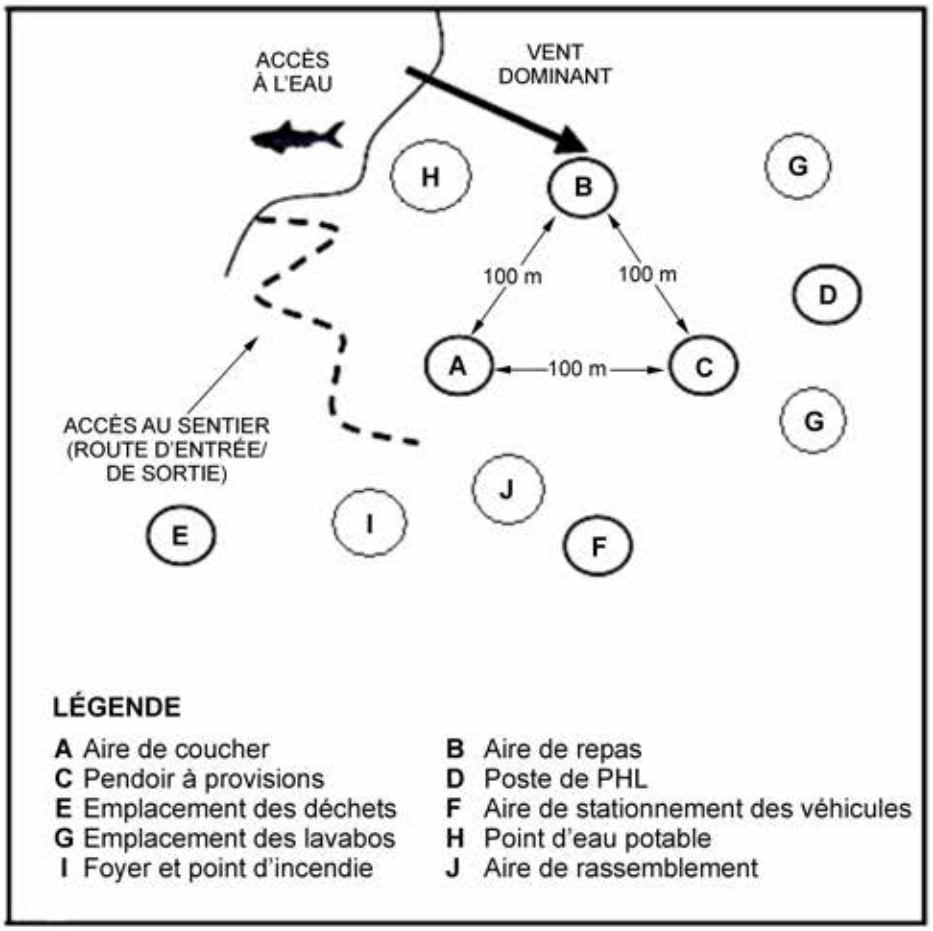
| **DURÉE** |
| --- |
| Une durée maximale de 30 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| • Les cadets doivent rester à l'écart des aires de circulation dense.<br>• Les outils de campagne doivent être manipulés de façon sécuritaire. |

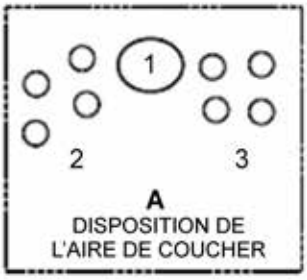
| Fournitures et équipement | Quantité chargée |
|---|---|
| Tentes à deux places | |
| Maillets | |
| Réchauds Coleman à deux brûleurs | |
| Fanaux Coleman | |
| Allumettes | |
| Entonnoir | |
| Manchons de fanal | |
| Combustible pour réchaud et fanal | |
| Ensembles de casseroles | |
| Cuvettes | |
| Trousses de premiers soins | |
| Civière | |
| Extincteurs | |
| Trousse de nettoyage de déversements | |
| Haches | |
| Pelles | |
| Jerricans d'eau | |
| Sacs à déchets | |
| Bâtons lumineux | |
| Lampes de poche | |
| Piles de lampe de poche | |
| Radios | |
| Piles de radio | |
| Corde | |
| Repas pour l'exercice de survie | |
| Papier | |
| Marqueurs | |
| Ruban-cache | |
| Stylos et crayons | |

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3L-1 Exemple de liste de vérification des ressources

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Créer le plan de la disposition du bivouac |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Créer et dessiner le plan de la disposition du bivouac. Une fois terminé, communiquer le plan aux membres de l'équipe. Le plan sera exécuté par d'autres pairs leaders en tant que tâches de leadership. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Le document de cours de l'exemple de disposition d'un bivouac,<br>• Du papier,<br>• Des stylos et des crayons. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |




1. QG/premiers soins/ matériel
2. Secteur des hommes
3. Secteur des femmes

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3L-2 Exemple de disposition d'un bivouac

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Décharger l'équipement et les fournitures de l'équipe pour un exercice de survie |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe pour décharger l'équipement et les fournitures de l'équipe du véhicule d'approvisionnement (p. ex., l'équipement nécessaire pour le point d'incendie, l'équipement nécessaire pour le poste de PHL, etc.). Placer l'équipement dans un endroit facile d'accès, toutefois, ne pas entreposer l'équipement et les fournitures car ils seront nécessaires au montage du bivouac. |
| **RESSOURCES**<br><br>• L'équipement et les fournitures de l'équipe,<br>• Un véhicule d'approvisionnement,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>• L'équipement doit rester à l'écart des aires de circulation dense.<br>• Les outils de campagne doivent être manipulés de façon sécuritaire. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br>Construire un pendoir à provisions |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br>Organiser une équipe pour construire un pendoir à provisions selon la disposition donnée du bivouac. |
| **RESSOURCES**<br>• L'aire pour le pendoir à provisions,<br>• Le schéma et les instructions pour la construction,<br>• Des sacs à déchets,<br>• Quinze (15) mètres (50 pieds) de corde de nylon,<br>• Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE**<br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br>S.O. |

**CONSTRUIRE UN PENDOIR À PROVISIONS**

1. Trouver un arbre avec une branche solide. Elle doit être à au moins 5 mètres (15 pieds) du sol et il ne doit pas y avoir d'objets dessous sur lesquels un ours pourrait monter.
2. Séparer la nourriture des autres articles et les mettre dans deux sacs égaux.
3. Lancer la corde au-dessus de la branche. Attacher un bout de la corde à un des sacs avec un demi-nœud étrangleur.
4. Hisser le sac le plus près possible de la branche.
5. Attacher l'autre sac à la corde aussi haut que possible. Faire une boucle dans la corde près du sac pour la récupération.
6. Pousser le deuxième sac au niveau du premier à l'aide d'un grand bâton.
7. Pour récupérer les sacs, accrocher la boucle à l'aide du bâton et tirer la corde. Enlever le sac et descendre l'autre sac.

*R. Curtis, The Backpackers Field Manual: A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills, Three Rivers Press (page 186)*

Figure 3L-3 Pendoir à provisions

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Installer le PHL, le point de premiers soins et d'incendie |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour installer le poste de PHL, le point de premiers soins et d'incendie selon la disposition donnée du bivouac. |
| **RESSOURCES** |
| • Les aires de ces points,<br>• L'approvisionnement du PHL,<br>• Le matériel de premiers soins,<br>• L'équipement du point d'incendie,<br>• Un minimum de six cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| L'équipement et les fournitures doivent être manipulés de façon sécuritaire. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Aménager l'aire de coucher des femmes |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser les cadettes en équipes de tentes. S'assurer qu'elles sont au courant des limites de l'aire de coucher des femmes. Superviser les cadettes lorsqu'elles dressent leurs tentes dans l'aire de coucher des femmes. S'assurer que l'équipement personnel est rangé. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Des tentes (une pour deux cadets),<br>• Des maillets,<br>• Toutes les cadettes. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 30 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>• Les tentes doivent être espacées d'au moins 2 mètres.<br>• Il est important de tenir compte de la mise en place des cordes de hauban. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP<br>Aménager l'aire de coucher des hommes |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br>Organiser les cadets en équipes de tentes. S'assurer qu'ils sont au courant des limites de l'aire de coucher des hommes. Superviser les cadets lorsqu'ils dressent leurs tentes dans l'aire de coucher des hommes. S'assurer que l'équipement personnel est rangé. |
| **RESSOURCES**<br>• Des tentes (une pour deux cadets),<br>• Des maillets,<br>• Tous les cadets. |
| **DURÉE**<br>Une durée maximale de 30 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br>• Les tentes doivent être espacées d'au moins 2 mètres.<br>• Il est important de tenir compte de la mise en place des cordes de hauban. |

**TÂCHE DE LEADERSHIP**

Indiquer les composantes d'un bivouac

**DESCRIPTION DE LA TÂCHE**

Organiser une équipe pour marquer les composantes suivantes du bivouac :

- le quartier général,
- le point des premiers soins,
- l'approvisionnement,
- les lavabos,
- l'aire de repas,
- le point d'incendie,
- la route d'entrée et de sortie pour les véhicules de sécurité,
- l'aire de rassemblement,
- le pendoir à provisions,
- l'aire de stationnement,
- le point de l'eau potable,
- le poste de PHL,
- les aires de coucher des femmes et des hommes;
- l'emplacement des déchets,
- les toilettes.

Des bâtons lumineux ou d'autres lumières seront utilisés pour marquer les zones qui seront accédées la nuit.

**RESSOURCES**

- Du papier,
- Des marqueurs,
- Du ruban,
- Des bâtons lumineux ou des lumières,
- Un minimum de trois cadets.

**DURÉE**

Une durée maximale de 20 minutes.

**CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**

S.O.

| TÂCHE DE LEADERSHIP<br><br>Préparer un repas pour une section |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe pour préparer un repas pour une section pendant un exercice de campement. Lors de l'utilisation des rations individuelles de campagne (RIC), les préparer en fonction de la campagne selon les besoins. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Des RIC (au besoin),<br>• De l'eau;<br>• Des casseroles,<br>• Un réchaud rempli de combustible,<br>• Des allumettes;<br>• Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 30 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>Les réchauds doivent être manipulés de façon sécuritaire et surveillés en tout temps quand ils sont allumés. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Nettoyer l'aire de repas après un repas |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour nettoyer le bivouac après un repas. S'assurer que tout l'équipement est rangé, tous les déchets sont éliminés et que l'eau potable a été réapprovisionnée. |
| **RESSOURCES** |
| • Des sacs à déchets,<br>• De l'eau,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Préparer le bivouac pour la nuit |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour préparer le bivouac pour la nuit. S'assurer que tout l'équipement est rangé, tous les déchets sont éliminés et que les fanaux sont remplis de combustible et sont accessibles. |
| **RESSOURCES** |
| • Des sacs à déchets,<br>• Des fanaux,<br>• Du naphte,<br>• Un entonnoir,<br>• Des allumettes;<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Organiser l'heure du coucher pour les cadettes |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser l'heure du coucher pour les cadettes. S'assurer que toutes les cadettes sont présentes et que tout l'équipement personnel est rangé à l'intérieur des tentes. |
| **RESSOURCES**<br><br>Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Organiser l'heure du coucher pour les cadets |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser l'heure du coucher pour les cadets. S'assurer que tous les cadets sont présents et que tout l'équipement personnel est rangé à l'intérieur des tentes. |
| **RESSOURCES**<br><br>Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Démonter l'aire de coucher des femmes |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe pour démonter l'aire de coucher des femmes. Demander aux cadets de démonter, plier et ranger leurs tentes dans les sacs de tente. S'assurer que tous les équipements personnels sont organisés et emballés. S'assurer que tout l'équipement de l'équipe a été retourné à l'aire d'approvisionnement et tout l'équipement personnel est placé dans l'aire de rassemblement. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES**<br><br>• La disposition du campement,<br>• Toutes les cadettes. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 40 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter l'aire de coucher des hommes |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour démonter l'aire de coucher des hommes. Demander aux cadets de démonter, plier et ranger leurs tentes dans les sacs de tente. S'assurer que tous les équipements personnels sont organisés et emballés. S'assurer que tout l'équipement de l'équipe a été retourné à l'aire d'approvisionnement et tout l'équipement personnel est placé dans l'aire de rassemblement. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES** |
| • La disposition du bivouac,<br>• Du papier,<br>• Des stylos et des crayons,<br>• Tous les cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 40 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Démonter le PHL, le point de premiers soins et d'incendie |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe pour démonter le poste de PHL, le point de premiers soins et d'incendie. Retourner les ressources à l'aire d'approvisionnement, au besoin. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Les aires de ces points,<br>• Un minimum de six cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>L'équipement et les fournitures doivent être manipulés de façon sécuritaire. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Démonter le pendoir à provisions et éliminer les déchets |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour démonter le pendoir à provisions et éliminer les déchets à un endroit donné. Retourner l'équipement à l'aire d'approvisionnement, au besoin. |
| **RESSOURCES** |
| • L'aire pour le pendoir à provisions,<br>• Un minimum de deux cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 15 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| • S'assurer qu'aucun cadet n'est en dessous du pendoir à provisions lorsqu'on le démonte.<br>• Faire attention aux brûlures dues à la friction de corde. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Charger l'équipement et les fournitures de l'équipe après un exercice de survie |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE** |
| Organiser une équipe pour charger l'équipement et les fournitures dans le véhicule d'approvisionnement après un exercice de survie. |
| **RESSOURCES** |
| • Les ressources, telles que décrites par le personnel d'instruction,<br>• Un véhicule d'approvisionnement,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE** |
| Une durée maximale de 30 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ** |
| • Les cadets doivent rester à l'écart des aires de circulation dense.<br>• Les outils de campagne doivent être manipulés de façon sécuritaire. |

| TÂCHE DE LEADERSHIP |
| --- |
| Éliminer les signes d'occupation et effectuer une dernière battue pour ramasser les déchets |
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe pour éliminer les signes d'occupation et effectuer une dernière battue pour ramasser les déchets. Si un foyer a été utilisé, s'assurer que les roches et les autres objets sont dispersés. S'assurer que les cadets remplissent tous les trous de piquets de tente avec de la terre. Effectuer un dernier balayage pour ramasser les déchets, s'assurer que toutes les aires utilisées sont exemptes de déchets. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Des sacs à déchets,<br>• Un minimum de dix cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Décharger l'équipement et les fournitures après un exercice de campement |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe pour décharger l'équipement et les fournitures de l'équipe du véhicule d'approvisionnement (p. ex., l'équipement nécessaire pour le poste de PHL, l'équipement nécessaire pour le point d'incendie). Placer l'équipement dans une aire désignée. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Un véhicule d'approvisionnement,<br>• Un minimum de quatre cadets. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>• L'équipement doit rester à l'écart des aires de circulation dense.<br>• Les outils de campagne doivent être manipulés de façon sécuritaire. |

| **TÂCHE DE LEADERSHIP**<br><br>Ramasser l'équipement personnel |
|---|
| **DESCRIPTION DE LA TÂCHE**<br><br>Organiser une équipe pour ramasser l'équipement personnel (p. ex., sacs à dos d'expédition, sacs de couchage et matelas gonflables) après la fin d'un exercice de survie. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche. |
| **RESSOURCES**<br><br>• Du papier<br>• Des stylos et des crayons,<br>• Des cadets avec de l'équipement personnel à retourner,<br>• Un minimum de trois cadets pour la collecte. |
| **DURÉE**<br><br>Une durée maximale de 20 minutes. |
| **CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**<br><br>S.O. |

## GUIDE DE PLANIFICATION DE LA TÂCHE DE LEADERSHIP

| |
|---|
| **OBJECTIF DE LA TÂCHE**<br>Poser des questions au personnel de direction (p. ex., le temps nécessaire pour effectuer la tâche). |
| **RESSOURCES NÉCESSAIRES**<br>Attribution des tâches aux pairs/affectation des ressources (p. ex., les tâches ont-elles toutes été accomplies) |
| **FAIRE UN PLAN**<br>Reconnaissance du secteur, etc. |
| **EFFECTUER UNE APPRÉCIATION DU TEMPS** |
| **SCHÉMAS** |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## ACTIVITÉS DE LEÇON

### LISTE DES ACTIVITÉS DANS L'ANNEXE N


| Titre | | Numéro de page |
|---|---|---|
| ACTIVITÉS DYNAMISANTES | Orteils à orteils | 3N-2 |
| | Autour du monde | 3N-3 |
| | Jeu d'orteils | 3N-4 |
| | Jeu du chat en triangle | 3N-5 |
| | Liste d'usages | 3N-6 |
| ACTIVITÉS POUR BRISER LA GLACE | Jeu-questionnaire personnel | 3N-7 |
| | Perception extrasensorielle | 3N-8 |
| | Traits communs | 3N-9 |

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **ORTEILS À ORTEILS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban-cache.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Coller un bout de ruban-cache de 4.5 m (15 pieds) de longueur sur le sol en ligne droite.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires;
2. Demander aux cadets de chaque paire de se tenir l'un en face de l'autre comme s'ils étaient en équilibre sur une corde raide (sur le ruban-cache). Ils doivent aligner leurs pieds, le droit devant le gauche, et les espacer d'environ un pied.
3. Leur demander de s'avancer l'un vers l'autre de sorte que les orteils de leur pied droit se touchent.
4. Leur demander de s'empoigner la main droite.
5. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) L'objectif de l'activité est d'essayer de déséquilibrer son partenaire pour le forcer à mettre un pied à l'extérieur de la corde raide (ruban-cache).
   (b) Les cadets ne doivent en aucun temps lâcher la main de leur partenaire.
   (c) Il est interdit de déséquilibrer son partenaire en utilisant les pieds. Ceux-ci doivent rester sur la ligne en tout temps.
   (d) Tous les mouvements doivent se faire au ralenti. Il est interdit de pousser ou de bousculer son partenaire. Aucun mouvement ou poussée brusque n'est permis.
6. Au signal de départ, demander aux cadets d'essayer de déséquilibrer leur partenaire pour le forcer à mettre un pied à l'extérieur de la corde raide (ruban-cache).
7. Si le temps le permet, demander aux cadets de changer de partenaire et de refaire l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 77–78). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **AUTOUR DU MONDE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un chronomètre,
- un premier ensemble d'objets à passer (p. ex., un sac de croustilles, un ballon rempli d'air, un rouleau de ruban-cache, une grande tasse, une petite balle, un journal, etc.),
- un deuxième ensemble d'objets à passer (p. ex., un sac de pommes de terre, une grande tasse pleine d'eau, un ballon rempli d'eau, un oreiller, un sac de couchage enroulé, une grosse balle, un gros manuel scolaire, etc.).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle, face au centre.
2. Désigner un cadet pour jouer le rôle de « point ». Il indiquera le début et la fin de chaque cycle.
3. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) L'objectif de l'activité est de faire passer l'ensemble d'objets trois fois autour du cercle.
   (b) Un cycle est bouclé chaque fois que le dernier objet passe par le « point ».
   (c) Si quelqu'un échappe un objet, tous les objets doivent être retournés au « point » pour que le cycle recommence.
   (d) Si les objets sont passés trois fois autour du cercle en moins d'une minute, le groupe obtient 15 points. Le groupe obtient un point pour chaque article supplémentaire qui fait un cycle complet.
4. Commencer l'activité en passant les objets au « point », un à la fois. À ce moment, déclencher le chronomètre et le faire fonctionner pendant une minute.
5. Poursuivre l'activité jusqu'à ce que le temps soit écoulé ou que les cadets comprennent l'objectif de l'activité.
6. Si le temps le permet, demander aux cadets de suivre les instructions pour le deuxième ensemble d'objets.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7879-4835-7) Sugar, S., & Takacs, G. (2000). *Games That Teach Teams*. (pages 139–142). San Francisco, Californie, Jossey-Bass/Pfeiffer.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **JEU D'ORTEILS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Demander à chaque paire de se séparer des autres cadets.
3. Demander aux cadets de chaque paire de se tenir dos à dos.
4. Au signal de départ, leur demander de faire un tour sur eux-mêmes de 180 degrés et d'essayer de toucher les orteils de leur partenaire avant d'être touchés.
5. Chaque paire doit essayer de le faire deux ou trois fois.
6. Demander aux cadets de changer de partenaire et de refaire l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S'assurer que les cadets comprennent bien que le but de l'activité est de se toucher les orteils et non de se les écraser.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 97). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **JEU DU CHAT EN TRIANGLE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour jouer le rôle du « chat ».
2. Répartir les autres cadets en groupes de trois personnes.
3. Demander à chaque groupe de former un cercle en se tenant par les mains et en faisant face au centre du cercle.
4. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) Un cadet dans chaque cercle jouera le rôle de la « souris » (personne qui sera touchée). Les deux autres membres du groupe devront la protéger.
   (b) Au signal de départ, le « chat » doit essayer de toucher la « souris ».
   (c) Les cadets doivent protéger la « souris » en tournant en rond pour éviter le « chat ».
   (d) Si un cadet est touché, il devient le « chat » et le cadet qui était le « chat » se joint au groupe, dans lequel un nouveau cadet jouera le rôle de la « souris ».
   (e) Après environ deux minutes, si c'est toujours le même cadet qui est le « chat », changer les rôles et donner l'occasion à une autre personne d'être le « chat ».
5. Au signal de départ, demander aux cadets de commencer à tourner pour éviter le « chat ».

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 98). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **LISTE D'USAGES** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- un objet incongru (p. ex., une dégrafeuse, des pinces de cuisine, une passoire de cuisine, un contenant de plastique, etc.),
- du papier,
- des stylos ou des crayons (un par groupe).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à chaque groupe.
3. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) À la vue d'un article, ils auront à dresser la liste de tous ses usages possibles.
   (b) Ils auront un maximum de cinq minutes pour dresser leur liste.
   (c) Une fois le temps écoulé, demander aux deux groupes de se rassembler. Leurs listes feront l'objet d'une discussion devant tout le groupe.
4. Tirer un objet du sac et demander aux cadets de dresser leur liste.
5. Après cinq minutes, demander aux groupes de se rassembler et de présenter leurs listes aux autres équipes.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 25). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **JEU-QUESTIONNAIRE PERSONNEL** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des fiches (une par cadet),
- du papier (une feuille par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une fiche et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander à chaque cadet d'écrire ce qui suit sur sa fiche :
   (a) son nom,
   (b) cinq faits peu connus à son sujet (p. ex., film préféré, chanteur ou groupe préféré, émission de télévision préférée, restaurant préféré, sport préféré, etc.).
3. Ramasser toutes les fiches.
4. Donner un morceau de papier à chaque cadet.
5. Lire chaque fiche à haute voix, une à la fois, et demander à chaque cadet d'écrire le nom de la personne à laquelle ils croient que la fiche appartient.
6. Une fois la dernière fiche lue, demander aux cadets de lire leurs suppositions à haute voix et d'identifier les cadets qui les ont reconnus.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 26). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **PERCEPTION EXTRASENSORIELLE** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Démontrer trois gestes qui seront utilisés pendant l'activité. Ils doivent tous faire partie d'une catégorie similaire. Par exemple, on pourrait choisir trois des gestes suivants tirés du domaine sportif :
   (a) nager;
   (b) manier un bâton de golf;
   (c) manier un bâton de baseball;
   (d) tirer une rondelle de hockey;
   (e) botter un ballon de soccer.
2. Répartir les cadets en paires;
3. Leur demander de pratiquer ces gestes deux ou trois fois.
4. Demander aux cadets de chaque paire de se tenir dos à dos en ligne droite en laissant amplement d'espace entre les paires.
5. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) L'objectif de l'activité est d'essayer de faire le même geste que son partenaire autant de fois que possible, sans avoir d'idée de celui qu'il fait.
   (b) Au signal de départ donné par le chef, les cadets se tourneront vers leur partenaire tout en faisant l'un des trois gestes donnés.
   (c) Après l'exécution de chaque geste, les partenaires se remettront dos à dos sans se donner d'indices sur le prochain geste qu'ils exécuteront.
   (d) Chaque signal de départ, les cadets répèteront cette séquence jusqu'à ce que le temps soit écoulé.
   (e) Ils doivent compter le nombre de fois qu'ils ont exécuté le même geste que leur partenaire.
   (f) Une fois l'activité terminée, demander à chaque groupe de dire le nombre de fois qu'ils ont réussi.
6. Au signal de départ, demander aux cadets de faire face à leur partenaire pendant qu'ils exécutent l'un des gestes.
7. Leur demander de continuer jusqu'à ce que le temps soit écoulé.
8. Une fois l'activité terminée, leur demander de dire le nombre de fois qu'ils ont réussi à exécuter le même geste que leur partenaire.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 57–58). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **TRAITS COMMUNS** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- du papier (une feuille par paire),
- des stylos ou des crayons (un par paire).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires;
2. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à chaque paire.
3. Expliquer que chaque paire doit se trouver autant de traits communs (p. ex., couleur de cheveux, nombre de frères et sœurs) que possible et les écrire sur un morceau de papier.
4. Après environ six minutes, demander aux cadets de se rassembler et de présenter devant tout le groupe leurs traits communs, une paire de cadets à la fois.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 31). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## ACTIVITÉS DYNAMISANTES ET POUR BRISER LA GLACE

### LISTE DES ACTIVITÉS DANS L'ANNEXE O


| Titre | | Numéro de page |
|---|---|---|
| ACTIVITÉS DYNAMISANTES | Naufrage | 3O-2 |
| | Jeu de ballons | 3O-3 |
| | Image miroir | 3O-4 |
| | Avez-vous déjà? | 3O-5 |
| | Zip Zap | 3O-6 |
| | Commandements | 3O-7 |
| | Chic-a-Boom | 3O-8 |
| | Profil de personnalité – Exercice du cochon | 3O-9 |
| | Voyage autour du cercle | 3O-11 |
| | De groupes en groupes | 3O-12 |
| | La guerre des cadets n° 1 | 3O-13 |
| | La guerre des cadets n° 2 | 3O-16 |
| | Petites leçons | 3O-19 |
| | Quatre personnes debout | 3O-20 |
| | La yourte | 3O-21 |
| | Relais de cerceaux | 3O-22 |
| | Tout le monde à bord | 3O-24 |
| | En rang! | 3O-25 |
| | Voleur à la tire | 3O-26 |
| | 60 secondes | 3O-28 |
| | Tout le monde debout | 3O-29 |
| | Jeux de lettres | 3O-30 |
| ACTIVITÉS POUR BRISER LA GLACE | Catégories | 3O-33 |
| | Chasse à l'homme | 3O-34 |
| | Le panneau ambulant | 3O-35 |
| | Faisons connaissance | 3O-36 |
| | Bingo | 3O-37 |
| | Charades d'équipe | 3O-39 |
| | Double prise | 3O-40 |
| | Particularités | 3O-41 |
| | Je m'aime parce que... | 3O-43 |
| | Jonglage de groupe | 3O-44 |
| | À la recherche de points communs | 3O-45 |
| | Qui es-tu? | 3O-46 |
| | Ligne en ordre | 3O-47 |
| | Armoiries | 3O-48 |
| | Noms martiens | 3O-50 |

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **NAUFRAGE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une corde (suffisamment longue pour que chaque groupe ait un bout de 0.5 m [1.6 pied]),
- des ciseaux.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Couper la corde en longueurs de 0.5 m (1.6 pied) et attacher les deux extrémités de chaque longueur ensemble pour former un cercle (une longueur par groupe).

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser la classe en groupes de cinq cadets.
2. Donner à chaque groupe une « embarcation » (représentée par la corde en forme de cercle).
3. En tenant l'« embarcation » par les côtés, tous les membres de chaque groupe doivent faire des va-et-vient en courant d'un bout à l'autre du terrain de jeu.
4. Lorsque le chef crie « REQUIN! », tous les membres du groupe doivent déposer l'« embarcation » à terre et sauter « à bord » (à l'intérieur du cercle formé par la corde). Le premier groupe à mettre tous les pieds dans l'« embarcation » obtient un point.
5. Répéter l'exercice jusqu'à ce qu'un groupe cumule cinq points.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 112). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **JEU DE BALLONS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des ballons (au moins un par groupe),
- un entonnoir,
- de l'eau.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Souffler les ballons et mettre une petite quantité d'eau dans chacun.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser la classe en groupes de cinq cadets.
2. Demander à chaque groupe de former un cercle.
3. Donner à chaque groupe un ballon contenant une petite quantité d'eau.
4. Demander aux cadets d'essayer de ne pas faire toucher le ballon au sol en utilisant leurs pieds pour l'envoyer à d'autres cadets de leur groupe.
5. Encourager les cadets à s'échanger continuellement le ballon le plus longtemps possible.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 67). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **IMAGE MIROIR** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires (les cadets de chaque paire devraient avoir une taille similaire).
2. Demander à un cadet de chaque paire d'exécuter un geste et à son partenaire de l'imiter, comme s'il devenait son « image miroir ».
3. Inciter le premier cadet à faire des mouvements lents, des étirements et des sauts.
4. Inverser les rôles après quelques minutes.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 76–77). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **AVEZ-VOUS DÉJÀ?** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de former un cercle, assis ou debout.
2. Demander à une personne de se porter volontaire pour s'asseoir ou se tenir debout au milieu (l'« interrogateur »).
3. Demander à l'« interrogateur » de poser une question appropriée au groupe qui commence par « Avez-vous déjà...? ou Êtes-vous déjà...? » (p. ex., Êtes-vous déjà resté éveillé pendant 48 heures d'affilée? Avez-vous déjà été à un autre centre d'instruction d'été des cadets?). L'« interrogateur » doit pouvoir répondre affirmativement aux questions qu'il pose.
4. Si des cadets dans le cercle peuvent répondre « oui » à la question posée, ils doivent quitter leur place et se trouver une place vide ailleurs dans le cercle. L'« interrogateur » essaie aussi de trouver une place vide.
5. La personne qui se trouve sans place dans le cercle après que tout le monde s'est déplacé devient le nouvel « interrogateur ».
6. Continuer le processus avec un nouvel « interrogateur ».

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 193–194). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **ZIP ZAP** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle.
2. Demander à une personne de se porter volontaire pour se tenir debout au milieu. Ce cadet devient le « pointeur ».
3. Lui demander de s'approcher d'une personne en collant les mains ensemble avec les doigts pointés vers l'avant, de le regarder droit dans les yeux et de dire « zip ».
4. À ce moment-là, le cadet pointé des doigts doit rapidement se baisser. Les deux cadets qui se trouvent de chaque côté de celui-ci doivent alors se faire face avec les mains jointes et les index pointés vers l'autre personne. Chaque cadet doit crier « zap » à l'autre personne (cela se produira habituellement en même temps). Ces personnes sont les « zappeurs ».
5. Si le cadet qui doit se baisser n'a pas été assez vite ou si un cadet est « zappé », il doit aller au centre du cercle et devenir le nouveau « pointeur ».
6. Après deux ou trois parties, demander à un autre cadet d'aller au centre du cercle et de devenir lui aussi « pointeur » afin d'augmenter le degré de difficulté. Poursuivre l'activité avec deux « pointeurs » ou plus.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 58–59). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **COMMANDEMENTS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Déterminer la proue, la poupe et les côtés bâbord et tribord d'un « navire ».

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle au centre du « navire ».
2. Démontrer et expliquer les termes de navigation et les corvées que les cadets accompliront :
   (a) « Proue » – se déplacer vers l'avant;
   (b) « Poupe » – se déplacer vers l'arrière;
   (c) « Bâbord » – se déplacer vers la gauche;
   (d) « Tribord » – se déplacer vers la droite;
   (e) « Garde-à-vous » – les cadets se mettent au garde-à-vous et saluent;
   (f) « Frottez le pont » – les cadets se mettent à genoux pour frotter le pont.
   (g) « Marin par-dessus bord » – tous les cadets se précipitent sur le pont du côté bâbord ou tribord;
   (h) « Canots de sauvetage » – des groupes de trois cadets se mettent en file simple, s'assoient et font semblant de ramer;
   (i) « Gréer les voiles » – des groupes de deux cadets se donnent la main et font semblant de gréer les voiles.
3. En tant que capitaine, donner une série de commandements aux cadets.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 87–88). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **CHIC-A-BOOM!** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Chercher les pas de danse et les paroles de la chanson Chic-a-boom.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander au groupe de se lever et de former un cercle.
2. Apprendre au groupe les pas de danse suivants - pointer les index vers le ciel et lever tour à tour les mains au rythme de la musique (p. ex., main gauche en haut, puis main droite en haut). Pointer vers le sol en baissant les mains tour à tour, pointer vers la gauche puis vers la droite tout en se balançant.
3. En exécutant des pas de danse, apprendre aux cadets la chanson Chic-a-Boom :

*« Hey there (enter name), you're a real cool cat.*

*You've got a lot of this, and you've got a lot of that.*

*So come on in and get down…*

*…aaaand, up chic-a-boom, chic-a-boom, chic-a-boom.*

*And down chic-a-boom, chic-a-boom, chic-a-boom.*

*To the left, chic-a-boom, chic-a-boom, chic-a-boom.*

*To the right, chic-a-boom, chic-a-boom, chic-a-boom. »*

4. Demander à un cadet de se porter volontaire pour aller au centre du cercle.
5. Demander aux cadets de chanter et d'exécuter les pas de danse. Le cadet au centre du cercle commence à chanter en regardant une personne dans le cercle. Aux paroles « *come on in and get down* », demander au cadet qui se trouve au centre de se glisser jusqu'à un autre cadet, de le prendre par le bras et de l'amener jusqu'au centre du cercle.
6. Au prochain tour, les deux cadets restent au centre et amènent un autre cadet à l'intérieur, et ainsi de suite.
7. Encourager les cadets à faire preuve d'imagination et à s'exprimer avec leur chant et leur danse quand ils sont au milieu du cercle. Ils peuvent y mettre du caractère et même faire du « beat boxing » (percussions vocales).
8. L'activité prend fin quand tous les cadets se retrouvent au milieu du cercle.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 74–75). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **PROFIL DE PERSONNALITÉ – EXERCICE DU COCHON** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Du papier (une feuille par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Lire à haute voix la phrase suivante : « Sur une feuille blanche, dessinez un cochon. Ne regardez pas le cochon de votre voisin. N'y jetez même pas un coup d'œil. »
3. Accorder environ trois minutes aux cadets pour qu'ils dessinent un cochon.
4. Lorsque tous les cadets ont terminé, leur accorder quelques instants pour qu'ils regardent les dessins de leurs voisins.
5. Expliquer que les dessins pourraient indiquer les traits de personnalité d'une personne. Partager avec le groupe les traits de personnalité qu'on peut retirer de l'exercice du cochon. La personne qui dessine le cochon :
   (a) vers le haut de la feuille, est positive et joyeuse;
   (b) vers le milieu de la feuille (dans le sens vertical), a le sens pratique;
   (c) vers le bas de la feuille, est morose et a tendance à se comporter négativement;
   (d) faisant face à gauche, croit aux traditions, est amicale et n'oublie pas les dates importantes, y compris les anniversaires;
   (e) faisant face au lecteur (vous regardant), est franche, aime jouer à l'avocat du diable, et n'a pas peur des discussions et n'essaie pas de les éviter;
   (f) faisant face à droite, a des idées originales et est active, mais n'a pas l'esprit de famille très poussé, et oublie souvent les anniversaires;
   (g) de façon très détaillée, est curieuse, prudente et méfiante;
   (h) de façon peu détaillée, est émotive et naïve, se soucie peu des détails et aime prendre des risques;
   (i) en illustrant les quatre pattes, est sûre d'elle, est têtue et colle à ses idées;
   (j) en illustrant moins de quatre pattes, manque d'assurance ou vit en ce moment une période de grands changements;
   (k) avec de grosses oreilles, a une bonne écoute - la grosseur des oreilles indique le degré d'écoute ;
   (l) avec une longue queue, a beaucoup d'énergie - la longueur de la queue indique le niveau d'énergie.
6. Permettre aux cadets de discuter de leurs dessins avec les autres.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-943210-44-5) Pike. B., & Busse, C. (1995). *101 More Games for Trainers*. (pages 102–103). Minneapolis, Minnesota, Lakewood Publications.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **VOYAGE AUTOUR DU CERCLE** | **DURÉE :**10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un cerceau.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de former un cercle et de tenir les mains du cadet de chaque côté.
2. Déposer un cerceau sur les mains empoignées de deux cadets.
3. Leur demander de faire voyager le cerceau autour du cercle, sans que personne ne lâche les mains.
4. Si l'activité est rapidement terminée, demander aux cadets de recommencer.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 60). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **DE GROUPES EN GROUPES** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se rassembler dans l'espace désigné.
2. Expliquer que lorsque des chiffres seront criés (p. ex., « quatre », « sept », etc.), les cadets doivent former des groupes comportant ce nombre de personnes. Les cadets qui n'ont pas formé de groupe peuvent tout simplement attendre qu'un autre chiffre soit crié pour former un nouveau groupe.
3. Si les cadets saisissent rapidement l'activité, imposer une nouvelle règle qui empêche les cadets de former un nouveau groupe avec une personne qui était dans leur groupe précédent.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 32–33). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **LA GUERRE DES CADETS n° 1** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Sondage de l'activité La guerre des cadets (un par cadet),
- des ciseaux,
- des stylos ou des crayons (un par cadet),
- une balle de tennis,
- un tableau à craie ou un tableau blanc,
- de la craie ou des marqueurs pour tableau blanc.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Photocopier et découper le sondage, et demander aux cadets de le remplir.
- Conduire le sondage ci-joint.
- Pour chaque question, faire le compte des réponses et établir les cinq réponses les plus courantes.
- Préparer le tableau à craie ou le tableau blanc en y écrivant les chiffres 1 à 5.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

**Nota :** Ce jeu se joue de la même façon que l'émission télévisée « La Guerre des clans », basée sur l'émission américaine « Family Feud ».

1. Diviser le groupe en deux équipes et leur demander de s'asseoir face à face.
2. Placer une balle de tennis sur une table ou le sol. Demander à une personne de chaque équipe de s'avancer et de venir s'asseoir à une distance égale de la balle de tennis (qui servira de bouton réponse).
3. Poser la première question (p. ex., « Nommer cinq grands restaurants. »). La première personne à saisir la balle aura l'occasion de répondre à la question. Si un cadet saisit la balle avant la fin de la question, en interrompre la lecture et lui permettre de répondre.
4. Si sa réponse se trouve dans la liste, l'écrire à côté du chiffre correspondant. Si sa réponse ne correspond pas au premier énoncé de la liste, permettre à l'autre joueur de deviner. La personne qui devine l'énoncé le plus élevé sur la liste aura l'occasion de choisir si son équipe continue de jouer ou si elle passe son tour.
5. Ensuite, chaque équipe a droit à trois mauvaises réponses. L'équipe à qui revient le tour de jouer doit deviner les autres énoncés sur le tableau. Donner à chaque personne la chance de jouer, à tour de rôle.
6. Lorsque l'équipe qui joue a donné trois mauvaises réponses, l'autre équipe peut décider en groupe de la réponse à donner pour tenter de remplir l'un des espaces restants.
7. Si la première équipe remplit tous les espaces, elle gagne la partie, mais si c'est l'autre équipe qui devine tous les énoncés restants, ce sera elle qui gagnera la partie.
8. Poser les autres questions en procédant de la même façon.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 36–37). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quel est votre restaurant préféré? | |
| 2. Quel est votre type de musique préféré? | |
| 3. Quelle est la couleur de vos cheveux? | |
| 4. Quel est votre shampoing préféré? | |
| 5. Quelle est votre activité d'hiver préférée? | |

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quel est votre restaurant préféré? | |
| 2. Quel est votre type de musique préféré? | |
| 3. Quelle est la couleur de vos cheveux? | |
| 4. Quel est votre shampoing préféré? | |
| 5. Quelle est votre activité d'hiver préférée? | |

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quel est votre restaurant préféré? | |
| 2. Quel est votre type de musique préféré? | |
| 3. Quelle est la couleur de vos cheveux? | |
| 4. Quel est votre shampoing préféré? | |
| 5. Quelle est votre activité d'hiver préférée? | |

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quel est votre restaurant préféré? | |
| 2. Quel est votre type de musique préféré? | |
| 3. Quelle est la couleur de vos cheveux? | |
| 4. Quel est votre shampoing préféré? | |
| 5. Quelle est votre activité d'hiver préférée? | |

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **LA GUERRE DES CADETS n° 2** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES NÉCESSAIRES**

- Sondage de l'activité La guerre des cadets (un par cadet),
- des ciseaux,
- des stylos ou des crayons (un par cadet),
- une balle de tennis,
- un tableau à craie ou un tableau blanc,
- de la craie ou des marqueurs pour tableau blanc.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Photocopier et découper le sondage, et demander aux cadets de le remplir.
- Conduire le sondage ci-joint.
- Pour chaque question, faire le compte des réponses et établir les cinq réponses les plus courantes.
- Préparer le tableau à craie ou le tableau blanc en y écrivant les chiffres 1 à 5.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

**Nota :** Ce jeu se joue de la même façon que l'émission télévisée « La Guerre des clans », basée sur l'émission américaine « Family Feud ».

1. Diviser le groupe en deux équipes et leur demander de s'asseoir face à face.
2. Placer une balle de tennis sur une table ou le sol. Demander à une personne de chaque équipe de s'avancer et de venir s'asseoir à une distance égale de la balle de tennis (qui servira de bouton réponse).
3. Poser la première question (p. ex., « Nommer cinq grandes célébrités. »). La première personne à saisir la balle aura l'occasion de répondre à la question. Si un cadet saisit la balle avant la fin de la question, en interrompre la lecture et lui permettre de répondre.
4. Si sa réponse se trouve dans la liste, l'écrire à côté du chiffre correspondant. Si sa réponse ne correspond pas au premier énoncé de la liste, permettre à l'autre joueur de deviner. La personne qui devine l'énoncé le plus élevé sur la liste aura l'occasion de choisir si son équipe continue de jouer ou si elle passe son tour.
5. Ensuite, chaque équipe a droit à trois mauvaises réponses. L'équipe à qui revient le tour de jouer doit deviner les autres énoncés sur le tableau. Donner à chaque personne la chance de jouer, à tour de rôle.
6. Lorsque l'équipe qui joue a donné trois mauvaises réponses, l'autre équipe peut décider en groupe de la réponse à donner pour tenter de remplir l'un des espaces restants.
7. Si la première équipe remplit tous les espaces, elle gagne la partie, mais si c'est l'autre équipe qui devine tous les énoncés restants, ce sera elle qui gagnera la partie.
8. Poser les autres questions en procédant de la même façon.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 36–37). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quelle est votre célébrité préférée? | |
| 2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)? | |
| 3. Quel est votre sport préféré? | |
| 4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents? | |
| 5. Quel est votre emploi de rêve? | |

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quelle est votre célébrité préférée? | |
| 2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)? | |
| 3. Quel est votre sport préféré? | |
| 4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents? | |
| 5. Quel est votre emploi de rêve? | |

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quelle est votre célébrité préférée? | |
| 2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)? | |
| 3. Quel est votre sport préféré? | |
| 4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents? | |
| 5. Quel est votre emploi de rêve? | |

**SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS**

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

| QUESTIONS | RÉPONSES |
|---|---|
| 1. Quelle est votre célébrité préférée? | |
| 2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)? | |
| 3. Quel est votre sport préféré? | |
| 4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents? | |
| 5. Quel est votre emploi de rêve? | |

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **PETITES LEÇONS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Expliquer que cette activité consiste en une série de performances annoncées à exécuter en équipes de deux.
3. Présenter chaque performance :
   (a) **Nouer une paire de lacets.** En se tenant côte à côte, les cadets doivent dénouer les lacets de la chaussure qui se trouve la plus près de leur partenaire. L'objectif est de nouer les lacets (un de chaque chaussure) ensemble avec un nœud simple en n'utilisant qu'une seule main.
   (b) **Siffler avec ses mains.** Les cadets doivent faire une coupe étanche avec leurs mains en laissant une petite ouverture dans le haut entre les pouces. Essayer de faire un sifflement sourd.
   (c) **Raconter une blague.** Les cadets doivent raconter une blague **appropriée** à leur partenaire, peu importe si elle est longue ou courte, drôle ou pas.
   (d) **Talent particulier.** Les cadets doivent montrer une aptitude ou un talent de leur choix à leur partenaire (p. ex., rouler la langue, un mouvement de yoga, etc.).
   (e) **Mouvement de gymnastique.** À tour de rôle, les cadets doivent enseigner à leur partenaire un mouvement bizarre qu'ils peuvent faire avec leur corps.
4. Nommer une performance et demander à chaque paire de cadets de l'exécuter. Continuer l'activité en nommant d'autres performances.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 44–45). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **QUATRE PERSONNES DEBOUT** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander au groupe de s'asseoir au sol en laissant un espace entre chaque cadet.
2. Expliquer aux cadets qu'ils peuvent se lever quand ils veulent, mais que personne ne peut rester debout pendant plus de cinq secondes.
3. Lorsque des cadets commencent à se lever, leur dire que le but de l'activité est qu'il y ait toujours quatre personnes debout en même temps.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 172). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **LA YOURTE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert muni d'une surface antidérapante.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de former un cercle et de saisir les mains ou les poignets de leurs voisins.
2. Demander aux cadets de reculer et d'étirer le cercle sans lâcher prise (sans trop étendre les bras).
3. S'assurer que tout le monde a les pieds ensemble bien plantés au sol, puis leur demander de se pencher vers l'arrière.
4. Suggérer aux cadets de changer la position de leurs pieds s'ils se sentent mal à l'aise.
5. Essayer d'amener tous les cadets à supporter entièrement le poids de l'autre. Cette activité peut nécessiter plusieurs essais!

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S'assurer que les cadets se préoccupent de la sécurité des autres pour qu'ils ne tombent pas en arrière.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 91 et 92). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **RELAIS DE CERCEAUX** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cerceaux (quatre).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

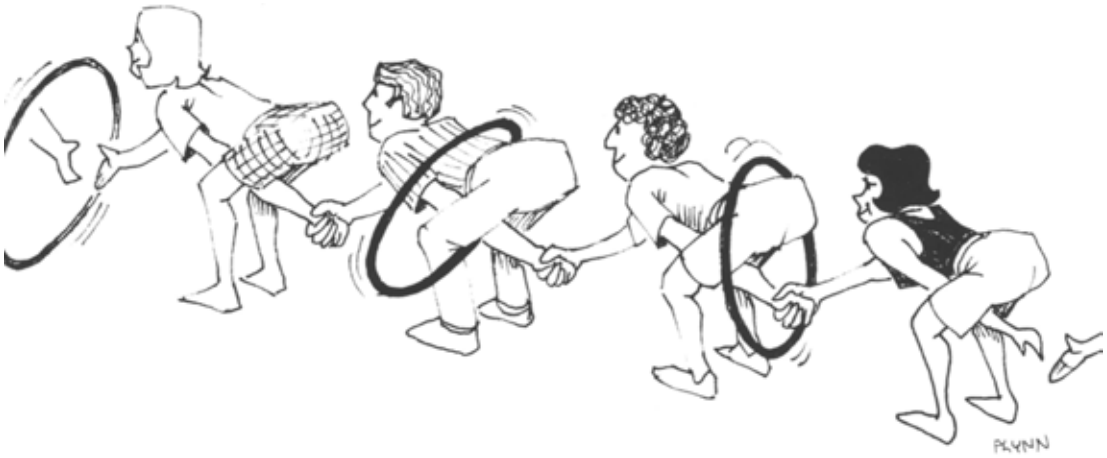
1. Demander aux cadets de se mettre en file simple, l'un derrière l'autre.
2. Demander aux cadets de se tenir par les mains en passant un bras entre leurs jambes vers l'arrière pour saisir la main libre de la personne en arrière d'eux.
3. Nommer un cadet au poste de « démarreur ». Lui demander de se tenir en avant de la ligne en tenant quatre cerceaux.
4. Expliquer qu'au signal de départ, le « démarreur » passera un des cerceaux par-dessus la tête de la première personne en ligne. Les cadets doivent essayer de faire passer le cerceau d'un cadet à l'autre. Lorsque le premier cerceau est rendu à la troisième personne en ligne, le « démarreur » peut ajouter un deuxième cerceau, et ainsi de suite. S'il souhaite participer au jeu, il peut tout simplement passer le dernier cerceau par-dessus sa tête et devenir la première personne en ligne.
5. Donner le signal de départ.
6. Lorsque le premier cerceau est rendu au dernier cadet en ligne, celui-ci doit courir au-devant de la ligne avec le cerceau, saisir la main du premier cadet en ligne et commencer à faire passer le cerceau jusqu'à la fin de la ligne.
7. Poursuivre le jeu jusqu'à ce que les cadets reviennent à leur position initiale.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 61). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.




*K. Rohnke, Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities, Kendall/Hunt Publishing Company (page 61)*

Figure 3O-1  Relais de cerceaux

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **TOUT LE MONDE À BORD** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des ballons de diverses couleurs (deux par cadet),
- des marqueurs (un par groupe).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en groupes de quatre personnes.
2. Répartir des ballons dégonflés de diverses couleurs dans l'espace établi.
3. Demander à chaque groupe de former un train (en file simple) et de donner à la personne en tête de chaque ligne (la « locomotive »), un marqueur.
4. Expliquer aux cadets que chaque groupe représente un « train » qui doit passer prendre des « passagers » représentés par des ballons (deux par personne). Chaque personne dans le train représente une « voiture ».
5. Les ballons deviennent des « passagers » lorsqu'ils sont gonflés et ont un visage. Un cadet doit gonfler le ballon, nouer le bout et y dessiner un visage avec le marqueur.
6. Chaque train doit se déplacer entre les ballons et prendre des « passagers ». Ceux-ci doivent tous être de la même couleur et chaque cadet doit en transporter deux. Le train doit rester immobile pendant qu'un cadet gonfle le ballon et y dessine un visage. L'objectif de l'activité est que tous les « passagers » de chaque train soient de la même couleur.
7. Le premier « train » à arriver à destination avec tous ses « passagers » (deux ballons par cadet) remporte la partie.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 135–136). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **EN RANG!** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer aux cadets qu'on leur donnera des instructions pour s'aligner d'une façon particulière.
2. Une fois alignés, les cadets devront s'asseoir tous en même temps pour signaler qu'ils ont terminé.
3. Voici des exemples de catégories :
   (a) en ordre de pointure de chaussure;
   (b) en ordre alphabétique de couleurs préférées;
   (c) en ordre de nombre de frères et sœurs de chaque cadet;
   (d) en ordre d'âge, du plus jeune au plus vieux;
   (e) en ordre de couleur de cheveux, du plus pâle au plus foncé;
   (f) en ordre alphabétique de prénom;
   (g) en ordre alphabétique de nom de famille.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 87–89). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **VOLEUR À LA TIRE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Feuille d'activité « Voleur à la tire » (une par groupe),
- des ciseaux,
- des stylos ou des crayons (un par groupe),
- un chronomètre.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Photocopier le sondage et le découper.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Expliquer aux cadets qu'ils auront cinq minutes pour essayer de trouver autant d'articles que possible sur la feuille d'activité « Voleur à la tire ».
3. Distribuer une feuille d'activité « Voleur à la tire » à chaque groupe.
4. Commencer l'activité.
5. Après cinq minutes, rassembler les cadets à un endroit et comparer les articles trouvés par chaque groupe.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 53–55). New York, New York, McGraw-Hill.

**FEUILLE D'ACTIVITÉ « VOLEUR À LA TIRE »**

_____ Un stylo violet,
_____ Un morceau de gomme,
_____ Une paire de lunettes fumées,
_____ Un peigne,
_____ Une clé de cadenas,
_____ Une pince à cheveux,
_____ La photo d'un ami ou d'un parent,
_____ De l'argent,
_____ Une carte bancaire,
_____ Un bonbon à la menthe.

**FEUILLE D'ACTIVITÉ « VOLEUR À LA TIRE »**

_____ Un stylo violet,
_____ Un morceau de gomme,
_____ Une paire de lunettes fumées,
_____ Un peigne,
_____ Une clé de cadenas,
_____ Une pince à cheveux,
_____ La photo d'un ami ou d'un parent,
_____ De l'argent,
_____ Une carte bancaire,
_____ Un bonbon à la menthe.

**FEUILLE D'ACTIVITÉ « VOLEUR À LA TIRE »**

_____ Un stylo violet,
_____ Un morceau de gomme,
_____ Une paire de lunettes fumées,
_____ Un peigne,
_____ Une clé de cadenas,
_____ Une pince à cheveux,
_____ La photo d'un ami ou d'un parent,
_____ De l'argent,
_____ Une carte bancaire,
_____ Un bonbon à la menthe.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **60 SECONDES** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un chronomètre.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Rassembler le groupe à un endroit.
2. Expliquer aux cadets qu'au commandement « MAINTENANT », ils doivent tous compter 60 secondes dans leur tête, et ensuite s'asseoir. Personne de doit parler ni regarder sa montre.
3. En regardant le chronomètre, crier « MAINTENANT » pour signaler le départ.
4. Prendre note du cadet qui s'est assis au moment le plus près de la marque des 60 secondes.
5. Une fois qu'ils se sont tous assis, annoncer le nom du cadet qui s'est rapproché le plus de la marque des 60 secondes.
6. Répéter l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 148). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **TOUT LE MONDE DEBOUT** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes égaux.
2. Demander à chaque groupe de s'asseoir et de former un cercle, dos au centre.
3. Demander aux cadets de chaque groupe de s'entrelacer les bras aux coudes avec les cadets de chaque côté d'eux.
4. Expliquer qu'au commandement « ALLEZ », tout le monde doit essayer de se mettre debout en un seul bloc.
5. Donner le commandement « ALLEZ ». Cette activité peut nécessiter beaucoup d'encouragements et d'essais.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 100). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DYNAMISANTE** |
|---|---|
| **JEUX DE LETTRES** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace,
- une feuille de jeux de lettres (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet),
- un chronomètre.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Photocopier une feuille de jeux de lettres pour chaque cadet.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une feuille de jeux de lettres et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Expliquer aux cadets qu'ils ont trois minutes pour tenter de résoudre autant de jeux de lettres que possible.
3. Après trois minutes, demander aux cadets de former des groupes de trois. Encourager chaque groupe à trouver ensemble autant de réponses que possible.
4. Partager les réponses avec les cadets.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046414-6) Scannel, E., & Newstrom, J. (1994). *Even More Games Trainers Play*. (pages 137–177). New York, New York, McGraw-Hill Companies.

**JEUX DE LETTRES**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 TALE | 2 NE1410S | 3 CYCLE CYCLE CYCLE | 4 BALL |
| 5 Jan. Feb. Mar. / DUE | 6 1 | 7 HEAD LO VE HEELS | 8 type |
| 9 L Bus Term L | 10 BAN ANA | 11 T K The R C A | BACK CK K 12 |
| 13 LAL | 14 I'm nhappy | 15 ME QUIT | 16 DOM |
| 17 S P L I T | 18 PETS A | 19 CI Life TY | 20 YOU / JUST / ME |

## RÉPONSES AUX JEUX DE LETTRES

1. A tall tale.
2. Anyone for tennis?
3. Tricycle.
4. Curve ball.
5. Three months overdue.
6. Hole in one.
7. Head over heels in love.
8. Type written.
9. Bus terminals.
10. Banana split.
11. The inside track.
12. Full back, half back, quarterback.
13. All mixed up.
14. I’m unhappy without you.
15. Quit following me.
16. Domino.
17. Split down the middle.
18. A step backwards.
19. Life in the big city.
20. Just between you and me.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **CATÉGORIES** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander au groupe de se rassembler.
2. Expliquer au groupe qu'il devra se séparer et se regrouper selon les catégories annoncées.
3. Annoncer une catégorie. Voici des exemples de catégories :
   (a) le nombre de frères et sœurs;
   (b) le dernier chiffre du numéro de téléphone résidentiel;
   (c) la position des pouces quand les mains sont jointes (le pouce gauche par-dessus le droit ou le pouce droit par-dessus le gauche);
   (d) le mois de naissance;
   (e) la couleur des yeux;
   (f) la couleur des cheveux;
   (g) le type de déjeuner mangé ce matin;
   (h) la boisson chaude ou froide préférée;
   (i) la distance parcourue pour se rendre ici.
4. Une fois les groupes formés, annoncer une autre catégorie. Poursuivre l'activité jusqu'à ce que le temps soit écoulé.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 31–32). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **CHASSE À L'HOMME** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Dresser une liste d'éléments d'une chasse à l'homme si l'on préfère utiliser d'autres éléments que ceux énumérés ci-dessous.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander au groupe de s'asseoir ou de se tenir debout ensemble.
2. Lire un point de la liste d'éléments d'une chasse à l'homme. L'équipe doit envoyer à l'avant le ou les cadets qui répondent à la description. Par exemple, si le chef dit « Deux cadets ayant le même prénom », les membres du groupe doivent se parler pour savoir s'il y a deux cadets dans le groupe qui répondent à cette description, puis ils doivent les envoyer au chef.
3. Voici des exemples d'éléments d'une chasse à l'homme :
   - (a) Deux cadets ayant les mêmes première et dernière initiales.
   - (b) Le cadet né le plus loin d'ici.
   - (c) Deux cadets ayant le même prénom.
   - (d) Un groupe de cadets dont l'addition des âges fait 40.
   - (e) Deux cadets nés la même date (p. ex., 14 juin et 14 septembre).
   - (f) Deux cadets nés le même mois.
   - (g) Un groupe de cadets dont l'addition des pointures de chaussure fait 30.
   - (h) Le cadet qui habite le plus près d'ici.
   - (i) Un groupe de cadets dont les premières lettres de prénom peuvent former un mot.
   - (j) Un groupe de trois cadets qui ont tous des yeux de différentes couleurs.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 18–19). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **LE PANNEAU AMBULANT** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des feuilles pour tableau de papier (une feuille par cadet),
- des marqueurs (un par cadet),
- du ruban adhésif (un rouleau).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une feuille pour tableau de papier et un marqueur à chaque cadet. Demander à tous les cadets d'y inscrire leurs prénom et nom de famille dans la partie supérieure.
2. Écrire les questions suivantes sur une feuille pour tableau de papier et l'afficher :
   (a) Quelle est votre nourriture préférée?
   (b) Quelle est votre pire bête noire?
   (c) Quel est votre film préféré à vie?
   (d) Quel est votre emploi de rêve?
3. Permettre aux cadets d'écrire leurs réponses sur leur feuille pour tableau de papier.
4. Demander aux cadets de s'entraider pour attacher la feuille aux épaules de l'auteur avec du ruban-cache, de façon à ce qu'il ressemble à un « panneau ambulant ».

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 125–126). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **FAISONS CONNAISSANCE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- des notes autoadhésives grand format (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une note autoadhésive grand format et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander à chaque cadet d'y écrire leurs prénom et nom de famille.
3. Accorder deux à trois minutes aux cadets pour qu'ils écrivent deux mots ou de courtes phrases qui les décrivent et qui peuvent servir pour briser la glace (p. ex., ville natale, passe-temps, manie, etc.).
4. Leur demander de se mêler aux autres, de former des groupes de deux ou trois personnes et de discuter entre eux de leurs mots ou phrases.
5. Après quelques minutes, leur demander de changer de groupe en les incitant à rencontrer et discuter avec autant de cadets possible.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 23–24). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **BINGO** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- des cartes de bingo (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Photocopier une carte de bingo pour chaque cadet.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une carte de bingo et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils partent à la recherche d'une personne répondant à chacune des descriptions données sur la carte. Une fois la personne trouvée, elle doit signer son nom sur la carte de bingo. Demander aux cadets d'essayer de remplir la carte au complet.
3. Une fois le temps écoulé, leur demander de se rassembler à un endroit et de s'asseoir.
4. Lire les descriptions à haute voix et trouver la personne qui répond à chacune d'entre elles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 28–29). New York, New York, McGraw-Hill.

**BINGO**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| JOUE AU TENNIS _____ | A DÉJÀ VOYAGÉ À L'ÉTRANGER _____ | PARLE DEUX LANGUES _____ | A LES YEUX BRUNS _____ | A UN FRÈRE AÎNÉ _____ |
| A UN OS CASSÉ _____ | DÉTESTE LES CHOUX DE BRUXELLES _____ | A LES CHEVEUX ROUX _____ | A UN POISSON DE COMPAGNIE _____ | JOUE D'UN INSTRUMENT _____ |
| N'A JAMAIS ÉTÉ À UN CIEC AVANT _____ | A DÉJÀ CANOTÉ _____ | **LIBRE** | A DÉJÀ EU UNE CARIE _____ | AIME LES CORNICHONS _____ |
| SAIT NAGER _____ | A UN CHIEN DE COMPAGNIE _____ | A LES YEUX BLEUS _____ | A LES ONGLES D'ORTEILS VERNIS _____ | JOUE AU VOLLEYBALL _____ |
| A LES CHEVEUX BLONDS _____ | AIME LES MATHÉMA-TIQUES _____ | A SON ANNIVERSAIRE DE NAISSANCE DURANT LE COURS _____ | CONNAÎT DES JUMEAUX/ JUMELLES _____ | SAIT DANSER LA DANSE DES CANARDS _____ |

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **CHARADES D'ÉQUIPE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes égaux.
2. Accorder cinq minutes à chaque groupe pour :
   (a) choisir un nom d'équipe qui la représente le mieux;
   (b) discuter d'un ensemble de charades ou de gestes qu'il utilisera pour laisser à l'autre groupe deviner son nom d'équipe.
3. Accorder une minute à chaque groupe pour mimer son nom d'équipe pendant que le reste des cadets tentent de le deviner.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (page 161). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **DOUBLE PRISE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se répartir dans l'espace établi.
2. Leur demander de se serrer la main et de se présenter les uns aux autres.
3. Nommer une caractéristique et demander aux cadets de former des groupes avec d'autres cadets qui partagent cette caractéristique. Voici des exemples de caractéristiques :
   (a) couleur des cheveux,
   (b) couleur des yeux,
   (c) pointure de chaussure,
   (d) couleur préférée,
   (e) garniture de pizza préférée,
   (f) maître d'un animal de compagnie,
   (g) sport préféré,
   (h) musique préférée.
4. Inciter les cadets à former des groupes avec différents cadets aussi souvent que possible.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 25–29). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **PARTICULARITÉS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- la feuille d'activité « Particularités » (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Photocopier la feuille d'activité « Particularités », pour chaque cadet.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une feuille d'activité et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils partent à la recherche d'une personne répondant à chacune des descriptions sur la carte. Lorsqu'un cadet trouve une personne, il doit cocher la particularité correspondante sur la liste et écrire le nom de cette personne à côté de la description. Inciter les cadets à cocher le plus de particularités possible.
3. Une fois le temps écoulé, demander aux cadets de se rassembler à un endroit et de s'asseoir.
4. Lire les descriptions à haute voix et trouver la personne qui répond à chacune d'entre elles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 105–107). New York, New York, McGraw-Hill.

**FICHE D'ACTIVITÉ « PARTICULARITÉS »**

1. Qui est né le 29 février?
2. Qui a, ou a eu, un chien appelé Fido, Milou, Lassie, Lucky ou Snoopy?
3. Qui participe à des compétitions sportives comme la course, le basketball, etc.?
4. Qui aime la pizza garnie d'anchois?
5. Qui est né dans une province différente de celle dans laquelle il vit actuellement?
6. Qui est né à l'étranger?
7. Qui a déjà visité le Nunavut?
8. Qui écrit des chansons ou de la poésie?
9. Qui a un frère jumeau ou une sœur jumelle?
10. Qui a une pointure de chaussure supérieure à 10?
11. Qui a déjà trait une vache?
12. Qui a assisté à un concert dans les trois derniers mois?
13. Qui a déjà passé à la radio ou à la télévision?
14. Qui préfère l'hiver à l'été?

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **JE M'AIME PARCE QUE...** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires (de préférence, deux cadets qui ne se connaissent pas bien).
2. Demander aux cadets de chaque paire de s'asseoir l'un en face de l'autre et de choisir qui ira en premier.
3. Leur demander de se regarder dans les yeux et de s'asseoir en adoptant une posture détendue (p. ex., ne pas croiser les bras).
4. Expliquer que chaque paire disposera de deux minutes pour répondre à la question « Qu'est-ce que j'aime à mon sujet? ». Le partenaire qui ne répond pas à la question n'a pas le droit de parler, mais par son langage corporel, il doit manifester un vif intérêt pour ce que dit l'autre personne.
5. Demander au premier cadet de parler de lui. Après deux minutes, demander aux cadets d'inverser les rôles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046513-4) Newstrom, J., & Scannel, E. (1998). *The Big Book of Team Building Games*. (pages 73–74). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **JONGLAGE DE GROUPE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des balles de tennis (trois).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle.
2. Commencer l'activité en n'utilisant qu'une seule balle. Tous les cadets commenceront le jeu en levant un bras. Le cadet qui tient la balle doit se nommer, puis nommer le cadet auquel il prévoit lancer la balle. Il doit ensuite la lui lancer. La balle doit être envoyée à un cadet qui lève le bras pour s'assurer que tous les cadets ont la chance de participer. Lorsque le cadet nommé attrape la balle, il doit descendre le bras.
3. Demander au cadet qui attrape la balle de se nommer, de nommer le cadet auquel il prévoit lancer la balle, et de la lui lancer.
4. Poursuivre le jeu jusqu'à ce que les cadets semblent à l'aise avec une balle.
5. Ajouter des balles. Les règles restent les mêmes, si ce n'est que les cadets doivent redoubler d'attention. Poursuivre jusqu'à ce que tout le monde ait attrapé une balle, puis demander aux cadets de recommencer en levant le bras.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (page 109). New York, New York, McGraw-Hill Companies, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **À LA RECHERCHE DE POINTS COMMUNS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en groupes de trois ou quatre personnes.
2. Accorder deux minutes à chaque groupe pour qu'il trouve trois points distincts que tous les cadets ont en commun. La seule règle est que ces trois points ne soient pas reliés au programme des cadets (p. ex., gagné l'équipe de tir de précision ou reçu un prix lors de la revue annuelle). En voici des exemples :
   (a) les cadets viennent tous de la même province;
   (b) ils ont tous un frère aîné;
   (c) ils ont tous grandi dans une famille monoparentale.
3. Une fois que tous les groupes ont terminé l'étape 2., demander aux cadets de se regrouper et de partager leurs trois points communs avec les autres cadets.
4. S'il reste du temps, refaire l'activité avec des groupes différents.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046414-6) Newstrom, J. (1994). *Even More Games Trainers Play*. (page 11). New York, New York, McGraw-Hill Companies.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **QUI ES-TU?** | **DURÉE** : 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- des fiches (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner une fiche et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander à chaque cadet d'écrire une chose à son sujet qu'il croit que personne d'autre ne sait.
3. Recueillir toutes les fiches et les mêler. Remettre au hasard une fiche à chaque cadet.
4. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils circulent dans la salle et posent des questions aux autres cadets pour essayer de trouver la personne à qui appartient la fiche qu'on leur a remise.
5. Demander à chaque cadet de s'asseoir quand il aura trouvé cette personne et quand la personne qui a sa fiche l'aura trouvé.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 23–24). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **LIGNE EN ORDRE** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban ou de la corde (environ 10 m [32 pieds] de longueur).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Si l'on utilise du ruban, en coller deux morceaux d'environ 5 m (16 pieds) de longueur sur le plancher, en les séparant de 50 cm (20 pouces).
- Si l'on utilise de la corde, en placer deux bouts d'environ 5 m (16 pieds) de longueur sur le plancher, en les séparant de 50 cm (20 pouces)

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander à tous les cadets de se tenir debout côte à côte à l'intérieur des deux lignes, en évitant de les toucher.
2. Leur demander de se placer en ordre de date d'anniversaire de naissance sans mettre les pieds à l'extérieur ni marcher sur les lignes.
3. Si les cadets terminent rapidement l'activité, leur demander de faire le même exercice, mais en utilisant un autre critère (p. ex., taille, pointure de chaussure, couleur des cheveux).

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (page 57). New York, New York, McGraw-Hill Companies, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **ARMOIRIES** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- un modèle d'armoiries (un par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Photocopier un modèle d'armoiries pour chaque cadet.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner un modèle d'armoiries et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander aux cadets de remplir leurs armoiries en lisant les consignes suivantes à haute voix, une à la fois :
   (a) Dans l'espace 1, dessiner quelque chose qui caractérise une de vos meilleures performances récentes.
   (b) Dans l'espace 2, esquisser quelque chose que très peu de personnes connaissent de vous.
   (c) Dans l'espace 3, dessiner un symbole représentant la façon dont vous aimez passer votre temps libre.
   (d) Dans l'espace 4, dessiner quelque chose auquel vous excellez.
   (e) Dans l'espace 5, écrire ou dessiner quelque chose qui pourrait être votre devise personnelle.
3. Une fois cela terminé, laisser les cadets discuter entre eux de leurs armoiries jusqu'à ce que le temps soit écoulé.

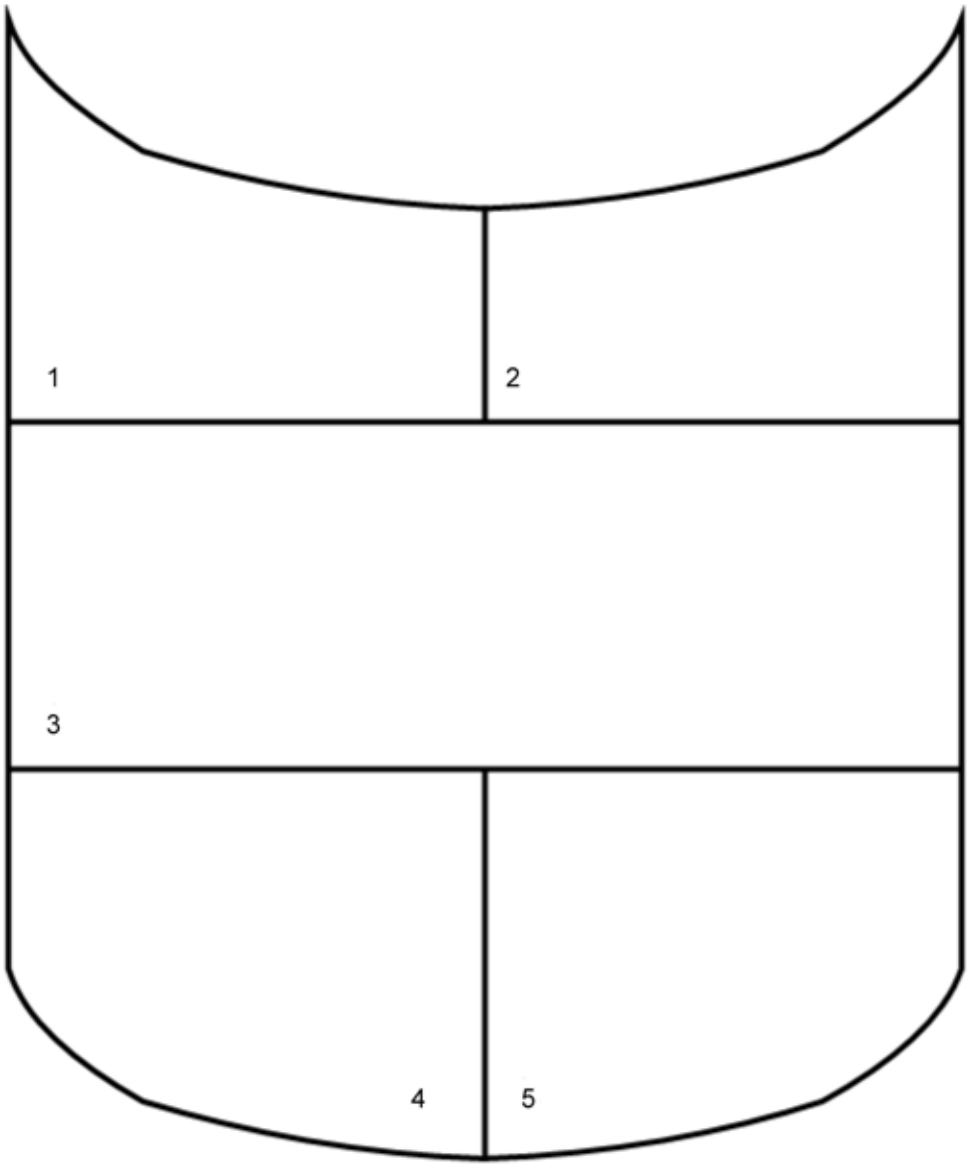
**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-046513-4) Newstrom, J., & Scannel, E. (1998). *The Big Book of Team Building Games*. (pages 77–79). New York, New York, McGraw-Hill.

**MODÈLE D'ARMOIRIES**




*J. Newstrom & E. Scannel, The Big Book of Team Building Games, McGraw-Hill (page 79)*

Figure 3O-2 Modèle d'armoiries

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE** |
|---|---|
| **NOMS MARTIENS** | **DURÉE :** 10 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- du papier (une feuille par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

En préparation de l'activité, écrire votre nom martien et sa signification sur une feuille de papier.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Lire ce qui suit :
   « Imaginez que vous venez tout juste d'atterrir sur Mars et que vous devez vous présenter à un guide touristique martien. Les martiens parlent une langue qui est inverse à la nôtre. Cela signifie que vous devez inverser votre nom : le nom de famille en premier, le prénom en dernier, et les deux épelés à l'envers, lettre par lettre. De plus, chaque nom martien désigne quelque chose de particulier qui caractérise la personne qui le porte. Sur votre feuille de papier, écrivez votre nom en martien. Pratiquez-vous à le prononcer. Pensez à ce que votre nom martien signifie et soyez prêt à l'expliquer au groupe. »
2. Montrer aux cadets votre nom martien et expliquer ce qu'il signifie. Par exemple, Sarah Jones devient « Senoj Haras », qui signifie « j'aime faire de longs voyages et de longues randonnées avec mes amis », et « Joshua Carew » devient « Werac Auhsoj », qui signifie « guerrier du désert ».
3. Donner une feuille de papier et un stylo ou crayon à chaque cadet et leur accorder deux minutes pour trouver leur nom martien.
4. Demander aux cadets de partager leur nom martien avec le groupe.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 1-57542-265-4) MacGregor, M. (2008). *Teambuilding With Teens: Activities for Leadership, Decision Making and Group Success*. (pages 8–9). Minneapolis, Minnesota, Free Spirit Publishing, Inc.

## COMMUNICATION, RÉSOLUTION DE PROBLÈMES ET RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE

### LISTE DES ACTIVITÉS DANS L'ANNEXE P


| Titre | | Numéro de page |
|---|---|---|
| ACTIVITÉS DE COMMUNICATION | Flocon de neige | 3P-2 |
| | Dos à dos | 3P-3 |
| | Construction de groupe | 3P-6 |
| | Où aller? | 3P-7 |
| | Seau manquant | 3P-8 |
| | Charade en ligne | 3P-9 |
| | La roche | 3P-11 |
| | Grenouille roi/reine | 3P-12 |
| | Alignement muet | 3P-13 |
| | Les mariages | 3P-14 |
| | Ce n'est pas moi! | 3P-15 |
| | Formes aveugles | 3P-16 |
| | Clin d'œil | 3P-17 |
| | Champ de mines | 3P-18 |
| | Traits communs bizarres | 3P-19 |
| | Négociations | 3P-20 |
| ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES | Tapis magique | 3P-21 |
| | Radeau de sauvetage | 3P-22 |
| | Marche lunaire | 3P-23 |
| | Planche d'équilibre | 3P-24 |
| | Recherche de groupe | 3P-26 |
| | Embouteillage | 3P-27 |
| | La bataille des cercles | 3P-29 |
| | Nœuds à défaire | 3P-30 |
| | Pierres de gué | 3P-31 |
| | Le sentier du marécage | 3P-32 |
| | Le nœud humain | 3P-34 |
| | Applaudissements à l'unisson | 3P-35 |
| | Réorganisation rapide | 3P-36 |
| | La tour la plus haute | 3P-37 |
| | La traversée du marécage | 3P-38 |
| | Transfert d'eau | 3P-40 |
| ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE | Protège-œuf | 3P-41 |
| | Transport d'eau | 3P-42 |
| | Un labyrinthe fou fou fou | 3P-44 |
| | Tout le monde debout | 3P-45 |
| | Découper et trancher | 3P-46 |
| | L'appel de l'orignal | 3P-48 |
| | Toucher-sentir | 3P-49 |
| | Construction aveugle | 3P-50 |
| | Les phares | 3P-51 |
| | Jeu du chat guidé | 3P-52 |

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **FLOCON DE NEIGE** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

Une feuille de papier blanc 8-1/2 x 11 pouces (une par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Donner un morceau de papier à chaque cadet.
2. Expliquer aux cadets qu'ils doivent suivre chaque directive donnée sans poser de questions ni demander de précisions.
3. Donner rapidement les directives suivantes, sans précision :
   (a) Plier la feuille en deux et déchirer un coin supérieur.
   (b) La plier encore en deux et déchirer le coin supérieur.
   (c) La plier encore en deux et déchirer le coin gauche.
   (d) Faire tourner le papier vers la droite trois fois et déchirer le coin inférieur.
   (e) Le plier encore en deux et déchirer la partie du milieu.
4. Demander aux cadets de déplier leur feuille de papier et de comparer leur flocon de neige avec celui des autres cadets. Ils s'apercevront que leur flocon peut ou non ressembler à ceux des autres cadets, suivant la façon dont ils ont interprété les directives.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 1-57542-265-4) MacGregor, M. G. (2008). *Team-Building With Teens*. (pages 67–68). Minneapolis, Minnesota, Free Spirit Publishing Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **DOS À DOS** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

- Du papier,
- des stylos ou des crayons (un par groupe),
- des dessins (deux par groupe).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Photocopier deux dessins pour chaque groupe.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires; Demander aux cadets de chaque paire de s'asseoir dos à dos.
2. Donner une copie de la figure 3P-1 à un cadet de chaque paire. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à l'autre cadet.
3. Au signal de départ, le cadet qui a le dessin doit aider son partenaire à le dessiner sans lui laisser voir l'original. Les cadets doivent utiliser des symboles et des métaphores pour décrire le dessin, et non des formes géométriques. Par exemple, il est interdit de dire « Dessine un carré ou un cercle ».
4. Leur accorder environ cinq minutes pour faire le dessin. Lorsque le temps est écoulé, demander aux cadets de comparer leur dessin à l'original.
5. Leur demander d'inverser les rôles. Donner une copie de la figure 3P-2 au cadet qui vient de faire le dessin et un morceau de papier et un stylo ou crayon à l'autre. Répéter les étapes 3. et 4.

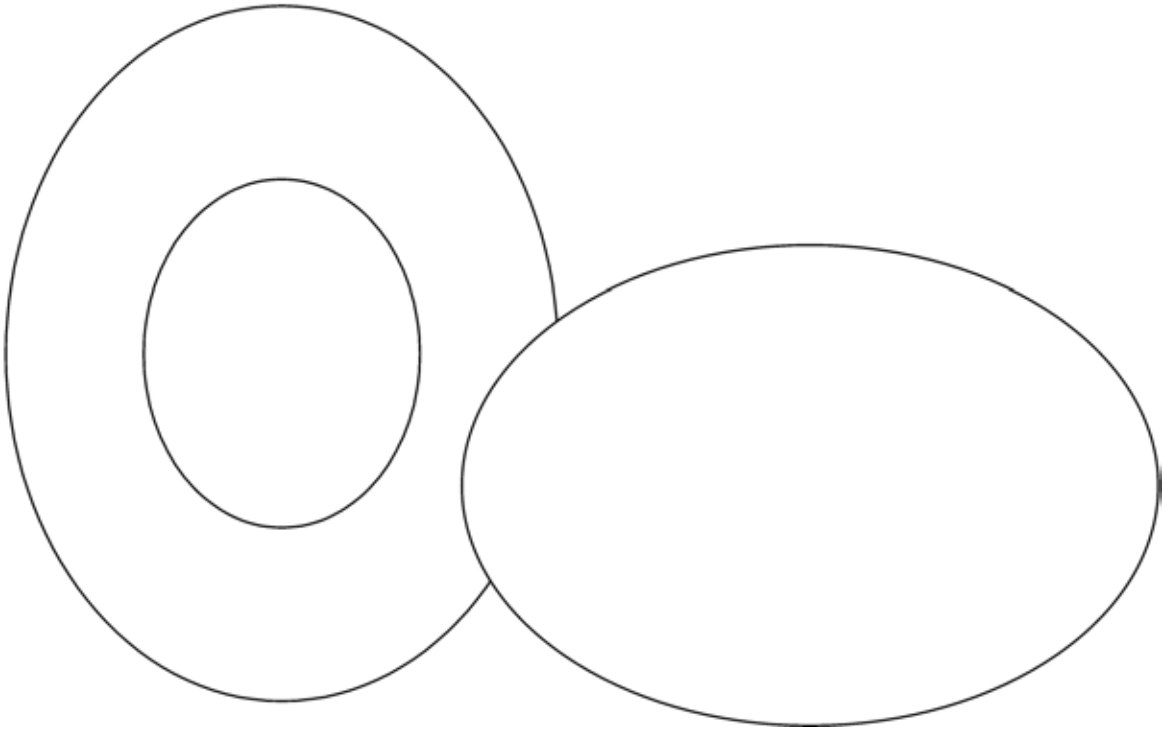
**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 95–97). New York, New York, McGraw-Hill.

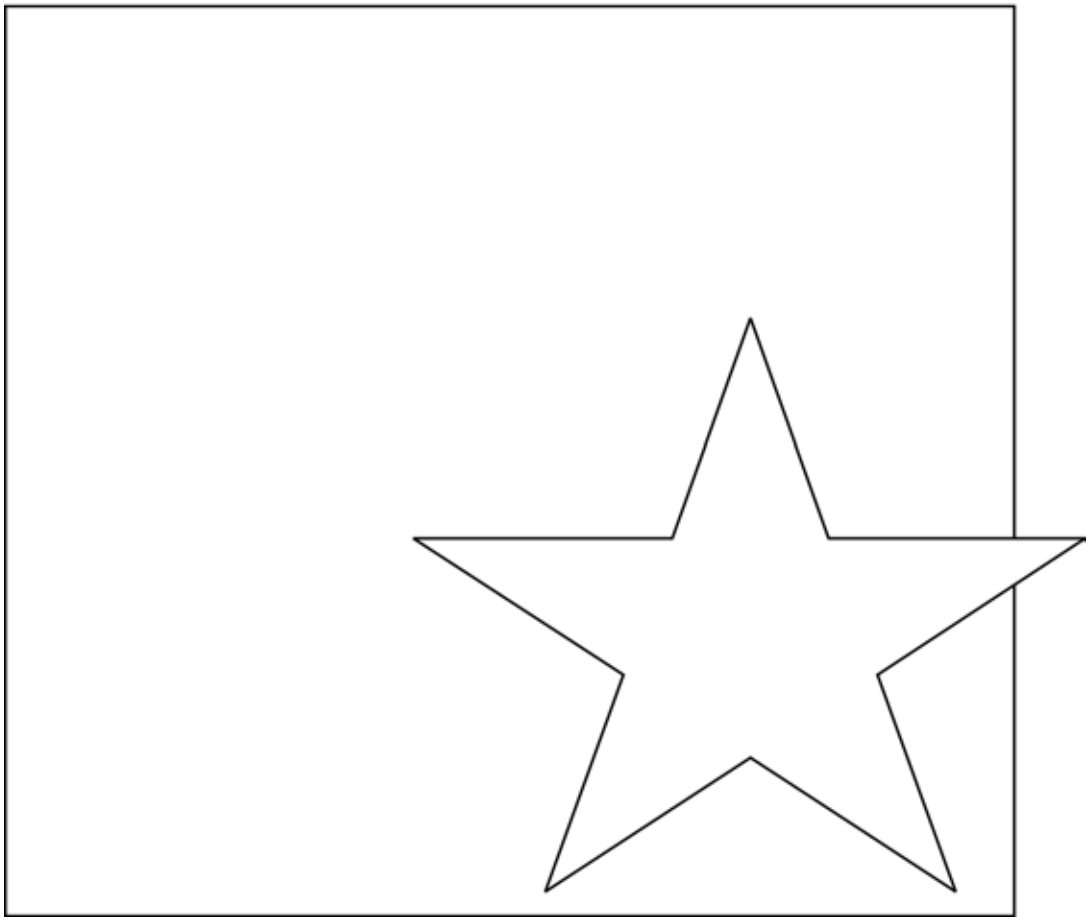
**DESSIN 1**



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3P-1  Dessin 1

**DESSIN 2**



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3P-2  Dessin 2

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **CONSTRUCTION DE GROUPE** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cure-dents, des bâtonnets de bois ou des pailles (10 par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de s'asseoir en demi-cercle, dos au centre. S'assurer qu'ils sont assez loin les uns des autres pour qu'ils ne puissent pas voir les cure-dents, bâtonnets de bois ou pailles de leurs voisins.
2. Les informer qu'en aucun temps ils n'ont le droit de parler ni de regarder la structure des autres cadets pendant l'activité.
3. Donner 10 cure-dents, bâtonnets de bois ou pailles à chaque cadet, y compris à vous-même.
4. En tant que « directeur de la construction », vous érigerez une structure sur le plancher, un cure-dent, un bâtonnet de bois ou une paille à la fois.
5. Après le placement de chaque cure-dent, bâtonnet de bois ou paille, donner des directives verbales aux cadets pour qu'ils placent leur cure-dent, bâtonnet de bois ou paille dans la même position.
6. Après le placement des 10 cure-dents, bâtonnets de bois ou pailles, les structures des cadets devraient reproduire votre structure.
7. À la fin de l'activité, examiner les structures des cadets pour voir à quel point elles se rapprochent de l'original.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (page 54). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **OÙ ALLER?** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- deux petits objets (p.ex., pièces de monnaie, trombones, cure-dents, etc.),
- un bandeau pour les yeux.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour être le premier.
2. Demander aux autres cadets de s'asseoir et de former un cercle d'environ 3 m (10 pieds) de diamètre.
3. Bander les yeux du volontaire et lui demander de se tenir debout au centre du cercle.
4. Demander à un membre du groupe de placer les deux petits objets sur le sol, dans le cercle, assez près l'un de l'autre pour que le volontaire puisse couvrir simultanément un objet avec chaque pied.
5. Au signal de départ, chaque membre du groupe doit donner une directive au volontaire, à tour de rôle (p. ex., « Avance ton pied gauche de 6 pouces »).
6. Chaque membre ne peut donner qu'une directive demandant au volontaire de couvrir un objet avec chaque pied.
7. Si le temps le permet, demander à d'autres cadets de se porter volontaires pour être au centre du cercle.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S'assurer que les cadets veillent à la sécurité de celui qui est au centre du cercle.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (page 58). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **SEAU MANQUANT** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace plat, ouvert et exempt d'obstacles,
- de la corde ou des cônes pour marquer les limites du jeu,
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets),
- un seau de 20 l (cinq gallons),
- un contenant de 4 l (un gallon),
- des gobelets de plastique (suffisamment pour la moitié des cadets),
- huit (8) à 10 objets qui serviront d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Disposer la corde ou les cônes de façon à créer une zone d'environ 3.5 m (10 à 12 pieds) de largeur sur 7.5 m (25 pieds) de longueur.
- Placer des obstacles au hasard le long du parcours.
- Remplir le seau de 20 l (cinq gallons) d'eau et le placer à la ligne de départ.
- Placer le contenant vide de 4 l (un gallon) ( qui servira de « contenant récepteur ») à la ligne d'arrivée.
- Placer les gobelets de plastique à la ligne de départ.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Le but de l'activité est de demander à un groupe de cadets aux yeux bandés de se faire guider verbalement sur le parcours à obstacles, tout en transportant de l'eau, par des cadets qui n'ont pas les yeux bandés. Les cadets aux yeux bandés doivent verser l'eau du seau dans le contenant récepteur à la ligne d'arrivée sans déplacer les seaux.
2. Les cadets doivent éviter les obstacles tout au long du parcours.
3. Les cadets qui n'ont pas les yeux bandés n'ont pas le droit de toucher le seau, le contenant récepteur ou les gobelets.
4. Si quelqu'un enfreint une règle ou pile sur un obstacle, il doit retourner à la ligne de départ sans vider l'eau qu'il transporte dans le contenant récepteur.
5. L'activité prend fin lorsque le contenant récepteur est rempli jusqu'au repère indiqué.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les cadets doivent veiller à la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant cette activité.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 126–127). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **CHARADE EN LIGNE** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Préparer des exemples de situations pour l'activité si vous ne souhaitez pas utiliser celles qui sont proposées ci-dessous.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Demander à un premier groupe de venir à l'avant (aire de représentation) et le deuxième groupe de rester dans l'assistance.
3. Expliquer l'activité aux cadets en ces mots :
   (a) Alignez-vous en faisant face au dos du cadet en avant de vous.
   (b) Mimez une scène pour le cadet en avant de vous sans communication verbale.
   (c) Cette personne mimera la scène pour la prochaine personne en ligne et ainsi de suite.
4. Demander au groupe sur l'aire de représentation de s'aligner en vous faisant dos. Taper le premier cadet sur l'épaule et lui demander de se retourner.
5. Mimer une situation. Voici un autre exemple de situation que vous pourriez mimer :
   (a) vous entrez en balançant un sac dans une main;
   (b) vous tirez une chaise et vous vous assoyez;
   (c) vous sortez une canne à pêche d'un sac et lancez la ligne;
   (d) vous ramenez la ligne quand vous sentez un petit coup;
   (e) vous trouvez une botte en caoutchouc au bout de la ligne au lieu d'un poisson;
   (f) vous videz la botte de son eau, la chaussez et quittez la scène.
6. Ce cadet doit taper ensuite le prochain cadet sur l'épaule, mimer la même scène et ainsi de suite. Il faut s'attendre à ce que la situation mimée change tout au long de la ligne.
7. Le groupe de cadets qui est dans l'assistance peut rire, mais ne doit offrir ni conseils ni instructions.
8. Une fois que le dernier cadet a observé la situation, il doit la mimer devant vous et le premier cadet, tout le groupe doit regarder pendant que vous mimez la scène originale une autre fois.
9. Demander aux groupes d'inverser les rôles de façon à ce que l'assistance initiale devienne les acteurs, et vice versa. Demander aux cadets de répéter les étapes 4. à 8. avec une nouvelle situation. Voici un autre exemple de situation que vous pourriez mimer :
   (a) vous sortez un billet de loterie de votre poche arrière;
   (b) vous tirez une chaise et vous vous assoyez;
   (c) vous sortez un journal d'un sac;
   (d) vous comparez les numéros de votre billet de loterie avec ceux du journal;
   (e) vous réalisez que tous les numéros concordent et vous sautez de joie.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 202–203). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **LA ROCHE** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une petite roche (elle doit être assez petite pour pouvoir la cacher dans un poing).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle, face au centre.
2. Leur demander de fermer les yeux et de se tenir debout avec les deux poings serrés dans le dos.
3. Expliquer que si un cadet veut être celui qui tient la roche, il doit ouvrir un poing en forme de coupe, prêt à la recevoir. Les cadets ne souhaitant pas tenir la roche doivent garder les poings serrés. Lorsqu'un cadet reçoit la roche, il doit serrer le poing.
4. Marcher autour du cercle, en étant aussi silencieux que possible, et placer la petite roche dans une des mains ouvertes.
5. Continuer d'avancer autour du cercle jusqu'au point de départ.
6. Demander à tous les cadets de serrer les poings, d'ouvrir les yeux et de s'asseoir en forme de cercle, en gardant les poings serrés en tout temps.
7. Chaque personne, incluant celle qui a la roche, aura l'occasion de deviner qui a la roche.
8. Après une minute où tout le monde s'observe, permettre au groupe d'essayer de deviner. Les cadets n'ont pas le droit de se parler.
9. Demander à une personne de se porter volontaire pour être la première à deviner. Si un cadet se trompe, il n'a plus le droit d'essayer de deviner.
10. Chaque cadet a le droit d'essayer de deviner une fois, jusqu'à ce que soit découvert celui qui a la roche.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 189 et 190). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **GRENOUILLE ROI/REINE** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cercles de couleur en plastique ou des chaises (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de s'asseoir et de former un cercle, face au centre. Marquer chaque position d'un cercle de couleur en plastique ou d'une chaise.
2. Chaque cadet doit trouver un geste unique qui représente un animal. Par exemple :
   (a) un gorille se frappant la poitrine;
   (b) un singe se grattant le dessous des bras;
   (c) un oiseau battant des ailes;
   (d) un chien remuant la queue;
   (e) un chat se lavant la face;
   (f) un serpent rampant dans le gazon;
   (g) un pingouin se dandinant;
   (h) un éléphant levant sa trompe;
   (i) un lapin sautant;
   (j) un homard bougeant les pinces;
   (k) un poulet gloussant.
3. Circuler autour du cercle et demander à chaque cadet de faire son geste. Vous pouvez agir comme la grenouille roi/reine ou désigner un cadet pour tenir ce rôle. Son geste sera un « bond de grenouille ».
4. Chaque partie doit commencer par la grenouille roi/reine. Ce cadet doit faire son geste, puis celui d'un autre cadet. Ce cadet doit rapidement faire son geste, suivi du geste d'un autre cadet, et ainsi de suite.
5. Si un cadet est trop lent, s'il ne le fait pas correctement ou s'il ne le fait dans le bon ordre, on doit arrêter la partie. Ce cadet doit quitter sa place et s'asseoir directement à gauche de la grenouille roi/reine. À ce moment, toutes les personnes assises à droite de ce cadet doivent se décaler d'une place vers la gauche pour remplir le vide.
6. Lorsqu'un cadet change de place, il ne conserve pas son geste; celui-ci reste avec la place!
7. Le but de l'activité est de parvenir au trône royal. Cela se produit lorsque la grenouille roi/reine se trompe et que tout le monde dans le cercle se décale d'une place vers la gauche.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 182–183). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **ALIGNEMENT MUET** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer aux cadets qu'à partir de maintenant ils sont tous muets - aucune communication verbale n'est permise. Ils n'ont pas le droit non plus d'écrire sur du papier, des tableaux de papier, etc.
2. Demander aux cadets de s'aligner suivant un critère établi (p. ex., la taille, la date de naissance, le nombre de lettres dans le prénom ou le nom de famille, etc.).
3. Demander aux cadets de s'asseoir lorsqu'ils croiront s'être alignés dans le bon ordre.
4. Passer en revue l'alignement pour voir s'ils ont pu respecter le bon ordre sans communication verbale.
5. Si le temps le permet, leur demander de s'aligner suivant un autre critère pour voir s'ils ont appris quelque chose de leur première tentative.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 145–146). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **LES MARIAGES** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un jeu de cartes (incluant le joker).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Tirer une carte par joueur, en fonction du nombre de cadets dans le groupe. S'assurer que chaque participant a une carte, incluant un joker. Les autres cartes doivent former des paires de la même couleur et dénomination (p. ex., le trois de cœur et le trois de carreau, ou encore le dix de pique et le dix de trèfle).

S'il y a un nombre pair de cadets participant à l'activité, exclure le joker.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Chaque cadet reçoit une carte, qu'il ne doit montrer à personne.
2. Expliquer aux cadets qu'ils doivent trouver la personne dans la salle qui a la carte de couleur et dénomination correspondante à la leur (p. ex., celui qui a la dame de cœur doit rechercher celui qui a la dame de carreau).
3. Expliquer aux cadets qu'ils n'ont en aucun temps le droit de montrer leur carte ou de dévoiler leurs couleurs ou chiffres.
4. Leur demander d'essayer de trouver leur carte correspondante. Ils peuvent utiliser des phrases comme « J'ai une carte de couleur voiture funéraire et j'aime les plantes qui portent chance » pour dire qu'ils ont un trèfle noir.
5. Lorsque les cadets d'une paire pensent s'être retrouvés, ils doivent se donner le bras et attendre que les autres participants terminent.
6. Le cadet ayant le joker doit faire la même chose, mais il ne pourra pas trouver son partenaire puisqu'il n'y a qu'un joker dans le groupe, ce qui le laissera avec une carte non appariée à la fin de l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7575-4094-5) Cummings, M. (2007). *Playing With a Full Deck: 52 Team Activities Using a Deck of Cards*. (page 93). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **CE N'EST PAS MOI!** | **DURÉE :** 10 à 15 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Expliquer que chaque cadet devra mimer trois choses à son sujet à son partenaire pour que celui-ci les présentes plus tard verbalement au reste du groupe.
3. Aucune forme de communication verbale n'est autorisée entre les cadets. Accorder environ trois minutes aux cadets pour qu'ils miment leur information à leur partenaire.
4. Voici des exemples de ce qu'ils peuvent mimer :
   (a) les emplois à temps partiel,
   (b) la matière scolaire préférée,
   (c) le passe-temps préféré,
   (d) le film ou l'émission télévisée préféré.
5. Une fois que tout le monde aura mimé son information, rassembler le groupe. Chaque cadet doit ensuite présenter verbalement son partenaire en fonction de l'information mimée.
6. Si un cadet présente une information qu'il a mal interprétée, son partenaire doit dire : « Ce n'est pas moi! ». Cette activité prend fin lorsque tous les cadets ont présenté leur partenaire.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 52–53). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **FORMES AVEUGLES** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un par cadet),
- un bout de corde assez long pour permettre à tous les cadets de la tenir en même temps.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Faire un nœud au bout de la corde.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle, et bander les yeux de chacun.
2. Placer le bout de corde sur le sol près de leurs pieds. Expliquer que la première chose qu'ils auront à faire est de trouver la corde et de la ramasser. En aucun temps, ils n'ont le droit de communiquer verbalement pendant l'activité.
3. Demander aux cadets de former un carré. Après quelques minutes, leur demander s'ils pensent avoir formé un carré. S'ils disent non, les laisser continuer, même s'ils avaient déjà formé un carré. S'ils disent oui, leur permettre d'enlever leur bandeau et de regarder la forme qu'ils ont faite.
4. Si le temps le permet, poursuivre l'activité avec d'autres formes (p. ex., triangles, rectangles, ovales, etc.).

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Assurer la sécurité de tous les cadets aux yeux bandés.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7872-0107-3) (1995). *Youth Leadership in Action*. (pages 63–64). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **CLIN D'ŒIL** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de s'asseoir et de former un cercle, face au centre.
2. Expliquer qu'il y a un « cligneur » mystérieux dans le groupe, mais qu'il ne le sait pas encore.
3. Leur demander de fermer les yeux. Désigner secrètement le « cligneur » en le tapant sur l'épaule.
4. Expliquer aux cadets qu'ils doivent discuter les uns avec les autres et se saluer. Le « cligneur » doit faire secrètement un clin d'œil aux cadets pour les faire sortir du jeu.
5. Expliquer aux cadets qu'ils doivent attendre au moins 10 secondes avant de s'asseoir après que le « cligneur » leur a fait un clin d'œil. Les cadets à qui on a fait un clin d'œil doivent s'asseoir pendant que les autres continuent de discuter.
6. Si un cadet qui est encore dans le jeu soupçonne une personne d'être le « cligneur », il peut lever la main et dire « J'accuse ». Arrêter le jeu et demander si quelqu'un appuie la motion (un deuxième cadet qui soupçonne la même personne). Si personne ne vient appuyer cette motion, le jeu se poursuit.
7. Si quelqu'un vient appuyer cette motion, le facilitateur doit compter jusqu'à trois et chaque accusateur doit pointer vers la personne qu'il soupçonne d'être le « cligneur ». S'ils pointent vers des personnes différentes, peu importe si l'un d'eux est correct, ils doivent tous les deux sortir du jeu. S'ils pointent vers une même personne, mais qu'elle n'est pas la bonne, ils doivent tous les deux sortir du jeu. S'ils pointent vers la bonne personne, l'activité prend fin.
8. L'activité se poursuit jusqu'à ce que tout le monde soit sorti du jeu ou que deux personnes accusent la bonne personne.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 179–180). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **CHAMP DE MINES** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une grande quantité de petites balles (p. ex., balles de tennis, balles de golf, balles de ping-pong, etc.),
- un chronomètre,
- des bandeaux pour les yeux (deux).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Placer au hasard les balles sur le sol.
- Marquer une ligne de départ et une ligne d'arrivée.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander à deux cadets de se porter volontaires et leur bander les yeux.
2. Répartir les cadets en deux groupes. Demander à chaque groupe de se répartir uniformément dans le « champ de mines ». Un groupe sera chargé de guider verbalement le premier cadet aux yeux bandés dans le « champ de mines ». Le second groupe sera chargé de guider verbalement le second cadet aux yeux bandés pour qu'il essaie de toucher le premier cadet aux yeux bandés.
3. Expliquer que le premier cadet aux yeux bandés jouera le rôle du « sidewinder ». Il doit viser la ligne d'arrivée et sera guidé verbalement dans le « champ de mines » par son groupe. Si le « sidewinder » touche une « mine » (balle) pendant la traversée, il doit faire 10 tours complets avec ses deux bras, en comptant chaque révolution à haute voix.
4. Une minute après le départ du « sidewinder », lancer le second cadet aux yeux bandés (« missile ») dans le « champ de mines ». L'équipe du « missile » doit le guider pour qu'il touche le « sidewinder ».
5. Si le « missile » touche le « sidewinder » avant qu'ils n'atteignent la ligne d'arrivée, la mission prend fin.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Assurer la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant l'activité.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 24). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **TRAITS COMMUNS BIZARRES** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en groupes de trois personnes.
2. Demander à chaque groupe d'aller à un endroit tranquille loin des autres groupes. Accorder environ quatre minutes aux groupes pour qu'ils trouvent autant de traits communs que possible - privilégier les choses bizarres (p. ex., ils ont tous déjà vu un zèbre).
3. Chaque groupe devra partager trois traits communs avec le reste du groupe. Un de ses traits doit être faux.
4. Demander à tous les groupes de se rassembler à un endroit dans la salle et de s'asseoir.
5. Demander à chaque groupe, à tour de rôle, de s'avancer à l'avant et d'énoncer ses trois traits communs tout en gardant son sérieux.
6. Les autres groupes doivent trouver le trait commun qui est faux. Cette activité permettra aux cadets d'apprendre à lire les signes non verbaux des gens.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 178). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE COMMUNICATION** |
|---|---|
| **NÉGOCIATIONS** | **DURÉE :** 15 min |

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en petits groupes de trois ou quatre personnes (en fonction du nombre de cadets).
2. Leur expliquer que chaque groupe ira à un endroit caché des autres groupes et choisira un geste qu'il aura à révéler plus tard aux autres cadets. Voici des exemples de gestes :
   (a) agiter les mains dans les airs;
   (b) sauter sur place;
   (c) exécuter des sauts avec écart;
   (d) battre des bras comme un oiseau;
   (e) tourner en rond;
   (f) se frotter l'estomac tout en se tapotant la tête.
3. Après environ trois minutes, demander à chaque groupe de revenir au centre du secteur d'entraînement et de se tenir dans une position qui est visible de tous les autres groupes. Expliquer aux cadets qu'à partir de maintenant, ils ne peuvent utiliser aucune forme de communication verbale.
4. Au commandement « ALLEZ », demander à tous les cadets de chaque groupe de faire simultanément le geste choisi par le groupe devant les autres cadets.
5. Expliquer aux cadets qu'ils doivent maintenant choisir un geste parmi tous les gestes présentés. Il faut se rappeler que les cadets ne sont pas autorisés à communiquer verbalement pour le reste de l'activité.
6. Le but est de trouver combien de fois il faudra pour que chaque groupe fasse le même geste sans communication verbale. Le geste peut être celui d'un des groupes ou une combinaison de gestes.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 150–151). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**TAPIS MAGIQUE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un morceau de plastique ou autre matériel d'environ 1.2 m (4 pieds) sur 1.5 m (5 pieds).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent tous se tenir debout sur le tapis magique et rester en contact avec lui en tout temps pendant l'activité.
2. Leur expliquer que le tapis magique sur lequel ils se tiennent vole très haut au-dessus du CIEC et qu'ils viennent soudainement de découvrir qu'ils voyagent dans la mauvaise direction parce que le tapis est à l'envers.
3. Leur demander de le remettre à l'endroit sans poser le pied à l'extérieur. Tous les cadets doivent rester en contact avec le tapis magique en tout temps.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S'assurer que tous les cadets restent en contact avec le tapis magique. Cela empêchera les cadets de soulever d'autres personnes ou de les transporter sur leurs épaules.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7872-4532-1) Cain, J., & Jolliff, B. (1998). *Teamwork & Teamplay*. (pages 125–126). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**RADEAU DE SAUVETAGE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un morceau de bâche ou de contre-plaqué d'environ 1.2 m (4 pieds) sur 1.2 m (4 pieds), en fonction de la taille du groupe (il devrait être assez grand pour accueillir tous les cadets).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer aux cadets que leur navire de croisière a frappé un récif et qu'ils doivent abandonner le navire.
2. Leur expliquer qu'il y a des requins à proximité et qu'ils doivent tous monter à bord du radeau de sauvetage pour être secourus par la Garde côtière. L'hélicoptère de sauvetage ne peut les prendre que s'il ne reste personne dans l'eau (personne ne touche le sol) pendant au moins 20 secondes.
3. L'objectif est de demander à tous les cadets de rester dans le radeau de sauvetage pendant au moins 20 secondes pour que l'hélicoptère de sauvetage vienne les secourir.
4. Demander aux cadets de participer à l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Assurer la sécurité de tous les cadets dans le radeau.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 113–115). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**MARCHE LUNAIRE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cerceaux (au moins huit),
- de grandes bandes élastiques ou des morceaux de tissu doux (un pour deux cadets).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Placer, au hasard, huit cerceaux ou plus sur le sol à un pied au plus l'un de l'autre.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se rassembler à une des extrémités des cerceaux. Placer les bandes élastiques autour de leurs chevilles en attachant celles-ci l'une à l'autre pour que les cadets soient forcés de se déplacer en équipe.
2. Leur expliquer qu'ils doivent passer d'un cerceau à l'autre sans poser le pied à l'extérieur.
3. Leur expliquer que si quelqu'un pose le pied à l'extérieur d'un cerceau, l'équipe doit revenir au point de départ et recommencer, en tentant de communiquer et de décider de la meilleure approche à adopter pour passer d'un cerceau à l'autre.
4. Le but est que les cadets discutent entre eux pour trouver le meilleur moyen de passer d'un cerceau à l'autre, du point de départ au point d'arrivée.
5. Demander aux cadets de participer à l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S'assurer que les bandes élastiques sont assez grandes pour ne pas trop enserrer les chevilles des cadets.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 123–124). New York, New York, McGraw-Hill.

**ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

**PLANCHE D'ÉQUILIBRE**

**DURÉE :** 15 min

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert sur un sol gazonné ou mou,
- une planche de bois de 3 m (10 pieds) de longueur sur environ 5 cm (2 pouces) d'épaisseur et 20 cm (8 pouces) de largeur,
- un bloc de béton,
- un ruban d'arpenteur,
- des œufs (voir l'étape 2. des Instructions sur l'activité).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Disposer la planche de bois de sorte qu'elle soit en équilibre, au milieu, sur le bloc de béton.
- Marquer le sol en avant du bloc de béton d'un « V » avec le ruban d'arpenteur (comme illustré à la figure 3P-3).

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

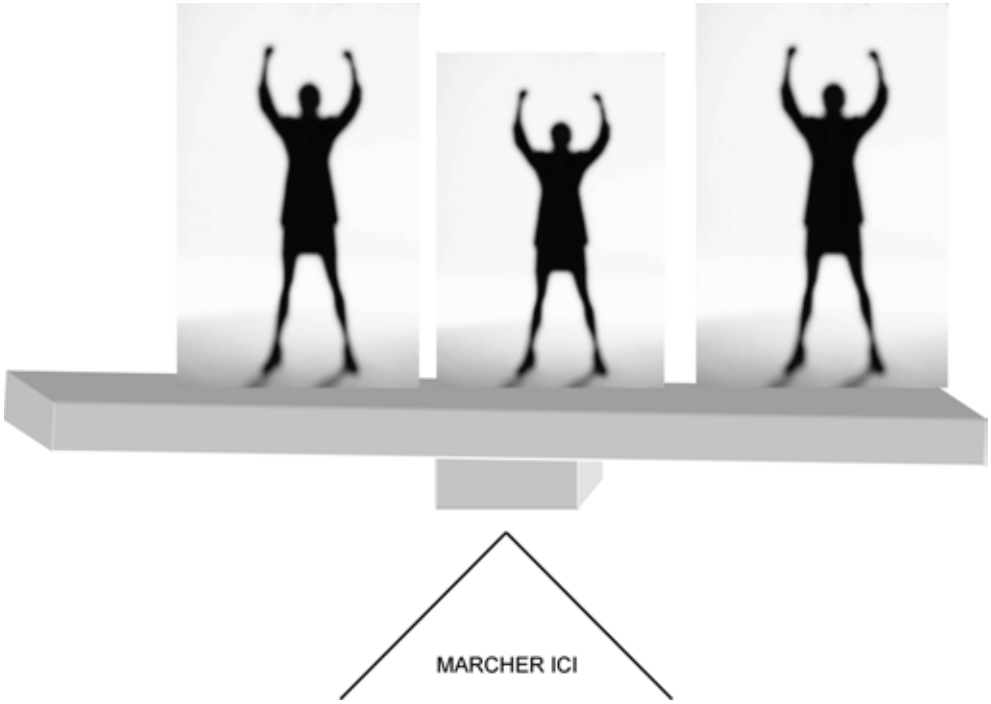
1. Se tenir sur la planche pendant la présentation de l'activité à l'équipe. Montrer comment un léger déplacement du poids entraîne un basculement de la planche.
2. Expliquer aux cadets qu'ils doivent tous monter sur la planche, un à la fois, à partir de la région dans le « V » marqué au sol, maintenir la planche en équilibre pendant au moins 10 secondes et descendre, un à la fois, dans le « V » sans qu'aucune des extrémités de la planche ne touche le sol - on peut déposer un œuf sous chaque extrémité pour s'assurer que la planche n'a pas touché le sol.
3. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils établissent une stratégie. Leur expliquer qu'une fois qu'ils ont commencé à monter sur la planche, aucune communication verbale n'est autorisée.
4. L'activité prend fin lorsque tous les cadets ont réussi à descendre de la planche dans le « V ».

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- S'assurer que l'activité se déroule sur du gazon ou un sol mou. Si cela est impossible, disposer des tapis d'exercice de chaque côté de la planche.
- Demander à un ou deux instructeurs adjoints de surveiller les cadets sur la planche.
- Avertir les cadets que s'ils sont sur le point de perdre l'équilibre, ils doivent descendre de la planche pour éviter de faire tomber ou de faire sauter d'autres cadets.
- S'assurer que les cadets ne sautent pas de la planche pour ne pas la faire tourner.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 125–128). New York, New York, McGraw-Hill.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3P-3  Disposition de la planche d'équilibre

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**RECHERCHE DE GROUPE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban-cache ou un long morceau de tissu (environ 1.2 m [4 pieds] de longueur),
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets),
- un chronomètre,
- trois petits jouets ou objets qui tiennent dans la main (p. ex., un dinosaure en plastique, un bateau en plastique, un avion en plastique, un char en plastique, une poupée, une balle, etc.).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Montrer au premier groupe de cadets les trois objets qu'ils auront à trouver.
3. Expliquer que ce groupe doit travailler en équipe pour trouver les trois objets avec les yeux bandés.
4. Enrouler du ruban-cache ou un long morceau de tissu autour du premier groupe pour les attacher ensemble.
5. Bander les yeux des cadets du premier groupe.
6. Déposer les objets à divers endroits sur le sol à moins de 9 m (30 pieds) de l'endroit où se trouve le groupe.
7. Demander aux cadets de se déplacer pour trouver les trois objets avec l'aide verbale du second groupe. Le but est de demander aux cadets de décider de la meilleure façon de se déplacer sans casser le ruban ou déchirer le morceau de tissu ni se découvrir les yeux.
8. Quand ils trouvent un objet, ils doivent l'identifier à leur chef.
9. Demander aux groupes d'inverser les rôles et de répéter les étapes 2. à 8.
10. Chronométrer les deux groupes pour savoir lequel trouve et identifie les trois objets le plus rapidement.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Assurer la sécurité des cadets qui ont les yeux bandés et qui sont attachés ensemble. Les cadets du second groupe doivent faire attention à la sécurité des cadets aux yeux bandés et les avertir de tout danger.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 133–134). New York, New York, McGraw-Hill.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**EMBOUTEILLAGE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban ou des morceaux de carton ou de contre-plaqué (laisser un espace de plus que le nombre de cadets).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Marquer des espaces au sol (comme illustré à la figure 3P-4) avec du ruban ou des pièces de carton ou de contre-plaqué (laisser un espace de plus que le nombre de cadets).
- Marquer l'espace du centre d'un « X » (comme illustré à la figure 3P-4).

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

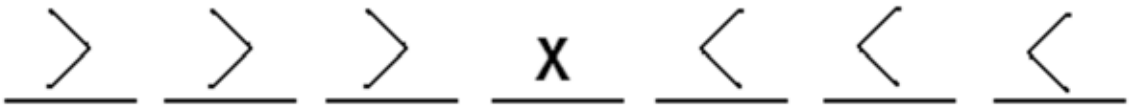
1. Répartir les cadets en deux groupes égaux.
2. Demander à chaque groupe de se tenir debout sur un espace, face à l'espace au milieu.
3. Expliquer aux groupes qu'ils doivent se rendre de l'autre côté du « X » en tentant de se dépasser l'un l'autre.
4. Expliquer les règles suivantes :
   (a) Les cadets ne sont pas autorisés à contourner quelqu'un qui regarde dans le même sens qu'eux.
   (b) Ils ne sont pas autorisés à contourner quelqu'un à reculons.
   (c) Ils ne sont pas autorisés à avancer sur un espace libre.
   (d) Ils sont autorisés à contourner quelqu'un qui leur fait face pour se rendre dans un espace vide.
5. L'activité prend fin lorsque tous les cadets ont réussi à changer de côté.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 149–150). New York, New York, McGraw-Hill.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3P-4 Préparation de l’embouteillage

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**LA BATAILLE DES CERCLES** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- quinze (15) cordes en forme de cercle de diamètres variant de 0.3 à 1 m (1 à 3 pieds).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Placer les cercles sur le sol en les espaçant d'environ 0.3 à 1 m (1 à 3 pieds).

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent mettre leurs deux pieds dans un cercle. Plus d'un cadet peut mettre un pied dans un cercle à la fois.
2. Au commandement « CHANGEZ », demander aux cadets de se déplacer dans un autre cercle et d'y mettre les pieds au complet, lorsque c'est possible.
3. Chaque fois que vous donnez le commandement « CHANGEZ », ramasser subtilement un ou deux cercles. Cela aura pour effet de faire bouger les cadets de plus en plus vite au fur et à mesure que les cercles disparaissent.
4. Lorsqu'il ne reste plus qu'un ou deux cercles, rappeler aux cadets qu'ils ne sont pas autorisés à les déplacer. Leur rappeler que c'est le temps de résoudre le problème et qu'ils doivent travailler avec ce qu'ils ont pour trouver des solutions possibles.
5. L'activité prend fin lorsque tous les cadets ont mis leurs pieds dans le dernier cercle.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 163–165). New York, New York, McGraw-Hill.

**ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

**NŒUDS À DÉFAIRE**

**DURÉE :** 15 min

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cordes de chiffon doux d'environ 2.5 m (8 pieds) de longueur (une par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle d'environ 3 m (10 pieds) de diamètre.
2. Demander à chaque cadet de tenir un bout de corde dans la main droite.
3. Expliquer aux cadets qu'ils doivent prendre, avec leur main libre, la corde d'un autre cadet dans le cercle. Leur expliquer qu'ils ne sont pas autorisés à tenir la corde d'un cadet à côté d'eux.
4. Ce processus continue jusqu'à ce que tous les cadets tiennent un bout de corde dans chaque main et qu'ils sont reliés à la corde que tient un cadet dans sa main droite et à celle que tient un autre cadet dans sa main gauche. Il en résultera un nœud dans lequel s'enchevêtreront cadets et cordes (semblable à un nœud humain).
5. Demander aux cadets de défaire le nœud formé par les cordes en observant les règles suivantes :
   (a) ils ne sont pas autorisés à lâcher leurs cordes ou à changer de mains tenant les cordes;
   (b) ils doivent communiquer entre eux et se déplacer pour défaire le nœud en vue de former un cercle continu;
   (c) ils pourraient se retrouver dos au centre du cercle.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 56–57). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**PIERRES DE GUÉ** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une base (p. ex., des morceaux de carton, de contre-plaqué ou de ruban) par cadet, et une base supplémentaire.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Placer chaque base ou marque de ruban en ligne droite en les espaçant d'environ 30 à 38 cm (12 à 15 pouces).

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de se tenir debout sur une base suivant l'ordre de leur choix.
2. Leur demander de déterminer l'emplacement de la base supplémentaire.
3. L'objectif de l'activité est que l'équipe se retrouve dans l'ordre inverse de sa position initiale.
4. On doit observer les règles suivantes :
   (a) Une personne à la fois peut toucher une base.
   (b) Les cadets peuvent se déplacer vers une base avoisinante, dans n'importe quel sens.
   (c) Les cadets ne peuvent se déplacer vers une nouvelle base que si elle est vide.
   (d) Les bases ne peuvent pas être déplacées.
   (e) Les cadets ne sont pas autorisés à toucher le sol durant l'activité.
   (f) Si un cadet enfreint une règle, tout le groupe doit recommencer l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Fixer les bases au sol ou utiliser du ruban pour les empêcher de bouger.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 106–107). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

**ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

**LE SENTIER DU MARÉCAGE**

**DURÉE :** 15 min

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- douze bases de 30 cm (12 pouces) (p. ex., carton, cercles de couleur en plastique ou ruban),
- du ruban;
- six sacs de pois.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Établir une ligne de départ et une ligne d'arrivée, espacées d'environ 4.5 m (15 pieds) (la zone entre les deux lignes représente le marécage).
- Disposer les bases pour qu'elles forment deux lignes parallèles entre les lignes de départ et d'arrivée.
- Répartir les sacs de pois à différentes distances (entre 0.5 et 1.5 m [2 et 4 pieds]) des bases 2, 3, 5, 7, 9 et 10 (comme illustré à la figure 3P-5).

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

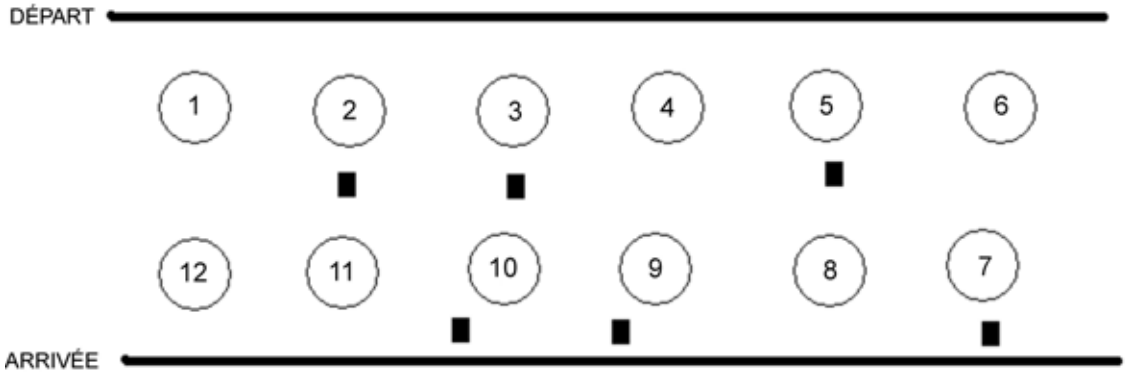
1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent travailler ensemble pour franchir le marécage en se tenant les mains durant la traversée. Chaque cadet doit se rendre de l'autre côté sans poser le pied dans le marécage et sans lâcher les mains de ses coéquipiers.
2. Leur expliquer qu'ils doivent aussi ramasser les sacs à pois le long du chemin.
3. On doit observer les règles suivantes :
   (a) Les cadets doivent se tenir les mains tout au long de l'activité.
   (b) Pour ramasser un sac de pois, le cadet peut lâcher les mains de ses coéquipiers, mais il doit y revenir avant de se déplacer vers une nouvelle base.
   (c) Personne ne doit toucher au marécage pendant la traversée jusqu'à l'autre côté.
   (d) Chaque cadet n'est autorisé à ramasser et transporter qu'un seul sac de pois.
4. Demander aux cadets de participer à l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- S'assurer que les bases sont bien fixées au sol ou qu'elles sont tenues solidement en place avec du ruban pour qu'elles ne glissent pas.
- Chaque cadet doit assurer la sécurité de ses coéquipiers pendant la traversée du marécage.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 166–167). Champaign, Illinois, Human Kinetics.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3P-5 Préparation du sentier du marécage

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**LE NŒUD HUMAIN** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|
| **RESSOURCES**<br><br>Un grand espace ouvert exempt d'obstacles. | |
| **DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**<br><br>S.O. | |
| **INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**<br><br>1. Demander aux cadets de former un cercle serré, face au centre, de lever les bras et de saisir les mains de deux cadets différents. Les cadets ne doivent pas tenir les mains des cadets directement à côté d'eux.<br>2. Leur demander de se démêler sans se lâcher les mains.<br>3. L'activité prend fin lorsque les cadets ont défait le nœud et formé un cercle. | |
| **MESURES DE SÉCURITÉ**<br><br>Les cadets doivent assurer la sécurité de leurs coéquipiers en tout temps pendant l'activité. | |
| **DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**<br><br>(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 165–166). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc. | |

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**APPLAUDISSEMENTS À L'UNISSON** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 10 à 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer que l'objectif de l'activité est que tous les cadets claquent simultanément les mains des personnes à leurs côtés.
2. Demander aux cadets de former un cercle. Choisir un cadet qui commencera et demander à chaque cadet de claquer l'un après l'autre.
3. Puis, demander aux cadets d'essayer de produire un seul claquement, tous en claquant à l'unisson.
4. Une fois qu'ils ont réussi, leur demander d'essayer de produire un seul claquement, mais sans claquer dans leurs propres mains. Les cadets doivent claquer leurs mains dans les mains des personnes à leurs côtés.
5. Cette activité prend fin lorsque les cadets ont réussi à produire un seul claquement en claquant à l'unisson dans les mains des personnes à leurs côtés.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 155–156). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**RÉORGANISATION RAPIDE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 10 à 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes. Les cadets ne doivent pas être répartis également (p. ex., s'il y a 10 cadets, les répartir en un groupe de sept et un groupe de trois).
2. Demander au groupe le plus nombreux de se tenir en ligne, côte à côte, en face du groupe le plus petit. Prendre en note l'ordre du groupe le plus nombreux pour y référer à la fin de l'activité.
3. Demander au groupe le moins nombreux de regarder l'alignement de cadets pendant environ 10 secondes. Puis, leur demander de fermer les yeux jusqu'à indication contraire. Pendant qu'ils ont les yeux fermés, demander au groupe le plus nombreux de changer de position silencieusement dans l'alignement.
4. Demander au groupe le moins nombreux d'ouvrir les yeux et d'essayer de replacer les cadets suivant l'ordre original.
5. Cette activité prend fin lorsque les cadets ont été replacés dans leur configuration originale.
6. Si les cadets terminent rapidement cette activité, réarranger les groupes et répéter les étapes 1. à 5.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 147). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**LA TOUR LA PLUS HAUTE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 10 à 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des fournitures pour ériger une tour pour chaque groupe (p. ex., papier, pâtes de spaghetti non cuites, guimauves, cure-dents, pailles, trombones, gobelets en papier, gomme à mâcher, ruban, etc.).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en groupes de deux à quatre personnes.
2. Distribuer une quantité égale de fournitures aux groupes.
3. Expliquer que chaque groupe doit ériger la tour la plus haute possible en n'utilisant que les fournitures données.
4. Accorder aux groupes environ sept minutes pour ériger leur tour. Demander à chaque groupe de montrer sa tour aux autres groupes.
5. Déterminer le groupe qui a la tour la plus haute.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 92–93). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**LA TRAVERSÉE DU MARÉCAGE** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des morceaux de carton d'environ 30 cm (12 pouces) carrés (deux morceaux de moins qu'il y a de cadets);
- trois bidons en plastique de 2 litres, incluant le couvercle,
- de l'eau.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Remplir les bidons en plastique d'eau et y mettre les couvercles.
- Établir les lignes de départ et d'arrivée pour le marécage et mettre les bidons en plastique à l'arrivée.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

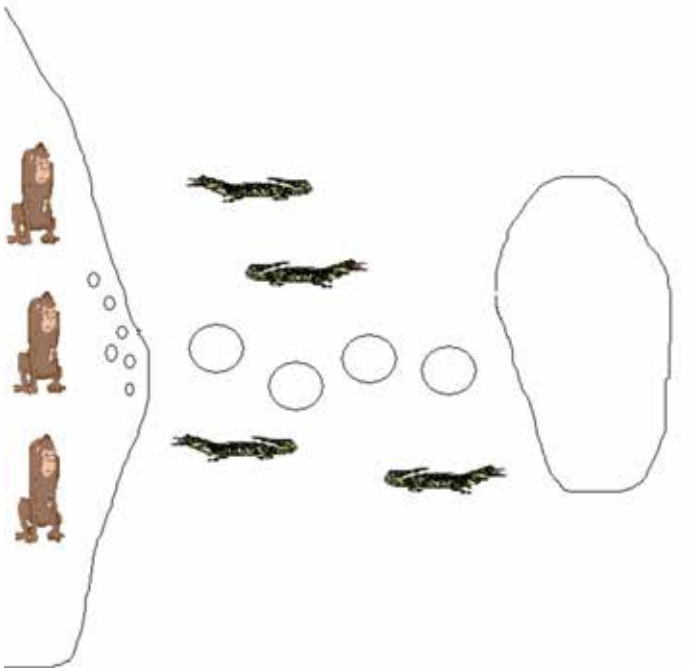
1. Dire ceci aux cadets : « Votre groupe s'est échoué sur une île et vous avez besoin d'eau douce. Les bidons constituent votre seule source d'eau douce, mais ils se trouvent de l'autre côté du marécage d'eau salée infesté d'alligators. Vous devez aller les chercher. Vous devez travailler ensemble parce que les gorilles de l'île qui se trouvent de l'autre côté du marécage protègent l'eau, mais ils ont peur des groupes nombreux. Vous pouvez utiliser ces pierres flottantes spéciales (leur donner un ou deux morceaux de carton de moins qu'il y a de cadets) que vous pouvez déplacer sur l'eau. Pour les déplacer, il faut les ramasser et les déposer ailleurs. Vous ne pouvez pas les glisser parce qu'elles pourraient couler dans le marécage. »
2. Expliquer aux cadets qu'ils ne peuvent pas faire de pont avec les pierres, mais qu'ils doivent déplacer la dernière jusqu'en avant pour pouvoir avancer dans le marécage.
3. Demander aux cadets de traverser le marécage, de prendre les bidons d'eau et de les rapporter en toute sécurité au point de départ.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 104–105). Richland, Washington, Rec Room Publishing.



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3P-6 Préparation de la traversée du marécage

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**TRANSFERT D'EAU** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 10 à 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- quatre vieilles chambres à air de bicyclette ou trois cerceaux,
- de la craie ou du ruban,
- deux grands contenants à café,
- de l'eau.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Dans un grand espace ouvert, faire un cercle d'environ 4.5 m (15 pieds) de diamètre au sol avec du ruban ou de la craie.
- Placer un grand contenant à café rempli à moitié d'eau au centre du cercle.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent retirer le contenant d'eau du cercle sans renverser d'eau.
2. Leur donner quatre vieilles chambres à air de bicyclette ou trois cerceaux.
3. Leur expliquer qu'ils doivent observer les règles suivantes :
   (a) Aucune partie de leur corps ne doit pénétrer dans le cercle.
   (b) Le contenant à café supplémentaire peut être utilisé pour la pratique avant de déplacer le contenant à café rempli d'eau.
   (c) Une fois que les cadets ont récupéré le contenant rempli d'eau, ils doivent le verser dans le contenant vide sans que les contenants se touchent.
4. Demander aux cadets de participer à l'activité.
5. Cette activité prend fin lorsque tous les cadets ont réussi à retirer le contenant rempli d'eau du cercle et à verser l'eau dans le second contenant sans renverser d'eau.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 114–115). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**PROTÈGE-ŒUF** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Des œufs crus (un par groupe),
- des fournitures pour construire une couverture de protection pour l'œuf (p. ex., pailles, ruban, papier, bâtonnets de bois, colle, etc.).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Donner un œuf cru et une quantité égale de fournitures à chaque groupe.
3. Demander aux cadets de construire une couverture de protection pour leur œuf, lequel sera lâché d'une hauteur d'au moins 2 m (6 pieds).
4. Leur expliquer qu'une fois les couvertures terminées, ils doivent tous se rassembler et laisser tomber leurs œufs pour voir s'ils cassent ou non.
5. Demander aux groupes, à tour de rôle, de laisser tomber leurs œufs et de voir si leur protège-œuf offre une protection adéquate.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 116). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**TRANSPORT D'EAU** | **ACTIVITÉ DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- dix (10) gobelets en papier,
- un plateau de cafétéria,
- de l'eau,
- des essuie-tout ou une vadrouille.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Remplir les 10 gobelets en papier d'eau environ aux trois quarts.
- Aligner cinq gobelets en papier d'un côté de l'espace et cinq de l'autre côté (l'espace les séparant doit être d'au moins 4.5 m [15 pieds]).
- Placer le plateau de cafétéria au milieu de l'espace (comme illustré à la figure 3P-7).
- Prévoir un contenant d'eau supplémentaire pour remplir les gobelets et des essuie-tout ou une vadrouille pour nettoyer les renversements.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

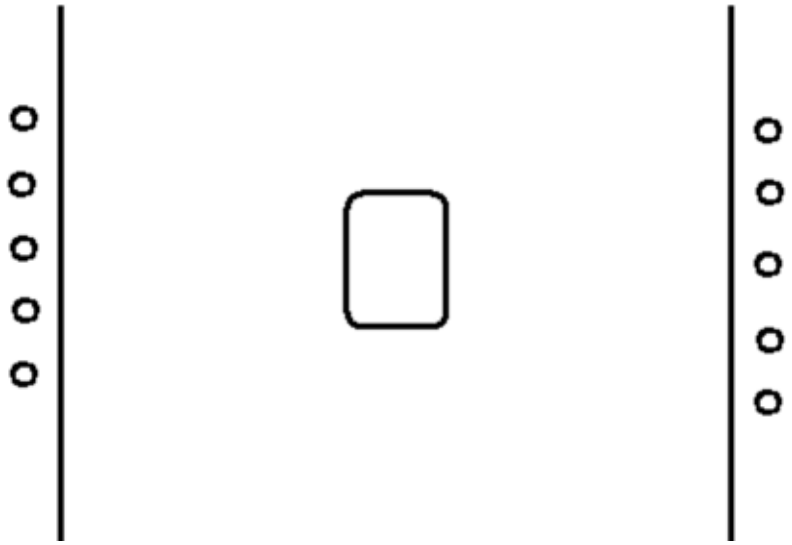
1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent commencer au milieu de l'espace où se trouve le plateau de cafétéria.
2. Leur demander de récupérer tous les gobelets et de les déposer sur le plateau sans renverser d'eau. On doit observer les règles suivantes :
   (a) Les cadets ne doivent aller chercher qu'un gobelet à la fois.
   (b) Avant d'aller chercher un deuxième gobelet du même côté de la salle, ils doivent prendre un gobelet de l'autre côté de la salle tout en transportant le plateau.
   (c) Lorsqu'ils ont récupéré tous les gobelets, ils doivent placer le plateau sur le plancher au milieu de l'espace.
   (d) Ils ne doivent utiliser qu'un pied et une main tout au long de l'activité.
3. Leur expliquer que s'ils renversent de l'eau, ils doivent recommencer l'activité.
4. L'activité prend fin lorsque les cadets ont réussi à déposer les 10 gobelets sur le plateau au milieu de l'espace.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 146–147). Richland, Washington, Rec Room Publishing.



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 3P-7  Préparation du transport d'eau

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**UN LABYRINTHE FOU FOU FOU** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- des chaises (au moins 10),
- du fil, de la ficelle ou de la corde mince (environ 15 m [50 pieds] de longueur) pour chaque groupe,
- des bandeaux pour les yeux (deux).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Donner au moins cinq chaises et du fil, de la ficelle ou de la corde mince à chaque groupe.
3. Demander aux deux groupes d'aller à des endroits séparés du secteur d'entraînement.
4. Demander à chaque groupe de créer un labyrinthe avec des chaises et du fil, de la ficelle ou de la corde, en aménageant autant de tournants que possible, et même des impasses le long du parcours.
5. Une fois que les groupes ont terminé leur labyrinthe, demander à un cadet de chaque groupe de se porter volontaire pour traverser le labyrinthe de l'autre groupe, les yeux bandés. La traversée des labyrinthes se fera l'une après l'autre.
6. Le cadet aux yeux bandés sera guidé verbalement dans le labyrinthe par son groupe. Les membres du groupe qui l'ont construit peuvent tenter de confondre le cadet en donnant des indications contradictoires. En aucun temps, les groupes n'ont le droit de toucher le cadet aux yeux bandés pour l'aider.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les cadets doivent veiller à la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant cette activité.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 136–137). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**TOUT LE MONDE DEBOUT** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires (la première fois que cette activité est faite, il serait préférable d'apparier les cadets par taille).
2. Demander aux cadets de former deux lignes droites et de s'asseoir en face de leur partenaire en appuyant leurs semelles de chaussure sur celles de leur partenaire.
3. Leur demander de saisir les mains de leur partenaire.
4. À votre commandement, leur demander ensuite d'essayer de se hisser debout en s'entraidant sans lâcher prise.
5. Si le temps le permet, les cadets peuvent changer de partenaire et refaire l'activité avec un partenaire de taille différente.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les cadets doivent assurer la sécurité de leur partenaire en tout temps au cours de l'activité en se tenant les mains solidement, et les membres du personnel doivent les superviser attentivement pour veiller à ce qu'ils observent les procédures appropriées.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-7872-0107-3) (1995). *Youth Leadership in Action*. (pages 86–87). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**DÉCOUPER ET TRANCHER** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**<br><br>**DURÉE :** 10 à 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de former deux lignes droites face à face, séparées d'environ 1 à 1.5 m (3.5 à 5 pieds).
2. Demander à un cadet de se porter volontaire pour être le premier marcheur.
3. Expliquer aux cadets qu'ils doivent commencer à balancer les bras tendus en avant d'eux de haut en bas en alternance, en un mouvement saccadé (comme illustré à la figure 3P-8). L'activité devrait débuter lentement, puis s'accélérer au fur et mesure que les cadets s'habituent au mouvement.
4. Demander au marcheur de maintenir un pas régulier entre les lignes.
5. Si le temps le permet, demander à autant de marcheurs que possible de passer entre les lignes.

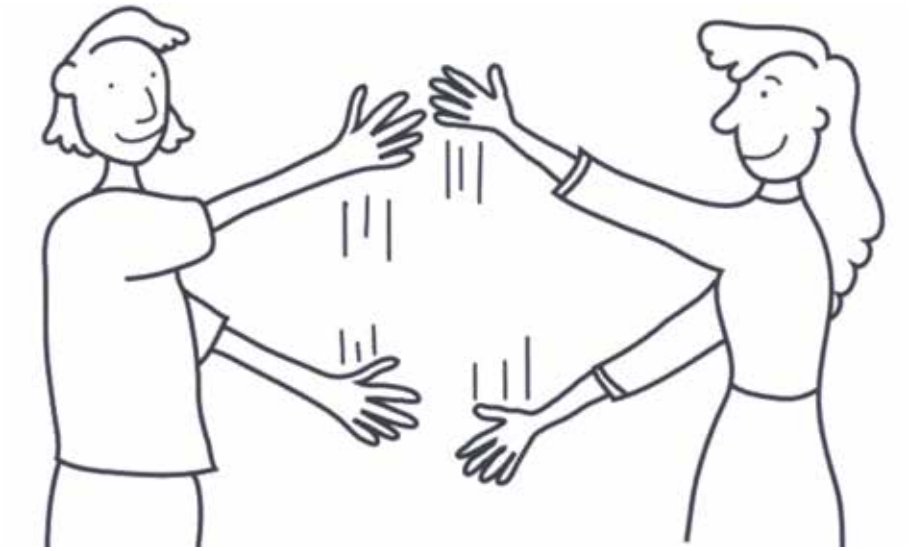
**MESURES DE SÉCURITÉ**

Expliquer les considérations de sécurité suivantes au groupe :

- Les cadets balançant les bras doivent s'assurer de ne pas toucher le marcheur.
- Les marcheurs doivent s'assurer de garder les yeux ouverts.
- Ils doivent aussi s'assurer de maintenir un pas régulier lorsqu'ils marchent entre les lignes.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 136–137). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.



*M. Collard, No Props: Great Games With No Equipment, Project Adventure, Inc. (page 136)*

Figure 3P-8  Découper et trancher

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**L'APPEL DE L'ORIGNAL** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**<br><br>**DURÉE :** 10 à 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un par cadet).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de former deux lignes l'une en face de l'autre. Les cadets se faisant face deviendront partenaires. S'il y a un nombre impair de cadets, former un groupe de trois personnes.
2. Attribuer un ensemble de paires de mots à chaque groupe, à partir de la liste suivante (ou demander aux cadets de trouver rapidement leur propre ensemble de mots appropriés) :
   (a) beurre d'arachides,
   (b) Coca-Cola,
   (c) sel et poivre,
   (d) gomme à bulles,
   (e) patates frites,
   (f) Ken-Barbie,
   (g) Power-Rangers,
   (h) Batman-Robin,
   (i) Cric-crac-croc,
   (j) Ams, tram, gram.
3. Demander aux lignes de cadets de se rendre à des côtés opposés du secteur d'entraînement. Demander aux groupes de se tourner le dos et bander les yeux de tous les cadets. Chaque groupe se mêlera aux autres participants.
4. Au signal, demander aux cadets de commencer l'activité en criant son mot de leur partenaire. Par exemple, si son mot est « arachides », un cadet doit crier « beurre » et son partenaire doit répondre par « arachides » jusqu'à ce qu'ils se retrouvent.
5. Une fois toutes les paires formées, leur demander de s'asseoir ensemble, d'enlever leurs bandeaux et d'attendre que tous les cadets aient trouvé leur partenaire.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Demander aux cadets d'étendre les bras en avant de leur torse avec les paumes vers l'avant et les coudes vers l'intérieur pour éviter qu'ils se heurtent à quelque chose. Les cadets doivent se déplacer avec précaution pour éviter de se heurter à quelqu'un ou à quelque chose.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 126–127). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**TOUCHER-SENTIR** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert (de préférence, un espace à l'extérieur qui comporte beaucoup d'obstacles),
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires;
2. Bander les yeux d'un cadet par paire et demander à l'autre cadet de le guider verbalement vers un objet qui se trouve à au moins 40 à 50 m (130 à 160 pieds) de leur point de départ.
3. Une fois que les cadets sont arrivés à l'objet (p. ex., un arbre distinctif, un tronc d'arbre tombé, une roche, etc.), accorder une minute au cadet aux yeux bandés pour qu'il se familiarise avec l'objet. Inciter le cadet à le toucher et à le sentir.
4. Demander au cadet sans bandeau de guider son partenaire vers le point de départ; de préférence, en évitant de le faire en ligne droite.
5. Une fois les cadets revenus au point d'arrivée, enlever le bandeau.
6. Demander au cadet qui a eu les yeux bandés de trouver l'objet qui lui a été présenté lorsqu'il avait les yeux bandés. Demander à son partenaire de l'accompagner pendant qu'il essaie de trouver l'objet, mais sans lui donner d'indices.
7. Si le temps le permet, demander aux cadets d'inverser les rôles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Le cadet sans bandeau doit assurer la sécurité du cadet aux yeux bandés en tout temps pendant l'activité.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 122–123). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**CONSTRUCTION AVEUGLE** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets),
- des blocs de construction (au moins 40).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en deux groupes égaux. Bander les yeux des cadets d'un groupe.
2. Construire une structure avec la moitié des blocs pendant que les cadets sans bandeau observent. Leur accorder une minute pour étudier la structure.
3. Cacher la structure et éparpiller l'autre moitié des blocs sur le sol.
4. Demander aux cadets sans bandeau de guider les cadets aux yeux bandés pour qu'ils construisent la même structure. Les cadets sans bandeau ne doivent toucher à aucun bloc de construction.
5. Une fois la structure terminée, demander aux cadets d'enlever leur bandeau. Dévoiler au groupe à quel point sa structure se rapproche de l'original.
6. Si le temps le permet, demander aux cadets d'inverser les rôles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 66–67). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

**ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**

**LES PHARES**

**DURÉE :** 10 à 15 min

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert,
- divers obstacles (p. ex., pupitres, chaises, boîtes, caisses, cônes, etc.),
- un bandeau pour les yeux,
- des bonbons emballés (un par phare).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Répartir des obstacles dans le secteur d'entraînement.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour jouer le rôle du « navire de charge ». Lui bander les yeux.
2. Demander à trois ou quatre cadets de se tenir debout à divers endroits entre les obstacles. Ils joueront chacun le rôle de « phare ».
3. Donner au « navire de charge » trois ou quatre bonbons emballés.
4. Expliquer que le but de chaque « phare » est de guider le « navire de charge » sur les eaux agitées (course à obstacles) pour que les marchandises (bonbons emballés) lui soient livrées sans encombre.
5. Demander au « phare » qui est le plus près du point de départ de guider verbalement le « navire de charge » vers lui. Si la manœuvre réussit, le « navire de charge » doit remettre les marchandises (un bonbon) à cette personne.
6. Demander à chaque « phare » de guider le « navire de charge » vers lui tour à tour pendant son parcours sur les eaux agitées (obstacles).
7. À un instant donné, seul le « phare » vers lequel se dirige le « navire de charge » est autorisé à lui donner des instructions. Si le « navire de charge » risque de s'écraser contre un obstacle, le phare qui le guide ne recevra pas sa cargaison de marchandises. De plus, si le « phare » ne réussit pas à le guider vers lui et qu'il passe tout droit, il ne recevra pas sa cargaison de marchandises, et le prochain « phare » prendra le relais.
8. Si le temps le permet, demander aux cadets de changer de position et de jouer différents rôles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les cadets jouant le rôle de « phare » doivent assurer la sécurité du cadet jouant le rôle du « navire de charge », tout au long de l'activité.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 88–89). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**<br><br>**JEU DU CHAT GUIDÉ** | **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**<br><br>**DURÉE :** 15 min |
|---|---|

**RESSOURCES**

- Un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Délimiter la zone de jeu.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires; Bander les yeux d'un cadet par paire.
2. Désigner une paire pour jouer le rôle du « chat ».
3. Demander aux cadets aux yeux bandés d'essayer de toucher quelqu'un pendant que leur partenaire les guide verbalement tout au long du jeu. Les cadets doivent marcher, et non courir. Le cadet sans bandeau de l'équipe du « chat » doit tenter de guider son partenaire pour qu'il touche quelqu'un. Les autres cadets sans bandeau doivent tenter de guider leur partenaire pour qu'il s'éloigne du cadet de l'équipe du « chat ».
4. À la mi-temps, demander aux cadets d'inverser les rôles.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Les cadets sans bandeau doivent assurer la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant l'activité.
- Les cadets ne sont pas autorisés à courir.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 102–103). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

## GUIDE DE PLANIFICATION DES ACTIVITÉS DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE

| | |
|---|---|
| **ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE** | **Type : _____** |
| **Nom de l'activité : _____** | **Durée : _____ minutes** |
| **QUESTIONS ADRESSÉES À L'INSTRUCTEUR** | |
| **APPRÉCIATION DE L'EMPLOI DU TEMPS**<br><br>**Introduction :**<br><br>**Conduite de l'activité :**<br><br>**Rétroaction :** | |
| **DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ** | |
| **INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ** | |
| **MESURES DE SÉCURITÉ** | |
| **QUESTIONS DE RÉTROACTION** | |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**FORMULAIRE D'AUTO-ÉVALUATION – DIRIGER UNE ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE**

1. Comment vous êtes-vous senti après avoir dirigé une activité de promotion du travail d'équipe?

2. Comment vous sentiez-vous au sujet du travail d'équipe parmi les membres? Quel effet cela a-t-il eu sur votre expérience en dirigeant l'activité?

3. Selon vous, quels aspects se sont bien déroulés pendant que vous dirigiez l'activité? Selon vous, quels sont les aspects qui ne se sont pas bien déroulés? Pourquoi?

4. Que feriez-vous différemment si vous aviez une autre occasion de diriger une activité de promotion du travail d'équipe?

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## PLAN DE PRÉSENTATION AU SUJET D'UN CHEF

Utiliser l'information et les techniques dont il a été question à l'OREN 309 (Enseigner une leçon, chapitre 9) pour donner la présentation.

Cette présentation constitue une autre occasion de pratiquer ses habiletés de présentation.

La durée de cette présentation doit être au minimum de 7 minutes et au maximum de 10 minutes. On pourra utiliser des notes pour donner la présentation, ainsi que du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur, projecteur multimédia, feuilles ou documents de cours).

La qualité ou le contenu de cette présentation ne sera pas évalués; toutefois, chaque cadet devrait s'efforcer de donner la meilleure présentation possible.

### INTRODUCTION

- Nom du chef,
- date et lieu de naissance,
- date de décès (s'il y a lieu),
- afficher une photo ou une illustration du chef (si possible),
- information au sujet de l'enfance du chef.

### CORPS DE LA LEÇON

- Éléments intéressants de la carrière du chef :
  - postes de responsabilité (s'il y a lieu),
  - incidents où ils ont exercé leur influence;
- les occasions où ils ont démontré leurs principales qualités de leadership et la façon dont ils l'ont fait;
- autres faits intéressants au sujet du chef.

### CONCLUSION

- Raisons pour lesquelles vous avez choisi ce chef,
- trois questions pour confirmer l'apprentissage de cette présentation,
- phrase finale résumant la présentation au sujet de ce chef.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 4

## OREN X04 – SUIVRE LA PARTICIPATION À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

**INSTRUCTION COMMUNE**

**TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**
**BONNE FORME PHYSIQUE**
**ET MODE DE VIE SAIN**

## OREN X04 – SUIVRE LA PARTICIPATION À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux descriptions de leçon situées dans l'A-CR-CCP-701/PG-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Norme de qualification et plan de l'étoile verte* :

- CX04.01 – Participer à l'évaluation de la condition physique des cadets et identifier des stratégies en vue d'accroître la bonne forme physique personnelle,
- CX04.03 – Participer à un cours de cuisine,
- CX04.04 – Assister à une présentation sur la bonne forme physique et le mode de vie sain,
- CX04.05 – Assister à un événement sportif amateur local.

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans l'A-CR-CCP-701/PF-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Guides pédagogiques de l'étoile verte* :

- MX04.01 – Participer à 60 minutes d'activités physiques d'intensité modérée à élevée (APIME) et suivre la participation à des activités,
- MX04.02 – Identifier des stratégies en vue d'accroître la participation à des activités physiques et participer à l'évaluation de la condition physique des cadets,
- MX04.03 – Participer à l'évaluation de la condition physique des cadets et identifier des stratégies en vue d'accroître la bonne forme physique personnelle,
- CX04.02 – Participer à des activités qui renforcent les trois éléments de la bonne forme physique.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 5

# OREN X05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

**INSTRUCTION COMMUNE**

**TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**
**ACTIVITÉS PHYSIQUES**

## OREN X05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans l'A-CR-CCP-701/PF-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Guides pédagogiques de l'étoile verte* :

- MX05.01 – Participer à des activités physiques,
- CX05.01 – Participer à des activités physiques,
- CX05.02 – Participer à un tournoi.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 6

## OREN 306 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS PENDANT UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M306.01 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon, les ordres permanents du champ de tir de l'unité et se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier les cibles qui se trouvent aux annexes B à J, au besoin.

Construire un champ de tir conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002, *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience du tir de précision récréatif dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des habiletés et des connaissances relatives au tir de précision dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision de cette leçon fera partie de l'OCOM M106.02 (Effectuer les mesures de sécurité de la carabine à air comprimé des cadets, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 6, section 2).

### QUESTIONS

Q1. Pourquoi doit-on suivre les règles de sécurité?

Q2. Comment vérifieriez-vous que le cran de sécurité est mis?

Q3. Quelles sont les quatre MESURES essentielles, représentées par la mnémonique « TPTO », en matière de sécurité relative aux armes à feu?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Il faut suivre les règles de sécurité pour prévenir les accidents liés à la carabine à air comprimé des cadets.

R2. Lorsque le cran de sécurité est mis, la marque rouge n'est plus visible.

R3. La mnémonique « TPTO » signifie :

- Traiter chaque arme à feu comme si elle était chargée.
- Pointer toujours la bouche du canon dans une direction sécuritaire.
- Tenir le doigt éloigné de la détente et du pontet, sauf pour faire feu.
- Ouvrir le mécanisme et s'assurer que l'arme à feu ne contient aucune munition (effectuer un contrôle de sécurité).

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devra avoir participé à une activité récréative de tir de précision.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets participent à une activité récréative de tir de précision parce qu'elle leur permet de faire l'expérience du tir de précision de façon amusante, dynamique et sécuritaire.

---

**Point d'enseignement 1** — **Superviser la participation du cadet à une activité récréative de tir de précision**

Durée : 80 min — Méthode : Activité pratique

---

Une séance d'information sur le champ de tir est nécessaire pour communiquer des renseignements essentiels et répondre aux questions éventuelles que les cadets pourraient avoir avant qu'ils participent à une activité de tir de précision. La séance d'information sur le champ de tir est nécessaire pour s'assurer que le déroulement de l'activité de tir de précision sera sécuritaire.

**DONNER UNE SÉANCE D'INFORMATION SUR LE CHAMP DE TIR**

1. Expliquer les sections pertinentes des ordres permanents locaux du champ de tir.
2. Réviser les règles générales observées sur tous les champs, y compris :
   (a) faire un contrôle de sécurité de la carabine avant de la prendre, de la passer à une personne ou de la recevoir d'une personne;
   (b) ne jamais pointer une carabine vers une personne;
   (c) insérer la tige de sécurité dans le canon de la carabine lorsque celle-ci n'est pas utilisée sur le champ de tir;
   (d) ne jamais se bousculer sur un champ de tir;
   (e) toujours pointer la carabine en direction de la cible;

(f) toujours suivre les directives et les ordres de l'officier de sécurité du champ de tir (O Sécur Tir).

Réviser les commandements du champ de tir en donnant une explication et une démonstration pour chaque commandement.

Le chargement et le tir doivent être simulés.

3. Réviser les commandements utilisés au champ de tir pour carabine à air comprimé (conformément aux indications données à la figure 6-1-1).

| Commandement | Action |
|---|---|
| **Relève, avancez sur le pas de tir** | Se lever et avancer sur le pas de tir et attendre le commandement suivant. |
| **Relève, déposez votre équipement** | Déposer l'équipement sur le tapis et reprendre la position derrière le pas de tir. |
| **Relève, adoptez la position couchée** | Adopter la position couchée, prendre la carabine, préparer l'équipement puis mettre les protecteurs auditifs ainsi que les lunettes de sécurité. |
| **Type d'exercice (GDIT)** | L'acronyme GDIT signifie :<br>1. Groupement (relève);<br>2. Distance;<br>3. Indication (nombre de coups);<br>4. Type de tir (groupement, pointage). |
| **Relève, chargez** | 1. Prendre la carabine avec la main dominante.<br>2. S'assurer que le cran de sécurité est mis.<br>3. Pomper la carabine, en faisant un arrêt de trois secondes;<br>4. Charger un plomb (extrémité plate vers l'avant);<br>5. Fermer la culasse. |
| **Relève, tirez** | 1. Pousser le cran de sécurité vers la gauche (position de désenclenchement).<br>2. Viser la cible.<br>3. Appuyer sur la détente.<br>4. Ouvrir la culasse.<br>5. Répéter la séquence suivante pour chaque coup :<br>(a) Pomper la carabine, en faisant un arrêt de trois secondes.<br>(b) Charger un plomb (extrémité plate vers l'avant).<br>(c) Fermer la culasse.<br>(d) Viser la cible.<br>(e) Appuyer sur la détente.<br>(f) Ouvrir la culasse.<br>6. Pousser le cran de sécurité vers la droite (position d'enclenchement).<br>7. Ouvrir partiellement la poignée de la pompe.<br>8. Déposer la carabine. |

*Directeur des cadets 3, 2006, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6-1-1 Commandements du champ de tir pour carabine à air comprimé

4. Décrire la disposition du champ de tir pour carabine à air comprimé.

5. Réviser les procédures pour se laver les mains à la fin de la séance de tir. Cette mesure est importante puisque chaque fois qu'une personne manipule des plombs, cela laisse une petite trace de plomb sur ses mains. Pour réduire les risques de contamination au plomb, il est important que tous se lavent les mains minutieusement après avoir manipulé des plombs.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de donner la chance au cadet de participer à une activité récréative de tir de précision.

### RESSOURCES

- des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir),
- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets (une par cadet),
- des plombs de carabine à air comprimé,
- un cadre de cible,
- une cible appropriée,
- un tapis de tir,
- des lunettes de sécurité,
- un stylo ou un crayon.

D'autres ressources requises pour les activités de tir de précision spécifiques se trouvent aux annexes.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Informer les cadets des règles de sécurité ou de toutes les autres directives relatives à l'activité.
2. Diviser les cadets en relève d'après le nombre de couloirs de tir.
3. Conduire une activité récréative de tir de précision, en choisissant l'une des catégories suivantes :
   (a) tir de qualification (consulter l'annexe A);
   (b) activités amusantes (consulter les annexes B à E);
   (c) activités chronométrées (consulter les annexes F à H);
   (d) activités compétitives individuelles ou en équipe (consulter les annexes I et J).

Si l'OCOM C306.03 (Adopter la position debout avec la carabine à air comprimé des cadets, section 4) à été enseigné juste avant cette activité de tir de précision, on peut enseigner le présent OCOM en adoptant la position debout.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les activités au champ de tir seront conduites conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Le tir de précision est une activité amusante et excitante qui requiert de la discipline personnelle et les habiletés du travail d'équipe. Cette activité a également évoluée pour atteindre des niveaux très compétitifs aux échelons provincial, régional et national.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Des postes pour se laver les mains doivent être disponibles pour permettre le nettoyage une fois que l'activité est terminée.

Les cadets peuvent tirer en position debout s'ils ont déjà reçu l'instruction de l'OCOM C306.03 (Adopter la position debout avec la carabine à air comprimé des cadets, section 4).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 Directeur - Cadets 3. (2005). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-041 Directeur - Cadets 4. (2007). OAIC 14-41, *Tir de précision, carabines et munitions*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM C306.01 – IDENTIFIER LES ASSOCIATIONS CIVILES DE TIR DE PRÉCISION

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Consultez le répertoire téléphonique local ou l'Internet pour identifier les organisations civiles nationales, provinciales et locales de tir de précision applicables au corps de cadets.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour faire connaître aux cadets les occasions de perfectionner leur instruction en tir de précision à travers des organisations civiles.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait avoir identifié les occasions d'améliorer son instruction en tir de précision à travers des organisations civiles.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets identifient les organisations de tir de précision civiles locales et comprennent que les activités offertes par ces organisations sont personnelles et non encadrées par le programme des cadets. Les organisations de tir de précision civiles aident les personnes intéressées au tir de précision.

**Point d'enseignement 1** **Discuter des organisations civiles de tir de précision locales**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Informer les cadets sur l' organisation de tir de précision civile locale et identifier les activités offertes et les exigences liées à l'affiliation à cette organisation.

Les organisations de tir de précision civiles et les associations de tir au fusil sont populaires dans le monde et on les retrouve dans de nombreux pays. Instaurées dans le but d'augmenter la force militaire, les organisations de tir de précision sont devenues des corps dirigeants pour les civils intéressés au tir de précision.

Les organisations de tir de précision civiles existent dans la plupart des grandes villes au Canada. Ces organisations peuvent comprendre les organisations de tir au fusil ou des clubs de chasse et pêche locaux ou régionaux. Ces organisations possèdent habituellement un champ de tir à petit calibre que leurs membres peuvent utiliser. Pour trouver les organisations de tir de précision civiles locales, consultez les répertoires téléphoniques locaux ou l'Internet.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Traditionnellement, pourquoi les organisations de tir de précision civiles étaient-elles formées?

Q2. Donnez quelques exemples de ces organisations?

Q3. Comment pouvez-vous trouver certaines organisations dans votre région?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Elles étaient traditionnellement formées pour augmenter la force militaire.

R2. Les associations de tir au fusil locales ou de la région ou les clubs de chasse et de pêche locaux.

R3. Consultez les répertoires téléphoniques locaux ou l'Internet.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des organisations de tir au fusil provinciales**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

**ORGANISATIONS DE TIR AU FUSIL PROVINCIALES**

Sélectionner l'association de tir au fusil de la province où se trouve le corps de cadets.

Les organisations de tir de précision civiles aident les personnes intéressées à cette activité à perfectionner leurs habiletés dans ce domaine. Ces activités ne sont pas offertes par le programme des cadets.

Les organisations de tir au fusil provinciales sont les entités responsables des provinces pour le tir à la cible de petit calibre et de gros calibre. Ces organisations existent dans le but de promouvoir le tir de précision dans la province en organisant des événements et des compétitions. Les associations de tir au fusil provinciales organisent également des compétitions pour les corps de cadets dans leur province. Les associations provinciales sont les suivantes :

**Alberta Provincial Rifle Association,** L'Alberta Provincial Rifle Association (APRA) a été créée en 1902, sous l'appellation Territorial Rifle Association, avant que la province de l'Alberta soit fondée. Les objectifs de l'APRA sont les suivants :

- promouvoir de toutes les façons légales les intérêts du tir de précision avec des armes légères dans la province de l'Alberta;
- promouvoir les épreuves annuelles de tir pour les individus et les équipes et offrir des prix liés aux habiletés en tir;
- encourager l'établissement et le maintien de champs de tir appropriés par la législation et des moyens privés;
- aider à la formation de clubs de tir;
- susciter l'intérêt du public pour le tir avec des armes légères en tant que sport et outil nécessaire à la défense nationale;

L'APRA se trouve sur l'Internet à l'adresse www.albertarifle.com.

**British Columbia Rifle Association.** La British Columbia Rifle Association (BCRA) a été créée en 1874, constituée en personne morale en 1910, et elle est l'un des membres les plus anciens de la *British Columbia Societies Act*. Les objectifs de la BCRA sont les suivants :

- créer un climat favorable à l'encouragement du tir aux armes légères en tant que sport;
- contrôler et manipuler de façon sécuritaire les armes à feu et les promouvoir comme une partie nécessaire de la défense nationale.

Par l'intermédiaire du ministère de la Défense nationale, les membres ont l'autorisation de participer à des événements de tir qui ont lieu dans des champs de tir militaires en Colombie-Britannique.

La BCRA se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.bcrifle.org.

**Manitoba Provincial Rifle Association.** La Manitoba Provincial Rifle Association Inc. (MPRA) a été créée en 1872, dans le but d'encourager le tir au fusil au sein de la milice et chez les citoyens du Manitoba. Les objectifs de la MPRA sont les suivants :

- améliorer la perception du tir en tant que sport en encourageant et en appuyant tous les athlètes qui pratiquent le tir pour qu'ils atteignent un niveau de performance maximal;
- promouvoir la manipulation sécuritaire des armes à feu.

L'honorable D.A. Smith (Lord Strathcona) a parrainé la MPRA pendant 40 ans. Il s'intéressa au tir et a remis de nombreux prix, surtout aux cadets.

La MPRA se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.manitobarifle.ca.

**Newfoundland Provincial Rifle Association.** On peut communiquer avec la Newfoundland Provincial Rifle Association par l'intermédiaire de l'Association de tir Dominion du Canada (ATDC).

**Nova Scotia Rifle Association.** La Nova Scotia Rifle Association (NSRA) a été créée en 1861; il s'agit de la plus ancienne association de tir provinciale. Les objectifs de la NSRA sont les suivants :

- promouvoir une utilisation sécuritaire et responsable des armes à feu;
- développer des compétences en tir de précision.

La NSRA se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.nsrifle.org.

**Ontario Provincial Rifle Association.** L'Ontario Rifle Association (ORA) a été créée en 1868. Ses objectifs sont les suivants :

- offrir des occasions de pratiquer le tir avec différents types de fusil;
- offrir des programmes de tir de précision, du niveau de débutant à celui de classe mondiale.

L'ORA se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.ontariorifleassociation.org.

**Prince Edward Island Rifle Association.** On peut communiquer avec la Prince Edward Island Rifle Association par l'intermédiaire de l'ATDC.

**Association de tir de la province de Québec.** L'Association de tir de la province de Québec (ATPQ) a été fondée en 1869 et elle appuie divers clubs et associations de tir. L'objectif de l'ATPQ est d'enseigner et de promouvoir le tir de précision dans des contextes compétitifs et récréatifs; pour elle, la sécurité passe avant tout.

L'ATPQ se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.pqra.org.

**Royal New Brunswick Rifle Association.** La Royal New Brunswick Rifle Association (RNBRA) a été fondée en 1866 pour être au service du tir et de toutes ses disciplines connexes au Nouveau-Brunswick. Les objectifs de la RNBRA sont les suivants :

- promouvoir un bon esprit sportif,
- promouvoir la manipulation des armes de façon sécuritaire, efficace et pratique,
- promouvoir le tir de précision de qualité chez les civils, la police civile et la force militaire.

La RNBRA se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.rnbra.ca.

**Saskatchewan Provincial Rifle Association.** La Saskatchewan Provincial Rifle Association (SPRA) est l'organisme directeur du tir de précision de gros calibre en Saskatchewan. Les objectifs de la SPRA sont les suivants :

- poursuivre l'excellence en matière de tir de précision;
- promouvoir la manipulation sécuritaire et responsable des armes à feu.

La SPRA se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.saskrifle.ca.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

---

### QUESTIONS

Q1. Quel est l'objectif des associations de tir au fusil provinciales?

Q2. De quelle façon ces associations de tir au fusil atteignent-elles cet objectif?

Q3. De quelle façon ces associations appuient-elles le mouvement des cadets?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Promouvoir le tir de précision au sein de leur province.

R2. En organisant des événements et des compétitions de tir de précision.

R3. En organisant des compétitions pour les corps de cadets au sein de leur province.

---

**Point d'enseignement 3** **Discuter des organisations de tir de précision nationales**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**ORGANISATIONS DE TIR DE PRÉCISION NATIONALES**

**L'Association de tir Dominion du Canada (ATDC)**

L'ATDC, dont le quartier général se trouve au Polygone de Connaught et centre d'entraînement à Ottawa, en Ontario, est l'entité responsable du sport national au Canada pour le tir à la cible de petit calibre et de gros calibre. L'ATDC a été fondée en 1868 et a été constituée en personne morale par le Parlement en 1890 afin d'encourager l'entraînement au tir de précision à la suite du départ des Forces armées britanniques et des attaques des Fenians de 1866.

Les attaques des Fenians étaient des attaques sur des cibles britanniques au Canada, entre 1866 et 1871, pour forcer la Grande-Bretagne à se retirer de l'Irlande. La plupart des attaques furent repoussées par les milices locales et les forces britanniques.

L'ATDC continue à promouvoir l'excellence dans le domaine du tir de précision civil et militaire.

L'ATDC collabore avec le MCC en organisant des événements et des compétitions, y compris les championnats postaux pour les corps de cadets qui ont lieu partout au pays et les matchs d'été pour l'équipe nationale de tir (ENT) et pour les cadets canadiens et britanniques participant aux cours d'été offerts au Centre national d'instruction d'été des cadets de l'Armée (CNIECA) de Connaught.

L'ATDC se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.dcra.ca.

La section un des championnats postaux de l'ATDC correspond à des matchs qui sont limités aux cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air. La section deux est ouverte à toute équipe junior et on encourage les cadets à en faire partie.

**La Fédération de tir du Canada (FTC)**

La FTC, dont le quartier général se trouve au Polygone de Connaught et centre d'entraînement à Ottawa, en Ontario, est l'entité responsable du sport national au Canada pour le tir à la cible récréatif et de compétition. La FTC constitue l'autorité pour la partie formation technique en tir de précision du Programme national de certification des entraîneurs.

La FTC se trouve sur l'Internet, à l'adresse www.sfc-ftc.ca.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les deux organisations de tir de précision nationales au Canada?

Q2. Comment l'ATDC collabore-t-elle avec le MCC?

Q3. Comment l'ATDC travaille-t-elle avec les corps de cadets partout au Canada?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'Association de tir Dominion du Canada et la Fédération de tir du Canada.

R2. L'ATDC collabore avec le MCC en organisant des événements et des compétitions au cours de l'été.

R3. L'ATDC organise des épreuves postales pour les corps de cadets partout au pays.

**Point d'enseignement 4** — **Identifier les organisations de biathlon provinciales et nationales pertinentes**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

### BIATHLON CANADA

Biathlon Canada est l'organisme directeur du sport de biathlon au Canada. Biathlon Canada organise de nombreux événements, compétitions et programmes, y compris les Ours du Biathlon, qui est un programme d'entraînement communautaire de biathlon offert partout au Canada Il est ouvert aux débutants et l'entraînement est adapté au niveau de compétence de l'athlète. Ce programme offre un entraînement permettant de développer des compétences en ski et en tir de précision. À mesure que les compétences sont apprises et maîtrisées, le biathlète passe au niveau suivant des Ours du Biathlon.

### ORGANISMES DE BIATHLON PROVINCIAUX ET TERRITORIAUX

Des divisions de Biathlon Canada se trouvent dans plusieurs provinces et territoires. Les bureaux de ces divisions offrent des occasions d'entraînement, ainsi que du soutien aux stations ou aux clubs locaux. Ces divisions incluent :

- Biathlon Alberta,
- Biathlon British Columbia,
- Biathlon Manitoba,
- Biathlon New Brunswick,
- Biathlon Nova Scotia,
- Biathlon Newfoundland and Labrador,
- Biathlon Ontario,
- Association des clubs de Biathlon du Québec,
- Biathlon Saskatchewan,
- Biathlon Yukon et
- Northwest Territories Biathlon.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

### QUESTIONS

Q1. Quel est l'organisme directeur du sport de biathlon au Canada?

Q2. Quel programme d'entraînement communautaire de biathlon est offert partout au Canada?

Q3. Quels sont les objectifs des organismes provinciaux et territoriaux?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Biathlon Canada est l'organisme directeur au Canada.

R2. Le programme des Ours du Biathlon est offert partout au Canada.

R3. Offrir des occasions d'entraînement, ainsi que du soutien aux stations ou aux clubs locaux.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les organisations de tir de précision nationales au Canada?

Q2. Quelles organisations de tir de précision se trouvent dans votre province ou territoire?

Q3. Auprès desquelles de ces organisations votre corps de cadets est-il actif?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'ATDC, la FTC et Biathlon Canada.

R2. Les réponses varieront en fonction des provinces et territoires.

R3. Les réponses varieront selon chaque corps de cadets.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

En identifiant les occasions liées aux organisations de tir de précision civiles, on saura où il est possible d'obtenir de l'instruction supplémentaire en matière de tir de précision qui n'est pas encadrée par le programme des cadets. Les occasions offertes par ces organisations peuvent améliorer le sentiment de réalisation d'un cadet grâce au perfectionnement de ses habiletés en tir de précision et à la possibilité de choisir des activités auxquelles il souhaite prendre part.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Demander aux cadets d'identifier seulement les organisations de tir de précision nationales, provinciales et locales pertinentes.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-119 La Fédération de tir du Canada. (2007). *La Fédération de tir du Canada*. Extrait le 2 novembre 2007 du site www.sfc-ftc.ca/document.cfm?sectionID=39.

C0-149 Biathlon Canada. (2005). *Les Ours du Biathlon : Programme d'entraînement communautaire*. Ottawa, Ontario, Biathlon Canada.

C2-086 L'Association de tir Dominion du Canada. (2007). *History*. Extrait le 4 octobre 2007 du site www.dcra.ca/history.htm.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM C306.02 – CORRIGER L'ERREUR DE TIR**

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-603/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier les annexes K et L pour chaque cadet.

Photocopier le corrigé de l'annexe M pour l'instructeur et les instructeurs adjoints.

Aménager un pas de tir simulé.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 3 afin de donner un aperçu des théories et de la pratique du réglage des mires.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 4, parce que c'est une façon interactive de présenter et de permettre aux cadets de faire l'expérience du réglage des mires sur la carabine à air comprimé des cadets dans un environnement contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances relatives au réglage de la mire dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait être capable de corriger une erreur de tir en réglant l'élévation et la dérive de la carabine à air comprimé des cadets.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets apprennent la façon de corriger l'erreur de tir de façon à tirer des coups de zérotage avec la carabine à air comprimé des cadets lors de leur participation à une activité de tir de précision. Le zérotage d'une carabine assurera au tireur de précision que le centre de la cible est bien aligné par rapport à lui et à sa carabine. Avoir une carabine qui a fait l'objet d'un zérotage et connaître la façon de régler le tir d'une carabine est important pour chaque tireur de précision afin qu'il puisse obtenir un résultat plus élevé lors des activités d'application.

---

**Point d'enseignement 1** **Expliquer la façon de centrer le groupement**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

**LA THÉORIE DU GROUPEMENT**

Lorsqu'une série de trois coups ou plus est tirée à partir du même point de visée, ils traversent rarement la cible au même endroit. Le motif produit sur la cible par ces coups est appelé un groupement.

**Les facteurs influençant le groupement**

Trois facteurs influencent la forme et la grosseur du groupement.

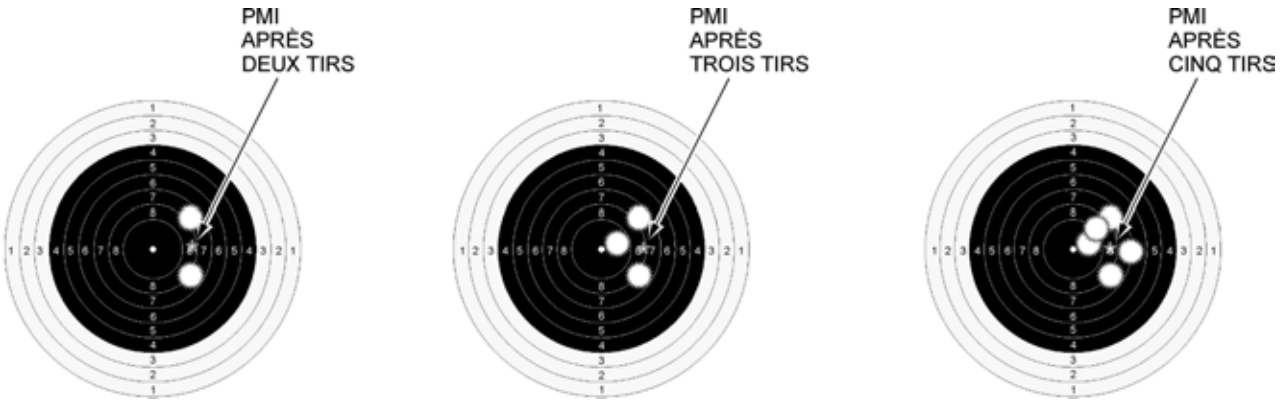
- **La munition.** Même si chaque plomb est fabriqué afin d'être uniforme, de légères variations dans chaque plomb causent une légère variation des résultats lors du tir. Le nombre de plomb utilisé influence également la grosseur du groupement.
- **La carabine.** Chaque carabine tire un plomb avec sa variation légère propre causée par de petites différences dans le canon et dans les mécanismes de mise à feu.
- **Le tireur de précision.** Les facteurs associés aux techniques de visée, de prise, de respiration et de maintien d'une visée conforme du tireur de précision ont une incidence sur chaque coup.

**POINT MOYEN DES IMPACTS (PMI)**

S'assurer que le document de cours de l'annexe A est distribué aux cadets lors de cette partie de la leçon afin qu'ils puissent constater comment le PMI bouge au fur et à mesure que plus de plombs atteignent la cible.

Le PMI est le point qui représente sur la cible le centre moyen de tous les coups qui ont atteint la cible. Le PMI change avec chaque coup tiré alors que le groupement grossit. Pour centrer le groupement correctement, des corrections doivent s'appuyer sur le PMI.

Afin de déterminer le PMI, chaque coup doit être évalué. On a besoin d'au moins deux coups pour déterminer le PMI. Pour deux coups, le PMI constitue le point central entre eux. Après trois coups tirés, le PMI change de façon à ce qu'il soit centré entre les trois coups (conformément à l'illustration de la figure 6-3-1).




*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6-3-1 Exemples de PMI

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Définissez le terme groupement.

Q2. Quels sont les trois facteurs qui influencent la forme et la grosseur du groupement?

Q3. Quelle est la définition d'un PMI?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le motif produit par les coups tirés sur la cible.

R2. Les trois facteurs suivants influencent la forme et la grosseur du groupement :

- la munition,
- la carabine,
- le tireur de précision.

R3. Le PMI est le point qui représente sur la cible le centre moyen de tous les coups qui ont atteint la cible.

**Point d'enseignement 2** **Expliquer le réglage de la mire**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

**LE BUT DU RÉGLAGE DE LA MIRE**

Le réglage de la mire permet d'assurer au tireur de précision que la carabine a fait l'objet d'un zérotage. Le réglage de la mire ne compensera pas pour de faibles compétences en tir de précision, mais peut aider le tireur de précision efficace à aligner son groupement sur une cible. Il y a deux différentes façons de régler une mire pour faire le zérotage de la carabine : la dérive et l'élévation.

**L'ÉLÉVATION**

L'élévation a un effet sur le plomb puisqu'elle peut changer la position verticale ce qui fait bouger le point d'impact de haut en bas. Elle compense pour la chute de trajectoire du plomb.

**DÉRIVE**

La dérive vise le plomb en déplaçant sa position horizontale qui fait bouger le point d'impact de gauche à droite. Elle compense pour la direction et la force du vent exercées sur le plomb.

**CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS QUI A FAIT L'OBJET D'UN ZÉROTAGE**

Une carabine à air comprimé des cadets qui a fait l'objet d'un zérotage est précise pour un tireur de précision particulier dans une position et une distance spécifiques de la cible. Une carabine à air comprimé des cadets qui a fait l'objet d'un zérotage a un réglage de visée spécifique qui sera parfaitement aligné, en projetant des plombs au centre de la cible.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quel est le but du réglage des mires sur une carabine?

Q2. À quoi réfère le réglage de l'élévation?

Q3. À quoi réfère le réglage de la dérive?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le réglage de la mire permet d'assurer au tireur de précision que la carabine a fait l'objet d'un zérotage.

R2. Le réglage de l'élévation se réfère au réglage nécessaire pour compenser la chute de la trajectoire du plomb.

R3. Le réglage de la dérive se réfère au réglage nécessaire pour compenser la direction et la force du vent exercées sur le plomb.

---

**Point d'enseignement 3** **Expliquer les ajustements du réglage de la mire**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

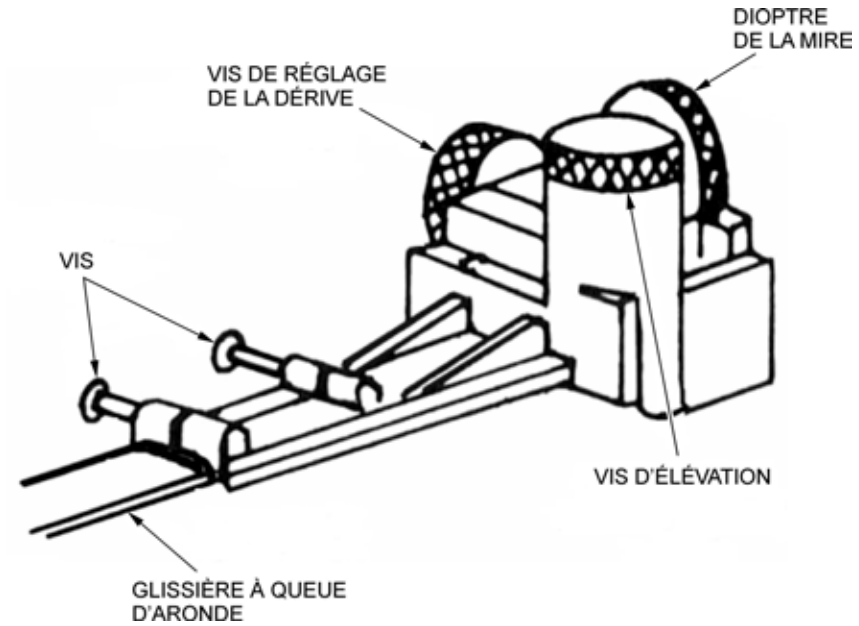
---

S'assurer que les cadets ont une carabine à air comprimé des cadets en face d'eux lors de cette partie de la leçon afin d'observer la mire réelle de la carabine à air comprimé des cadets et la façon dont elle fonctionne.

**RÉGLER LA MIRE DE LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS**

Le réglage de la mire de la carabine à air comprimé des cadets s'effectue en tournant les vis de réglage de la mire arrière. La vis d'élévation se trouve sur le dessus de la mire arrière et la vis de dérive se trouve sur le côté droit de la mire arrière. Elles servent à déplacer le PMI du tir vers la gauche ou la droite et vers le haut ou le bas. On mesure le réglage des vis par le bruit des déclics qui se fait entendre quand on tourne les vis. Il faut trois déclics pour déplacer le point d'impact d'une distance équivalente à la largeur d'un plomb dans toute direction.

À une distance de dix (10) mètres, chaque déclic correspond à un déplacement de 1.219 mm du PMI.




*Reçus, AR., AVANTI Competition Pellet Rifle: Operation Manual: AVANTI Legend Model 853, Daisy Outdoor Products (page 6)*

Figure 6-3-2 Mire arrière de la carabine à air comprimé des cadets

**DIMINUER ET AUGMENTER L'ÉLÉVATION**

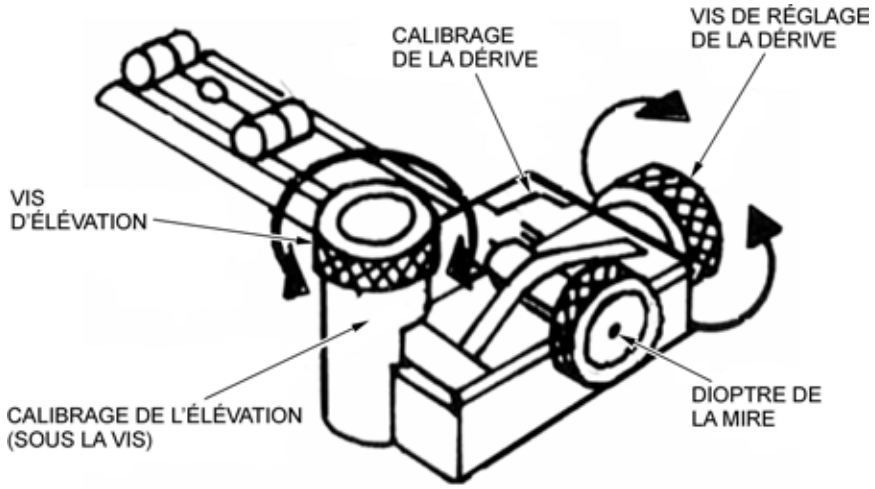
Pour diminuer le PMI, tourner la vis d'élévation en sens antihoraire (vers la gauche). Pour augmenter le PMI, tourner la vis d'élévation dans le sens horaire (vers la droite), tel qu'indiqué par la flèche et le mot « UP » situés sur la vis.

**DÉPLACER LA DÉRIVE VERS LA GAUCHE ET LA DROITE**

Pour déplacer le PMI vers la gauche, tourner la vis de dérive en sens antihoraire (vers la gauche). Pour déplacer le point d'impact vers la droite, tourner la vis de dérive dans le sens horaire (vers la droite), tel qu'indiqué par la flèche et la lettre « R » situés sur la vis.

Afin de déplacer le PMI vers le haut et la droite, tourner les vis d'élévation et de dérive dans le sens horaire.

Afin de déplacer le PMI vers le bas et la gauche, tourner les vis d'élévation et de dérive dans le sens antihoraire.




*Reçus, AR., AVANTI Competition Pellet Rifle: Operation Manual: AVANTI Legend Model 853, Daisy Outdoor Products (page 6)*

Figure 6-3-3 Réglage de la mire de la carabine à air comprimé des cadets

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

---

**QUESTIONS**

Q1. Combien de déclics de vis de réglage faut-il pour déplacer le PMI sur la cible à la largeur d'un plomb dans toute direction?

Q2. Dans quel sens le tireur de précision doit-il tourner la vis d'élévation afin d'augmenter le PMI?

Q3. Dans quel sens le tireur de précision doit-il tourner la vis de réglage de la dérive afin de déplacer le PMI vers la gauche?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Il faut trois déclics pour déplacer le PMI sur la cible la largeur d'un plomb.

R2. Le tireur de précision tourne la vis d'élévation dans le sens horaire (vers la droite) pour augmenter le PMI.

R3. Le tireur de précision tourne la vis de réglage de la dérive dans le sens antihoraire (vers la gauche) afin de déplacer le PMI vers la gauche.

---

**Point d'enseignement 4** **Diriger un exercice de réglage de la mire**

Durée : 30 min Méthode : Activité pratique

---

Chaque paire de cadets effectuera l'exercice qui se trouve à l'annexe B et pratiquera le réglage de ses mires.

Un instructeur adjoint peut aider les cadets à faire cette activité au complet.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de confirmer que chaque cadet peut définir le PMI et régler ses mires en conséquence sur la carabine à air comprimé des cadets.

### RESSOURCES

- des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir),
- des cibles pour l'activité de réglage des mires qui se trouvent à l'annexe L,
- des stylos et des crayons.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Un pas de tir simulé.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.
2. Distribuer le document d'exercice de l'annexe L, un document pour chaque cadet.
3. Demander aux cadets, par paires, de déterminer le PMI des cinq tirs pour chaque diagramme de pointage.
4. Demander aux cadets de mettre un astérisque pour indiquer le PMI.
5. Demander aux cadets de déterminer la distance verticale et la distance horizontale, en déclics, suivant laquelle le PMI doit être déplacé pour qu'il soit au centre de la cible.
6. Demander aux cadets d'écrire le nombre de déclics nécessaires pour l'élévation et la dérive, en indiquant s'il faut tourner la vis dans le sens horaire (h) ou antihoraire (ah).
7. Demander aux cadets de pratiquer le réglage des mires de la carabine à air comprimé des cadets pour chaque diagramme de pointage.
8. Corriger à l'aide de l'annexe M.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que les points suivants sont respectés :

- les carabines à air comprimé des cadets sont maintenues à l'état sécuritaire en exécutant les mesures de sécurité individuelles conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002;
- toutes les carabines à air comprimé des cadets pointent dans une direction sécuritaire tout au long de la leçon;
- aucun plomb ni tampon de nettoyage n'est présent dans le secteur d'entraînement;
- toutes les autres règles de sécurité pertinentes sont suivies conformément aux ordres permanents du champ de tir local.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité de réglage de la mire servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Il est nécessaire de corriger les erreurs de tir pour connaître du succès lors des activités de tir de précision. Elle assure que le tireur de précision, la carabine et la cible sont alignés et que le centre de visée est au centre de la cible. Il est important que chaque tireur de précision comprenne comme régler leurs mires afin d'avoir une carabine complètement alignée.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 Directeur - Cadets 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-097 Ontario Rifle Association. (2003). *Ontario Rifle Association Handbook for New Member*. Haliburton County, Ontario, MilCun Marksmanship Complex.

C2-098 (ISBN 1-931220-05-0) Constantine, R. (1998). *Modern Highpower Competition: From Beginner to Master*. Manchester, Connecticut, Precision Shooting Inc.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

# OCOM C306.03 – ADOPTER LA POSITION DEBOUT AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin donner un aperçu des motifs de la position debout.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE 2 à 4, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les aspects de la position debout.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 5, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de faire l'expérience de la position debout dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances relatives au tir de précision dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait être en mesure d'adopter la position debout avec la carabine à air comprimé des cadets.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets adoptent la position debout avec la carabine à air comprimé des cadets puisque cette position est utilisée pour les compétitions de biathlon et de carabine à air comprimé. La position debout est la seule position adoptée lors des compétitions internationales de carabine à air comprimé; pour le tir de précision récréatif des cadets, on la considère comme un progrès.

---

**Point d'enseignement 1** **Expliquer les objectifs de la position debout**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Le premier principe du tir de précision est de trouver une position de tir confortable. La position debout est celle qu'on peut adopter le plus facilement et le plus rapidement et elle ne requiert aucun soutien artificiel tel une bretelle en position couchée. C'est dans cette position qu'il est le plus difficile de demeurer stable, puisque la zone de soutien y est la plus petite et le centre de gravité est élevé. Les cadets doivent accepter que lorsqu'ils font feu en position debout, ils n'arriveront peut-être jamais à s'immobiliser complètement.

**OBTENIR UNE BONNE POSITION**

L'obtention d'une bonne position constitue le principe de tir de précision le plus important; c'est particulièrement vrai lorsqu'on fait feu en position debout. Une bonne position aide à maintenir l'équilibre, le confort et la stabilité pendant la mise à feu. Les cadets doivent chausser des souliers ou des bottes à semelle plate confortables pour ajouter de la stabilité à leur position et se tenir sur une surface la plus ferme possible. Une bonne position ne peut garantir une excellente performance, mais une mauvaise position peut avoir des effets néfastes sur les résultats.

L'objectif d'une bonne position est d'obtenir une plate-forme stable, équilibrée et uniforme permettant la façon la plus efficace de viser et de prendre la carabine avec peu de mouvements et peu de tension musculaire.

La position debout doit être :

- naturelle,
- sans tension,
- confortable,
- stable,
- équilibrée de façon à ce que le poids du corps soit équitablement réparti sur les deux pieds,
- constante tout au long du tir.

**UTILISATION D'UN SUPPORT**

La pratique en utilisant un support de carabine constitue une excellente façon pour un cadet d'apprendre la position debout. Puisque les mouvements de la carabine à air comprimé des cadets sont amplifiés en position debout en raison d'un manque de points d'appui, un support est très utile. Il permet de stabiliser la carabine tout en permettant au cadet de comprendre et perfectionner les habiletés de tir de précision pratiquées. Une fois que ces habiletés sont apprises, le support de carabine à air comprimé doit être retiré. Parmi les exemples de support de carabine en position debout, on compte un trépied, un tabouret au dessus d'une table ou simplement une surface plate à l'extrémité d'un manche à balai.

**MAINTENIR UN CENTRE DE GRAVITÉ**

Les instructions données visent un tireur de précision droitier. Dans le cas d'un tireur de précision gaucher, remplacer le terme gauche par le terme droit et vice versa dans tous les points.

Le centre de gravité est le point où le poids de la carabine et celui du cadet sont également répartis sur les deux pieds du cadet. Pour compenser le poids de la carabine, le cadet penche son dos vers l'arrière et effectue une rotation du tronc vers la gauche afin d'augmenter le support et la stabilité produits par la charpente osseuse.

Si la position du cadet demeure parfaitement verticale, le poids de la carabine entraînera son corps vers l'avant. Le cadet aura donc à forcer pour demeurer stable, ce qui causera certaines tensions musculaires dans le bas de son dos. En se penchant vers l'arrière et en effectuant une rotation du tronc vers la gauche, un léger transfert de poids se fera vers le pied droit. Après un certain laps de temps, l'équilibre entre les deux pieds reviendra au point initial. Lorsque ceci se produit, le tireur et la carabine auront établi le centre de gravité voulu situé entre les deux pieds du cadet.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Quel est le premier principe du tir de précision?

Q2. Quelle est la façon excellente pour permettre à un cadet d'apprendre la position debout?

Q3. Qu'est ce que le centre de gravité en rapport avec la position debout?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Obtenir une bonne position.

R2. L'utilisation d'un support de carabine.

R3. Le centre de gravité est le point où le poids de la carabine et celui du cadet sont également répartis sur les deux pieds du cadet..

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer et démontrer comment adopter la position debout**

Durée : 5 min — Méthode : Démonstration

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence.

**Nota :** Des aide-instructeurs pourraient aider à faire la démonstration des habiletés à mesure qu'elles sont expliquées.

Deux corps identiques, ça n'existe pas, même dans le cas de jumeaux; c'est pourquoi deux corps identiques en position de tir, ça n'existe pas non plus. Votre position de tir la plus performante sera différente de celle de la personne qui se tient à côté de vous.

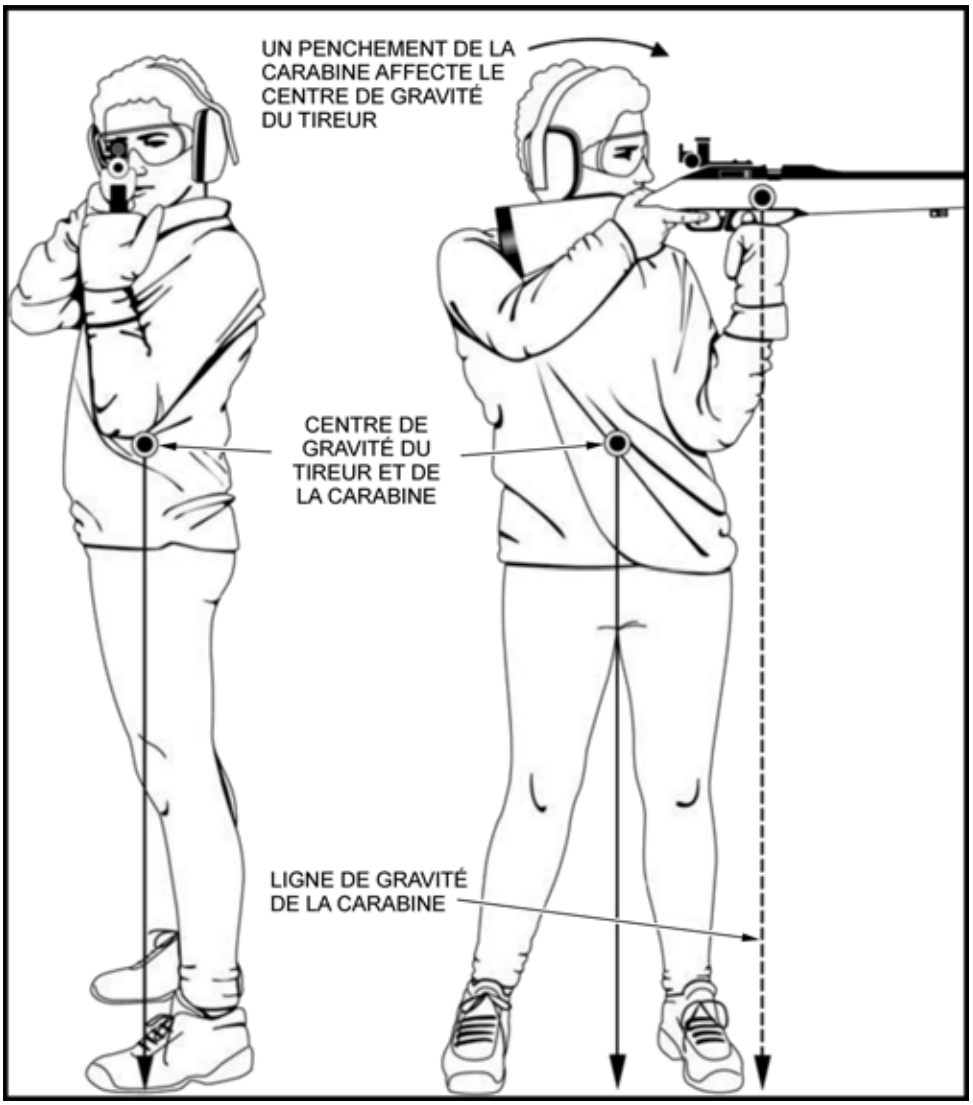
**ADOPTER LA POSITION DEBOUT**

Les normes suivantes devraient être respectées lorsqu'un cadet adopte la position debout :

1. le corps devrait être orienté vers la droite, avec un angle d'environ 90 degrés par rapport à la cible;
2. les pieds doivent respecter les consignes suivantes :
   (a) être distancés d'une largeur d'épaules,
   (b) pointer directement vers l'avant par rapport au corps,
   (c) être tournés légèrement vers l'extérieur pour le confort;

Les poids de la carabine et du tireur devraient être également répartis sur les deux pieds.

3. les jambes doivent être droites sans toutefois bloquer les genoux, puisque des genoux bloqués nuisent à la circulation, ce qui augmente l'inconfort et l'instabilité;
4. les hanches doivent être à un angle de 90° par rapport à la cible et ne doivent pas être poussées vers l'avant.




*A-CR-CCP-177/PT-002 (page 2-9)*

Figure 6-4-1 Position debout

5. le dos doit être légèrement incliné vers l'arrière pour un soutien des os et une stabilité accrus;

6. le bras gauche, sans utiliser les muscles pour le soutien, doit reposer contre la cage thoracique, avec le coude presque directement sous la carabine, reposant contre la cage thoracique ou l'os iliaque;

7. la main gauche sert à soutenir la carabine et doit être placée juste avant le pontet, selon l'une des méthodes suivantes :

   (a) former un poing fermé;

*A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-6-3)*

Figure 6-4-2  Poing fermé

(b) former un « V » avec le pouce et les doigts;

*A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-6-3)*

Figure 6-4-3  Former un V avec le pouce et les doigts

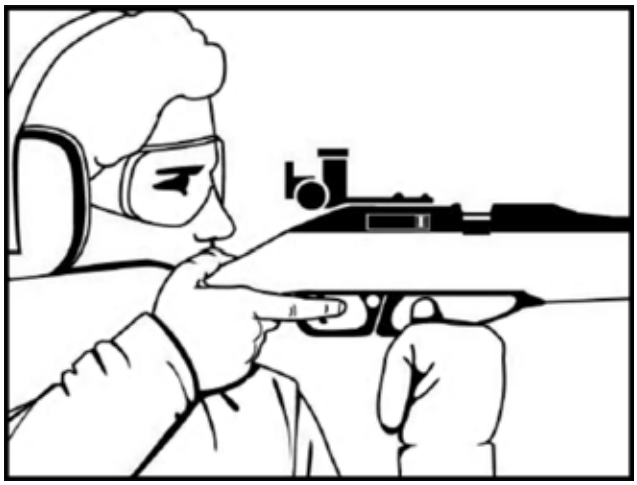
(c) utiliser la paume de la main avec les doigts détendus;

*A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-6-4)*

Figure 6-4-4 Paume de la main

(d) le bras droit doit tomber naturellement sur le côté avec la main droit placée confortablement, mais fermement, sur la poignée de la crosse;

(e) la tête doit demeurer en position droite et naturelle, pour permettre aux yeux de regarder vers l'avant à travers la mire.

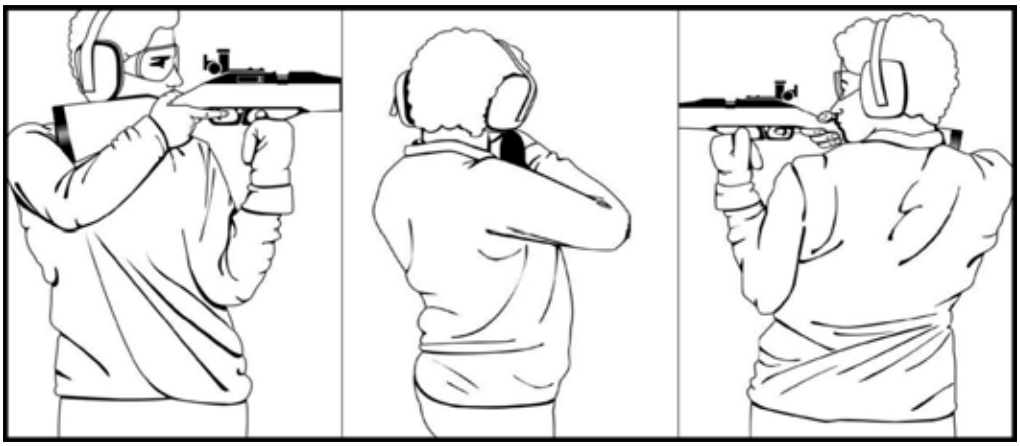


*A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-6-4)*

Figure 6-4-5 La tête et les yeux

(f) la crosse doit être légèrement surélevée sur l'épaule, permettant à la carabine à air comprimé des cadets de reposer naturellement contre la poitrine, avec la joue reposant sur la crosse et la mire au niveau des yeux.

La position debout permet une position plus naturelle et détendue, plus confortable que la position couchée, puisque la colonne subit moins de pression et soutient moins de poids.



*A-CR-CCP-177/PT-002 (page 2-9)*

Figure 6-4-6 Position du dos et des hanches

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

**QUESTIONS**

Q1. Pourquoi le dos est-il incliné vers l'arrière?

Q2. Pourquoi la tête doit-elle demeurer en position droite et naturelle?

Q3. À quel endroit la crosse de la carabine à air comprimé des cadets doit-elle reposer?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le dos est incliné vers l'arrière pour un soutien des os et une stabilité accrus.

R2. La tête doit demeurer en position droite et naturelle, pour permettre aux yeux de regarder vers l'avant à travers la mire.

R3. La crosse doit être légèrement surélevée sur l'épaule, permettant à la carabine à air comprimé des cadets de reposer naturellement contre la poitrine, avec la joue reposant sur la crosse et la mire au niveau des yeux.

**Point d'enseignement 3** **Expliquer et démontrer comment régler la visée**

Durée : 5 min Méthode : Démonstration

Lors d'un tir en position debout, le plus grand des deux œilletons avant doit être choisi pour donner la meilleure image de visée. La dimension de l'œilleton doit paraître 1 1/2 fois plus grande que le point de visée pour permettre au cadet de voir le point de visée qui se déplacera davantage qu'en position couchée.

Lorsque le cadet, en position debout, vise la cible avec la carabine à air comprimé, le processus de visée est identique au processus en position couchée. Il doit adopter une position confortable, en s'assurant que le corps est aligné avec la cible, que les mires sont alignées et qu'il obtient une image de visée. La seule chose qui varie par rapport à la position couchée, c'est que l'œilleton avant doit être plus grand et le dégagement oculaire peut être plus long, mais tout de même entre 5 et 15 cm (2 et 6 pouces).

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence.

**Nota :** Des aide-instructeurs pourraient aider à faire la démonstration des habiletés à mesure qu'elles sont expliquées.

**Plus haut**

Pour ajuster la visée plus haut en position debout, déplacer la main gauche vers l'arrière, en la rapprochant du pontet.

**Plus bas**

Pour ajuster la visée plus bas en position debout, déplacer la main gauche vers l'avant, en l'éloignant du pontet.

Lorsque de petits ajustements plus haut ou plus bas sont nécessaires, ils peuvent être effectués par l'ajustement de la retenue du souffle pendant le cycle de respiration.

**Gauche et droite**

Pour ajuster la visée vers la gauche ou vers la droite, on déplace les pieds de façon à les garder en position identique l'un par rapport à l'autre. Cela ressemble donc à une rotation de position en disque tourné vers la gauche ou vers la droite, selon le besoin.

Lorsque de petits ajustements vers la gauche ou vers la droite sont requis, on peut les effectuer en ajustant la position de la main gauche et de l'avant-bras. L'ajustement de la visée de cette façon peut exiger l'acquisition d'une nouvelle position de tir.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. En quoi est-ce que la visée en position debout diffère de la visée en position couchée?

Q2. Comment ajuste-t-on la visée plus haut ou plus bas en position debout?

Q3. Comment ajuste-t-on la visée vers la gauche ou vers la droite en position debout?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'œilleton avant doit être plus grand et le dégagement oculaire peut être plus long, mais tout de même entre 5 et 15 cm (2 et 6 pouces).

R2. En déplaçant la main gauche vers l'arrière ou vers l'avant par rapport au pontet.

R3. En déplaçant les pieds de façon à les garder en positions identiques l'un par rapport à l'autre, comme un disque tournant.

**Point d'enseignement 4** **Expliquer et démontrer l'alignement naturel**

Durée : 5 min Méthode : Démonstration

L'alignement naturel consiste en la même procédure en position debout que celle qui est suivie en position couchée.

L'alignement naturel décrit la direction visée par la carabine à air comprimé des cadets lorsque le tireur est dans une position debout et confortable avec la carabine parée à faire feu. Lorsque le tireur est en position confortable, il ne devrait pas avoir à forcer la carabine pour pointer vers la cible. Même en obtenant une position debout confortable et un alignement des mires, le fait de forcer la carabine peut causer de la tension musculaire et nuire à la précision de chaque tir.

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence.

**Nota :** Des aide-instructeurs pourraient aider à faire la démonstration des habiletés à mesure qu'elles sont expliquées.

Pour obtenir un alignement naturel, il faut :

1. adopter la position debout;
2. trouver une image de visée;
3. fermer les deux yeux;
4. prendre 3 à 4 respirations normales afin de relâcher les muscles;
5. après 10 secondes, ouvrir les yeux et regarder l'image de visée;
6. modifier la position de son corps jusqu'à l'obtention d'une bonne image de visée.

Le but de fermer les yeux et de se détendre est de permettre aux muscles de retourner à leur position naturelle. Cela permet d'ajuster la position et d'éviter d'avoir à forcer la carabine à air comprimé des cadets pour viser la cible.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

### QUESTIONS

Q1. L'alignement naturel place un tireur de précision dans quel type de position?

Q2. Pour obtenir un alignement naturel, pendant combien de temps faut-il fermer les yeux et combien de respirations faut-il prendre?

Q3. Quels peuvent être les effets négatifs lorsqu'on force la carabine à air comprimé des cadets?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Dans une position debout et confortable avec la carabine à air comprimé des cadets parée à faire feu.

R2. Les yeux sont fermés pendant 10 secondes et 3 ou 4 respirations naturelles sont effectuées.

R3. Cela peut causer de la tension musculaire et nuire à la précision de chaque tir.

---

**Point d'enseignement 5** **Demander aux cadets d'adopter la position debout**

Durée : 30 min Méthode : Activité pratique

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est que les cadets adoptent la position debout, qu'ils placent la carabine à air comprimé des cadets sur leur épaule, qu'ils obtiennent un alignement naturel et ajustent leur position au besoin.

**RESSOURCES**

- des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir),
- des supports de carabine (un par couloir de tir),
- des cadres de cible (un par couloir de tir),
- des cibles appropriées (une par couloir de tir),
- une plate-forme de cible surélevée (une par couloir de tir),
- des lunettes de sécurité.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Aménager un champ de tir pour carabine à air comprimé conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, partie 1, section 8.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en relèves égales d'après le nombre de couloirs de tir.
2. Les relèves doivent tour à tour adopter la position debout avec la carabine à air comprimé des cadets.
3. Tout en les aidant, permettre aux cadets de pratiquer la position debout telle qu'elle a été enseignée.
4. Demander aux cadets d'ajuster leur position debout, dont les éléments suivants :
   (a) le corps doit avoir un angle de 90 degrés par rapport à la cible;
   (b) les pieds doivent respecter les consignes suivantes :
      (1) être distancés d'une largeur d'épaules;
      (2) pointer directement vers l'avant par rapport au corps;
      (3) être tournés légèrement vers l'extérieur pour le confort;
   (c) les jambes doivent être droites avec les genoux non bloqués;

(d) les hanches doivent être à un angle de 90° par rapport à la cible et ne doivent pas être poussées vers l'avant;

(e) le dos doit être légèrement incliné vers l'arrière;

(f) le bras gauche doit reposer contre la cage thoracique, avec le coude presque directement sous la carabine, reposant contre la cage thoracique ou l'os iliaque;

(g) la main gauche qui soutient la carabine doit être placée juste avant le pontet;

(h) le bras droit doit tomber naturellement sur le côté avec la main droit placée sur la poignée de la crosse;

(i) la tête doit demeurer en position droite et naturelle, pour permettre aux yeux de regarder à travers la mire;

(j) la crosse doit être légèrement surélevée sur l'épaule, permettant à la carabine à air comprimé des cadets de reposer naturellement contre la poitrine, avec la joue reposant sur la crosse et la mire au niveau des yeux.

5. Inspecter chaque cadet pour vérifier si sa position est confortable.

6. Répéter les étapes au besoin, en respectant le temps alloué.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S'assurer que les carabines à air comprimé des cadets pointent dans une direction sécuritaire en tout temps. Les cadets manipuleront les carabines à air comprimé comme si elles étaient chargées.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

La participation des cadets à l'activité portant sur la position debout servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE 5 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La position debout est la position la moins stable en raison de son centre de gravité élevé et de sa petite zone de soutien. Elle exige beaucoup de concentration et de pratique. Pour le tir de précision récréatif des cadets, la position debout est considérée comme un progrès et elle est la seule position adoptée lors des compétitions internationales de tir à la carabine à air comprimé.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les cadets, qui ont terminé cette leçon, peuvent participer à l'OCOM M306.01 (Participer à une activité récréative de tir de précision, section 1) en adoptant la position debout.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 Directeur - Cadets 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-146 (ISBN 0-9655780-0-3) Pullum, B., & Hanenkrat, F. (1997). *The New Position Rifle Shooting: A Comprehensive Guide to Better Target Shooting*. Oak Harbor, Ohio, Target Sports Education Center.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## ACTIVITÉ DE CLASSIFICATION

**Objectif :** Donner l'occasion aux cadets d'obtenir des classifications de tir de précision.

**Pointage :** Les normes des niveaux de classification sont les suivantes :

1. Tireur de précision : Deux tirs de groupement de cinq plombs à l'intérieur d'un cercle de 3 cm de diamètre.
2. Tireur d'élite première classe : Deux tirs de groupement de cinq plombs à l'intérieur d'un cercle de 2.5 cm de diamètre.
3. Tireur expert : Deux tirs de groupement de cinq plombs à l'intérieur d'un cercle de 2 cm de diamètre.
4. Tireur émérite : Deux tirs de groupement de cinq plombs à l'intérieur d'un cercle de 1.5 cm de diamètre.

**Équipement requis :**

Obligatoire :

- cible de tir de groupement pour carabine à air comprimé du Mouvement des cadets du Canada (MCC) CCT200GRTD (une par cadet);
- gabarit de pointage pour le tir de groupement de carabine à air comprimé de l'A-CR-CCP-177/PT-002 (page B1-1),
- un chronomètre.

L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,
- une veste de tir,
- un gant de tir,
- une casquette de tir.

**Instructions sur l'activité :**

1. Donner une cible de tir de groupement pour carabine à air comprimé à chaque cadet.
2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
3. Donner cinq plombs aux cadets pour qu'ils les tirent au centre de la cible.
4. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.
5. Accorder 15 minutes aux cadets pour terminer le tir.
6. Demander aux cadets de récupérer leurs cibles.
7. Marquer les points à l'aide du gabarit de pointage pour le tir de groupement de carabine à air comprimé.
8. Inscrire les points et permettre aux cadets de conserver leurs cibles.

Les actions et les équipements suivants sont interdits :

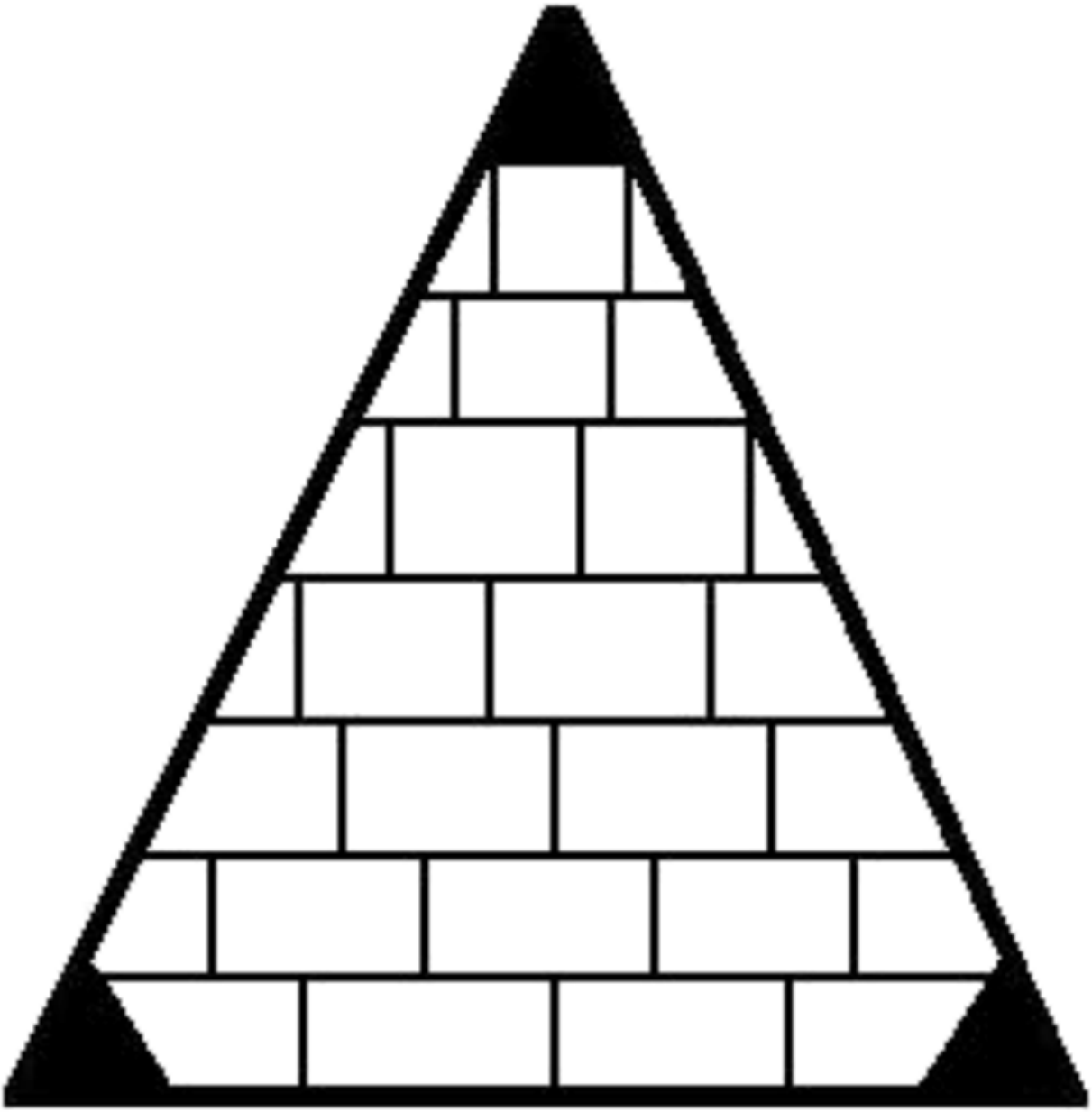
- Modifications des carabines.
- Chargeur de plombs.
- Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.
- Télescope d'observation.
- Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets.
- Encadrement.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## ACTIVITÉS AMUSANTES – TOURNOI PYRAMIDAL

| TOURNOI PYRAMIDAL |
|---|
| **Objectif :** Tirer des plombs dans chaque pointe de la pyramide. |
| **Pointage :** Un point est accordé par pointe de la pyramide touchée d'un plomb. |
| **Équipement requis :**<br>Obligatoire : Cible pyramidale (une par cadet).<br>L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :<br>• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,<br>• une veste de tir,<br>• un gant de tir,<br>• une casquette de tir. |
| **Instructions sur l'activité :**<br>1. Donner une cible pyramidale à chaque cadet.<br>2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.<br>3. Donner trois plombs aux cadets pour qu'ils en tirent un dans chaque coin de la pyramide.<br>4. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.<br>5. Accorder trois minutes aux cadets pour terminer le tir.<br>6. Marquer les points en accordant un point par coin touché de la pyramide.<br>7. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.<br>Les actions et les équipements suivants sont interdits :<br>• Modifications des carabines.<br>• Chargeur de plombs.<br>• Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.<br>• Télescope d'observation.<br>• Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets. |

**CIBLE PYRAMIDALE**



Nom : _____ Date : _____

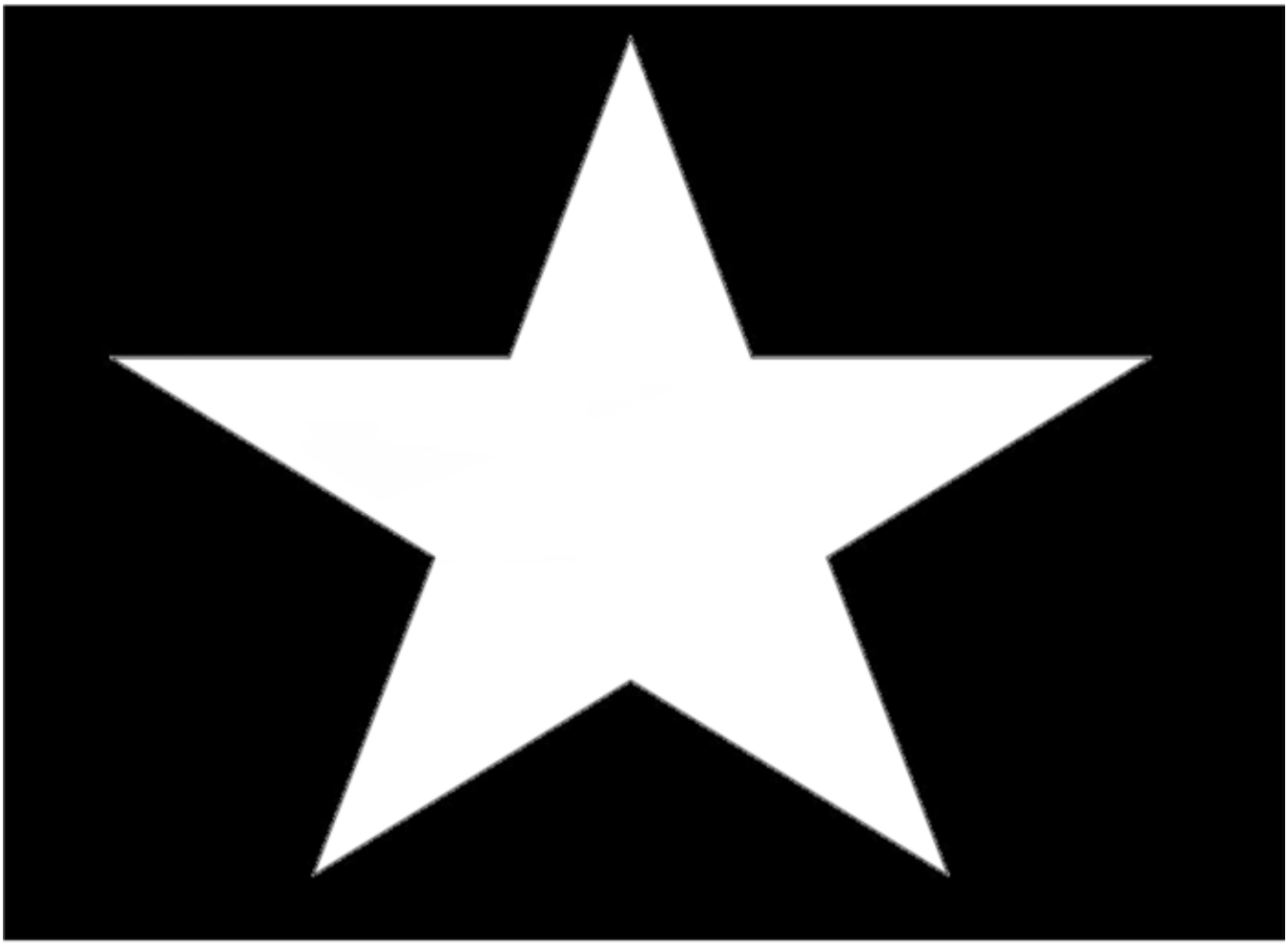
*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6B-1 Cible pyramidale

## ACTIVITÉS AMUSANTES – CIBLE EN ÉTOILE

| CIBLE EN ÉTOILE |
|---|
| **Objectif :** Tirer un plomb dans chaque pointe de l'étoile. |
| **Pointage :** Un point est accordé par pointe de l'étoile touchée d'un plomb. |
| **Équipement requis :**<br>Obligatoire : Cible en étoile (une par cadet).<br>L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :<br>• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,<br>• une veste de tir,<br>• un gant de tir,<br>• une casquette de tir. |
| **Instructions sur l'activité :**<br>1. Donner une cible en étoile à chaque cadet.<br>2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.<br>3. Donner cinq plombs aux cadets pour qu'ils en tirent un dans chaque pointe de l'étoile.<br>4. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.<br>5. Accorder cinq minutes aux cadets pour terminer le tir.<br>6. Marquer les points en accordant un point par pointe de l'étoile touchée d'un plomb.<br>7. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.<br>Les actions et les équipements suivants sont interdits :<br>• Modifications des carabines.<br>• Chargeur de plombs.<br>• Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.<br>• Télescope d'observation.<br>• Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets. |

**CIBLE EN ÉTOILE**



Nom : _____ Date : _____

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6C-1 Cible en étoile

## ACTIVITÉS AMUSANTES – BALLON DE PLAGE

| BALLON DE PLAGE |
|---|
| **Objectif :** Tirer 10 plombs dans le cercle noir du ballon de plage. |
| **Pointage :** Un point sera accordé par coup réussi dans le cercle noir. |
| **Équipement requis :**<br>Obligatoire : Cible-ballon de plage (un par cadet).<br>L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :<br>• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,<br>• une veste de tir,<br>• un gant de tir,<br>• une casquette de tir. |
| **Instructions sur l'activité**<br>1. Donner un ballon de plage à chaque cadet.<br>2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.<br>3. Donner 10 plombs aux cadets pour qu'ils les tirent dans le cercle noir du ballon de plage.<br>4. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.<br>5. Accorder 10 minutes aux cadets pour terminer le tir.<br>6. Marquer les points en accordant un point par plomb tiré dans le cercle noir.<br>7. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.<br>Les actions et les équipements suivants sont interdits :<br>• Modifications des carabines.<br>• Chargeur de plombs.<br>• Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.<br>• Télescope d'observation.<br>• Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets. |

**CIBLE-BALLON DE PLAGE**

Nom : _____ Date : _____

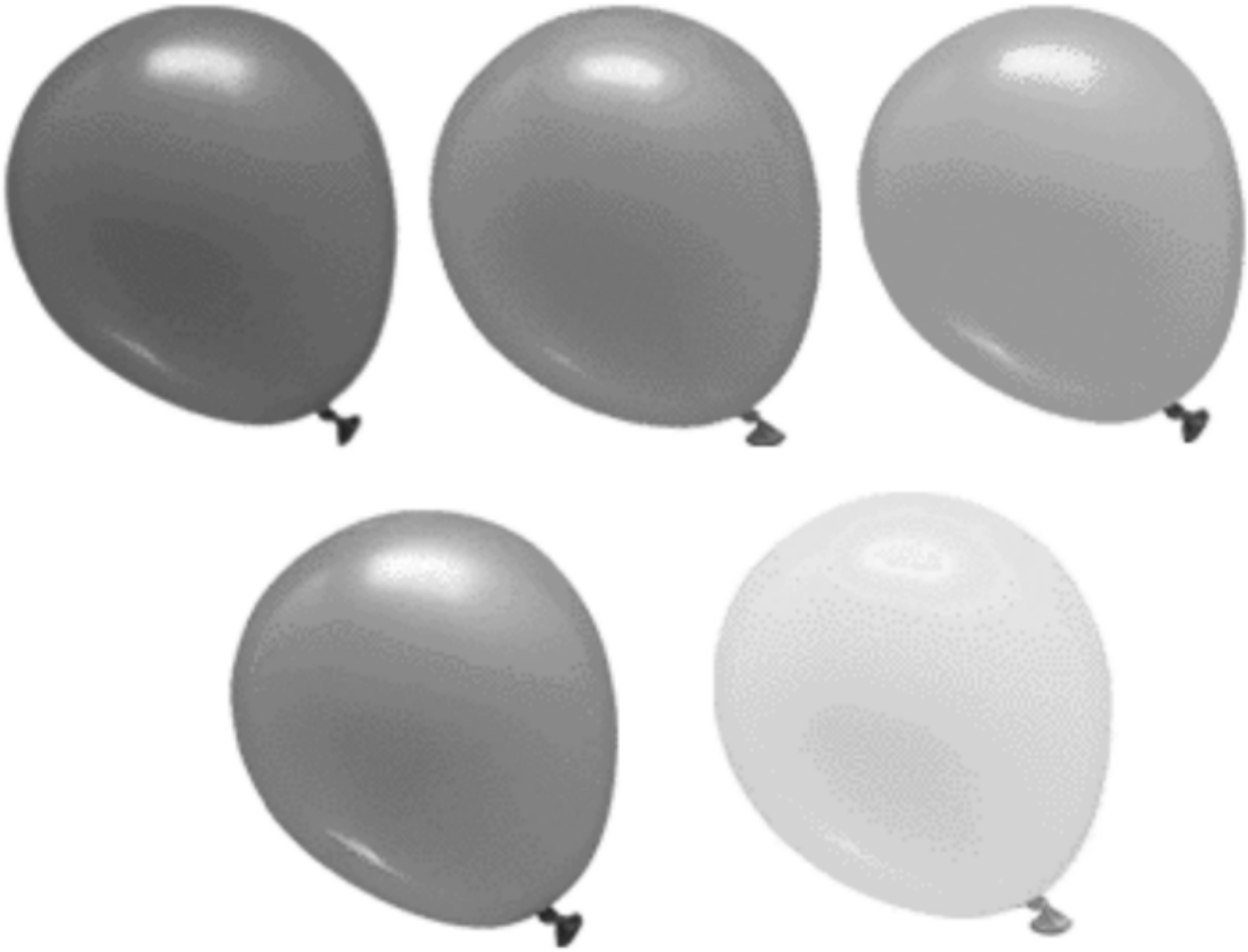
*Directeur des cadets 3, 2006, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6D-1 Cible-ballon de plage

## ACTIVITÉS AMUSANTES – JEU DE BALLONS

| JEU DE BALLONS |
|---|
| **Objectif :** Tirer des plombs sur les cibles-ballons. |
| **Pointage :** Un point sera accordé par ballon touché d'un plomb. |
| **Équipement requis :**<br>Obligatoire : Cible-ballon (une par cadet).<br>L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :<br>• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,<br>• une veste de tir,<br>• un gant de tir,<br>• une casquette de tir. |
| **Instructions sur l'activité :**<br>1. Donner une cible-ballon à chaque cadet.<br>2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.<br>3. Donner cinq plombs aux cadets pour qu'ils en tirent un dans chaque ballon.<br>4. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.<br>5. Accorder cinq minutes aux cadets pour terminer le tir.<br>6. Marquer les points en accordant un point par ballon touché.<br>7. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.<br>Les actions et les équipements suivants sont interdits :<br>• Modifications des carabines.<br>• Chargeur de plombs.<br>• Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.<br>• Télescope d'observation.<br>• Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets. |
| **Nota :** On peut utiliser de réels ballons au lieu de cibles en papier. |

**CIBLE-BALLON**



Nom : _____ Date : _____

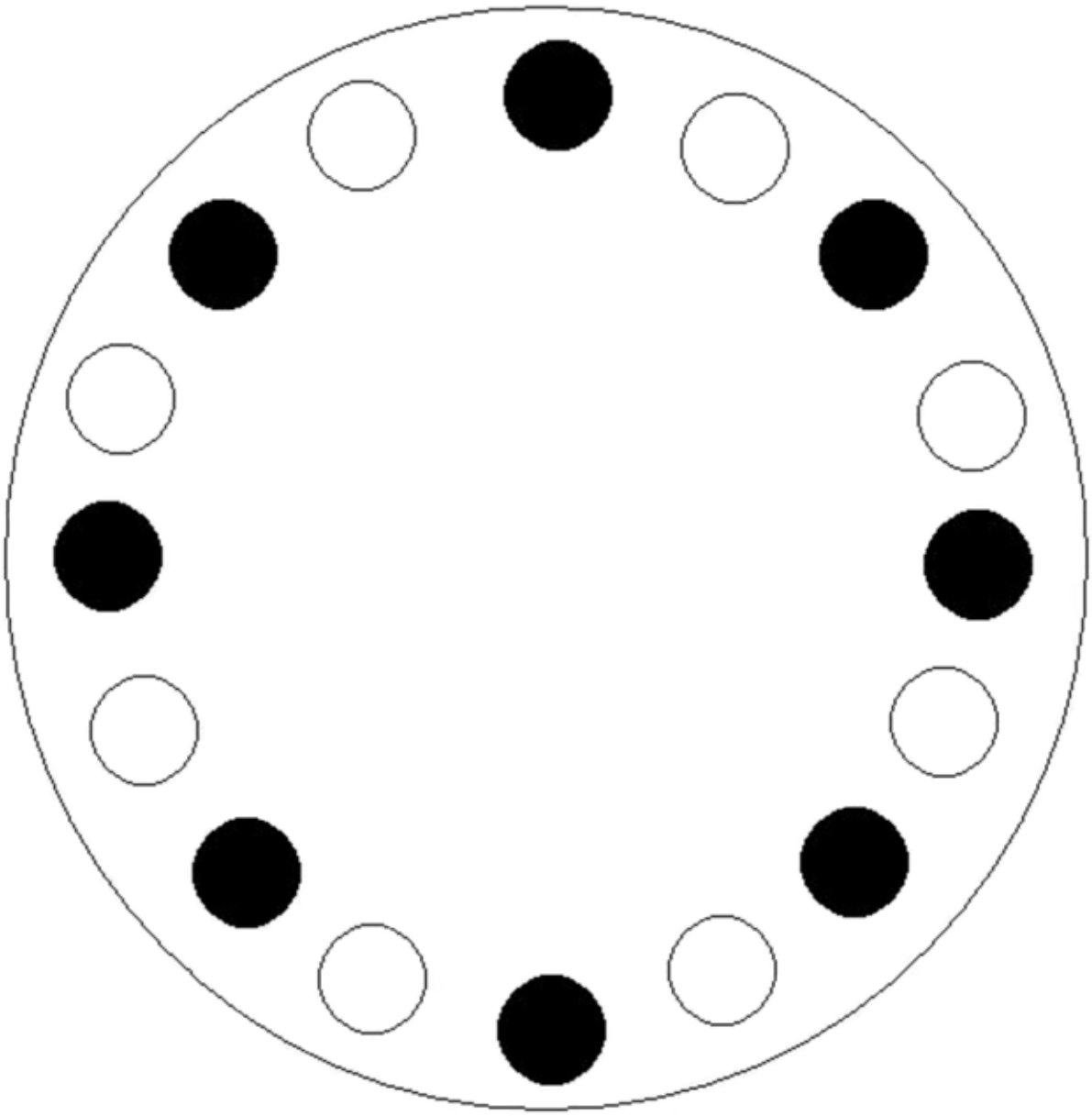
*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6E-1 Cible-ballon

## ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES – VISER LES POINTS

| VISER LES POINTS |
|---|
| **Objectif :** Tirer des plombs dans les points sur la cible dans le sens horaire, dans un délai fixé. |
| **Pointage :** Un point est accordé par point noir touché d'un plomb dans le délai fixé. |
| **Équipement requis :**<br>Obligatoire :<br>• cible-viser les points (une par cadet),<br>• un chronomètre.<br>L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :<br>• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,<br>• une veste de tir,<br>• un gant de tir,<br>• une casquette de tir. |
| **Instructions sur l'activité :**<br>1. Donner une cible-viser les points à chaque cadet.<br>2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.<br>3. Donner huit plombs aux cadets pour qu'ils en tirent un dans chaque point noir, en sens horaire.<br>4. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.<br>5. Accorder huit minutes aux cadets pour terminer le tir.<br>6. Marquer les points en accordant un point par point noir touché.<br>7. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.<br>Les actions et les équipements suivants sont interdits :<br>• Modifications des carabines.<br>• Chargeur de plombs.<br>• Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.<br>• Télescope d'observation.<br>• Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets.<br>• Encadrement. |
| **Nota :** Pour augmenter le niveau de difficulté de cette activité, raccourcir le délai fixé. |

**CIBLE-VISER LES POINTS**



Nom : _____ Date : _____

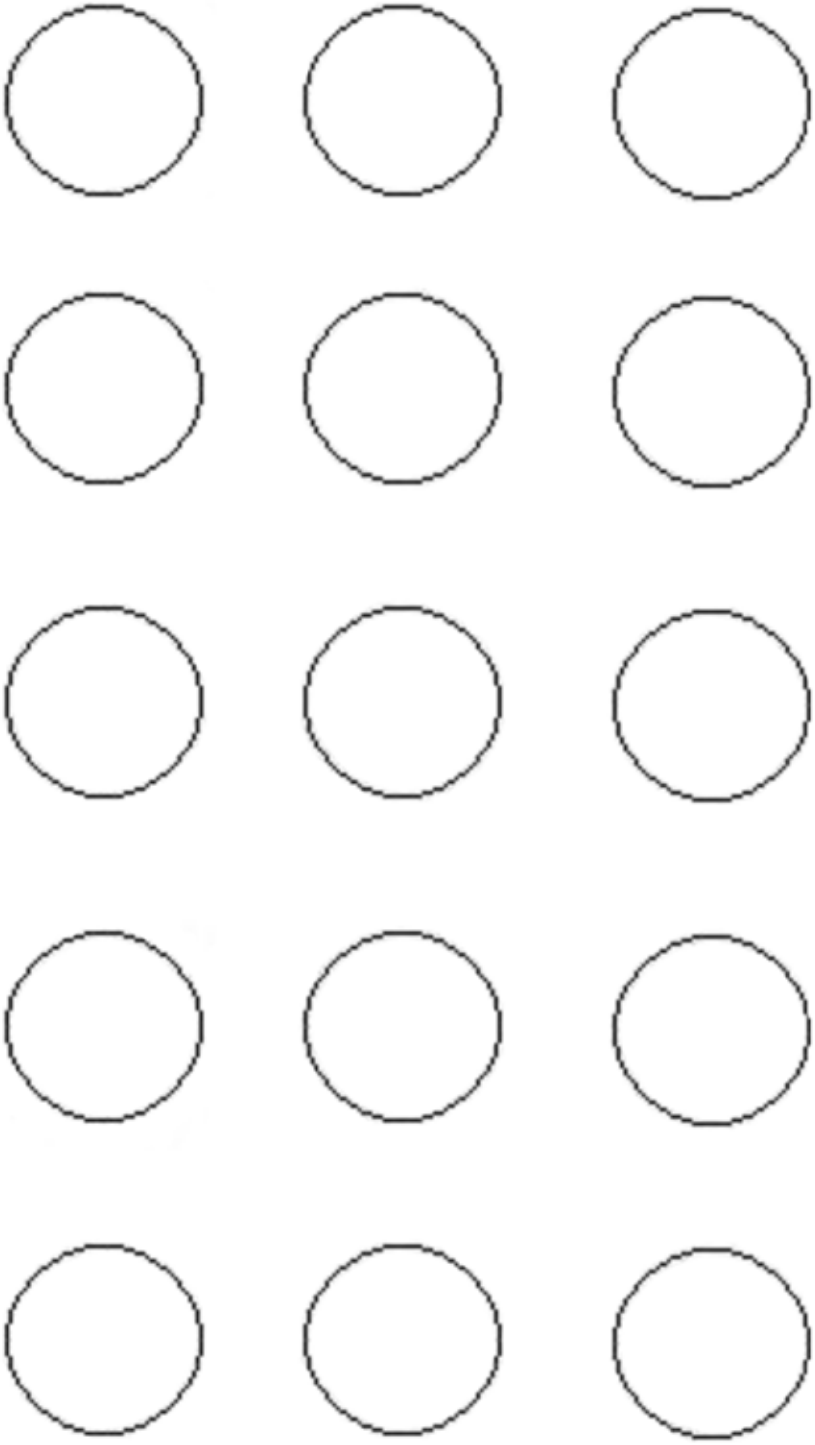
*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6F-1 Cible-viser les points

## ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES – GRILLE POUR LE TIR DE VITESSE

| GRILLE POUR LE TIR DE VITESSE |
|---|
| **Objectif :** Tirer des plombs dans les cercles sur la cible, dans un délai fixé. |
| **Pointage :** Un point est accordé par cercle touché d'un plomb dans le délai fixé. |
| **Équipement requis :**<br>Obligatoire :<br>• chargeur de cinq plombs pour carabine à air comprimé des cadets (trois par couloir de tir),<br>• cible-grille de vitesse (une par cadet),<br>• un chronomètre.<br>L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :<br>• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,<br>• une veste de tir,<br>• un gant de tir,<br>• une casquette de tir. |
| **Instructions sur l'activité :**<br>1. Donner une cible-grille de vitesse à chaque cadet.<br>2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.<br>3. Donner 15 plombs aux cadets, préchargés dans trois chargeurs à cinq plombs.<br>4. Demander aux cadets de tirer un plomb dans chaque cercle sur la cible.<br>5. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.<br>6. Accorder 15 minutes aux cadets pour terminer le tir.<br>7. Marquer les points en accordant un point par cercle touché.<br>8. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.<br>Les actions et les équipements suivants sont interdits :<br>• Modifications des carabines.<br>• Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.<br>• Télescope d'observation.<br>• Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets.<br>• Encadrement. |
| **Nota :** Pour augmenter le niveau de difficulté de cette activité, raccourcir le délai fixé. |

**CIBLE-GRILLE DE VITESSE**



Nom : _____ Date : _____

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6G-1 Cible-grille de vitesse

## ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES – COURSE CONTRE LA MONTRE

### COURSE CONTRE LA MONTRE

**Objectif :** Tirer des plombs dans les heures désignées (numéros), dans un délai fixé.

**Pointage :** Un point est accordé par heure correcte (numéro) touchée d'un plomb dans le délai fixé.

**Équipement requis :**

Obligatoire :

- cible-course contre la montre (une par cadet),
- un chronomètre.

L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,
- une veste de tir,
- un gant de tir,
- une casquette de tir.

**Instructions sur l'activité :**

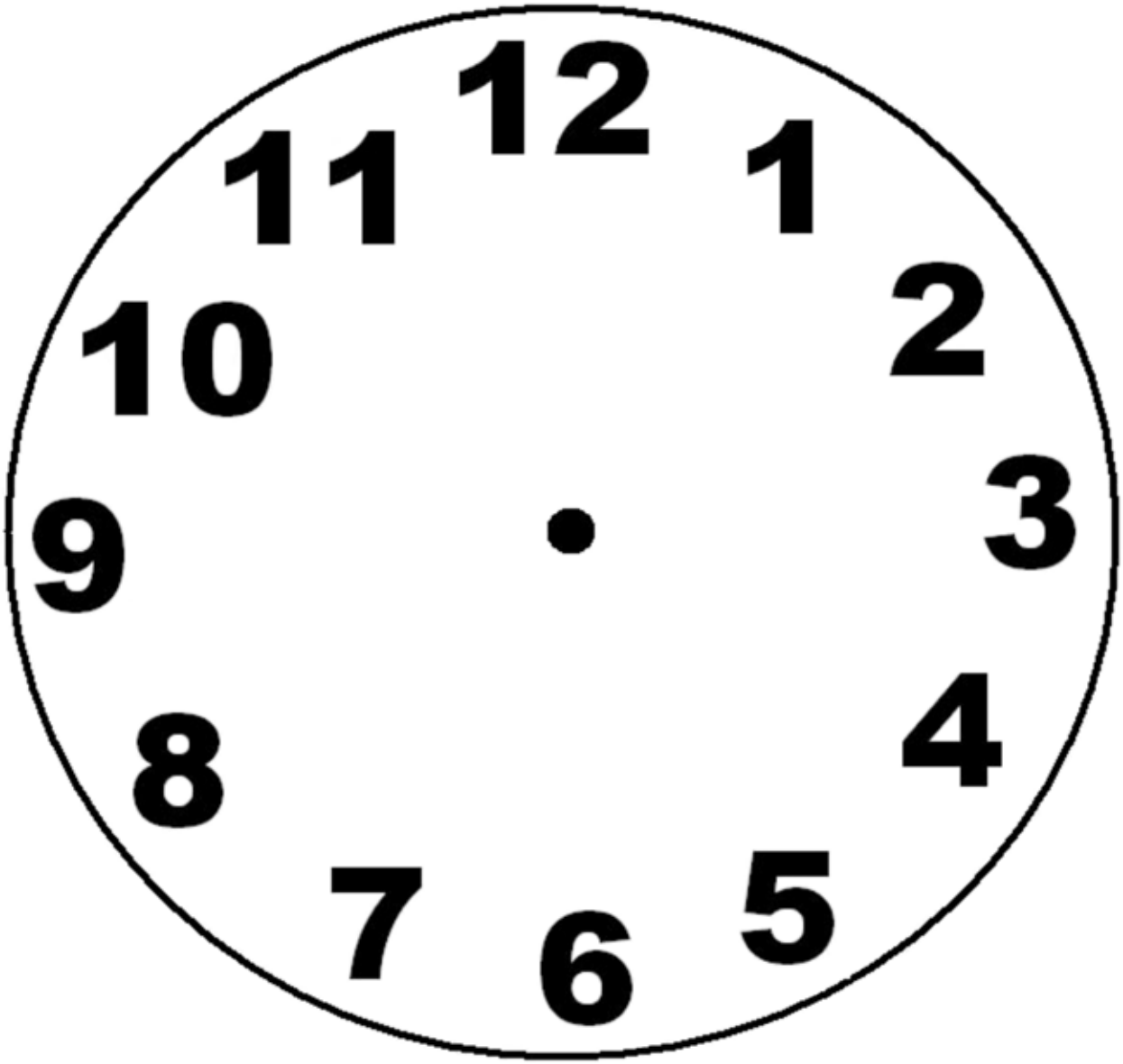
1. Donner une cible-course contre la montre à chaque cadet.
2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
3. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.
4. Demander à l'O Sécur Tir, en utilisant l'horloge de 12 heures, d'appeler un numéro aux 20 secondes, six numéros au total.
5. Donner six plombs aux cadets pour qu'ils en tirent un dans chaque heure (numéro) lorsqu'on l'appelle.
6. Marquer les points en accordant un point par numéro correct touché sur la cible.
7. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.

Les actions et les équipements suivants sont interdits :

- Modifications des carabines.
- Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.
- Télescope d'observation.
- Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets.
- Encadrement.

**Nota :** Pour augmenter le niveau de difficulté de cette activité, raccourcir le délai fixé.

**CIBLE-COURSE CONTRE LA MONTRE**




Nom : _____ Date : _____

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6H-1 Cible-horloge

## ACTIVITÉS COMPÉTITIVES – COMPÉTITION DE TIR DE PRÉCISION DU CORPS DE CADETS

| COMPÉTITION DE TIR DE PRÉCISION DU CORPS DE CADETS |
|---|
| **Objectif :** Donner aux cadets l'occasion de compétitionner à l'intérieur du corps de cadets. |
| **Pointage :** Marquer les points conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002 de la façon suivante :<br>• Chaque cible représente un maximum de points possibles de 100 points (10 schémas d'une valeur de 10 points chacun).<br>• Tous les trous de plomb sont marqués d'après la plus haute valeur du cercle de pointage touché par le trou du plomb.<br>• Les coups qui sont à l'extérieur des cercles de pointage reçoivent une valeur de zéro.<br>• Si plus d'un plomb sont tirés sur la cible, les coups avec la plus haute valeur seront éliminés jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un coup sur la cible. Aussi, deux points seront soustraits du pointage pour chaque coup excédentaire.<br>• Si plus d'un coup sont tirés sur un schéma de pointage, seul le nombre de coups accordé peut être tiré sur les autres schémas [p. ex., si deux coups sont tirés sur le premier schéma, un schéma sur la cible demeurera non touché (exempt de coups)]. Si cela se produit plus de deux fois, deux points seront soustraits du pointage pour chaque coup excédentaire.<br>• L'activité peut être conduite individuellement ou en équipes de quatre. |
| **Équipement requis :**<br>Obligatoire : Cibles de compétition CCT2001AR853 du MCC (deux par cadet).<br>L'équipement optionnel pour le tir se limite à ce qui suit :<br>• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets,<br>• une veste de tir,<br>• un gant de tir,<br>• une casquette de tir. |

**Instructions sur l'activité :**

1. Distribuer deux cibles de compétition du MCC (CCT2001AR853) à chaque cadet.
2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et la date sur chacune des cibles et de les fixer au cadre de cible.
3. Donner 20 plombs de pointage aux cadets pour qu'ils en tirent un à chaque schéma de pointage [des plombs de zérotage supplémentaires sont autorisés]).
4. Demander aux cadets de tirer en relève aux commandements donnés par l'O Sécur Tir.
5. Accorder 30 minutes aux cadets pour terminer le tir.
6. Demander à l'O Sécur Tir de recueillir les cibles, marquer les points comme décrit ci-dessus et d'inscrire les résultats.
7. Permettre aux cadets d'examiner leurs cibles et de les conserver.

Les actions et les équipements suivants sont interdits :

- Feu croisé.
- Modifications des carabines.
- Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.
- Télescope d'observation.
- Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets.

## ACTIVITÉS COMPÉTITIVES – LANCEMENT LUNAIRE

### LANCEMENT LUNAIRE

**Objectif :** Donner aux cadets l'occasion de compétitionner à l'intérieur du corps de cadets.

**Pointage :** La distance moyenne entre la terre et la lune est de 384 400 km. Toutes les cibles des activités de tir de précision effectuées au cours de l'instruction en tir de précision seront additionnées pour atteindre une distance déterminée à partir de la terre et obtenir un poste dans l'équipage de la navette spatiale. Les quatre niveaux de pointage ou postes doivent respecter les normes suivantes :

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. | Commandant de mission : | Un pointage de 100 ou plus : | 384 400 km de la terre, atterrissage lunaire! |
| 2. | Spécialiste de mission : | Un pointage de 75 à 99 : | 288 300 km de la terre. |
| 3. | Ingénieur en chef : | Un pointage de 50 à 74 : | 192 200 km de la terre. |
| 4. | Agent scientifique : | Un pointage de 25 à 49 : | 96 100 km de la terre, lancement lunaire! |

**Équipement requis :**

Obligatoire : Les pointages de toutes les cibles utilisées durant les activités de tir de précision au cours de l'année d'instruction.

**Instructions sur l'activité :**

1. Additionner les pointages des cibles utilisées par chaque cadet au cours de l'année d'instruction.
2. Utiliser la méthode de pointage décrite plus haut pour attribuer les niveaux ou les postes atteints par les cadets dans l'équipage de la navette spatiale.

**Nota :**

1. Il faut tenir un registre des points de chaque cadet obtenus au cours des activités de tir de précision.
2. Cette activité peut être répartie sur plusieurs années d'instruction.
3. Le certificat qui se trouve à l'annexe J peut être remis aux cadets qui atteignent les niveaux ou les postes correspondants au cours de cette activité.

Ceci certifie que

_____

a atteint le niveau de

_____

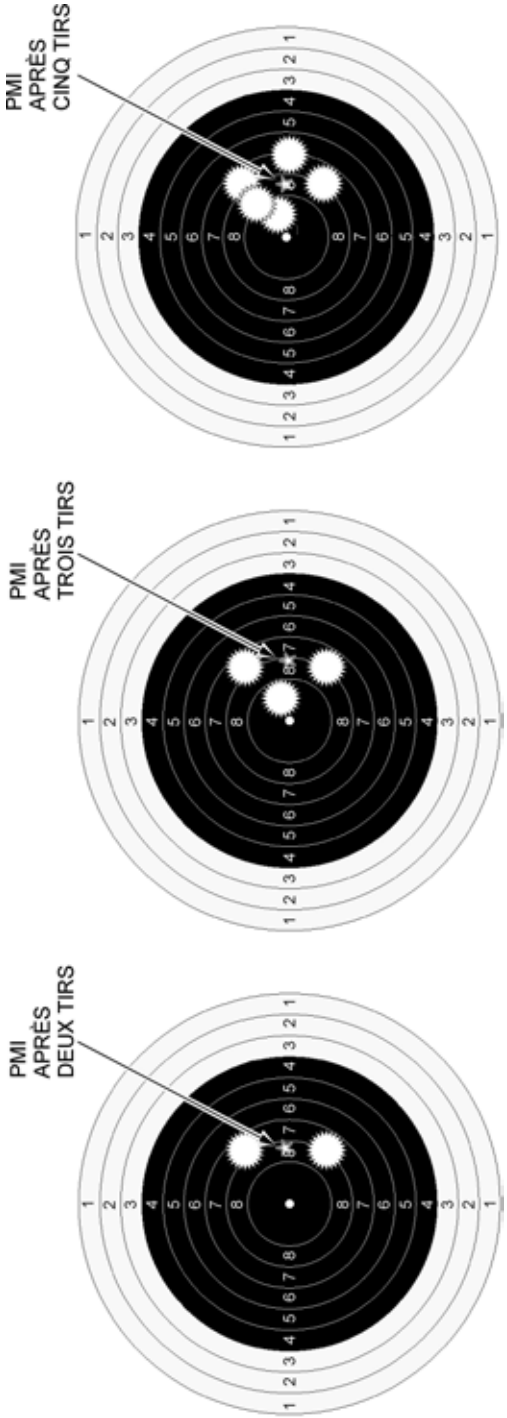
au cours de

**l'activité de tir de précision de lancement lunaire**

_____ Date

_____ Officier de sécurité du champ de tir

**EXEMPLES DE PMI**




*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6K-1 Exemples de PMI

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**ACTIVITÉ DE RÉGLAGE DE LA MIRE**

Nom : _____ Date : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

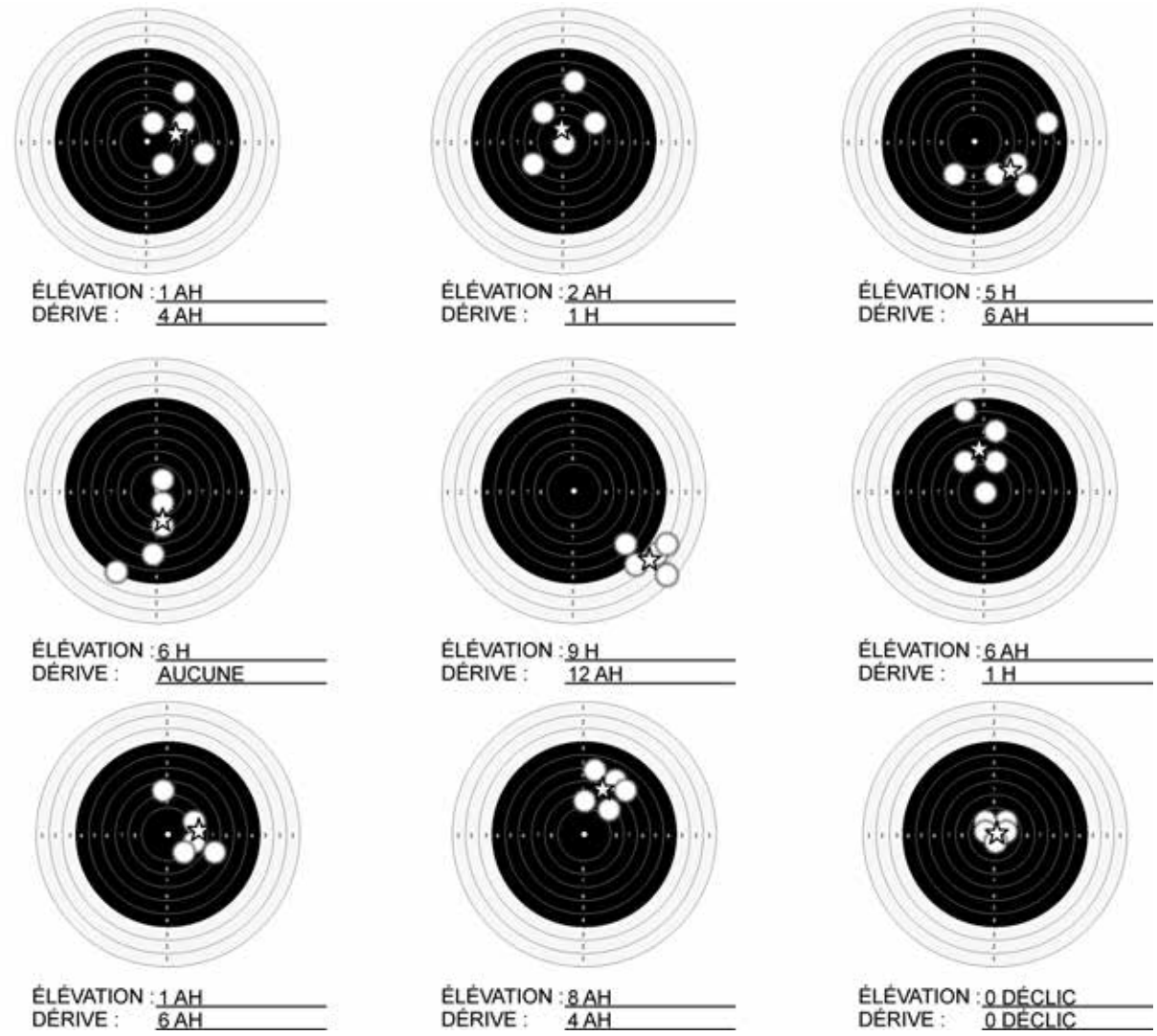
ÉLÉVATION : _____
DÉRIVE : _____

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6L-1 Cibles de l'activité de réglage de la mire

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## ACTIVITÉ DE RÉGLAGE DE LA MIRE – CORRIGÉ




*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 6M-1 Corrigé de cibles

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 7

# OREN 307 – SERVIR DANS UN CORPS DE CADETS DE L'ARMÉE

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M307.01 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE L'ÉTOILE ARGENT

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier pour chaque cadet le résumé des OCOM ET OREN de l'instruction Étoile argent qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 2, annexe A.

Obtenir une copie du plan d'instruction annuel de l'étoile argent.

Obtenir une copie du contrat d'engagement communautaire (CEC) du corps de cadets, qui a été élaboré pendant l'OCOM M107.01 (Participer à une discussion sur la première année de l'instruction, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 7, section 1).

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour initier les cadets aux occasions d'instruction de l'étoile argent et stimuler leur intérêt.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier les occasions d'instruction qu'il aura dans l'étoile argent.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets aient un aperçu de l'instruction qui se déroulera dans l'étoile argent, car cela pourrait leur donner l'enthousiasme et la motivation à participer à une année d'instruction remplie de nouvelles

expériences d'instruction et d'occasions d'exercer le leadership. Les mises à jour du contrat d'engagement communautaire du corps de cadets devraient stimuler tous les cadets individuellement et en groupe pendant l'année d'instruction à venir.

**Point d'enseignement 1** — **Identifier les occasions d'instruction obligatoires de l'étoile argent**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

L'instruction obligatoire de l'étoile argent est un plan d'activités que le corps de cadets et les établissements d'instruction spécialisés (centres d'expédition) doivent effectuer avec les cadets de troisième année. L'instruction obligatoire à faire se déroule comme suit :

1. 60 périodes d'instruction qui doivent se dérouler pendant des séances d'instruction (3 périodes par séance);
2. 18 périodes d'instruction qui doivent se dérouler pendant deux jours d'instruction obligatoires (9 périodes par jour);
3. 18 périodes d'instruction qui doivent se dérouler dans le cadre d'un exercice d'entraînement en campagne (EEC) – bivouac – lors d'une fin de semaine;
4. 18 périodes d'instruction qui doivent se dérouler dans le cadre d'un exercice d'expédition d'une fin de semaine à un centre d'expédition.

**INSTRUCTION COMMUNE AUX CADETS DE LA MARINE, AUX CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE ET AUX CADETS DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA**

Tout comme dans l'instruction de l'étoile verte et l'étoile rouge, il y a dans l'étoile argent une instruction commune aux cadets de la Marine, aux cadets royaux de l'Armée canadienne et aux cadets de l'aviation royale du Canada. Les objectifs de rendement (OREN) pour l'instruction commune cette année sont :

| OREN | Sujet | Énoncé de l'OREN |
|---|---|---|
| 301 | Civisme | Reconnaître l'objectif des groupes de service au Canada |
| 302 | Service communautaire | Effectuer un service communautaire |
| 303 | Leadership | Exercer le rôle d'un chef d'équipe |
| 304 | Bonne forme physique et mode de vie sain | Mettre à jour le plan d'activité personnel |
| 305 | Sports récréatifs | Participer à des sports récréatifs |
| 306 | Tir de précision avec la carabine à air comprimé | Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets pendant une activité récréative de tir de précision |
| 307 | Connaissance générale des cadets | Servir dans un corps de cadets de l'Armée |
| 308 | Exercice militaire | Diriger une escouade avant un rassemblement |
| 309 | Techniques d'instruction | Enseigner une leçon |
| 311 | Biathlon | (Instruction complémentaire seulement) |

La cérémonie de la revue annuelle est également commune aux trois éléments des cadets, mais aucune instruction spécifique n'est prévue pour elle.

**INSTRUCTION PROPRE À L'ÉLÉMENT DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

Dans l'étoile argent, certaines instructions sont spécifiquement conçues pour les Cadets royaux de l'Armée canadienne. Les OREN pour les instructions spécifiques aux Cadets royaux de l'Armée canadienne cette année sont :

| OREN | Sujet | Énoncé de l'OREN |
|---|---|---|
| 320 | Familiarisation avec les FC | Reconnaître la vaillance des membres de l'Armée canadienne |
| 321 | Entraînement en campagne | Exercer les fonctions d'un chef d'équipe dans le cadre d'un exercice en campagne – bivouac – lors d'une fin de semaine |
| 322 | Navigation | Tracer l'emplacement sur une carte topographique à l'aide d'un récepteur GPS |
| 323 | Randonnée en montagne | (Instruction complémentaire seulement) |
| 324 | Survie en milieu sauvage | Survivre lorsqu'on est perdu |
| 325 | Leadership lors d'activités en plein air | Identifier les compétences d'un chef d'activités en plein air |
| 326 | Expédition | Mettre en pratique les compétences en expédition |

L'expédition est une activité qui distingue les cadets de l'Armée des autres éléments de cadets. L'expédition est définie comme étant toute activité qui comporte une excursion dynamique d'au moins 36 heures, assortie d'un objectif clair lié à l'activité. Dans l'instruction de l'étoile argent, l'expédition est soutenue par l'OREN 221 (Entraînement en campagne) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 11), l'OREN 222 (Navigation) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 12), l'OREN 224 (Survie en milieu sauvage) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14), l'OREN 325 (Leadership en plein air) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 15) et l'OREN 326 (Expédition) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 16). Dans l'étoile argent, les cadets auront l'occasion d'assister à un exercice d'expédition lors d'une fin de semaine à un Centre d'expédition régional.

L'évaluation est un aspect important de l'instruction des cadets. Elle est conçue pour aider les cadets et leurs instructeurs à atteindre les objectifs d'instruction pour chaque OREN. Les cadets seront informés des exigences avant le début de l'évaluation. Lorsque l'évaluation sera terminée, le cadet sera informé de son résultat et recevra une copie à conserver. Les OREN et les méthodes à évaluer sont :

- 303 (Exercer le rôle d'un chef d'équipe, chapitre 3). Évaluation de rendement et communication personnelle.
- 308 (Diriger une escouade avant un rassemblement, chapitre 8). Évaluation de rendement.
- 309 (Enseigner une leçon, chapitre 9). Évaluation de rendement.
- 322 (Tracer l'emplacement sur une carte topographique à l'aide d'un récepteur GPS, chapitre 12), y compris :
    - COREN-01 Réponse élaborée écrite;

- CORENÉvaluation de rendement.
- 324 (Survivre lorsqu'on est perdu, chapitre 14), y compris :
  - CORENÉvaluation de rendement;
  - CORENÉvaluation de rendement;
  - CORENÉvaluation de rendement;
  - CORENCommunication personnelle.
- 326 (Mettre en pratique les compétences en expédition, chapitre 16). Évaluation de rendement.

Les détails de chaque évaluation se trouvent dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Combien y a-t-il de périodes d'instruction obligatoires?

Q2. Qu'est-ce l'instruction commune?

Q3. Quel OREN soutien l'instruction à l'expédition dans l'étoile argent?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Il y a 60 périodes d'instruction obligatoires.

R2. L'instruction commune est une instruction qui s'applique aux cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air.

R3. Dans l'instruction de l'étoile argent, l'expédition est soutenue par l'OREN 221 (Entraînement en campagne) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 11), l'OREN 222 (Navigation) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 12), l'OREN 224 (Survie en milieu sauvage) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14), l'OREN 325 (Leadership en plein air) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 15) et l'OREN 326 (Expédition) (A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 16).

**Point d'enseignement 2** — **Identifier les occasions d'instruction complémentaires de l'étoile argent**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

L'instruction complémentaire de l'étoile argent est un plan d'activités que le corps de cadets et les établissements d'instruction spécialisés (centres d'expédition) peuvent effectuer avec les cadets de troisième année. Ces activités complètent les activités obligatoires et font partie intégrante du programme des niveaux d'étoiles. Chaque OREN identifié dans le PE 1, sauf l'OREN 326 (Mettre en pratique les compétences en expédition, chapitre 16) comporte des activités complémentaires qui peuvent être choisies. Les commandants (cmdt) ont la possibilité de choisir les activités parmi un éventail de choix, ce qui leur permet de modifier l'instruction de l'étoile argent selon les intérêts et les ressources des corps de cadets.

Ce PE varie selon le corps de cadets. Se référer au plan d'instruction annuel du corps de cadets et discuter de l'instruction complémentaire qui sera effectuée dans le corps de cadets pour le programme de l'étoile argent.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Quelle est l'instruction complémentaire effectuée dans l'étoile argent qui est également offerte aux cadets de la Marine et aux cadets de l'Air?

Q2. Quelle est l'instruction complémentaire spécifique aux cadets de l'Armée qui est donnée dans l'étoile argent?

Q3. Quelle est l'instruction complémentaire la plus intéressante à suivre pour un cadet de l'étoile argent?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les réponses seront en fonction des OREN communs.

R2. Les réponses sont variables.

R3. Les réponses sont variables.

**Point d'enseignement 3** — **Réviser les objectifs d'un contrat d'engagement communautaire**

Durée : 15 min — Méthode : Exposé interactif

Un contrat d'engagement communautaire de corps de cadets a été élaboré dans l'OCOM M107.01 (Participer à une discussion sur la première année de l'instruction, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 7, section 1) et a été revu dans le programme de l'étoile rouge pour approfondir l'apprentissage du contrat d'engagement communautaire.

Revoir les éléments du contrat d'engagement communautaire qui existe dans le corps de cadets. Tous les cadets doivent connaître les buts du corps de cadets qui ont été élaborés.

Les cadets peuvent être d'accord que certains buts doivent être changés ou que certains doivent être ajoutés ou supprimés.

### BUTS DU CEC

Un contrat d'engagement communautaire peut prendre plusieurs formes. Des exemples se trouvent à l'annexe A.

Avant d'établir un CEC, tous les cadets doivent être prêts à s'engager aux buts communs.

**Être présent.** Le CEC exige que chacun s'engage consciencieusement à être présent en corps et en esprit, à s'engager à participer pleinement, à accepter et à être responsable de ses actions. Cela veut dire que chacun doit démontrer de l'intérêt au soutien mutuel et s'engager activement au processus d'apprentissage.

**Être en sécurité.** Afin de stimuler l'intérêt, de faciliter la participation et de créer un milieu sans parti pris pour les membres du groupe, chacun doit se sentir en sécurité. C'est le travail de l'instructeur de s'assurer que les membres de l'équipe se sentent physiquement et émotionnellement en sécurité pour participer au processus d'apprentissage. Cette responsabilité revient aussi aux membres du groupe. Les comportements et les attitudes ne doivent pas mettre en danger les autres membres du groupe. Un environnement sécuritaire encourage chaque membre à participer activement, à poser des questions et à fournir des réponses sans avoir peur d'être ridiculisé.

**Établir des buts.** Il est essentiel que chaque cadet établisse des buts personnels. Ces buts fournissent à la personne et au groupe les points de référence selon lesquels ils feront des choix par rapport aux actions et plans. Dans chaque processus d'apprentissage, il est primordial d'établir des buts. Une fois que les buts sont établis, les membres du groupe et les personnes individuelles assument la responsabilité de les atteindre. Le CEC exige que les membres du groupe travaillent collectivement vers l'atteinte des buts du groupe et qu'ils se soutiennent les uns les autres pour atteindre des buts individuels.

**Être honnête.** Être honnête signifie que chacun est honnête avec les autres et surtout avec lui-même. Par exemple, dans une situation de déception ou de colère, les membres de l'équipe doivent simplement reconnaître leurs sentiments face à la situation et expliquer ouvertement et fidèlement leur état d'esprit. Dans cette situation, chacun sera capable de travailler à résoudre le problème. Être honnête exige que les membres soient responsables les uns envers les autres et responsables pour leurs propres paroles et actions.

**Accepter et continuer.** Le CEC nécessite que les membres du groupe reconnaissent qu'ils ne sont pas toujours en accord et qu'ils ont des opinions et des idées différentes. Dans ce cas-ci, les membres doivent choisir de mettre leurs différends de côté et de continuer pour atteindre les buts.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

---

### QUESTIONS

Q1. Quels sont les buts du CEC?

Q2. Dans le CEC, que signifie être honnête?

Q3. Qu'est-ce qui doit arriver et qu'on doit accepter et continuer?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les buts du CEC sont :

- être présent,
- être prudent,
- établir des objectifs,
- être honnête,
- accepter et continuer.

R2. Que tout le monde est honnête avec les autres et avec lui-même.

R3. Tout le monde doit choisir de mettre les différends de côté et continuer pour atteindre les buts.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Quels sont les OREN spécifiques aux cadets de l'Armée?

Q2. Quel est l'OREN de l'étoile argent n'ayant aucune instruction complémentaire?

Q3. Quels changements avez-vous remarqué dans le CEC à travers les années?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les OREN particuliers aux cadets de l'Armée comprennent :

- 320 (Reconnaître la vaillance des membres de l'Armée canadienne, chapitre 11),
- 321 (Exercer les fonctions d'un chef d'équipe dans le cadre d'un exercice en campagne – bivouac – lors d'une fin de semaine, chapitre 12),
- 322 (Tracer l'emplacement sur une carte topographique à l'aide d'un récepteur GPS, chapitre 13).
- 323 (Randonnée en montagne [instruction complémentaire seulement]),
- 324 (Survivre lorsqu'on est perdu, chapitre 14),
- 325 (Identifier les compétences d'un chef d'activités en plein air, chapitre 15),
- 326 (Mettre en pratique les compétences en expédition, chapitre 16).

R2. L'OREN 326 (Mettre en pratique les compétences en expédition, chapitre 16).

R3. Les réponses sont variables.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Le fait de savoir à quoi s'attendre du programme de l'étoile argent permettra aux cadets de comprendre l'instruction qui les attend. Cela aide aussi à maintenir un intérêt et à anticiper les défis de leadership qui émergent pour un cadet de l'étoile argent.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Consulter le plan d'instruction annuel du corps de cadets pour obtenir les occasions d'instruction complémentaires de l'étoile argent.

Cet OCOM doit être enseigné le plus tôt possible dans l'année d'instruction. Un échantillon de l'horaire se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 2, annexe B.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-054 Directeur - Cadets 3. (2007). OAIC 11-04, *Aperçu du programme des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-038 (ISBN 0-7872-2459-6) Henton, M. (2006). *Adventure in the Classroom: Using Adventure to Strengthen Learning and Build a Community of Life-Long Learners*. Dubuque, Iowa, Kendall Hunt Publishing.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM M307.02 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE TROISIÈME ANNÉE DU CIEC

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Se reporter à l'annexe C de l'OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*, avant de donner cette leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La discussion de groupe a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur les domaines d'intérêt relatifs aux occasions d'instruction au CIEC.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 2 afin d'initier les cadets aux occasions d'instruction de la troisième année au CIEC et de stimuler leur intérêt.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait avoir identifié les occasions d'instruction de troisième année au CIEC.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets identifient les occasions d'instruction de troisième année qui leur sont offertes au CIEC car ils peuvent ainsi prendre une décision éclairée concernant le cours dans lesquels ils veulent s'inscrire.

**Point d'enseignement 1** | **Discuter des domaines d'intérêt par rapport aux occasions d'instruction du CIEC**

Durée : 10 min | Méthode : Discussion de groupe

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements suivant auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

Écrire les domaines spécialisés sur un tableau blanc ou un tableau de papier et discuter des activités reliées à chaque domaine. Les cadets peuvent déjà connaître quel domaine ils aimeraient poursuivre et peuvent déjà avoir une idée générale des activités.

### LEADERSHIP CÉRÉMONIAL

Les cadets développeront les connaissances et les compétences requises pour améliorer les aptitudes de leadership entre pairs et en petit groupe. Les sujets sont :

- le leadership,
- le renforcement de la confiance,
- l'art oratoire,
- la résolution de problèmes,
- l'exercice militaire de cérémonie.

### LEADERSHIP EN EXPÉDITION

Les cadets acquerront des connaissances et des compétences sur les expéditions dans un environnement de campagne. Les sujets sont :

- les activités de formation par l'aventure,
- l'entraînement en campagne,
- la randonnée en montagne,
- l'orientation,
- la survie en milieu sauvage,
- l'expédition.

### TIR DE PRÉCISION AVEC LA CARABINE DE GROS CALIBRE

Les cadets développeront des connaissances et des compétences nécessaires pour améliorer leurs habiletés en matière de tir de précision avec la carabine de gros calibre. Les sujets sont :

- tir de précision avec des armes de gros calibre,
- le tir de précision récréatif,
- la compétition de tir de précision au niveau du cours.

**TIR DE PRÉCISION AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ**

Les cadets développeront des connaissances et des compétences nécessaires pour améliorer leurs habiletés en matière de tir de précision avec la carabine à air comprimé. Les sujets sont :

- le tir selon deux positions (debout et couchée),
- le tir de précision récréatif,
- la compétition de tir de précision au niveau de cours,
- le biathlon.

**CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET SPORTS**

Les cadets amélioreront leur forme physique personnelle, et leurs connaissances et compétences en sport. Les sujets sont :

- l'étude du conditionnement physique personnel;
- l'étude des règles et règlements des sports;
- l'organisation et l'animation d'activités sportives.

**MUSIQUE MILITAIRE**

Les cadets acquerront des connaissances et des compétences en musique. Les sujets sont :

- l'étude de la théorie musicale;
- jouer un instrument faisant partie d'un ensemble;
- jouer un instrument faisant partie d'une musique militaire;
- acquérir des habiletés individuelles en musique.

**CORPS DE CORNEMUSES**

Les cadets acquerront des connaissances et des compétences en musique. Les sujets sont :

- l'étude de la théorie musicale;
- jouer un instrument faisant partie d'un ensemble;
- jouer un instrument faisant partie d'un corps de cornemuses et de tambours;
- acquérir des habiletés individuelles en musique.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Quelles sont les activités d'instruction d'été qui vous intéressent?

Q2. Qui est intéressé à s'inscrire à l'instruction d'été cette année? Pourquoi?

Q3. Vers quels domaines d'intérêt pensez-vous vous orienter? Pourquoi?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des qualifications préalables aux cours de troisième année du CIEC**

Durée : 15 min Méthode : Exposé interactif

On pourrait demander à un cadet qui a complété avec succès un des cours de troisième année de parler de son expérience pendant ce PE. Les autres cadets auront donc l'opinion d'un cadet qui a suivi ce cours, ce qui leur permettra de savoir à quoi s'attendre.

## LES COURS RÉGULIERS

Les cours du CIEC qui sont énumérés ci-dessous sont communs aux cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air.

Étant donné que les préalables pour les cours de CIEC peuvent changer, se reporter à l'OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets*.

**Instructeur de tir de précision à la carabine à air comprimé.** Le but de ce cours est de former des spécialistes ayant des connaissances et des compétences dans le tir de précision à la carabine à air comprimé et le biathlon. Il permettra au cadet d'aider à l'élaboration et à la mise en oeuvre d'un programme compétitif de tir de précision et de donner l'instruction du tir de précision dans le programme du corps de cadets. Le préalable pour ce cours régional de six semaines est la réussite du programme de l'étoile argent.

**Instructeur de conditionnement physique et sports.** Le but de ce cours est d'améliorer la condition physique personnelle et d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour permettre au cadet d'aider à organiser et à exécuter diverses activités sportives. Le préalable pour ce cours régional de six semaines est la réussite du programme de l'étoile argent, un niveau de condition physique intermédiaire et un intérêt pour la condition physique et les sports.

**Musique militaire – Musicien intermédiaire.** Le but de ce cours est d'améliorer les compétences et les connaissances requises pour jouer et diriger un groupe de musique militaire d'un corps de cadets. Le préalable pour ce cours régional de six semaines est la réussite du programme de l'étoile rouge et le cours de musique élémentaire ou niveau 1.

**Corps de cornemuses – Musicien intermédiaire.** Le but de ce cours est d'améliorer les compétences et les connaissances requises pour jouer et diriger un corps de cornemuses. Le préalable pour ce cours régional de six semaines est la réussite du programme de l'étoile rouge et le cours de musique élémentaire ou niveau 1.

## COURS PROPRE À L'ÉLÉMENT DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

Les cours du CIEC énumérés ci-dessous sont spécifiquement conçus pour les cadets de l'Armée.

**Instructeur d'exercice militaire et cérémonial.** Le but de ce cours est de continuer à développer les connaissances et les compétences de leadership requises pour les postes de chef subalterne soutenant le programme du corps de cadets. Il permet également de se perfectionner dans l'exercice militaire et le cérémonial ainsi que l'instruction à l'exercice militaire. Le préalable pour ce cours régional de six semaines est la réussite du programme de l'étoile argent.

**Instructeur d'expéditions.** Le but de ce cours est de former des spécialistes avec les compétences et les connaissances de la matière nécessaires pour participer et diriger avec succès à une expédition de niveau intermédiaire. Le préalable pour ce cours de six semaines est la réussite du programme de l'étoile argent, la

capacité de nager à l'aide d'un vêtement de flottaison individuelle (V.F.I.) et une catégorie médicale adéquate pour les activités ardues en campagne.

**Tir de gros calibre – phase I**. Le but de ce cours est de développer un niveau spécialisé de connaissances et de compétences en tir de précision allant au-delà du tir de précision avec une carabine à air comprimé. Cela permet au cadet de participer seul ou en tant que membre d'une équipe à une compétition nationale de tir de précision avec la carabine. Le préalable pour ce cours de six semaines est la réussite du programme de l'étoile argent, la réussite du cours de Tir de précision élémentaire et un intérêt démontré pour le tir de précision.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. En troisième année au CIEC, quels sont les cours communs aux cadets de l'Armée, de l'Air et de la Marine?

Q2. Quels cours de troisième année au CIEC sont seulement offerts aux cadets de l'Armée?

Q3. Quels sont les cours de troisième année au CIEC qui vous intéressent le plus? Pourquoi?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les cours communs de troisième année au CIEC sont :

- Instructeur de tir de précision avec la carabine à air comprimé,
- Instructeur de conditionnement physique et de sports,
- Musique militaire – Musicien intermédiaire,
- Corps de cornemuses – Musicien intermédiaire.

R2. Les cours de troisième année au CIEC offerts seulement aux cadets de l'Armée sont :

- Instructeur d'exercice militaire et cérémonial,
- Instructeur d'expédition,
- Tir de gros calibre – phase I.

R3. Les réponses sont variables.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est important que les cadets connaissent les cours d'instruction d'été qui sont offerts pour qu'ils puissent faire une demande d'inscription aux cours qui les intéressent le plus. L'instruction est offerte dans des domaines spécialisés qui ne sont peut-être pas disponibles au corps de cadets. L'instruction d'été est un aspect amusant et stimulant du programme des cadets. Les CIEC sont aussi des endroits où on peut faire la connaissance d'autres cadets et se faire des amis dans différents corps au Canada.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Cet OCOM doit être enseigné avant l'échéance d'inscription à l'instruction d'été.

Il est recommandé de remplir les formulaires d'inscription à l'instruction d'été pendant une séance d'instruction après le déroulement de cet OCOM.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-010 Directeur - Cadets 2. (2006). OAIC 11-03, *Mandat du programme des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-033 Directeur - Cadets 3. (2004). OAIC 14-21, *Instruction et formation musicales au sein des Organisations de cadets du Canada*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A2-031 Directeur - Cadets 3. (2008). OAIC 40-21, *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

# OCOM M307.03 – RECONNAÎTRE LE PARTENARIAT ENTRE LA LIGUE DES CADETS DE L'ARMÉE DU CANADA (LCAC) ET LE MINISTÈRE DE LA DÉFENSE NATIONALE (MDN)

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 30 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin d'initier les cadets aux trois niveaux de la LCAC et aux responsabilités de la LCAC et du MDN en appui au MCC puisqu'il permet à l'instructeur de contrôler la présentation de l'information tout en encourageant les cadets à participer activement en posant des questions et en y répondant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, les cadets doivent reconnaître le partenariat entre la LCAC et le MDN en appui au MCC.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets reconnaissent le partenariat entre la LCAC et le MDN en appui au MCC car ces deux organismes travaillent ensemble pour assurer le succès du MCC, ce qui a une influence directe sur le cadet. Certains cadets ne savent pas que plusieurs personnes et organismes appuient le programme en plus du corps local.

**Point d'enseignement 1** **Décrire les trois niveaux de la LCAC**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Il y a trois filiales dans la Ligue des cadets de l'Armée du Canada (LCAC). Chacune travaille en partenariat avec le MDN sur des points respectifs.

**Nationale**

Situé à Ottawa en Ontario et sous la supervision d'un directeur exécutif, le bureau national est responsable de la gestion des affaires quotidiennes de la LCAC.

Le bureau national administre et coordonne toutes les activités nationales de la Ligue, y compris les assurances, les finances ainsi que les distinctions honorifiques et récompenses.

**Provinciale/Territoriale**

La filiale provinciale de la LCAC supervise les représentants locaux et gère le processus d'examen des bénévoles ainsi que les activités de financement dans la province ou le territoire. De plus, la filiale provinciale ou territoriale présente les demandes de récompenses nationales au nom de la province ou du territoire.

**Répondant local**

Plusieurs répondants locaux composent la LCAC. Les bénévoles des comités répondants locaux aident les corps de cadets pour le financement et les activités.

On retrouve souvent un représentant du répondant local de la LCAC aux parades et aux événements, incluant la cérémonie de la revue annuelle.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Quels sont les trois niveaux de la LCAC?

Q2. D'où vient habituellement le représentant de la LCAC qui visite un corps de cadets?

Q3. Les distinctions honorifiques et les récompenses sont gérées par quel niveau de la LCAC?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les trois niveaux de la LCAC sont :

- le niveau national,
- le niveau provincial ou territorial,
- le niveau local.

R2. Le répondant local.

R3. Le niveau national.

**Point d'enseignement 2** **Identifier les responsabilités de la LCAC et du MDN**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

**RESPONSABILITÉS DE LA LCAC**

**Recrutement de cadets.** Le répondant local doit organiser et mettre en œuvre un plan de recrutement des cadets.

**Recruter des officiers pour le Cadre des instructeurs de cadets (CIC).** La LCAC est responsable de faire la recommandation de personnes adéquates à recruter comme instructeurs de cadets dans les Forces canadiennes.

**Financement.** Le répondant local doit organiser les activités de financement qui supportent le corps de cadets.

**Fournir des installations d'instruction au corps de cadets.** Les divisions provinciales de la LCAC fournissent des installations d'instruction et des bureaux pour le corps de cadets lorsqu'ils ne sont pas fournis par le MDN.

**Organiser et mettre en place des programmes d'activités récréatives.** La LCAC est responsable d'organiser et de diriger diverses activités lorsque le corps de cadets a besoin d'aide.

**Fournir du financement pour les activités d'instruction facultatives.** Le répondant local et la filiale provinciale assument les coûts que le MDN ne fournit pas pour les activités d'instruction facultative.

**Fournir de l'équipement au corps de cadets.** La LCAC est responsable de fournir l'équipement au corps de cadets pour soutenir les activités d'instruction facultatives.

**RESPONSABILITÉS DU MDN**

**Former les officiers du CIC.** Le MDN est responsable de l'analyse, la conception et l'élaboration de plans de cours, de l'approbation de l'instruction selon les exigences régionales et de la consultation auprès de la LCAC conformément au contenu du cours d'officier du CIC.

**Fournir les normes de qualification et les plans (NQP) et les guides pédagogiques (GP) pour l'instruction des cadets.** Le MDN élabore et fournit les NQP et les GP qui guident l'instruction des cadets.

**Fournir des fonds pour les activités obligatoires et les activités de soutien.** Les activités obligatoires et les activités de soutien qui sont approuvées sont financées par le MDN.

**Élaborer des politiques à l'égard des officiers du CIC, des instructeurs civils (IC) et des cadets.** Le MDN est responsable de l'élaboration, de la mise en œuvre et du respect de la politique concernant les officiers du CIC, les IC et les cadets.

**Distribuer de l'équipement aux corps de cadets conformément aux barèmes de distribution.** Tout l'équipement nécessaire pour l'instruction obligatoire, les activités de soutien obligatoires et l'instruction facultative dirigée est fournie par le MDN.

**Payer les officiers du CIC et les IC.** Le MDN est responsable de l'élaboration, de la mise en œuvre et de l'application de la politique de paie ainsi que de payer les officiers du CIC et les IC.

**Sélectionner les cadets qui reçoivent une instruction dans les centres d'instruction d'été des cadets (CIEC).** Le MDN est responsable de s'assurer que les cadets satisfont aux préalables et de choisir les cadets pour les cours d'instruction d'été.

**Fournir des installations et du personnel aux CIEC.** Le MDN est responsable de fournir des installations adéquates et de sélectionner le personnel pour les CIEC.

**RESPONSABILITÉS DE LA LCAC ET DU MDN**

**Former et dissoudre les corps de cadets.** La LCAC et le MDN travaillent en collaboration pour former les nouveaux corps de cadets et dissoudre les corps de cadets non actifs.

**Fournir des prix et des médailles.** La LCAC et le MDN fournissent aux cadets des récompenses telles que : l'épée commémorative du lieutenant-général Walsh, la mention élogieuse des cadets et la distinction honorifique du Major-général W.A. Howard.

**Développer des relations avec la communauté et les médias.** Des relations avec les médias sont maintenues à tous les niveaux de la LCAC et du MDN. Le MDN a nommé des officiers des affaires publiques au niveau régional et national qui maintiennent les relations avec les médias à leur niveau. Le répondant local de la LCAC a la responsabilité de conserver de bonnes relations avec les médias et la communauté locale.

**Superviser et administrer les corps de cadets.** Le répondant local de la LCAC est le personnel du corps de cadets travaillent en collaboration pour s'assurer que la supervision et l'administration sont adéquates au sein du corps de cadets.

**Fournir un groupe de revue pour les cérémonies de revues annuelles.** La LCAC et le MDN travaillent en collaboration pour fournir un groupe de revue pour les cérémonies de revues annuelles.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les responsabilités de la LCAC?

Q2. Quelles sont les responsabilités du MDN?

Q3. Nommer une responsabilité commune à la LCAC et au MDN.

**RÉPONSES ANTICIPÉES** :

R1. La LCAC est responsable de :

- recruter des cadets;
- recruter les officiers du CIC;
- faire des campagnes de financement;
- fournir des installations d'instruction au corps de cadets;
- organiser et mettre en place des programmes d'activités récréatives;
- fournir du financement pour les activités d'instruction facultatives;
- fournir de l'équipement au corps de cadets.

R2. Le MDN est responsable de :

- former les officiers du CIC;
- fournir les NQP et les GP qui guident l'instruction des cadets;
- fournir des fonds pour les activités obligatoires et les activités de soutien;
- élaborer des politiques à l'égard des officiers du CIC, des IC et des cadets;
- distribuer de l'équipement aux corps de cadets conformément aux barèmes de distribution;
- payer les officiers du CIC et les IC;

- sélectionner les cadets pour les CIEC;
- fournir des installations et du personnel aux CIEC.

R3. La LCAC et le MDN sont responsable de :

- former et dissoudre les corps de cadets;
- fournir des prix et des médailles;
- développer des relations avec la communauté et les médias;
- superviser et administrer les corps de cadets;
- fournir un groupe de revue pour les cérémonies de revues annuelles.

---

**Point d'enseignement 3** **Identifier les prix et les médailles du programme des cadets de l'Armée**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

L'OAIC 13-16, *Décorations et récompenses nationales des cadets*, présente l'autorité pour toutes les récompenses nationales ainsi que les instructions concernant la tenue.

Les Décorations et récompenses nationales des cadets ne font pas partie du système de Distinctions honorifiques militaires canadiennes (Ordres, décorations et médailles).

La sélection des récompenses est un partenariat entre les représentants des corps de cadets, des URSC et de la LCAC.

**L'épée commémorative du lieutenant-général Walsh.** Cette récompense a été créée en 2004 par la LCAC en partenariat avec la Légion royale canadienne. Cette récompense nationale est la plus haute distinction qu'un cadet de l'Armée peut recevoir. Le cadet récipiendaire sera invité par la Légion royale canadienne lors des cérémonies du jour du Souvenir et fera partie du groupe vice-royal. De plus, le cadet méritant a droit à une visite de la capitale nationale et rencontre la Gouverneure générale et le Chef d'état-major de la Défense.

La récompense est remise en l'honneur du lieutenant-général Geoffrey Walsh qui a dévoué une grande partie de son temps au programme des cadets de l'Armée.

Les récipiendaires sont choisis selon leur rendement en tant que cadets de l'Armée, leur implication et leur niveau d'instruction.

**La médaille de bravoure des cadets.** La médaille de bravoure peut être décernée à un cadet qui effectue un acte de courage exceptionnel qui implique un risque à sa vie en tentant de sauver la vie ou les biens des autres.

**La mention élogieuse des cadets.** La mention élogieuse des cadets peut être décernée à un cadet pour des actes exceptionnels en tentant de sauver la vie ou les biens d'une autre personne.

**La médaille de Lord Strathcona.** La médaille de la Fondation Lord Strathcona est décernée pour un rendement exemplaire dans l'entraînement physique et militaire. Lord Strathcona avait pour objectif en créant sa fondation :

- d'encourager l'amélioration des capacités physiques et intellectuelles des cadets;
- favoriser le patriotisme des cadets par l'acquisition d'une bonne connaissance des affaires militaires.

**La médaille d'excellence de la Légion.** La médaille d'excellence de la Légion est décernée aux cadets ayant démontré un engagement supérieur envers le corps de cadets et la communauté.

**La médaille des Anciens combattants de l'Armée, de la Marine et des Forces aériennes (ANAVETS).** La médaille ANAVETS est décernée pour l'accomplissement globale pour le cours d'instructeur de chef de cadets dans le domaine du leadership et de la performance physique. Les récipiendaires de la médaille ANAVETS peuvent faire une demande de bourse commémorative Colonel Frank Kossa s'ils font des études post-secondaires.

**La distinction honorifique du Major-général W.A. Howard.** Cette distinction honorifique promeut l'excellence dans la dernière année du programme d'étoiles conjointement à la performance générale d'un cadet. Elle est administrée et sélectionnée par un comité établit par la LCAC.

*D Cad 3, Livre de référence des cadets royaux de l'Armée canadienne, Ministère de la Défense nationale (page 2-14)*

Figure 7-3-1 Médailles des cadets de l'Armée

**La médaille de service des cadets de l'Armée (MSCA).** La MSCA est décernée à tous les cadets nominés qui ont terminé quatre années de service méritoire continu dans le programme des cadets de l'Armée. Le temps passé dans un des éléments du programme des cadets avant de transférer à un autre élément est calculé pour une période d'admissibilité à la médaille de service des cadets de n'importe quel élément. Un cadet peut seulement recevoir une médaille de service. Le cadet a la responsabilité de faire la demande de cette distinction honorifique. Le cadet ne peut pas avoir fait d'infractions et doit être recommandé par le commandant du corps de cadets. Tous les cadets, y compris les anciens cadets, peuvent faire une demande de médaille en remplissant la « Demande de médaille de service des cadets de l'Armée ».

**La bourse du 1er Bataillon de parachutistes canadiens.** Décernée à un cadet ayant un bon niveau d'instruction et qui a réussi le cours de parachutisme des cadets de l'Armée.

Le détail sur les préalables et les renseignements de nomination se trouvent aux ordres régionaux et dans le manuel de référence de la LCAC sur le site http://www.armycadetleague.ca/Templates/refManual.htm.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Quelle est la plus haute récompense pour les cadets de l'Armée?

Q2. À quel moment la médaille de bravoure des cadets est-elle décernée?

Q3. Pourquoi décerne-t-on la Médaille d'excellence de la Légion?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La plus haute récompense nationale qu'un cadet de l'Armée peut recevoir est l'épée commémorative du lieutenant-général Walsh.

R2. La médaille de bravoure peut être décernée à un cadet qui effectue un acte de courage exceptionnel qui implique un risque à sa vie en tentant de sauver la vie ou les biens des autres.

R3. La médaille d'excellence de la Légion est décernée pour démontrer un engagement supérieur envers le corps de cadets et la communauté.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Que fait le niveau provincial de la LCAC?

Q2. Quelles sont les responsabilités communes à la LCAC et au MDN?

Q3. Pour quelle raison décerne-t-on une médaille ANAVETS?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La filiale provinciale de la LCAC supervise les représentants locaux et gère le processus d'examen des bénévoles ainsi que les activités de financement dans la province ou le territoire. De plus, la filiale provinciale ou territoriale présente les demandes de récompenses nationales au nom de la province ou du territoire.

R2. La LCAC et le MDN sont responsable de :

- former et dissoudre les corps de cadets;
- fournir des prix et des médailles;
- développer des relations avec la communauté et les médias;
- superviser et administrer les corps de cadets;
- fournir un groupe de revue pour les cérémonies de revues annuelles.

R3. La médaille ANAVETS est décernée pour l'accomplissement global pour le cours d'instructeur de chef de cadets dans le domaine du leadership et de la performance physique.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La reconnaissance du partenariat entre la LCAC et le MDN en appui au MCC est importante car ces deux organismes travaillent ensemble pour assurer le succès du MCC.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Il est recommandé que cet OCOM soit enseigné le plus tôt possible dans l'année d'instruction.

Cet OCOM peut être enseigné par un représentant local de la ligue ou un représentant du comité répondant.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-036 Directeur - Cadets 3. (2003). *Livre de référence des Cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A2-065 Directeur - Cadets et Rangers juniors canadiens. (2005). *Protocole d'entente entre le MDN et les ligues*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-165 Ligue des cadets de l'Armée du Canada. (2008). *Manuel de référence*. Extrait le 26 février 2008 du site http://www.armycadetleague.ca/Templates/refManual.htm.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

# OCOM C307.01 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CONFÉRENCIER INVITÉ D'UNE UNITÉ RÉGIONALE DE SOUTIEN AUX CADETS

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

**AUCUN GUIDE PÉDAGOGIQUE N'EST FOURNI POUR LE PRÉSENT OCOM.**

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

# OCOM C307.02 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN OFFICIER DE LIAISON – CADETS

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

**AUCUN GUIDE PÉDAGOGIQUE N'EST FOURNI POUR LE PRÉSENT OCOM.**

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 6**

# OCOM C307.03 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CONFÉRENCIER INVITÉ DE LA LIGUE DES CADETS DE L'ARMÉE DU CANADA

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

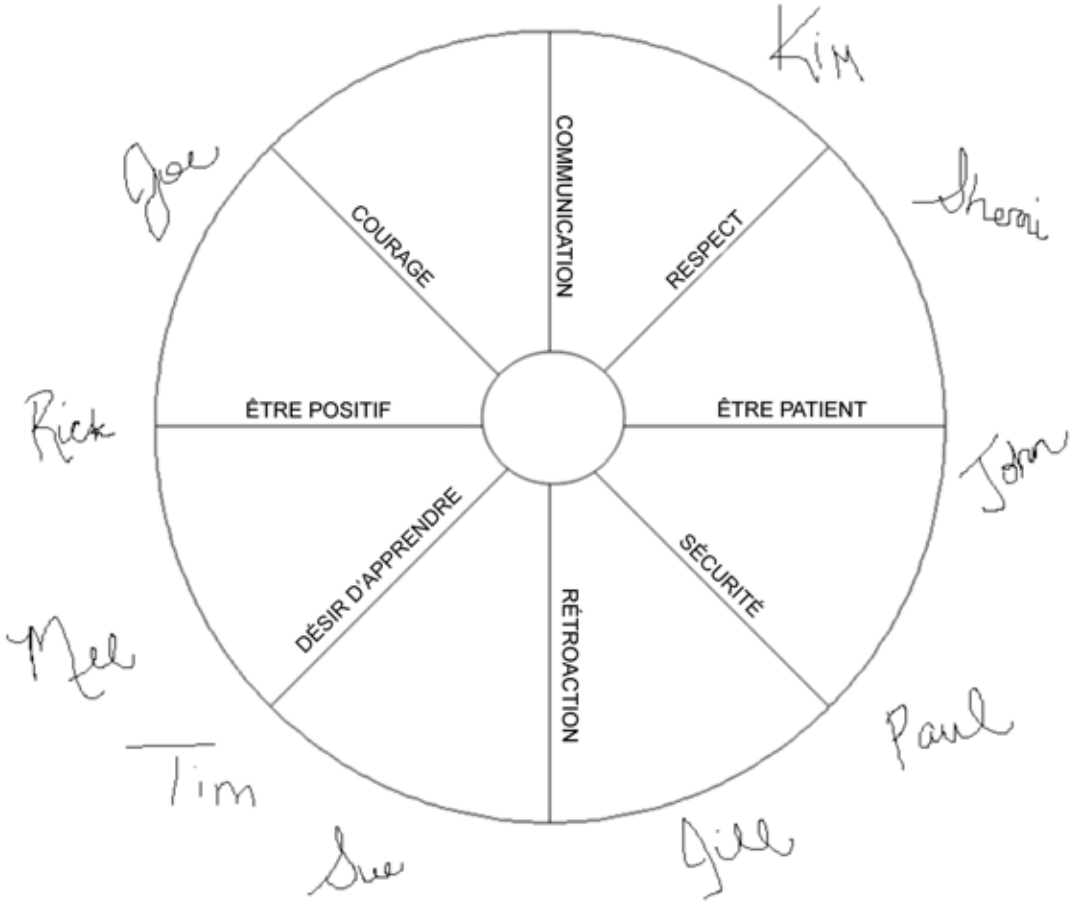
**AUCUN GUIDE PÉDAGOGIQUE N'EST FOURNI POUR LE PRÉSENT OCOM.**

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## CONTRAT D'ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE

### Contrat d'engagement communautaire : Le cercle

1. Dessiner une roue. Au centre de la roue, dessiner un cercle. Ce cercle représente les personnes, le groupe et les buts.
2. Dessiner des rayons à partir de ce cercle. Écrire chaque valeur choisie sur ces rayons.
3. Le cercle extérieur symbolise que le groupe est un et que tous les membres se dirigent vers la même direction.
4. Sans le respect des valeurs choisies par tous les cadets, le groupe ne pourrait pas faire une roue et ne pourrait pas cheminer vers les mêmes buts.




*Directeur – Cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 7A-1 Le cercle

**Contrat d'engagement communautaire : Le village**

1. Dessiner un cadre (village) sur un morceau de carton ou un tableau de papier.
2. Demander aux cadets de penser aux valeurs, aux qualités et aux comportements qui les fait sentir en sécurité et respectés, comme membre individuel et comme membre d'un groupe.
3. Chaque cadet doit choisir la valeur, la qualité et le comportement qu'il trouve le plus important.
4. Demander à chaque cadet de représenter ce qu'il a choisi en le dessinant et en l'écrivant sur une feuille de papier.
5. Demander à chaque cadet de coller son dessin ou ce qu'il a écrit à l'intérieur du village et d'expliquer brièvement aux autres cadets pourquoi il a fait ce choix.
6. Répéter l'activité en incluant quelque chose qui empêchera le groupe d'atteindre ses buts et qui affecterait le fonctionnement du village.
7. Demander à chaque cadet d'expliquer pourquoi il a choisi sa représentation.
8. Ensuite, chaque cadet collera son dessin ou son texte à l'extérieur du village.
9. Discuter des valeurs choisies par les cadets (à l'intérieur et à l'extérieur du village) et demander si chacun est d'accord. Les cadets doivent comprendre qu'ils consentent à respecter la valeur, la qualité ou le comportement de chaque personne pour permettre au corps de cadets (le village) de bien fonctionner et d'être un endroit où chacun se sent en sécurité et respecté.
10. Lorsque tous sont d'accord, à tour de rôle, ils (le personnel et les cadets) signent sur le village.

**Contrat d'engagement communautaire : Le contrat à cinq doigts**

Chaque doigt représente une valeur qui aide les membres du groupe à se sentir en sécurité, respecté et comme faisant partie du groupe.

Les cinq doigts de la main représentent les éléments suivants :

- le petit doigt = la sécurité,
- l'auriculaire = l'engagement,
- le majeur = le respect des autres,
- l'index = la prise de responsabilités,
- le pouce = l'entente de travailler à atteindre les objectifs du groupe.

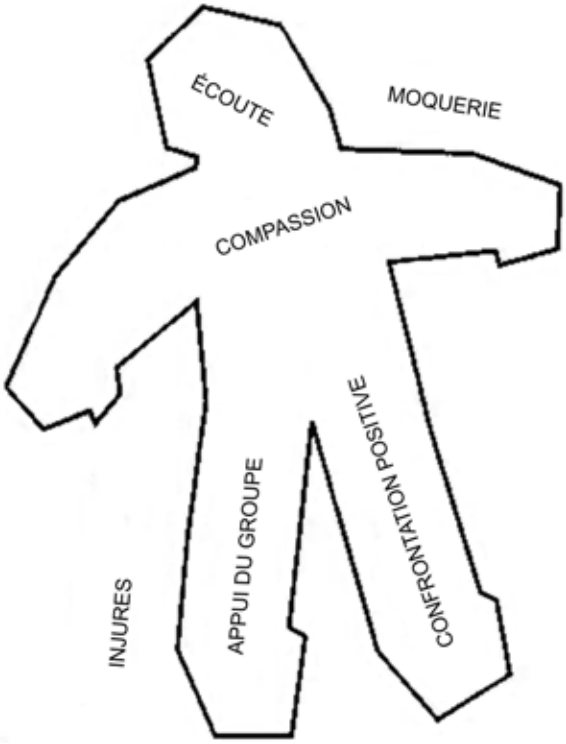
1. Sur un morceau de carton ou un tableau de papier, écrire les représentations des doigts. Discuter des éléments avec le groupe de sorte à ce que tous les cadets comprennent bien. Chaque cadet doit être d'accord que ces cinq éléments sont importants pour que les membres du groupe se sentent en sécurité, respectés et comme faisant partie du groupe.
2. Chaque cadet dessine sa main sur une feuille de papier et écrit à l'intérieur de chaque doigt l'élément qui lui correspond.
3. Chaque cadet signe sur sa main et la colle sur un carton bristol ou sur un tableau de papier. L'ensemble des mains du groupe représente l'engagement mutuel de chacun d'eux.

*Directeur – Cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 7A-2 Le contrat à cinq doigts

**Contrat d'engagement communautaire : L'Être humain**

1. Dessiner la silhouette d'un corps humain sur deux feuilles du tableau de papier, collées ensemble.
2. À l'intérieur de la silhouette, demander aux cadets de dessiner ou d'écrire les comportements, les qualités ou les valeurs qui rendront l'environnement sécuritaire et un endroit où chacun est respecté.
3. À l'extérieur de la silhouette, demander aux cadets de dessiner ou d'écrire les comportements, les qualités ou les valeurs qui empêcheront l'environnement d'être sécuritaire et un endroit où chacun est respecté.
4. Les cadets doivent être d'accord sur la signification de chaque mot et expliquer leurs choix.
5. Demander à tous les cadets de signer sur l'être humain.




*M. Henton, Adventure in the Classroom: Using Adventure to Strengthen Learning and Build a Community of Life-Long Learners, Kendall Hunt Publishing (page 74)*

Figure 7A-3 L'être humain

**Contrat d'engagement communautaire : La chaîne de mains**

1. Demander aux cadets d'écrire une liste de mots et de phrases qui décrivent comment ils aimeraient être traités et comment ils traiteront les autres membres du groupe pour se sentir en sécurité et respectés.
2. De cette liste, demander aux cadets de choisir les 10 plus importants pour le groupe.
3. Sur une feuille du tableau à papier (deux feuilles peuvent être nécessaires), demander aux cadets de dessiner leurs mains autour de la feuille. Écrire les 10 mots ou phrases choisies dans le milieu de la feuille.
4. Demander aux cadets de signer sa propre main.

*Directeur – Cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 7A-4 La chaîne de mains

**Contrat d’engagement communautaire : De quoi ai-je besoin? Que puis-je offrir?**

1. Remettre deux morceaux de papier de différentes couleurs à chaque cadet.
2. Demander aux cadets de penser à quoi ils ont besoin pour se sentir en sécurité et respectés dans le groupe.
3. Demander aux cadets d’écrire sur des morceaux de papier l’élément le plus important dont ils ont besoin.
4. Demander aux cadets de penser à ce qu’ils peuvent offrir au groupe pour permettre aux autres membres de l’équipe de se sentir en sécurité et respectés dans le groupe.
5. Sur le dernier morceau de papier, demander aux cadets d’écrire l’élément le plus important.
6. Lorsqu'ils auront terminé d'écrire sur les deux morceaux de papier, demander aux cadets de présenter devant le groupe ce qu'ils ont écrit.
7. Une fois que tous ont expliqué ce dont ils ont besoin et ce qu'ils peuvent offrir, coller ces morceaux de papier sur un morceau de carton ou un tableau de papier, s'assurer que les deux catégories sont divisées.
8. Demander aux cadets s’ils ont besoin de plus d’explications et ensuite, demander à chacun de signer.

# CHAPITRE 8

## OREN 308 – DIRIGER UNE ESCOUADE AVANT UN RASSEMBLEMENT

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M308.01 – PRÉPARER UNE ESCOUADE POUR LE RASSEMBLEMENT

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Faire des copies du document de la séquence d'exercice militaire de l'annexe A et des cartes aide-mémoire de l'annexe B, selon les besoins.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter la théorie de l'exercice militaire aux cadets.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment préparer une escouade pour le rassemblement, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure de préparer une escouade pour le rassemblement.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient en mesure de préparer une escouade pour le rassemblement puisqu'ils devront assumer le rôle de chef d'équipe et qu'ils devront connaître les formations et les emplacements de tous les membres sur un terrain de parade.

**Point d'enseignement 1** **Expliquer la théorie de l'exercice militaire**

Durée : 20 min Méthode : Exposé interactif

L'exercice militaire constitue la base de tout travail d'équipe dans le MCC. La présente leçon assure une orientation et établit une uniformité pour assurer que les cadets se déplacent d'un seul mouvement, de façon ordonnée et efficace. L'exercice militaire promeut la précision, la fierté et la cohésion d'un corps grâce à l'autodiscipline et à la pratique.

**FORMATIONS D'UNE ESCOUADE**

Le terme escouade est le nom générique d'un groupe de cadets. Ce terme peut être interchangé avec les termes division, peloton ou escadrille, ou tout autre terme élémentaire ou régimentaire applicable.

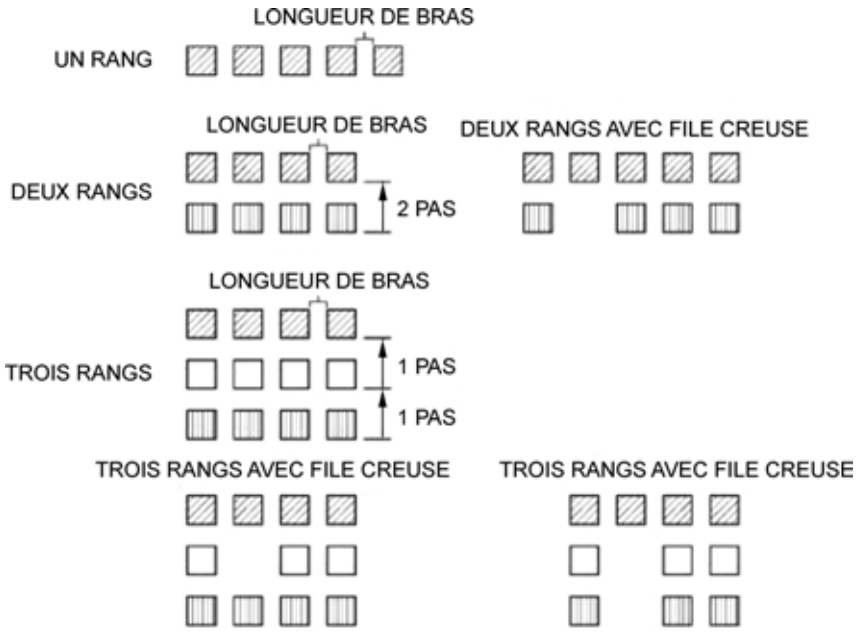
La formation d'escouade devrait être mise en œuvre lorsque l'effectif des participants à la parade est inférieur à 32 cadets.

Les formations d'escouade sont essentielles pour maintenir le contrôle et assurer l'uniformité. L'instructeur doit déterminer la formation à utiliser, en fonction du nombre de cadets présents, y compris :

**Un rang.** Un rang doit être formé lorsqu'il y a cinq cadets ou moins.

**Deux rangs.** Deux rangs doivent être formés lorsqu'il y a de six à neuf cadets.

**Trois rangs.** Trois rangs doivent être formés lorsqu'il y a dix cadets ou plus.




*A-PD-201-000/PT-000, Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes (page 2-2)*

Figure 8-1-1 Formations d'escouade

Lorsqu'il n'y a pas suffisamment de cadets pour compléter les files, une file doit demeurer creuse (conformément à la figure 8-1-1). L'espace libre de la file doit être celui de la deuxième file à partir de la gauche.

Dans une formation de deux files, il manque un cadet dans la file arrière et dans les formations de trois files, il manque un cadet dans la file centrale et/ou arrière.

| | |
|---|---|
| Le symbole du commandant de la parade est : | |
| Le symbole du commandant adjoint de la parade est : | |
| Le symbole du sergent-major de la parade est : | |
| Le symbole du commandant de peloton (Cmdt Pon) est : | |
| Le symbole de l'adjudant de peloton (Adj Pon) est : | |
| Le symbole du guide de peloton est : | |

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-1-2 Symboles utilisés pour les positions sur parade

**LES FORMATIONS DE COMPAGNIE**

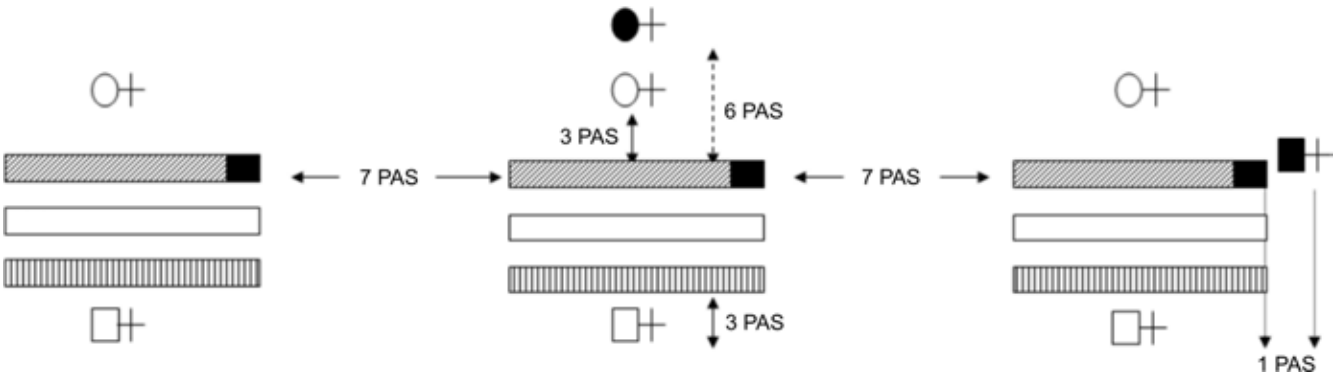
Une compagnie est composée de deux pelotons et plus. Le but de l'exercice militaire de compagnie est de manœuvrer comme une unité sous le commandement du commandant de la parade et l'assistance du commandant adjoint de la parade. Les autres sous-officiers (s/off) supérieurs qui ne sont pas directement concernés par les pelotons doivent être surnuméraires et former des rangs surnuméraires qui seront indiqués par le commandant de peloton. Il doit y avoir un espace libre de sept pas entre les pelotons de toute formation.

Lorsque l'espace est limité, il est possible de réduire les intervalles et les distances entre les pelotons.

Les trois formations de compagnie suivantes sont utilisées par les cadets :

**En ligne.** Une compagnie est formée en ligne lorsque les pelotons sont formés côte à côte, à sept pas d'intervalle et alignés en faisant face à l'avant, les positions sur parade se trouvant à l'avant et à l'arrière de la formation (conformément à la figure 8-1-3).

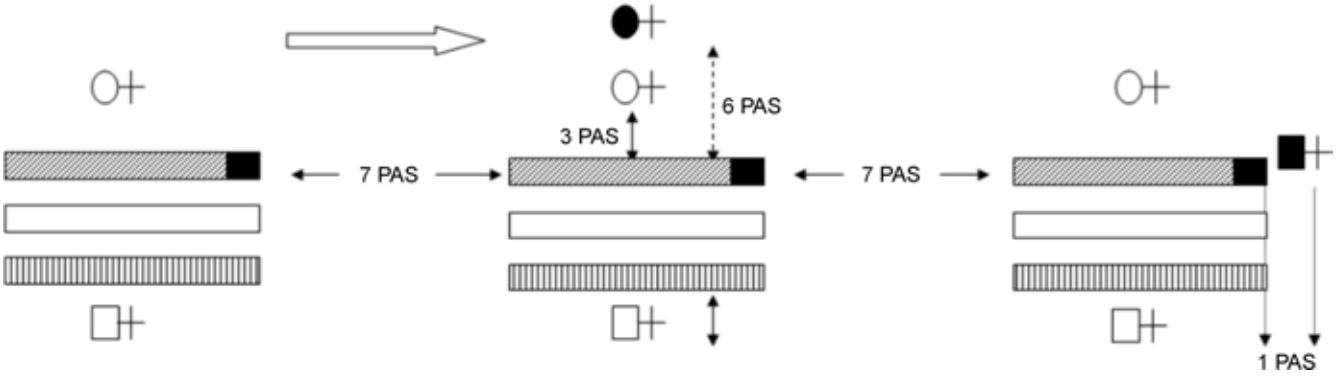
Les formations en groupes de trois et en ligne sont communes lorsqu'une escouade se place en formation.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-1-3 Compagnie en ligne

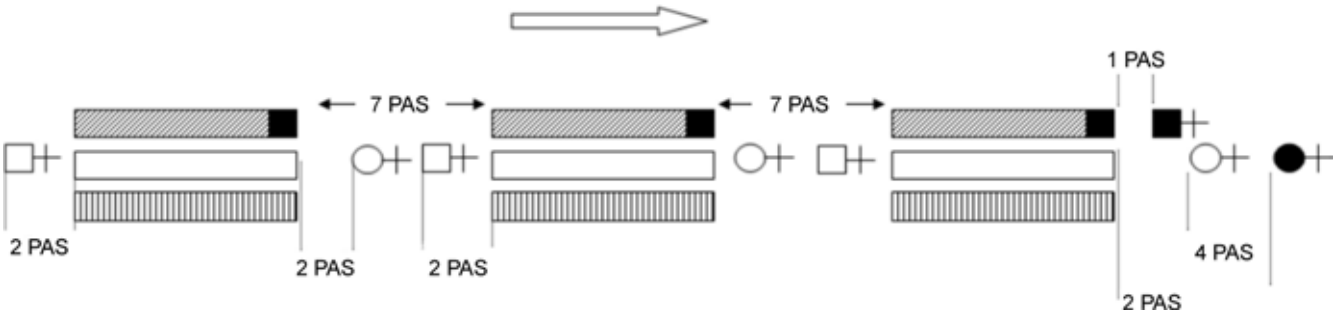
**Colonne par trois.** Une compagnie est formée en colonne par trois lorsque les pelotons sont tournés vers la droite ou vers la gauche par rapport à l'avant, les positions sur parade se trouvent à leur poste à l'avant et à l'arrière de la formation et sont tournés vers la droite ou vers la gauche avec le peloton (conformément à la figure 8-1-4).




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-1-4 Compagnie en colonne par trois

**Colonne de route.** Une compagnie formée en colonne de route lorsque les pelotons sont tournés vers la droite ou vers la gauche, les positions sur parade sont en place pour mener ou suivre la formation (conformément à la figure 8-1-5).




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-1-5 Compagnie en colonne de route

## EMPLACEMENT DES POSITIONS SUR PARADE

Le caractère unique du corps de cadets permet aux adjudants et aux sous-officiers séniors des cadets de prendre d'autres positions lors du rassemblement. Les positions suivantes sont généralement occupées par des cadets pendant une parade officielle :

**Commandant de la parade.** Avec une compagnie en ligne ou en colonne par trois, le commandant de la parade est positionné au centre et à trois pas devant la ligne des commandants de la parade, et orienté vers la même direction que les pelotons, sauf lorsqu'il s'adresse à la compagnie. Lorsque la compagnie est en colonne de route, le commandant de la parade est positionné au centre et à quatre pas devant le premier peloton.

**Commandant adjoint de la parade.** Le commandant adjoint de la parade est un poste rarement affecté à un corps de cadets. Lorsqu'il l'est, le commandant adjoint de la parade est positionné au centre et à trois pas devant la deuxième ligne unique à partir du côté droit de la compagnie et en ligne avec le commandant de la parade.

**Sergent-major de la parade.** Lorsque la compagnie est en ligne ou en colonne de trois, le sergent-major de la parade est positionné un pas à la droite du guide du peloton n° 1, en ligne avec le rang avant. Lorsque la compagnie est en colonne de route, le sergent-major de la parade est positionné un pas devant le flanc de direction du premier peloton.

**Commandant de peloton (Cmdt Pon)** Lorsque la compagnie est en ligne ou en colonne de trois, le Cmdt Pon est positionné au centre et à trois pas devant le peloton. Lorsque la compagnie est en colonne de route, le Cmdt Pon est positionné au centre et à deux pas devant son peloton.

**Adjudant de peloton (Adj Pon).** Lorsque la compagnie est en ligne ou en colonne de trois, l'Adj Pon est positionné au centre et à trois pas derrière le peloton. Lorsque la compagnie est en colonne de route, l'Adj Pon est positionné au centre et à deux pas derrière son peloton.

Avant de remettre le commandement au Cmdt Pon, l'Adj Pon doit être positionné au centre et à trois pas devant le peloton. Après avoir remis le commandement au Cmdt Pon, l'Adj Pon prend sa position tel que décrit plus haut.

**Guide de peloton.** Le guide de peloton est à la personne placée au premier rang de la première file pour indiquer la position qu'un corps de cadets doit occuper lorsqu'il doit rejoindre les rangs. Dans toutes les formations d'escouade et de compagnie, le guide de peloton demeure au même endroit.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

---

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les trois formations d'escouade?

Q2. Quelles sont les trois formations de compagnie?

Q3. Où se trouve le Cmdt Pon lorsque la formation est en ligne?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les trois formations d'escouade sont les suivantes :

- un rang,
- deux rangs,
- trois rangs.

R2. Les trois formations de compagnie sont les suivantes :

- en ligne,
- colonne par trois,
- colonne de route.

R3. Le Cmdt Pon est positionné au centre et à trois pas devant la division.

---

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer et démontrer le rôle d'un chef d'équipe à préparer une escouade pour le rassemblement et demander aux cadets d'exercer ce rôle**

Durée : 60 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Lorsqu'il prépare une escouade pour le rassemblement, le chef d'équipe, qui agit comme Adj Pon, est tenu de s'assurer que l'escouade est prête pour le rassemblement en prenant les mesures suivantes :

1. avoir l'escouade sur le terrain de parade en la rassemblant;
2. savoir qui est présent ou absent en faisant l'appel;
3. s'assurer de l'uniformité de l'escouade en l'alignant selon la taille sur un rang et en retournant à l'alignement par trois (deux) rangs;
4. s'assurer que l'escouade est bien espacée en l'alignant correctement;
5. s'assurer que la présentation de tous les cadets dans leur uniforme est bien faite en inspectant l'escouade;
6. poursuivre le rassemblement en remettant le commandement de l'escouade.

L'objet du présent PE est d'aider les cadets à comprendre le processus qu'ils ont exécuté à l'Étoile verte et à l'Étoile rouge lorsqu'ils se préparent en vue du rassemblement pendant une séance d'entraînement.

Si le temps accordé n'est pas suffisant pour que tous les cadets exercent le rôle de chef d'équipe en vue de préparer une escouade pour le rassemblement, utiliser le temps supplémentaire pendant les rassemblements d'ouverture et de clôture en soirée pour donner l'occasion à tous les cadets de s'exercer.

---

## ACTIVITÉ

---

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de confirmer la capacité d'un cadet de l'Étoile argent, en tant que chef d'équipe, de préparer une escouade en vue d'un rassemblement.

### RESSOURCES

S.O.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

Distribuer à chaque cadet une copie de la séquence de l'exercice militaire à l'annexe A et des fiches aide-mémoire à l'annexe B.

Cette activité sera menée conformément à l'annexe A.

Pour cette activité, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent;
2. Expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence.
3. Sélectionner un cadet qui assumera le rôle de chef d'équipe et pratiquera la compétence au complet.

**Nota :** Des instructeurs adjoints pourraient aider à des fins de démonstration.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La participation des cadets à l'activité de préparation d'une escouade en vue du rassemblement servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

**CONCLUSION**

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 2 (COREN 308).

**OBSERVATIONS FINALES**

Lorsqu'on prépare une escouade pour le rassemblement avec confiance et détermination, cela a une incidence sur la façon dont les cadets répondent aux ordres donnés. Les commandements peuvent permettre à une escouade de se déplacer en équipe, de manière organisée et efficace, car tous les membres apprennent à travailler ensemble.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les cadets doivent exécuter ces compétences et recevoir une rétroaction durant les rassemblements d'ouverture et de clôture hebdomadaires et les cérémonies.

Des instructeurs adjoints peuvent être nécessaires pour cette leçon.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 Directeur - Histoire et patrimoine 3-2. (2005). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M308.02 – DONNER DES COMMANDEMENTS**

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Faire une photocopie, découper, plier et plastifier les fiches aide-mémoire comprenant les mots de commandement qui se trouvent à l'annexe B et les distribuer à chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1, pour initier les cadets aux éléments d'un commandement et susciter leur intérêt.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur de démontrer les techniques vocales que les cadets doivent acquérir.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit pouvoir donner des commandements.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent la bonne façon de donner des commandements. Les commandements, qui sont donnés de façon claire et concise, avec confiance et détermination, ont un effet sur

la façon dont les cadets réagissent aux ordres. Les commandements sont nécessaires pour faire déplacer un peloton de façon efficace et organisée.

**Point d'enseignement 1** **Expliquer les parties d'un commandement**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

**L'AVERTISSEMENT**

L'avertissement est donné au début de chaque commandement pour avertir l'escouade du prochain mouvement à exécuter. Les avertissements peuvent inclure des instructions supplémentaires au commandement, telles que « vers l'avant » ou « vers l'arrière ».

La direction des mouvements est indiquée par rapport au rang avant au début.

Les instructions supplémentaires dépendent de la direction dans laquelle une escouade se rassemble (voir la figure 8-2-1). En général :

- **Vers l'avant.** Indique qu'il faut tourner ou se déplacer en direction du rang avant (il est donné chaque fois qu'on tourne en ligne).
- **Vers l'arrière.** Indique qu'il faut tourner ou se déplacer en direction du rang arrière (il est donné chaque fois qu'on tourne en ligne).
- **Se déplacer vers la droite/la gauche.** Indique qu'il faut tourner ou se déplacer en direction du flanc qui est indiqué (p.ex., les guides de droite/de gauche).

**L'EXÉCUTION**

Le commandement d'exécution est le signal indiquant que le mouvement doit être exécuté.

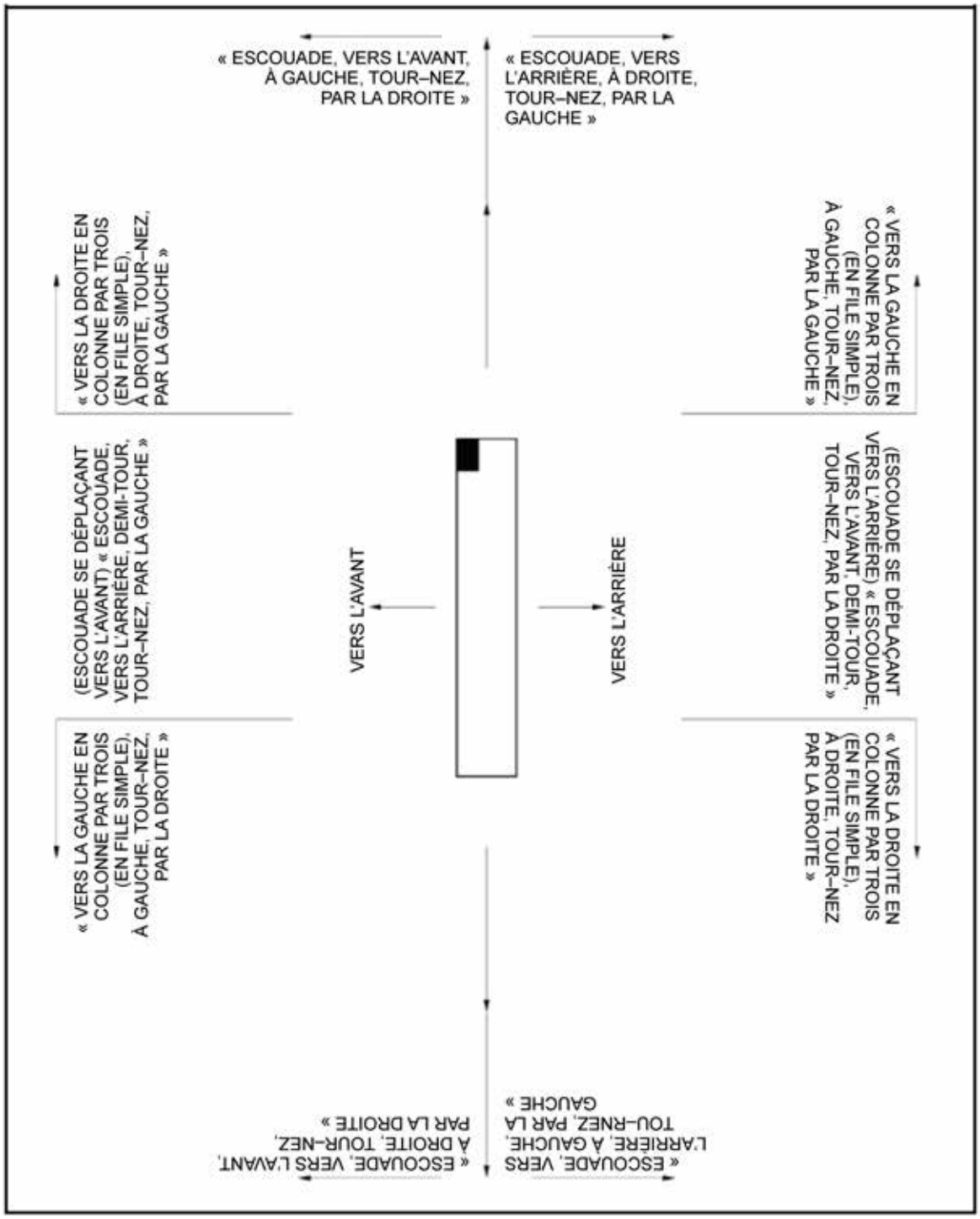
Lorsqu'ils sont écrits, un tiret (—) sépare l'avertissement de l'exécution.

Voici quelques exemples de commandements : Dans ces exemples, le mot « TOURNEZ » indique la partie de l'exécution du commandement.

- « ESCOUADE, VERS L'ARRIÈRE, À DROITE, TOUR—NEZ »,
- « ESCOUADE, VERS L'AVANT, À GAUCHE, TOUR—NEZ »,
- « ESCOUADE, VERS LA DROITE, EN COLONNE DE ROUTE, À DROITE, TOUR—NEZ ».

À la marche, l'avertissement devrait s'étendre sur au moins deux pas cadencés et l'intervalle entre les avertissements et l'exécution devrait également être de deux pas.

Le commandement « au temps » se donne seulement lorsque aucun autre commandement ne peut être utilisé, pour ramener les membres d'une escouade à leur position antérieure ou pour annuler un commandement erroné avant qu'il n'ait été exécuté.




*A-PD-201-000/PT-000 (pages 3 à 4)*

Figure 8-2-1 Vers l'avant/vers l'arrière et flancs de direction

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. À quoi servent les avertissements?

Q2. Quel est le but de l'exécution?

Q3. Quel est la fonction du tiret dans les commandements écrits?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour avertir l'escouade qu'un mouvement sera exécuté.

R2. L'exécution est le signal qui indique que le mouvement doit être exécuté.

R3. Pour séparer l'avertissement de l'exécution.

---

**Point d'enseignement 2** **Démontrer et expliquer les critères d'un commandement bien donné**

Durée : 15 min Méthode : Démonstration

---

En discutant chaque point, donner l'exemple d'un commandement donné correctement et d'un commandement donné incorrectement en utilisant la technique indiquée.

**VOIX**

La voix utilisée pour donner des commandements a un effet marqué sur la façon dont les autres réagissent. Les points suivants doivent être pris en compte :

**Volume.** Le volume utilisé pour donner un commandement est très important en exercice militaire. Souvent, les commandements doivent être donnés à un groupe, avec un volume suffisant pour se faire comprendre malgré une fanfare ou d'autres cadets qui donnent des commandements à un autre groupe. Le volume doit être ajusté selon le nombre d'individus, la distance que le commandement doit parcourir et si une fanfare est présente ou non.

**Portée.** La portée de la voix est sa capacité d'atteindre une distance désirée. La voix sera mieux projetée si la personne adopte une posture droite, qu'elle a une bonne respiration, la gorge détendue et la bouche ouverte.

**Distinction.** La clarté et la netteté de la prononciation d'un commandement ont un effet sur la façon dont les autres réagissent. Si un commandement n'est pas clair et distinct, certains cadets peuvent ne pas comprendre le commandement et faire le mauvais mouvement. Une énonciation claire et une bonne prononciation des commandements est la clé dans la distinction.

**Inflexion.** L'inflexion est le changement du ton de la voix. L'avertissement débute habituellement sur un ton presque au niveau de la voix normale et s'élève vers la fin. Le commandement d'exécution ne doit pas présenter de changement d'inflexion, mais doit être donné sur un ton plus élevé que l'avertissement.

**Vigueur.** La vigueur avec laquelle un commandement est donné caractérise la qualité qui exige une réaction immédiate. Elle exprime la confiance et la fermeté du commandant.

**EXACTITUDE**

Les commandements doivent être donnés avec précision en tout temps. La bonne utilisation des avertissements permet d'avertir les cadets de ce qui s'en vient. Le commandement d'exécution est le signal indiquant que le mouvement doit être exécuté. Lorsque des commandements d'exécution sont donnés à la marche, il est important qu'ils soient donnés sur le bon pied.

**CONFIANCE**

Tous les commandements doivent être donnés avec confiance. Cela démontre que c'est un ordre qu'on doit obéir rapidement et énergiquement. Un commandement donné avec confiance aidera les membres de l'escouade à promouvoir un sentiment de sécurité envers le commandant.

**BONNE POSTURE**

Une mauvaise posture restreint la capacité de respirer profondément car le diaphragme est restreint dans son mouvement. Le maintien d'une bonne posture permettra au cadet de respirer profondément, et de faire provenir le commandement de la profondeur du diaphragme plutôt que de la gorge, mettant moins de contrainte sur la gorge et permettant au commandement d'être donné avec plus de volume.

**CONTRÔLE DE LA RESPIRATION**

Respirer profondément et détendre les muscles du cou et les cordes vocales pour donner à la voix plus de contrôle et un volume plus élevé. La voix proviendra de la profondeur du diaphragme au lieu de la gorge.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

---

**QUESTIONS**

Q1. Si un commandement n'est pas prononcé clairement et distinctivement, quel effet cela peut-il avoir sur l'escouade qui est commandée?

Q2. Pourquoi les commandements devraient-ils être donnés avec confiance?

Q3. De quelle façon une mauvaise posture affecte-t-elle les commandements?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les cadets peuvent mal comprendre et exécuter le mauvais mouvement.

R2. Cela démontre que c'est un ordre qu'on doit obéir rapidement et énergiquement.

R3. Elle restreint la capacité de respirer profondément, restreint le mouvement du diaphragme, par conséquent les commandements proviennent de la gorge.

---

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

---

**QUESTIONS**

Q1. Quel ordre donne-t-on pour annuler un commandement erroné avant qu'il n'ait été exécuté?

Q2. Quels cinq points de la voix faut-il tenir compte pour bien donner un commandement?

Q3. Quel est l'élément qui donne à la voix plus de contrôle et un volume plus élevé?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le commandement « Au temps ».

R2. Volume, portée, distinction, inflexion et vigueur.

R3. Respirer profondément et détendre les muscles du cou et les cordes vocales.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Les commandements, qui sont donnés de façon claire et concise, avec confiance et détermination, ont un effet sur la façon que les cadets réagissent à l'ordre donné. Les commandements peuvent permettre à un peloton de se déplacer en équipe, de manière organisée et efficace car tous les membres apprennent à travailler ensemble.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

On doit donner l'occasion aux cadets de donner des commandements et de recevoir une rétroaction durant les rassemblements d'ouverture et de clôture hebdomadaires et les cérémonies.

Il y a du temps supplémentaire disponible pour cet OCOM, dans l'OCOM C308.02 (Donner des commandements, section 4).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 Directeur - Histoire et patrimoine 3-2. (2005). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-022 (ISBN 0-02-864207-4) Cole, K. (2002). *The Complete Idiot's Guide to Clear Communication*. Indianapolis, Indiana, Alpha Books.

C0-241 Optimal Breathing. (2007). *Posture and Breathing*. Extrait le 12 février 2008 du site http://breathing.com/articles/posture.htm.

C0-269 AFMAN 36-2203 Department of the Air Force. (1996). *Drill and Ceremonies*. Lackland Air Force Base, Texas. Secretary of the Air Force.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

# OCOM C308.01 – EXÉCUTER DE L'EXERCICE MILITAIRE AVEC DRAPEAUX

Durée totale : 180 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Pour des renseignements et des directives supplémentaires concernant les drapeaux et les bannières des cadets, consulter l'OAIC 12-05, *Drapeaux et bannières des cadets*, paragraphes 1. à 9.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter la matière générale de base sur les drapeaux et les gardes de drapeau.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 2 à 6, parce qu'elle permet à l'instructeur de démontrer et d'expliquer les compétences que les cadets doivent acquérir, tout en leur donnant l'occasion de pratiquer de l'exercice militaire avec drapeaux et sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir exécuté de l'exercice militaire avec drapeaux en tant que membre d'une garde de drapeau.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets exécutent de l'exercice militaire avec drapeaux pour qu'ils puissent prendre part aux cérémonies et aux rassemblements en tant que membres de la garde de drapeau au corps de cadets, au centre d'instruction d'été des cadets (CIEC) et aux autres événements communautaires au besoin. Les drapeaux consacrés et les drapeaux ont plusieurs significations, et ils sont des symboles pour des éléments comme les accomplissements, la nationalité et l'identité. C'est un honneur que d'être membre de la garde de drapeau.

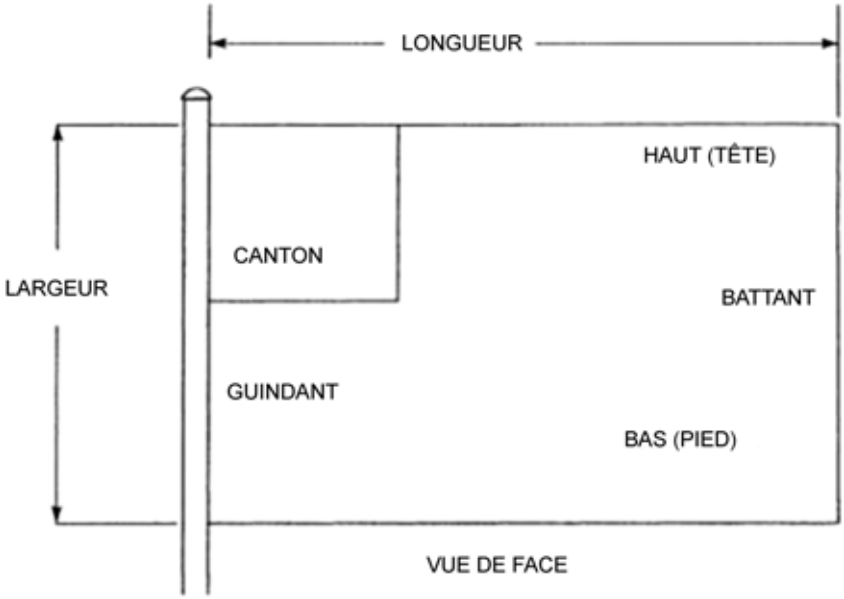
---

**Point d'enseignement 1** — **Expliquer les parties des drapeaux, de la hampe, du brayer de porte-drapeau consacré et la composition d'une garde de drapeau**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

---

**DRAPEAUX**




*A-PD-200-000/AG-000, Manuel Les décorations, drapeaux et la structure du patrimoine des Forces canadiennes (page 4-1-8)*

Figure 8-3-1 Parties d'un drapeau

**Drapeaux.** Comme terme générique (y compris les drapeaux consacrés), les drapeaux sont des morceaux d'étamine ou d'une autre étoffe attachée à une hampe, un mât ou une drisse, et servant de signe d'identification ou à la signalisation.

**Canton.** La moitié supérieure du guindant. On l'appelle également premier quartier, et parfois guindant supérieur. Le canton est la place d'honneur sur un drapeau.

**Drissée.** La moitié du drapeau qui se trouve la plus près de la drisse.

**Drisse.** La corde qui sert à hisser ou rentrer un drapeau.

**Battant.** La moitié du drapeau qui se trouve la plus loin de la drisse.

**Hampe.** Un manche auquel est arboré un drapeau aux fins de déploiement.

Les couleurs sont des drapeaux consacrés de cérémonie portés par les formations et les unités des FC pour caractériser leur identité. Ils appartiennent à une classe distincte et ils ne font pas partie d'un défilé avec les autres drapeaux. Les drapeaux des cadets ne sont pas consacrés (c.-à-d. consacrés par la cérémonie de l'aumônier général comme des symboles de l'honneur et du sens du devoir militaire, par conséquent on ne doit pas y référer en tant que drapeaux consacrés.

Les commandants des corps de cadets et des centres d'instruction d'été doivent s'assurer que les drapeaux et les bannières ne sont pas perçus comme des drapeaux consacrés, ne sont pas décorés avec des honneurs ou consacrés, et ne sont pas distribués aux frais de l'État.

Les drapeaux sont utilisés pour identifier des personnes et des groupes. De nombreux drapeaux, qui à l'origine, étaient la marque distinctive de certaines personnes, ont peu à peu représenté l'État ou des organismes relevant de celui-ci.

**Drapeaux et bannières autorisés**

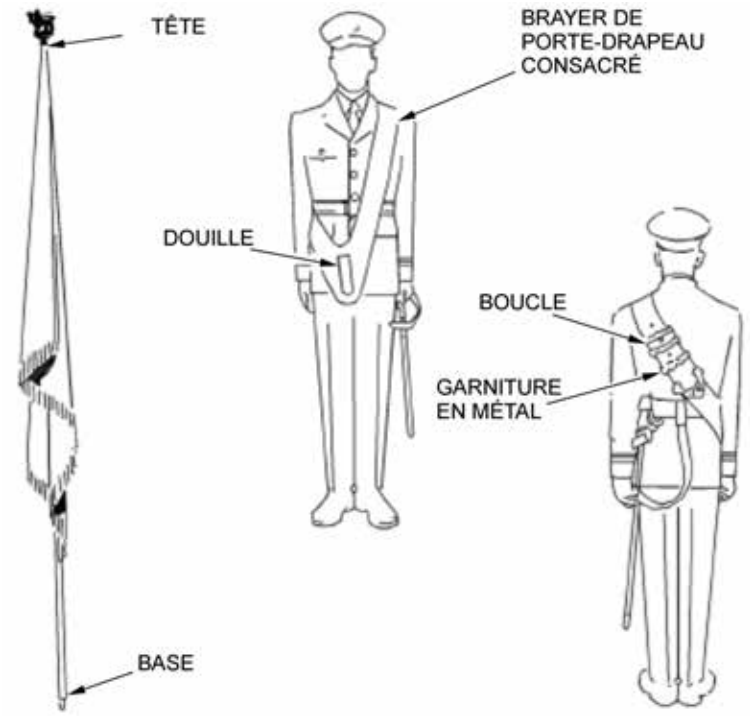
Voici une liste des drapeaux et des bannières que les corps de cadets peuvent porter lors d'un rassemblement :

1. le pavillon des Cadets de la Marine royale canadienne,
2. le drapeau des Cadets royaux de l'Armée canadienne,
3. le pavillon des Cadets de l'Aviation royale du Canada,
4. la bannière d'escadron des Cadets de l'Aviation royale du Canada.

Voici une liste des drapeaux et des bannières qu'on devrait porter seulement lors des cérémonies pour indiquer une formation de cadets :

1. la bannière des Cadets royaux de l'Armée canadienne,
2. la bannière des trompettes des Cadets royaux de l'Armée canadienne,
3. la bannière des cornemuses des Cadets royaux de l'Armée canadienne,
4. la bannière des Cadets de l'Aviation royale du Canada,
5. la bannière des cornemuses des Cadets de l'Aviation royale du Canada.

**LA HAMPE**




*A-PD-201-000/PT-000 (page 8-2-3)*

Figure 8-3-2 Parties de la hampe et du brayer de porte-drapeau consacré.

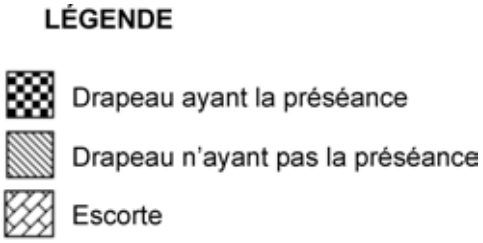
**Hampe.** Un manche auquel est arboré un drapeau consacré ou un autre drapeau pour le porter ou le déployer.

**Tête.** La pièce décorative à l'extrémité supérieure de la hampe ou du mât.

**BRAYER DE PORTE-DRAPEAU CONSACRÉ**

Le brayer est porté sur l'épaule gauche par les membres de la garde de drapeau qui portent les drapeaux. La douille est la gaine où est placée la base pendant que le drapeau est à la position au port.

**COMPOSITION D'UNE GARDE DE DRAPEAU**




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-3-3 Légende d'une garde de drapeau

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-3-4 Garde de drapeau pour un drapeau

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-3-5 Garde de drapeau pour deux drapeaux

La composition d'une garde de drapeau pour un seul drapeau (comme illustré à la figure 8-3-3) consiste du commandant de la garde de drapeau (le cadet qui porte le drapeau) et de deux escortes (les cadets de chaque côté du drapeau).

La composition d'une garde de drapeau pour deux drapeaux (comme illustré à la figure 8-3-4) consiste en une escorte sénior (le cadet situé entre les drapeaux), le commandant de la garde de drapeau et un porte-drapeau (les cadets qui portent les drapeaux) et deux sous-officiers séniors (les cadets situés directement derrière les drapeaux).

Le commandant de la garde de drapeau et/ou le porte-drapeau sont nommés pour porter, manipuler et protéger les drapeaux.

L'escorte sénior et/ou l'escorte sont désignés pour garder les drapeaux. Elles demeurent avec les drapeaux et peuvent ou ne pas porter des fusils d'exercice militaire.

Si une garde de drapeau porte le drapeau national, ainsi que l'enseigne des FC ou un drapeau de commandement, le drapeau national occupe la position d'honneur à droite (à gauche du point de vue des spectateurs) et un cadet sénior le porte habituellement.

Habituellement, le drapeau national n'est pas escorté. On peut lui donner une escorte avec un fusil d'exercice militaire, si les cadets portent fusils d'exercice militaire pendant le rassemblement.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'une hampe?

Q2. Sur quelle épaule, le brayer de porte-drapeau consacré est-il porté?

Q3. Combien y a-t-il de membres dans une garde de drapeau avec un seul drapeau?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un manche auquel est arboré un drapeau consacré ou un autre drapeau.

R2. On porte le brayer de porte-drapeau consacré sur l'épaule gauche.

R3. Une garde de drapeau avec un seul drapeau comporte trois membres : le commandant de la garde de drapeau et deux escortes.

**Point d'enseignement 2** — **Démontrer, expliquer et demander aux cadets de pratiquer les mouvements de la position « au pied », de la position « au pied » à la position « en place repos », de la position « en place repos » à la position « repos », de la position « repos » à la position « en place repos » et de la position « en place repos » à la position « au pied » avec drapeaux**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

Développer et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, pour bien faire comprendre aux cadets l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

Les mouvements appropriés d'exercice militaire doivent être combinés à un comportement professionnel tout au long de la période d'instruction.

Observer les mouvements et corriger immédiatement les erreurs lorsqu'elles se produisent.

Chaque PE doit être donné de la façon suivante :

1. Demander aux cadets de se rassembler, dans une formation d'escouade efficace (par exemple, en « U », en demi-cercle ou en un seul rang).
2. Démontrer et expliquer chaque étape en fonction du temps alloué.
3. Accorder aux cadets le temps de pratiquer chaque mouvement à leur guise.
4. Une fois que tous les mouvements ont été démontrés et pratiqués, donner des commandements et les faire exécuter par les cadets en escouade.

Les majuscules désignent les commandements pour chaque mouvement.

Il faut maintenir la cadence pendant l'exécution de ces mouvements.

**LA POSITION AU PIED (GARDE-À-VOUS)**

La position « au pied » est identique au « garde-à-vous ».

*A-PD-201-000/PT-000 (page 8-3-2)*

Figure 8-3-6 La position au pied (garde-à-vous)

Pour adopter la position « au pied » (garde-à-vous), les cadets doivent :

1. Se tenir debout, les talons rapprochés et en ligne, la pointe des pieds tournée vers l'extérieur pour former un angle de 30 degrés.
2. Maintenir le corps bien équilibré et le poids réparti également sur les deux pieds.
3. Garder les épaules au niveau et perpendiculaires à l'avant.
4. Tenir la tête droite, le cou touchant l'arrière du col, les yeux immobiles et le regard dirigé droit vers l'avant.
5. Tenir la hampe du drapeau à la verticale avec la main droite, sur le côté droit.
6. Garder la base de la hampe au sol, devant le pied droit, en ligne avec le petit orteil.
7. Tenir la hampe et le drapeau avec la main droite refermée, le dos de la main dirigé vers l'extérieur à la hauteur de la hampe où le coin inférieur du drapeau se trouve.
8. S'assurer que le drapeau pend naturellement le long de la hampe et qu'il n'est pas tendu;
9. Garder le coude droit près du corps.
10. Maintenir le bras gauche à la position du « garde-à-vous ».

**DE LA POSITION « AU PIED » À LA POSITION « EN PLACE REPOS »**

*A-PD-201-000/PT-000 (page 8-3-2)*

Figure 8-3-7 Position « en place repos »

Au commandement, « EN PLACE RE — POS », les cadets doivent :

1. fléchir le genou gauche et poser vivement le pied gauche au sol, à 25 cm (environ 10 pouces) vers la gauche;
2. maintenir le bras gauche à la position du « garde-à-vous »;
3. maintenir la hampe et le drapeau à la position « au pied ».

La cadence de ce mouvement est « un ».

**DE LA POSITION EN PLACE REPOS À LA POSITION REPOS**

Au commandement, « RE—POS », le cadet doit :

1. maintenir les pieds à la position « en place repos »;
2. garder le bras gauche le long du corps;
3. détendre le corps.

La cadence de ce mouvement est « un ».

**DE LA POSITION REPOS À LA POSITION EN PLACE REPOS**

Au commandement, « ESCOUADE », les cadets doivent adopter la position « en place repos ».

La cadence de ce mouvement est « un ».

**DE LA POSITION « EN PLACE REPOS » À LA POSITION « AU PIED »**

Au commandement, « GARDE-À—VOUS », les cadets doivent :

1. fléchir le genou gauche et ramener le pied gauche à la position du « garde-à-vous » en gardant le bras gauche près du corps;
2. maintenir la hampe et le drapeau à la position « au pied ».

La cadence de ce mouvement est « un ».

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

La pratique des mouvements des positions « au pied », « en place repos » et « repos » avec drapeaux par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** — **Démontrer, expliquer et demander aux cadets de pratiquer les mouvements de la position « au pied » à la position « au port », de la position « au port » à la position « au pied » de la position « au port » à la position « laisser flotter le drapeau » et de la position « laisser flotter le drapeau » à la position « saisissez le drapeau »**

Durée : 25 min — Méthode : Démonstration et exécution

**DE LA POSITION AU PIED À LA POSITION AU PORT**

*A-PD-201-000/PT-000 (page 8-3-4)*

Figure 8-3-8 De la position au pied à la position au port

Au commandement « AU PORT — LES DRAPEAUX », les cadets doivent :

1. au premier mouvement :

   (a) porter le drapeau de la main droite, en le tenant à la verticale, et l'amener devant soi au centre du corps, en gardant l'avant-bras droit le long de la hampe et la base de la hampe juste au-dessus de la douille du brayer;

   (b) en même temps, utiliser la main gauche pour diriger la base de la hampe dans la douille;

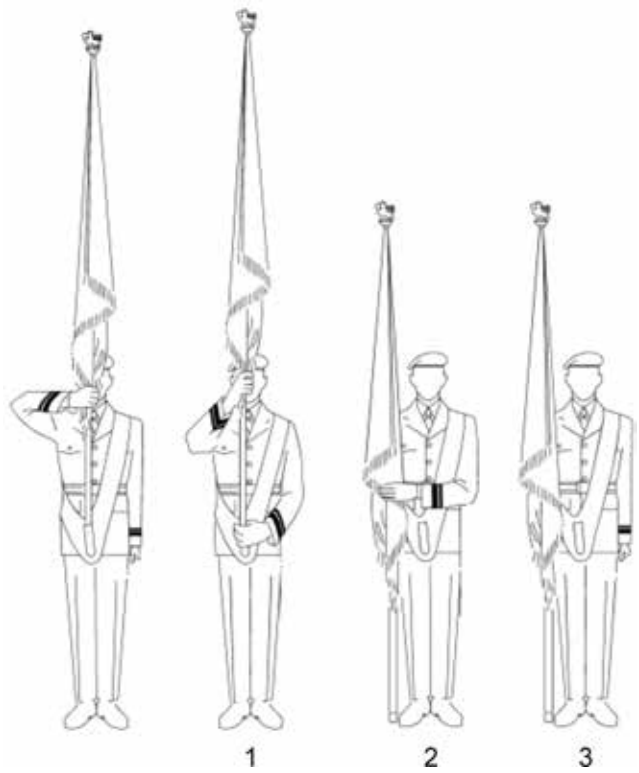
2. au deuxième mouvement :

   (a) ramener la main gauche sur le côté, à la position du garde-à-vous;

   (b) en même temps, lever l'avant-bras droit pour qu'il soit parallèle au sol, de sorte qu'à la fin du mouvement la main droite se trouve vis-à-vis de la bouche, le dos de la main droite est dirigé vers l'extérieur, le poignet est droit et l'avant-bras est parallèle au sol.

La cadence de ce mouvement est « un-deux-trois, un ».

**DE LA POSITION « AU PORT » À LA POSITION AU PIED**




*A-PD-201-000/PT-000 (page 8-3-6)*

Figure 8-3-9 De la position au port à la position au pied

Au commandement « AU PIED — LES DRAPEAUX », le cadet doit :

1. au premier mouvement :
   - (a) amener l'avant-bras droit de la position horizontale à la position verticale le long de la hampe et, avec la main droite, soulever la hampe pour la sortir de la douille du brayer;
   - (b) en même temps saisir la douille, de la main gauche, pour immobiliser la hampe et le brayer;
2. au deuxième mouvement :
   - (a) porter le drapeau avec la main droite à la position « au pied ».
   - (b) en même temps, passer la main gauche devant le corps pour stabiliser la hampe, l'avant-bras parallèle au sol, le dos de la main tourné vers l'extérieur, les doigts de la main gauche tendus et pointant ensemble vers la droite;
3. au troisième mouvement, ramener la main gauche près du corps, à la position du « garde-à-vous ».

La cadence de ce mouvement est « un-deux-trois, un-deux-trois, un ».

**DE LA POSITION AU PORT À LA POSITION LAISSER FLOTTER LE DRAPEAU**

La position « laisser flotter le drapeau » est utilisée pour saluer les dignitaires ou pour permettre l'identification du drapeau.

*A-PD-201-000/PT-000 (page 8-3-17)*

Figure 8-3-10 De la position « au port » à la position « laisser flotter le drapeau »

Au commandement « LAISSEZ FLOTTER LE(S)—DRAPEAU(X) », les cadets doivent :

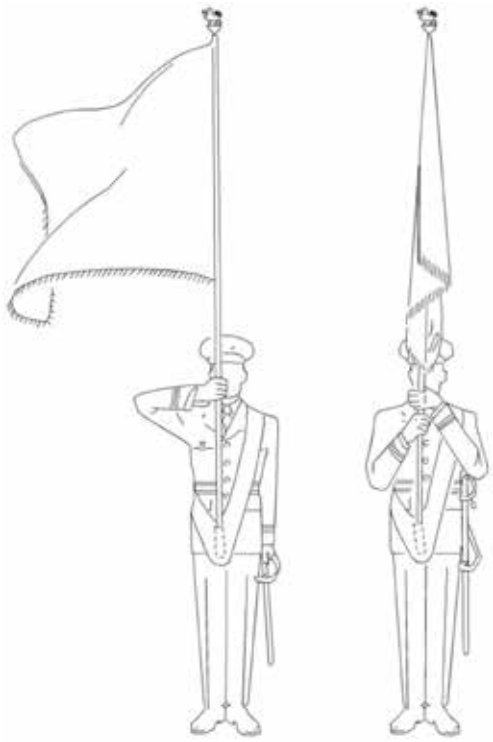
1. garder prise sur la hampe;
2. en même temps laisser flotter le drapeau avec un mouvement vers le bas de la main droite.

On utilise ce mouvement d'exercice militaire aux commandements :

- « SALUT GÉNÉRAL, SALU—EZ » :
- « TÊTE À—DROITE » pendant un défilé (il faut laisser flotter le drapeau au pas suivant du pied gauche).

La cadence de ce mouvement est « un ».

**DE LA POSITION LAISSER FLOTTER LE DRAPEAU À LA POSITION SAISISSEZ LE DRAPEAU**



*A-PD-201-000/PT-000 (page 8-3-18)*

Figure 8-3-11 De la position « laisser flotter le drapeau » à la position « saisissez le drapeau »

Au commandement, « SAISISSEZ LE(S)—DRAPEAU(X) », les cadets doivent :

1. au premier mouvement :
   (a) saisir le drapeau de la main gauche et le serrer contre la hampe;
   (b) en même temps, saisir le coin du drapeau avec la main droite, le dos de la main dirigé vers l'extérieur, au point de la hampe où le coin inférieur du drapeau touche la hampe;
2. au deuxième mouvement, ramener la main gauche près du corps, à la position garde-à-vous et lever l'avant-bras droit à l'horizontale.

On utilise ce mouvement d'exercice militaire aux commandements :

- « GARDE-À—VOUS » après le salut général;
- « FIXE » pendant le défilé.

La cadence de ce mouvement est « un-deux-trois, un ».

Selon l'orientation du vent, on peut saisir le drapeau avec la main droite après avoir immobilisé la hampe avec la main gauche. Si, en raison de la force du vent, on ne peut pas saisir le drapeau, il faut le ramener à la position « au pied », saisir le drapeau, puis le ramener à la position « au port».

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La pratique des mouvements de la position « au pied » à la position « au port », de la position « au port » à la position « au pied », de la position « laisser flotter le drapeau » et de la position « saisissez le drapeau » par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 4** — **Démontrer, expliquer et demander aux cadets de pratiquer les mouvements à la marche et à la halte au pas cadencé, et de la contremarche en spirale avec des drapeaux**

Durée : 35 min — Méthode : Démonstration et exécution

### MARCHE ET HALTE AU PAS CADENCÉ AVEC DES DRAPEAUX

Au commandement « PAS CADENCÉ -- MARCHE », les cadets doivent :

1. avancer le pied gauche en faisant un demi-pas de (35 cm [14 pouces]) et en soulevant la pointe du pied;
2. poser d'abord le talon au sol en gardant la pointe du pied orientée directement vers l'avant;
3. en même temps, balancer le bras gauche vers l'arrière, à la hauteur de la taille;
4. maintenir le bras droit à la position « au port »;
5. continuer à marcher en faisant des pas de longueur réglementaire (75 cm [30 pouces]).

> La cadence de ce mouvement est « gauche-droite-gauche ».

Au commandement « ESCOUADE – HALTE », les cadets doivent :

1. placer le pied droit à plat au sol, de façon naturelle, en utilisant le talon pour s'arrêter;
2. en même temps, balancer le bras gauche vers l'avant, à la hauteur de la poche de poitrine;
3. faire un demi-pas (35 cm [14 pouces]) avec le pied gauche et le placer à plat au sol, en balançant le bras gauche vers l'arrière;
4. fléchir le genou droit et le redresser au rythme du pas de gymnastique;
5. en même temps, ramener le bras gauche le long du corps le plus rapidement possible, et adopter la position du « garde-à-vous ».

> Le commandement « ESCOUADE—HALTE » se donne lorsque le pied gauche est au sol.

> La cadence de ce mouvement est « un-un-deux ».

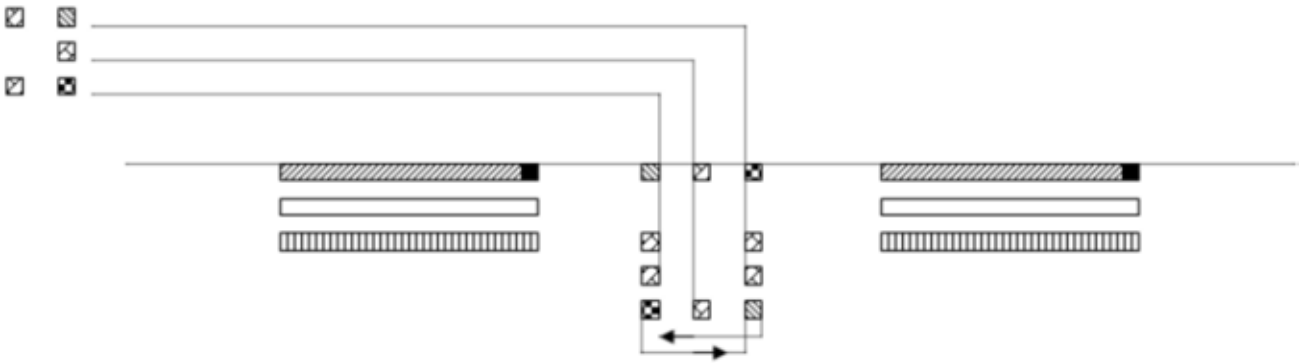
Pratiquer les mouvements lorsque :

- l'instructeur marque la cadence du pas;
- l'escouade marque la cadence du pas;
- l'escouade compte mentalement la cadence.

Insister sur les mouvements avec lesquels les cadets ont éprouvé de la difficulté pendant la leçon.

**CONTREMARCHE EN SPIRALE AVEC DES DRAPEAUX**

Une forme adaptée de la contremarche en spirale est utilisée pour changer la direction vers laquelle la garde de drapeau fait face sans utiliser autant d'espace que la garde de drapeau prendrait en faisant deux conversions.



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-3-12 Contremarche en spirale

Au commandement, « GARDE DE DRAPEAU, CONTREMARCHE EN SPIRALE—MARCHE » :

1. tous les cadets doivent garder la même cadence;
2. les cadets de la file du flanc droit doivent exécuter deux mouvements successifs de conversion vers la gauche;
3. les cadets de la file du centre et de la file du flanc gauche doivent exécuter deux mouvements successifs de conversion vers la droite;
4. les escortes dans le rang arrière doivent suivre les porte-drapeaux droit devant eux en position tout en gardant l'alignement.

On recommande de terminer la présente leçon ici et d'enseigner les PE 5 et 6 durant la deuxième séance.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**

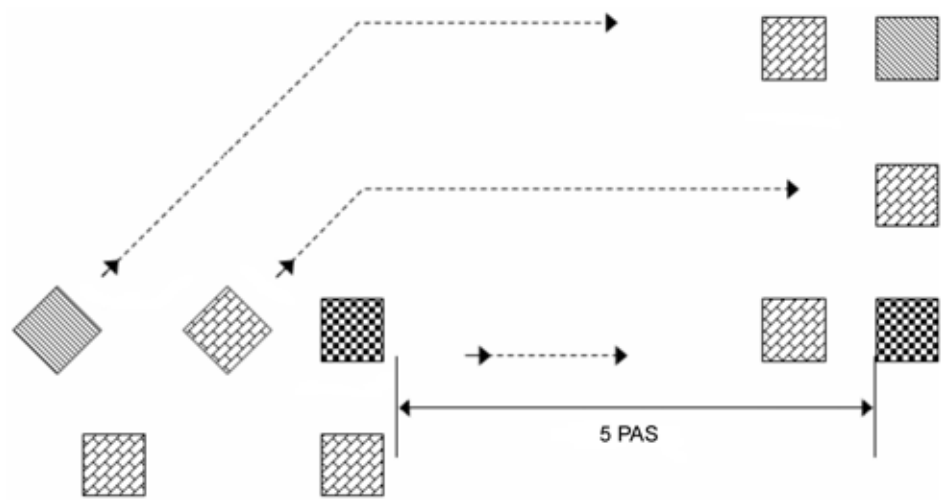
La participation des cadets à pratiquer les mouvements à la marche et à la halte, et de la contremarche en spirale avec les drapeaux servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 5** — **Démontrer, expliquer et demander aux cadets de pratiquer les mouvements pour se former par conversion vers la droite et vers la gauche avec des drapeaux**

Durée : 40 min — Méthode : Démonstration et exécution

Une conversion change la direction vers laquelle une garde de drapeau fait face en ligne tout en maintenant sa formation.

**CHANGER DE DIRECTION PAR CONVERSION À LA HALTE**




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-3-13 À droite formez

Pour changer de direction par conversion de la halte à la halte, il faut effectuer les mouvements suivants :

Au commandement, « À LA HALTE, CHANGEZ DE DIRECTION, VERS LA DROITE (GAUCHE), À DROITE (GAUCHE), FORM—EZ » :

1. le cadet en tête sur le flanc de direction tourne vers la droite (gauche);
2. en même temps, le reste du rang avant oblique vers la droite (gauche);
3. le rang du centre reste immobile.

Au commandement « PAS CADENCÉ—MARCHE » :

1. le cadet en tête sur le flanc de direction tourne vers la droite, effectue cinq pas vers l'avant et s'arrête;
2. en même temps, le reste de l'escouade se met en marche, faisant une conversion au besoin pour regagner sa position initiale à la gauche (droite) du flanc de direction;
3. chacune des files successives s'arrête successivement de droite à gauche (gauche à droite), faisant face à la nouvelle direction.

**CHANGER DE DIRECTION PAR CONVERSION À LA MARCHE**

Le commandement « CHANGEZ DE DIRECTION VERS LA DROITE (GAUCHE), DROITE (GAUCHE), FORM—EZ » est donné au moment où le pied droit (gauche) est au sol.

Pour changer de direction par conversion à la marche, il faut effectuer les mouvements suivants :

Au commandement, « CHANGEZ DE DIRECTION VERS LA DROITE (GAUCHE), À DROITE (GAUCHE), FORM—EZ » :

1. le cadet en tête du flanc de direction tourne vers la droite (gauche), effectue six pas vers l'avant et marque le pas;
2. en même temps, le reste du rang avant oblique vers la droite (gauche) et se met en marche vers la nouvelle position en ligne avec le drapeau de droite (gauche);
3. le reste de l'escouade fait une conversion au besoin pour regagner sa position initiale à la gauche (droite) du flanc de direction;
4. chacune des files successives marque le pas successivement de droite à gauche (gauche à droite), faisant face à la nouvelle direction.

Au commandement, « VERS L'A—VANT » ou « GARDE DE DRAPEAU—HALTE », l'escouade exécute le commandement donné.

Les commandements « VERS L'A—VANT » et « GARDE DE DRAPEAU—HALTE » se donnent lorsque le pied gauche est au sol.

Pratiquer les mouvements lorsque :

- l'instructeur marque la cadence du pas;
- l'escouade marque la cadence du pas;
- l'escouade compte mentalement la cadence.

Insister sur les mouvements avec lesquels les cadets ont éprouvé de la difficulté pendant la leçon.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5**

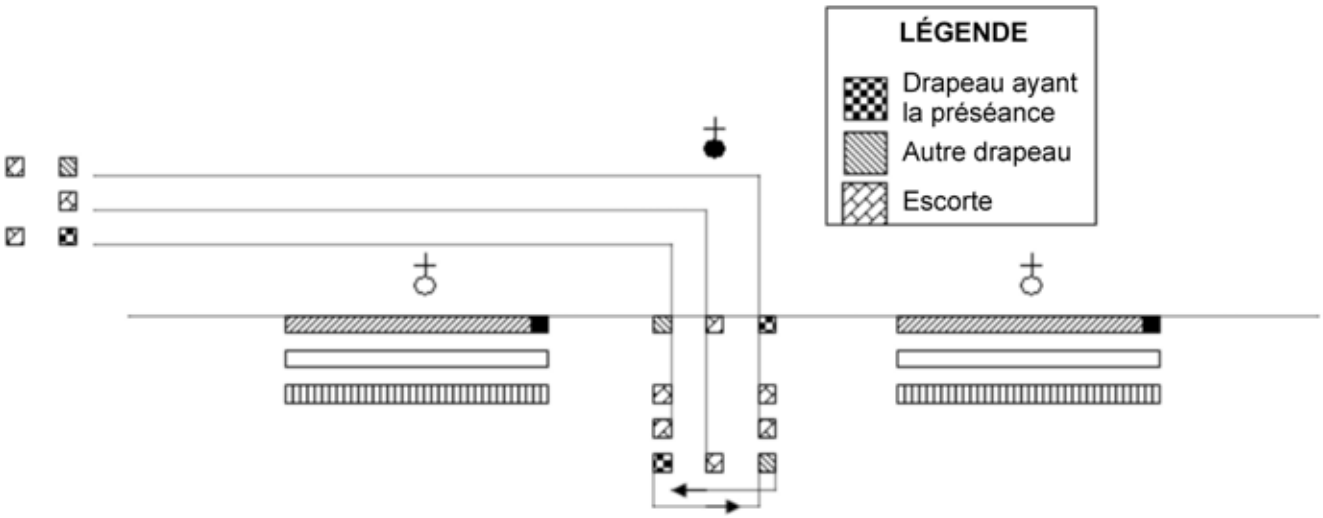
La pratique des mouvements pour changer de direction par conversion à la halte et à la marche par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 6** | **Démontrer, expliquer et demander aux cadets de pratiquer la façon de faire avancer et de retirer les drapeaux**

Durée : 45 min | Méthode : Démonstration et exécution

La garde de drapeau doit s'avancer sur le terrain de parade et le quitter par le même flanc, gauche ou droit.

**FAÇON DE FAIRE AVANCER LE(S) DRAPEAU(X)**




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 8-3-14 Faire avancer le(s) drapeau(x) du flanc gauche

Au commandement, « FAITES AVANCER LE(S) DRAPEAU(X) », les membres de la garde de drapeau doivent exécuter les mouvements suivants :

1. le commandant de la garde de drapeau doit donner le commandement préparatoire « GARDE DE DRAPEAU »;
2. le commandant du rassemblement doit donner le commandement « AU(X) DRAPEAU(X), SALU—EZ »;
3. le commandant de la garde de drapeau doit donner le commandement « PAR LA DROITE (CENTRE), PAS CADENCÉ—MARCHE ».

La garde de drapeau prend position, en effectuant une série de conversions (tel que montré à la figure 8-3-14).

Au commandement, « GARDE DE DRAPEAU, CONTREMARCHE EN SPIRALE—MARCHE » :

1. tous les cadets doivent garder la même cadence;
2. les cadets de la file du flanc droit doivent exécuter deux mouvements successifs de conversion vers la gauche;
3. les cadets de la file du centre et de la file du flanc gauche doivent exécuter deux mouvements successifs de conversion vers la droite;

4. les escortes dans le rang arrière doivent suivre les porte-drapeaux droit devant eux en position tout en gardant l'alignement.

La série de conversions doit être exécutée de la façon suivante :

1. Au commandement « GARDE DE DRAPEAU, PAS CADENCÉ—MARCHE », la garde de drapeau doit se rendre en groupe à un endroit sur le terrain de parade centré sur le commandant de la parade.
2. Au commandement « GARDE DE DRAPEAU, CHANGEZ DE DIRECTION, VERS LA DROITE (GAUCHE), À DROITE (GAUCHE), FORM—EZ » la garde de drapeau doit exécuter une conversion vers la droite (gauche) en marchant. Après la conversion, les cadets doivent marquer le pas.
3. La garde de drapeau doit se remettre à marcher au commandement « VERS L'A—VANT ».
4. La garde de drapeau doit exécuter une contremarche en spirale.
5. Après la contremarche en spirale, la garde de drapeau doit se rendre à un endroit prédéterminé sur le terrain de parade.
6. Une fois qu'elle a pris place dans les rangs, le commandant de la garde de drapeau donne le commandement « GARDE DE DRAPEAU, AU(X) DRAPEAU(X), SALU—EZ ».

Si la garde de drapeau est armée, le commandant de la garde de drapeau donne le commandement « GARDE DE DRAPEAU, AU(X) DRAPEAU(X), PRÉSENTEZ—ARMES ».

Après que l'escorte du drapeau présente les armes, le commandant de la parade donne le commandement « À L'ÉPAULE—ARMES », et le rassemblement, qui comprend maintenant la garde de drapeau, adopte la position « à l'épaule armes ».

Tant qu'elle n'a pas reçu l'ordre de rompre, à la fin du rassemblement, la garde de drapeau doit exécuter les commandements donnés par le commandant de la parade au lieu des commandements du commandant de la garde de drapeau, sauf lors des circonstances suivantes :

- Durant une revue, le drapeau doit rester à la position « au port » lorsque le commandant de la parade donne au corps le commandement « EN PLACE RE—POS ».
- Lorsque la garde de drapeau doit se rendre seule à un flanc, elle doit le faire sous les ordres de son commandant, en effectuant une série de conversions à la halte ou en marchant.

**RETRAIT DU OU DES DRAPEAUX**

Au commandement, « RETIREZ LE(S)—DRAPEAU(X) », les membres de la garde de drapeau doivent exécuter les mouvements suivants :

1. le commandant de la garde de drapeau doit donner le commandement préparatoire « GARDE DE DRAPEAU »;
2. le commandant de la parade doit donner le commandement « AU(X) DRAPEAU(X), SALU—EZ »;
3. le commandant de la garde de drapeau doit donner le commandement « PAR LA DROITE (CENTRE), PAS CADENCÉ—MARCHE ».

La série de conversions doit être exécutée de la façon suivante :

1. Au commandement « GARDE DE DRAPEAU, PAS CADENCÉ—MARCHE », la garde de drapeau doit se rendre en groupe à un endroit sur le terrain de parade centré sur le commandant de la parade.

2. Au commandement « GARDE DE DRAPEAU, CHANGEZ DE DIRECTION, VERS LA GAUCHE (DROITE), À GAUCHE (DROITE), FORM—EZ » la garde de drapeau doit exécuter une conversion vers la gauche (droite) en marchant. Après la conversion, les cadets doivent marquer le pas.

3. La garde de drapeau doit se remettre à marcher au commandement « VERS L'A—VANT ».

4. La garde de drapeau doit se rendre au flanc gauche (droit) et quitter le terrain de parade.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 6

La participation des cadets à pratiquer la façon de s'avancer sur le terrain de parade et de le quitter en tant que membre de la garde de drapeau servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

Demander aux cadets d'exécuter les mouvements d'exercice militaire à la marche pendant qu'ils évaluent la cadence.

Continuer de donner des commandements en fonction du temps alloué, en insistant sur les mouvements avec lesquels les cadets ont éprouvé de la difficulté.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

L'exercice militaire avec drapeaux est le fondement de tous les autres mouvements d'exercice militaire avec drapeaux. L'exercice militaire permet de développer de nombreuses qualités grâce à l'autodiscipline et la pratique. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exécuté avec précision est un exercice d'obéissance et de vigilance qui favorise le travail d'équipe.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Il est recommandé que cette leçon soit donnée en deux séances distinctes. Donner les PE 1 à 4 dans la première séance et les PE 5 et 6 dans la deuxième séance.

Les corps de cadets qui veulent dévier de la structure des leçons à cause des traditions de l'unité locale ou régimentaire peuvent le faire, mais doivent se limiter aux six périodes allouées.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 Directeur - Histoire et patrimoine 3-2. (2005). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-031 A-PD-202-001/FP-000 Directeur - Cérémonial 2. (1993). *Les Musiques et marches militaires des Forces canadiennes, Instructions sur les musiques*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-099 A-AD-200-000/AG-000 Directeur - Histoire et patrimoine. (1999). *Les décorations, drapeaux et la structure du patrimoine des Forces canadiennes*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-102 Directeur - Cadets 5. (1999). OAIC 12-05, *Drapeaux et bannières des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

**OCOM C308.02 – DONNER DES COMMANDEMENTS**

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Faire une photocopie, découper, plier et plastifier les fiches aide-mémoire comprenant les commandements qui se trouvent à l'annexe B et les distribuer à chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de donner des commandements dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision associée à cette leçon est tirée de l'OCOM M308.02 (Donner des commandements, section 2), y compris :

### QUESTIONS

Q1. À quoi servent les commandements préparatoires?

Q2. Quel est le but du commandement d'exécution?

Q3. Si un commandement n'est pas prononcé clairement et distinctivement, quel effet cela peut-il avoir sur l'escouade qui est commandée?

Q4. De quelle façon une mauvaise posture affecte-t-elle les commandements?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour avertir l'escouade qu'un mouvement sera exécuté.

R2. Les commandements d'exécution sont le signal qui indique que le mouvement doit être exécuté.

R3. Les cadets peuvent mal comprendre et exécuter le mauvais mouvement.

R4. Elle restreint la capacité de respirer profondément, restreint le mouvement du diaphragme, par conséquent les commandements proviennent de la gorge.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir donné des commandements.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets connaissent comment donner des commandements, car les commandements qui sont donnés de façon claire et concise, avec confiance et détermination, ont un effet sur la façon dont les cadets réagissent aux ordres. Les commandements sont nécessaires pour faire déplacer un peloton de façon efficace et organisée.

---

**Point d'enseignement 1** — **Démontrer et demander aux cadets de pratiquer la façon de donner des commandements**

Durée : 50 min — Méthode : Activité pratique

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de pratiquer la façon de donner des commandements.

**RESSOURCES**

Les fiches aide-mémoire qui se trouvent à l'annexe B.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Démontrer la façon de donner des commandements.
2. Remettre les fiches aide-mémoire à chaque cadet.
3. Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre cadets.
4. Demander à chaque cadet de pratiquer la façon de donner des commandements dans son groupe, en mettant l'accent sur la voix, la précision, la confiance, la bonne posture et le contrôle de la respiration. Demander aux cadets de pratiquer la façon de donner des commandements à la halte et à la marche pendant que les autres membres du groupe agissent comme escouade. Chaque cadet disposera d'environ 10 minutes en avant de son groupe.
5. Circuler parmi les groupes et aider les cadets au besoin, en offrant des suggestions et des conseils pour qu'ils s'améliorent.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité de donner des commandements servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les commandements, qui sont donnés de façon claire et concise, avec confiance et détermination, ont un effet sur la façon que les cadets réagissent à l'ordre donné. Les commandements peuvent permettre à un peloton de se déplacer en équipe, de manière organisée et efficace car tous les membres apprennent à travailler ensemble.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

On doit donner l'occasion aux cadets de donner des commandements et de recevoir une rétroaction durant les rassemblements d'ouverture et de clôture hebdomadaires et les cérémonies.

Cet OCOM doit être utilisé comme période supplémentaire pour l'OCOM M308.02 (Donner des commandements, section 2).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

S.O.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DOCUMENT DE COURS PORTANT SUR LA SÉQUENCE D'EXERCICE MILITAIRE (PRÉPARER UNE ESCOUADE POUR LE RASSEMBLEMENT)

### Escouade en ligne

Lorsqu'une escouade est formée en ligne, le chef d'équipe, qui assume le rôle de l'Adj Pon, doit être placé à trois pas devant et au centre de l'escouade.

### Étapes de préparation d'une escouade pour le rassemblement

Voici les étapes de préparation d'une escouade pour le rassemblement :

1. L'escouade doit se former sur trois rangs, en bordure du terrain de parade, dans la position en place repos.

2. Le chef d'équipe doit diriger la formation d'une escouade conformément aux instructions ci-dessous.

| Élément | Commandement | Donné par | Exécution | Observation |
|---|---|---|---|---|
| a. | | Chef d'équipe | Le chef d'équipe doit aller se placer à trois pas, faisant face, de la position que le guide devra occuper. | L'escouade est formée tout juste au bord du terrain de parade, en position de repos. Le cadet à l'extrême droite du rang avant est le « guide » désigné. |
| b. | GUIDE | Chef d'équipe | Le guide se met au garde-à-vous, répond avec le grade du chef d'équipe et observe la pause réglementaire, marche en ligne droite pour s'arrêter à trois pas devant le chef d'équipe et en lui faisant face. Le guide garde la position du garde-à-vous. | Le peloton adopte la position en place repos. Après avoir placé le guide, le chef d'équipe se tourne vers la droite, s'avance jusqu'à une position située au centre et à trois pas de la position que l'escouade occupera. |
| c. | Escouade RASSEMBLE-MENT - MARCHE | Chef d'équipe | L'escouade se place au garde-à-vous, observe la pause réglementaire et marche en direction du terrain de parade. Elle s'arrête à la gauche du guide, en ligne avec celui-ci et garde la position du garde-à-vous. | L'escouade doit prendre une route directe. |

3. Le chef d'équipe doit poursuivre en faisant l'appel, conformément aux instructions ci-dessous.

| Élément | Commandement | Donné par | Exécution | Observation |
|---|---|---|---|---|
| a. | RÉPONDEZ À L'APPEL, EN PLACE RE-POS | Chef d'équipe | Chaque membre de l'escouade doit se mettre au garde-à-vous à l'appel de son nom, il doit répondre en conséquence et se mettre en position « en place repos ». | Le chef d'équipe doit lire chaque nom sur une liste et cocher la présence de chaque cadet. |

4. Le chef d'équipe doit poursuivre en alignant selon la taille sur un rang et en retournant sur trois (deux) rangs conformément aux instructions ci-dessous.

| Élément | Commandement | Donné par | Exécution | Observation |
|---|---|---|---|---|
| a. | LES PLUS GRANDS À DROITE, LES PLUS PETITS À GAUCHE, SUR UN SEUL RANG, ALI — GNEZ | Chef d'équipe | L'escouade doit tourner vers la droite, observer la pause réglementaire, puis se placer par ordre de grandeur, les plus grands à droite et les plus petits à gauche, sur un seul rang, en s'alignant épaule à épaule et en ligne de l'avant à l'arrière. | Le chef d'équipe doit s'assurer que les cadets sont organisés conformément au commandement avant de poursuivre. |
| b. | « ESCOUADE, NUMÉRO— TEZ » | Chef d'équipe | Les membres de l'escouade doivent crier leur numéro en ordre à partir de la droite. | Le chef d'équipe doit s'assurer qu'aucun numéro n'est sauté. |
| c. | LES NUMÉROS IMPAIRS, UN PAS VERS L'AVANT, LES NUMÉROS PAIRS, UN PAS VERS L'ARRIÈRE — MARCHE | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| d. | NUMÉRO UN IMMOBILE, LES NUMÉROS IMPAIRS VERS LA DROITE, LES NUMÉROS PAIRS VERS LA GAUCHE TOUR — NEZ | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| e. | REFORMEZ SUR TROIS (DEUX) RANGS, PAS CADENCÉ — MARCHE | Chef d'équipe | Les membres de l'escouade doivent reformer trois rangs avec le numéro 1 comme guide et les autres doivent occuper la prochaine position ouverte. | En arrivant à sa nouvelle position, chaque membre de l'escouade doit s'arrêter en laissant une longueur de bras entre lui-même et son voisin, observer la pause réglementaire tourner à gauche et rester au garde-à-vous. |

5. Le chef d'équipe doit poursuivre avec l'alignement d'une escouade conformément aux instructions ci-dessous.

| Élément | Commandement | Donné par | Exécution | Observation |
|---|---|---|---|---|
| a. | « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| b. | « FIXE » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | Les membres de l'escouade doivent ramener vivement la tête et les yeux vers l'avant, ramener le bras droit derrière le cadet à la droite et revenir à la position du garde-à-vous. |

6. Le chef d'équipe doit poursuivre avec l'inspection d'une escouade conformément aux instructions ci-dessous.

| Élément | Commandement | Donné par | Exécution | Observation |
|---|---|---|---|---|
| a. | « OUVREZ LES RANGS—MARCHE » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| b. | « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| c. | « FIXE » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| d. | | Chef d'équipe | Le chef d'équipe doit inspecter l'avant et l'arrière de chaque cadet, en commençant par le guide de droite et en poursuivant autour de chaque rang, un après l'autre. L'inspection d'un cadet doit se faire de la tête aux pieds, dans cet ordre. | L'objet d'une inspection est d'assurer une norme d'hygiène personnelle et de tenue; il faut aussi s'assurer que chaque cadet est habillé adéquatement, et que les écussons sont portés correctement, qu'ils sont propres et en bon état. |
| e. | « FERMEZ LES RANGS—MARCHE » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| f. | « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| g. | « FIXE » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |
| h. | « EN PLACE RE—POS » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | |

7. Alors que le commandant du peloton approche, le chef d'équipe doit poursuivre en remettant le commandement d'une escouade conformément aux instructions ci-dessous.

| Élément | Commandement | Donné par | Exécution | Observation |
|---|---|---|---|---|
| a. | « GARDE-À—VOUS » | Chef d'équipe | L'escouade doit exécuter le commandement donné. | Le chef d'équipe ordonne à l'escouade de se mettre au garde-à-vous pendant que le commandant de peloton approche. |
| b. | | Chef d'équipe | | Le commandant de peloton s'arrête à deux pas devant le chef d'équipe, qui signale les forces et l'état de l'escouade. |
| c. | | Chef d'équipe | | Au commandement de joindre les rangs, le chef d'équipe se tourne vers la droite et poursuit sa marche par une série de conversions autour du flanc droit et prend sa position derrière l'escouade. |
| d. | | Comman-dant de peloton | | Le commandant de peloton fait deux pas vers l'avant pour prendre sa position. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## CARTE AIDE-MÉMOIRE

✂

**PRÉPARER UNE ESCOUADE EN VUE DU RASSEMBLEMENT**

**RASSEMBLEMENT :**

- GUIDE.
- ESCOUADE, RASSEMBLEMENT – MARCHE.

**FAIRE L'APPEL :**

- RÉPONDEZ À L'APPEL, EN PLACE RE-POS.

**ALIGNEMENT SELON LA TAILLE SUR UN RANG :**

- LES PLUS GRANDS À DROITE, LES PLUS PETITS À GAUCHE, SUR UN SEUL RANG, ALI — GNEZ.
- « ESCOUADE, NUMÉRO—TEZ ».
- LES NUMÉROS IMPAIRS, UN PAS VERS L'AVANT, LES NUMÉROS PAIRS, UN PAS VERS L'ARRIÈRE — MARCHE.
- NUMÉRO UN IMMOBILE, LES NUMÉROS IMPAIRS VERS LA DROITE, LES NUMÉROS PAIRS VERS LA GAUCHE TOUR — NEZ.
- REFORMEZ SUR TROIS (DEUX) RANGS, PAS CADENCÉ — MARCHE.

**ALIGNEMENT :**

- « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ ».
- « FIXE ».

**AVANT L'INSPECTION :**

- « OUVREZ LES RANGS—MARCHE ».
- « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ ».
- « FIXE ».

**APRÈS L'INSPECTION :**

- « FERMEZ LES RANGS—MARCHE ».
- « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ ».
- « FIXE ».
- « EN PLACE RE—POS ».

**REMISE DU COMMANDEMENT :**

- « GARDE-À—VOUS ».

✂

**PRÉPARER UNE ESCOUADE EN VUE DU RASSEMBLEMENT**

**RASSEMBLEMENT :**

- GUIDE.
- ESCOUADE, RASSEMBLEMENT – MARCHE.

**FAIRE L'APPEL :**

- RÉPONDEZ À L'APPEL, EN PLACE RE-POS.

**ALIGNEMENT SELON LA TAILLE SUR UN RANG :**

- LES PLUS GRANDS À DROITE, LES PLUS PETITS À GAUCHE, SUR UN SEUL RANG, ALI — GNEZ.
- « ESCOUADE, NUMÉRO—TEZ ».
- LES NUMÉROS IMPAIRS, UN PAS VERS L'AVANT, LES NUMÉROS PAIRS, UN PAS VERS L'ARRIÈRE — MARCHE.
- NUMÉRO UN IMMOBILE, LES NUMÉROS IMPAIRS VERS LA DROITE, LES NUMÉROS PAIRS VERS LA GAUCHE TOUR — NEZ.
- REFORMEZ SUR TROIS (DEUX) RANGS, PAS CADENCÉ — MARCHE.

**ALIGNEMENT :**

- « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ ».
- « FIXE ».

**AVANT L'INSPECTION :**

- « OUVREZ LES RANGS—MARCHE ».
- « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ ».
- « FIXE ».

**APRÈS L'INSPECTION :**

- « FERMEZ LES RANGS—MARCHE ».
- « PAR LA DROITE, ALI—GNEZ ».
- « FIXE ».
- « EN PLACE RE—POS ».

**REMISE DU COMMANDEMENT :**

- « GARDE-À—VOUS ».

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 9

# OREN 309 – ENSEIGNER UNE LEÇON

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

**OCOM M309.01 – EXPLIQUER LES PRINCIPES D'INSTRUCTION**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

L'activité du PE 2 utilise des stations d'apprentissage. Les stations d'apprentissage sont une forme de travail en groupe, où les cadets apprennent à classer l'information présentée. Lors de l'organisation des stations d'apprentissage, s'assurer qu'il y a suffisamment d'espace pour que chaque cadet soit confortable et puisse écrire l'information. Lorsque les cadets arrivent à la station d'apprentissage, tous les renseignements nécessaires devraient être déjà disponibles. Ces stations doivent être disposées près l'une de l'autre pour minimiser le temps de déplacement; toutefois, assez éloignées pour éviter les interruptions des autres groupes. Pour cette leçon, choisir et installer six stations d'apprentissage pour les principes d'instruction.

Photocopier les feuilles de renseignements sur les principes d'instruction qui se trouvent à l'annexe A et les feuilles de travail sur les principes d'instruction qui se trouvent à l'annexe B pour chaque station.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter aux cadets les principes d'instruction et de stimuler leur intérêt.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 2, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets d'appliquer les principes d'instruction.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, les cadets doivent être en mesure d'expliquer les principes d'instruction et la façon dont ils sont appliqués lors de la planification et de l'instruction d'une leçon.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets puissent expliquer les principes d'instruction et la façon dont ils sont appliqués lors de la planification et de l'instruction d'une leçon afin de rendre l'instruction amusante et fructueuse et d'aider l'instructeur à prendre des décisions éclairées lorsqu'il s'adresse à une classe. La capacité de maintenir l'intérêt, la motivation et la soif d'apprentissage d'une classe est une compétence indispensable qui assurera aux cadets une expérience d'apprentissage positive.

---

**Point d'enseignement 1** **Décrire les principes d'instruction**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

**LES PRINCIPES D'INSTRUCTION**

**Principe.** Vérité ou règle fondamentale sur laquelle est fondé un raisonnement ou une action.

Pour créer un environnement qui favorise la participation et l'apprentissage, l'instructeur doit suivre un ensemble de lignes directrices ou de principes lorsqu'il planifie et enseigne une leçon. Les lignes directrices fondamentales, qu'on appelle les « principes d'instruction », sont les suivantes :

- **Participation.** Des cadets qui participent mentalement et physiquement à l'apprentissage ont plus de chance de mémoriser l'information. L'instructeur doit diriger des activités qui comportent de l'action, qui contiennent des activités et qui sont excitantes. Les cadets apprennent par la pratique.
- **Intérêt.** Des cadets curieux et qui ont un lien affectif avec le sujet seront plus réceptifs à l'apprentissage. L'instructeur doit donc éveiller, susciter et soutenir l'intérêt des cadets. S'ils ne trouvent pas la matière intéressante, les cadets seront moins enclins à écouter et n'apprendront pas.
- **Compréhension.** L'entendement ou la compréhension a rapport avec la capacité du cadet à comprendre la matière enseignée. L'empressement que montre le cadet à apprendre une nouvelle matière dépend de ce qui a déjà été enseigné; la nouvelle matière ne doit pas dépasser le niveau de connaissances des cadets. Si les cadets ne comprennent pas la matière, ils n'apprendront pas.
- **Confirmation.** La confirmation est un élément essentiel de l'apprentissage et de l'instruction. Elle donne l'occasion à l'instructeur ainsi qu'au cadet d'évaluer si l'information a été bien comprise.
- **Accentuation.** Lors d'une période d'instruction, certains renseignements peuvent revêtir une importance particulière. L'instructeur peut insister sur cette information importante en contrôlant sa voix et en utilisant du matériel d'instruction et des activités en classe.
- **Succès.** La leçon doit donner à chaque cadet l'impression qu'il s'est réalisé. Les cadets doivent quitter la classe en étant satisfaits de ce qu'ils ont réalisé durant la leçon.

L'acronyme PICCAS est utile pour se souvenir des principes d'instruction.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Énumérer les principes d'instruction.

Q2. Qu'est-ce qui se passera si une leçon ne génère pas d'intérêt?

Q3. Quel acronyme est utile pour se souvenir des principes d'instruction?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les principes d'instruction sont les suivants :

- la participation,
- l'intérêt,
- la compréhension,
- la confirmation,
- l'accentuation,
- le succès.

R2. S'ils ne trouvent pas la matière intéressante, les cadets seront moins enclins à écouter et n'apprendront pas.

R3. L'acronyme PICCAS peut être utile pour se souvenir des principes d'instruction.

**Point d'enseignement 2** — **Diriger une activité où les cadets auront à appliquer les principes d'instruction**

Durée : 40 min — Méthode : Activité en classe

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de mettre en pratique les principes d'instruction.

### RESSOURCES

- des feuilles de renseignements sur les principes d'instruction,
- des feuilles de travail sur les principes d'instruction,
- des stylos et des crayons.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Aménager six stations d'apprentissage qui comprendront ce qui suit :

- des feuilles de renseignements sur les principes d'instruction,
- des feuilles de travail sur les principes d'instruction,
- des stylos et des crayons.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en six groupes et attribuer une station d'apprentissage des principes d'instruction à chaque groupe.
2. Assigner un chef à chaque groupe. Demander au chef de groupe de désigner un secrétaire et un lecteur.
3. En se référant au principe et au sujet qui se trouvent en haut de la page, demander aux groupes de remplir la feuille de travail sur les principes d'instruction (chaque groupe ne doit remplir qu'une seule feuille de travail).
4. Après cinq minutes, demander aux groupes de se rendre à la prochaine station en suivant une rotation dans le sens horaire. Demander aux cadets de remplir la prochaine feuille de travail sur les principes d'instruction.

Demander aux groupes d'apporter leurs feuilles de travail avec eux d'une station à l'autre.

Il est important de circuler dans la salle pour faciliter les activités et aider les cadets au besoin. Si possible, désigner d'autres instructeurs pour aider à la supervision et à la facilitation.

5. Faire passer les groupes aux autres stations qui restent.
6. Demander aux cadets de partager avec les autres cadets l'information qu'ils ont notée. Dans la plupart des cas, les groupes relèveront la même information à chaque station. Si un groupe a relevé une information différente, elle sera partagée une fois la présentation terminée.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux stations d'apprentissage des principes d'instruction servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Le fait de pouvoir décrire les principes d'instruction et de savoir comment les appliquer lors de la planification et de l'instruction d'une leçon rend l'instruction amusante et fructueuse et aide l'instructeur à prendre des décisions éclairées lorsqu'il s'adresse à une classe. La capacité de maintenir l'intérêt, la motivation et la soif d'apprentissage d'une classe est une compétence indispensable qui assurera aux cadets une expérience d'apprentissage positive.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les stations d'apprentissage doivent être installées avant le début de la leçon.

Les cadets doivent être répartis en six groupes et faire le tour de toutes les stations pendant l'activité en classe du PE 2.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-055 A-P9-050-000/PT-006 Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes. (1997). *Conduite des programmes d'instruction* (vol. 6). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**EO M309.02 – IDENTIFIER LES MÉTHODES D'INSTRUCTION**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier les annexes C et D pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode de l'exposé interactif a été choisie pour le PE 1 afin de décrire les types de leçons car elle permet à l'instructeur de transmettre de nouveaux renseignements tout en encourageant les cadets à participer activement en posant des questions ou en y répondant.

Une activité en classe a été choisie pour les PE 2 et 3, parce que c'est une façon interactive de renforcer le sujet et de confirmer la compréhension des cadets sur les types de leçons et les méthodes d'instruction.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir identifié une méthode d'instruction appropriée pour un type de leçon particulier et un sujet donné.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets sachent que de nombreuses méthodes d'instruction peuvent être utilisées pour enseigner des leçons portant sur les connaissances et les habiletés. En variant la méthode d'instruction, les instructeurs peuvent stimuler l'intérêt et favoriser l'apprentissage.

---

**Point d'enseignement 1** **Décrire les types de leçons**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**TYPES DE LEÇONS**

Il existe deux types de leçons : celles portant sur les connaissances et celles portant sur les habiletés.

Les principales différences entre la leçon portant sur les connaissances et la leçon portant sur les habiletés résident dans la façon dont les cadets participent durant la leçon et la façon dont l'instructeur confirme l'apprentissage à la fin d'un point d'enseignement ou d'une leçon.

Dans une leçon portant sur les connaissances, les cadets participent en posant des questions et en y répondant ainsi qu'en discutant du contenu de la leçon. L'instructeur confirme l'apprentissage en posant des questions à la classe ou en dirigeant une activité.

Dans une leçon portant sur les habiletés, les cadets participent aux activités en mettant en pratique une habileté pendant que l'instructeur observe leur exécution pour confirmer l'apprentissage.

**Leçon portant sur les connaissances**

La leçon portant sur les connaissances enseigne aux cadets les aspects théoriques d'une matière. L'instructeur présente l'information de base sur un sujet en suivant généralement le format « qui, quoi, quand, où et pourquoi ». Afin de donner une leçon efficace sur les connaissances, l'instructeur doit :

1. sélectionner une méthode d'instruction;
2. bien se documenter sur l'information relative à la leçon;
3. résumer l'information;
4. préparer des questions pour encourage la participation de la classe;
5. préparer des questions pour confirmer l'apprentissage;
6. préparer le matériel d'instruction.

Pour toutes les leçons, l'instructeur doit susciter et maintenir l'intérêt. Il est particulièrement important pour les instructeurs de rendre les leçons portant sur les connaissances intéressantes, puisque ces types de leçons ne sont pas de nature pratique.

**Leçon portant sur une habileté**

La leçon portant sur une habileté sert à démontrer progressivement l'habileté à apprendre. Afin de donner une démonstration efficace, l'instructeur doit :

1. la planifier avec soin;

2. décomposer l'habileté à enseigner en étapes successives;
3. répéter l'enchaînement des étapes pour s'assurer qu'il est précis et clair;
4. rédiger un plan de leçon;
5. préparer ou obtenir d'avance tout le matériel nécessaire pour démontrer et pratiquer l'habileté;
6. aménager la classe de façon à ce que la démonstration puisse être vue;
7. permettre aux cadets de pratiquer les étapes sous supervision;
8. offrir de l'aide ou refaire une démonstration, au besoin;
9. permettre aux cadets de continuer de s'exercer sous supervision, jusqu'à ce qu'ils aient tous exécuté de façon satisfaisante l'habileté.

La maîtrise d'une habileté donnée peut nécessiter de la pratique au-delà des heures de classe, selon les apprenants et la difficulté de l'habileté.

L'apprentissage est un alliage de connaissances, d'attitudes et d'habiletés qui favorisent le développement du cadet.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les principales différences entre la leçon portant sur les connaissances et la leçon portant sur une habileté?

Q2. Comment les instructeurs confirment-ils l'apprentissage dans une leçon portant sur une habileté?

Q3. Pourquoi est-il plus difficile de susciter et de maintenir l'intérêt dans une leçon portant sur les connaissances?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les principales différences entre la leçon portant sur les connaissances et la leçon portant sur les habiletés résident dans la façon dont les cadets participent durant la leçon et la façon dont l'instructeur confirme l'apprentissage à la fin d'un point d'enseignement ou d'une leçon.

R2. Dans une leçon portant sur une habileté, les instructeurs confirment l'apprentissage en observant les cadets pendant qu'ils exécutent l'habileté.

R3. Il est plus difficile de susciter et de maintenir l'intérêt dans une leçon portant sur les connaissances, puisque ces types de leçons ne sont pas de nature pratique.

**Point d'enseignement 2** **Diriger une activité où les cadets décrivent les méthodes d'instruction**

Durée : 25 min Méthode : Activité en classe

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

### MÉTHODES D'INSTRUCTION

Les instructeurs doivent se familiariser avec les diverses méthodes d'instruction et être capables de les utiliser. Certaines des méthodes les plus couramment utilisées sont décrites à l'annexe C.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de décrire des méthodes d'instruction.

### RESSOURCES

- des feuilles de renseignements sur les méthodes d'instruction,
- des feuilles pour tableau de papier,
- des marqueurs de couleur,
- des stylos ou des crayons.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Aménager quatre postes de travail et y apposer les étiquettes suivantes : « description », « préparation de la leçon », « applications typiques » et « enseignement de la leçon ». Chaque poste doit comporter :

- trois feuilles pour tableau de papier,
- des marqueurs de couleur.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en quatre groupes et assigner chaque groupe à l'un des postes de travail étiquetés.
2. Donner aux cadets une copie de l'annexe C.
3. Assigner un chef pour chaque groupe. Le chef de groupe sera chargé de désigner un secrétaire et un lecteur.
4. Demander à chaque groupe de se documenter à propos de l'information qui lui est assignée (description, préparation de la leçon, applications typiques ou enseignement de la leçon) en utilisant l'annexe C pour chaque méthode d'instruction et de noter les points importants sur une feuille pour tableau de papier.
5. Demander aux groupes de partager leur information avec la classe. (10 minutes)

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** — **Diriger une activité où les cadets doivent sélectionner une méthode d'instruction appropriée pour un sujet donné**

Durée : 20 min — Méthode : Activité en classe

La méthode d'instruction dépend :

- de la matière de la leçon,
- du contexte dans lequel se déroulera l'instruction,
- des ressources disponibles à l'instructeur,
- du temps dont dispose l'instructeur,
- des besoins des cadets.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de choisir une méthode d'instruction appropriée pour chaque sujet en considérant des critères.

### RESSOURCES

Liste des sujets de leçon qui se trouvent à l'annexe D.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner aux cadets une copie de l'annexe D.
2. Présenter l'objectif de l'activité et demander aux cadets de travailler individuellement pendant 10 minutes pour faire correspondre les sujets de leçon aux méthodes d'instruction décrites dans le PE 2.
3. Insister sur le fait que certains sujets peuvent être enseignés en utilisant plus d'une méthode d'instruction, mais qu'ils doivent choisir celle qui, selon eux, convient le mieux.
4. Demander aux cadets de partager leur travail avec la classe en présentant et en expliquant la méthode d'instruction qu'ils ont choisie pour un sujet.

Il n'existe pas de méthode d'instruction unique qui s'adapte mieux à tous les objectifs. Donner de l'instruction en utilisant diverses méthodes peut souvent améliorer l'apprentissage.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

**QUESTIONS**

Q1. Nommer une application de l'exposé interactif.

Q2. Comment l'instructeur confirme-t-il l'apprentissage lorsqu'il utilise la méthode d'instruction par démonstration et exécution?

Q3. Quelle méthode d'instruction consistant à faire participer les cadets dans des opérations réelles met en pratique ce qui a été discuté ou appris en classe?

Q4. Donner deux exemples d'activités en classe.

Q5. Les jeux créent de la diversité et suscitent l'intérêt. Que doivent-ils apporter d'essentiel?

Q6. Quelle méthode d'instruction consiste à demander aux cadets de fabriquer un objet, d'appliquer un enseignement ou de démontrer un processus?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les exposés interactifs peuvent être utilisés pour réviser une matière déjà enseignée, présenter des renseignements de base ou une nouvelle matière, donner des directives concernant les procédures, et démontrer la mise en application de règlements, de principes ou de concepts, et présenter une démonstration, une discussion ou une exécution.

R2. Pendant une démonstration et exécution, l'instructeur confirme l'apprentissage en observant les cadets pendant qu'ils exécutent la tâche, l'habileté ou le mouvement.

R3. La visite éducative.

R4. Les activités en classe incluent les stations d'apprentissage, les vidéos, les remue-méninges, les débats et le travail de groupe.

R5. Il est essentiel que les jeux contribuent à l'apprentissage.

R6. L'activité pratique.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, COREN de l'OREN 309.

**OBSERVATIONS FINALES**

La capacité de sélectionner une méthode d'instruction appropriée pour une leçon donnée est une habileté importante que doit posséder un instructeur. Les cadets seront plus enclins à porter attention, à participer aux activités en classe et à répondre aux questions. Ils profiteront, de façon générale, d'une expérience d'apprentissage positive si les instructeurs choisissent une méthode d'instruction appropriée et s'ils planifient les activités d'apprentissage.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-055 A-P9-050-000/PT-006 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (2002). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes (vol 6)*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-056 A-P9-050-000/PT-005 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (2001). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes* (vol 5). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM M309.03 – DÉCRIRE LES TECHNIQUES D'ART ORATOIRE**

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 3 afin de présenter la matière de base et d'orienter les cadets vers les aspects du contrôle de la voix et de la manière de se préparer à la pratique de l'art oratoire.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE 2 parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur la présence physique lorsqu'on adresse la parole à un groupe.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devra avoir décrit les éléments du contrôle de la voix et de la présence physique et la préparation nécessaire à l'art oratoire.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets décrivent les éléments du contrôle de la voix et de la présence physique pour devenir des instructeurs sûrs d'eux. La capacité de se préparer efficacement pour une présentation et la capacité de contrôler sa nervosité sont des compétences indispensables qui aident à faire en sorte que l'instructeur et le stagiaire vivent une expérience d'apprentissage positive.

**Point d'enseignement 1** **Expliquer les éléments du contrôle de la voix**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Les cadets peuvent avoir été en contact avec des personnes provenant d'autres communautés, provinces, et même pays, qui ont des accents différents du leur. Réfléchir avec les cadets sur les éléments du contrôle de la voix qui peuvent influencer la façon dont le message est reçu, et écrire leurs réponses. À la fin du remue-méninges, comparer la liste de la classe à la liste ci-dessous.

## ÉLÉMENTS DU CONTRÔLE DE LA VOIX

Le contrôle de la voix est l'un des outils de communication les plus importants et efficaces. La capacité de contrôler sa voix pour communiquer efficacement et d'insister sur l'information importante est une compétence fondamentale à utiliser lorsqu'on s'adresse à un auditoire.

**Hauteur.** La hauteur désigne la hauteur, élevée ou basse, de la voix. Un changement dans la hauteur n'ajoute habituellement rien de plus à un message, mais il attire l'attention de l'auditoire et contribue à faire participer les gens.

**Ton.** Le ton est la qualité du son de la voix. Les communicateurs efficaces changent souvent le ton de leur voix pour insister sur un mot ou une phrase dans le but de communiquer une émotion ou une conviction.

**Son monotone.** Son ne présentant aucun changement dans la hauteur ou le ton.

**Volume.** Le volume désigne la puissance sonore ou l'ampleur du ton. Un changement dans le volume représente souvent un accent mis sur une phase ou un point particulier. Les facteurs ambiants comme le bruit extérieur et la grandeur de la salle doivent être pris en considération pour s'assurer que l'auditoire entend bien le message communiqué.

**Débit.** Le débit désigne la vitesse à laquelle les mots sont prononcés. Un débit trop rapide ou trop faible peut déconcentrer l'auditoire. Pour communiquer, il est important d'adopter un débit qui permette à l'auditoire de comprendre chaque mot prononcé.

**Pause.** La pause désigne un temps d'arrêt dans le discours ou la lecture. Elle constitue un élément important du processus de communication. La pause donne à l'auditoire l'occasion d'assimiler ce qui a été dit et de poser des questions. La pause est aussi un moyen efficace d'annoncer un changement de sujet ou un point important.

**Articulation.** L'articulation désigne la prononciation claire et distincte d'un mot. Il est important de bien prononcer et articuler les mots pour que l'auditoire comprenne le message communiqué.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Nommer les six éléments du contrôle de la voix.

Q2. Que signifie un changement dans le volume quand on communique un message?

Q3. À quoi sert la pause pendant un discours?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les six éléments du contrôle de la voix sont :

- la hauteur,
- le ton,
- le volume,
- le débit,
- la pause,
- l'articulation.

R2. Un changement dans le volume peut représenter un accent mis sur une phase ou un point particulier.

R3. La pause donne à l'auditoire l'occasion d'assimiler ce qui a été dit et de poser des questions. La pause est aussi un moyen efficace d'annoncer un changement de sujet ou un point important.

---

**Point d'enseignement 2** **Discuter des éléments de la présence physique**

Durée : 10 min Méthode : Discussion de groupe

---

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

---

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements ci-après auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

**ÉLÉMENTS DE LA PRÉSENCE PHYSIQUE**

On évalue à 93 % la proportion du message qui est comprise par la communication non verbale et à 7 %, celle qui provient des mots comme tels. Le fait d'être conscient de sa présence physique et de ses effets sur le message communiqué est un élément important de l'art oratoire.

**Langage corporel**

Le langage corporel ou la communication non verbale est le processus par lequel on communique au moyen d'expressions ou de gestes, conscients ou inconscients. Le fait de comprendre que le langage corporel a une incidence sur la façon dont le message est reçu et interprété est un outil important pour communiquer efficacement.

**Expressions faciales.** La communication non verbale, notamment par les yeux, les sourcils et la bouche, contribue au sens global d'un message à près de 93 %. Les mouvements des yeux, des sourcils et de la bouche peuvent donner un nombre infini d'expressions qui complètent les paroles. Il est important que les expressions faciales concordent avec le ton du message communiqué afin de souligner ce qui est important et de rendre les paroles crédibles. Le sourire est l'expression faciale la plus importante. Il ajoute de la sincérité au message ainsi qu'une touche de sympathie à la personne qui s'adresse à l'auditoire.

**Contact visuel.** Le maintien du contact visuel est un moyen efficace pour retenir l'attention de l'auditoire et susciter son intérêt. Faire une pause de deux ou trois secondes sur chaque membre de l'auditoire lui donnera l'impression qu'il participe à une conversation seul à seul. Il est important de regarder l'ensemble de la salle et de la balayer de gauche à droite, et d'avant en arrière.

**Gestes.** Des mouvements de mains, de bras et d'épaules peuvent être combinés en une grande diversité de gestes pouvant aider à rehausser la signification du message. Les communicateurs efficaces laissent leurs mains et bras bouger naturellement pour les aider à souligner l'importance d'un message et y communiquer une émotion. Il est important de ne pas pointer le doigt directement vers les membres de l'auditoire ou de faire des gestes qui pourraient les déconcentrer.

**Mouvements.** Il est très important d'être conscient de ses mouvements quand on s'adresse à un auditoire. Ils retiendront l'attention et l'intérêt de l'auditoire pour ce qui est dit. Se déplacer à l'avant de la salle, d'avant en arrière et d'un côté à l'autre, peut aider l'instructeur à insister sur certains points. Par contre, des mouvements excessifs ou nerveux peuvent déconcentrer l'auditoire et nuire à la communication du message.

Se mettre les mains dans les poches est considéré comme un signe de nervosité ou de suffisance.

**Tenue vestimentaire et comportement**

Les communicateurs efficaces sont conscients de leur tenue vestimentaire et de leur comportement. L'auditoire ne réagira pas de la même façon devant une personne bien habillée et professionnelle que devant une personne mal habillée et peu professionnelle.

**Tenue vestimentaire.** Les communicateurs efficaces portent toujours des vêtements propres, bien repassés et convenables. Une tenue indiquée pour l'événement contribue à acquérir de l'assurance soi et de la crédibilité.

**Comportement.** L'auditoire sera bien plus réceptif si la personne est préparée, à l'heure, vêtue convenablement et sûre d'elle que si elle est mal préparée, en retard, mal vêtue et nerveuse. L'élément le plus important du comportement est de montrer un intérêt pour le sujet; l'auditoire s'en apercevra et sera d'autant plus intéressé par la présentation.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Comment utiliseriez-vous les expressions faciales pour faire ressortir quelque chose d'amusant?

Q2. Comment un orateur efficace donne-t-il aux membres de l'auditoire l'impression qu'ils prennent part à la présentation?

Q3. Comment, selon vous, un instructeur devrait-il s'habiller et se comporter?

Q4. Nommer les éléments les plus importants du comportement.

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** **Expliquer la préparation nécessaire à l'exercice de l'art oratoire**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

La préparation est l'élément le plus important de l'art oratoire. Elle contribue à acquérir de l'assurance, à contrôler sa nervosité et à augmenter ses chances de succès quand on s'adresse à un auditoire.

La préparation nécessaire à l'art oratoire passe par les étapes suivantes :

1. **Pratiquer.** Une bonne répétition aide à mémoriser le contenu, ce qui permet d'établir un meilleur contact visuel et d'avoir une plus grande liberté de mouvement lorsqu'on s'adresse à un auditoire. La mémorisation de l'introduction et de la conclusion constituent les deux éléments les plus importants : une bonne introduction permet d'acquérir de l'assurance et attire l'attention de l'auditoire, alors qu'une bonne conclusion contribue à laisser une impression durable sur l'auditoire. Si possible, pratiquer devant un petit groupe, parler à voix haute durant la pratique individuelle et toujours se tenir debout durant les pratiques.

2. **Contrôler sa nervosité.** Il est normal de se sentir nerveux avant d'adresser la parole à un groupe. Cette nervosité peut souvent être bénéfique si elle est bien canalisée. Les moyens suivants peuvent aider à contrôler sa nervosité :

   (a) **Disposition de la salle.** Se familiariser avec la disposition de la salle avant de prendre la parole.

   (b) **Matériel.** S'assurer que ses notes, documents de cours et matériel de présentation sont bien organisés.

   (c) **Équipement.** S'assurer que l'équipement dont on se servira est en bon état de fonctionnement et qu'il est prêt à être utilisé.

   (d) **Exercice.** Passer du temps à réviser ses notes et à répéter le contenu.

   (e) **Attitude.** Faire son entrée en souriant et en arborant une attitude positive et confiante.

   (f) **Respiration.** Prendre une grande respiration avant de faire son entrée. Ralentir son débit, au besoin, et respirer du diaphragme, et non de la poitrine.

3. **Repérer un visage familier.** En se déplaçant en avant de l'auditoire, repérer un visage familier. Si l'on établit un contact visuel avec un visage familier au moment de prendre la parole, on acquerra de l'assurance pendant l'introduction et on réussira, par conséquent, à mieux communiquer son message à l'auditoire.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Nommer les trois étapes de la préparation nécessaire à l'art oratoire.

Q2. Quels moyens peuvent aider à contrôler sa nervosité?

Q3. Quels sont les avantages de repérer un visage familier?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les trois étapes de la préparation nécessaire à l'art oratoire sont :

   (1) pratiquer,

(2) contrôler sa nervosité,

(3) repérer un visage familier.

R2. Les moyens suivants peuvent aider à contrôler sa nervosité :

- se familiariser avec la disposition de la salle avant de prendre la parole,
- s'assurer que ses notes, documents de cours et matériel de présentation sont bien organisés,
- s'assurer que l'équipement dont on se servira est en bon état de fonctionnement et qu'il est prêt à être utilisé,
- passer du temps à réviser ses notes et à répéter le contenu,
- faire son entrée en souriant et en arborant une attitude positive et confiante,
- prendre une grande respiration avant de faire son entrée.

R3. Si l'on établit un contact visuel avec un visage familier au moment de prendre la parole, on acquerra de l'assurance pendant l'introduction et on réussira, par conséquent, à mieux communiquer son message à l'auditoire.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

**QUESTIONS**

Q1. Expliquer ce qu'est le ton.

Q2. Nommer les deux éléments de la présence physique.

Q3. Quels sont les quatre aspects du langage corporel?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le ton est la qualité du son de la voix.

R2. Les deux éléments de la présence physique sont :

- le langage corporel,
- la tenue vestimentaire et le comportement.

R3. Quels sont les quatre aspects du langage corporel?

- les expressions faciales,
- le contact visuel,
- les gestes,
- les mouvements.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Si l'on sait comment mettre en pratique les éléments du contrôle de la voix et de la présence physique, on pourra rendre l'instruction plus plaisante et fructueuse en contribuant à renforcer sa présence lorsqu'on s'adresse à un auditoire. La capacité de se préparer efficacement pour une présentation et la capacité de contrôler sa nervosité sont des compétences indispensables pouvant aider l'instructeur à acquérir de l'assurance.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-192 (ISBN 0-9695066-2-7) Bender, P. (2000). *Secrets of Power Presentations*. Toronto, Ontario, The Achievement Group.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

**OCOM M309.04 – DÉCRIRE LES TECHNIQUES DE QUESTIONS**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 30 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-603/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Demander à des officiers ou des cadets séniors d'aider à la direction de l'activité et de consigner les données sur le rendement des cadets.

Réviser les instructions sur l'activité avec les officiers et les cadets séniors qui aident au déroulement de l'activité.

Photocopier les annexes E, F, G et H pour les officiers et les cadets séniors qui aident au déroulement de l'activité.

Photocopier l'annexe E pour chaque cadet.

Pour diriger l'activité et s'il y a plus d'un groupe, réserver des espaces dans le secteur d'entraînement pour y aménager des postes de travail.

Faire des photocopies de l'annexe F pour chaque poste, au besoin.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode de l'exposé interactif a été choisie pour les PE 1 à 3 parce qu'elle permet à l'instructeur de décrire les buts, les qualités et les types de questions tout en encourageant les cadets à participer activement en posant des questions ou en y répondant.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 4, parce que c'est une façon interactive d'étoffer le sujet et de confirmer que les cadets ont saisi ce qu'est la technique de questions.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, les cadets devront avoir décrit les techniques de questions en énumérant les buts des questions et les qualités d'une bonne question, en définissant les types de questions et en indiquant les étapes à suivre pour poser des questions pendant qu'ils enseignent.

### IMPORTANCE

Le fait de poser des questions tout au long de la leçon aide l'instructeur à déterminer le niveau de compréhension de la matière déjà enseignée, de susciter l'intérêt dans la leçon et de confirmer si les cadets ont bien compris la nouvelle matière. L'emploi de techniques de questions appropriées aidera l'instructeur à bien poser les questions afin d'atteindre ces buts et d'acquérir la confiance en ses aptitudes à instruire.

**Point d'enseignement 1** **Décrire les buts des questions**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

### BUTS DES QUESTIONS

Des questions bien posées qui sont intégrées dans le plan de la leçon peuvent améliorer l'apprentissage. En fait, la façon dont les instructeurs se servent des questions a un tel impact sur l'apprentissage qu'elle peut être considérée comme un indicateur de leur efficacité globale. Les instructeurs peuvent améliorer leur technique de questions en planifiant soigneusement les questions à poser ainsi que le moment et la façon de les poser de manière à améliorer leurs aptitudes à instruire.

On peut poser des questions tout au long de la leçon pour :

- déterminer le niveau de compréhension de la matière connexe déjà enseignée;
- susciter et soutenir l'intérêt en gardant les cadets alertes mentalement et en les faisant participer davantage à la leçon;
- guider et susciter la réflexion en choisissant soigneusement les questions et en faisant suivre les réponses par d'autres questions tout au long de la leçon;
- confirmer l'apprentissage, notamment dans le cas des leçons portant sur les connaissances, en posant des questions à la fin de chaque PE et à la fin de la leçon.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Pourquoi les questions sont-elles un aspect si important de l'instruction?

Q2. Comment les instructeurs peuvent-ils améliorer leur technique de questions?

Q3. Nommer les quatre buts des questions.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les questions ont une incidence importante sur l'apprentissage et sont considérées comme un indicateur de l'efficacité de l'instructeur.

R2. En planifiant les questions à poser ainsi que le moment et la façon de les poser.

R3. Déterminer le niveau de compréhension de la matière déjà enseignée, susciter et soutenir l'intérêt, guider et susciter la réflexion, et confirmer l'apprentissage.

---

**Point d'enseignement 2** **Décrire les qualités d'une bonne question**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

**QUALITÉS D'UNE BONNE QUESTION**

Les questions qui seront posées pendant une leçon devraient être écrites à l'avance. Les instructeurs qui portent régulièrement attention à la qualité des questions qu'ils rédigent amélioreront leur instruction et apprendront à formuler instinctivement de bonnes questions suivant les situations pendant une leçon.

Il arrive souvent que les cadets demandent des précisions durant l'instruction. Les instructeurs efficaces créent une ambiance de classe qui encourage les cadets à poser des questions pertinentes à la leçon.

La formulation exacte d'une question dépend de son but et de la situation où elle est posée. Bien que leur formulation puisse varier, toutes les questions doivent :

- être brèves, complètes et faciles à comprendre;
- être énoncées clairement, en termes simples;
- motiver les cadets à mettre en pratique leurs connaissances;
- ne pas être tellement difficiles que seul un petit nombre de cadets puissent y répondre;
- être pertinentes à la leçon en étoffant et soutenant les points d'enseignement.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Pourquoi les questions devraient-elles être écrites à l'avance?

Q2. Comment les instructeurs peuvent-ils apprendre à poser des questions de meilleure qualité pendant qu'ils enseignent une leçon?

Q3. Nommer cinq qualités d'une bonne question.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les questions écrites à l'avance sont de meilleure qualité et permettront d'améliorer l'instruction.

R2. En composant des questions de bonne qualité, leur formulation deviendra instinctive.

R3. Brèves et complètes, énoncées clairement, motivantes, pas trop difficiles, et pertinentes.

**Point d'enseignement 3** **Décrire les types de questions**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Les questions peuvent être de nature participative ou évaluative. Les questions participatives sont utilisées pendant une leçon pour susciter et soutenir l'intérêt, garder les cadets mentalement alertes et guider la réflexion. Les questions évaluatives sont utilisées au début de la leçon pour déterminer le niveau d'assimilation de la matière déjà enseignée ou bien à la fin d'un PE ou d'une leçon pour confirmer la compréhension de la nouvelle matière.

Il existe de nombreux types de questions, dont les plus couramment utilisés sont les suivants :

**Question amenant le sujet.** Questions qui sont utilisées pour commencer un exposé ou lancer une discussion. Ce type de questions ne nécessite pas forcément une réponse verbale ou écrite; elle cherche plutôt à amener les cadets à réfléchir sur le sujet de la leçon ou sur la question faisant l'objet de la discussion.

Par exemple : « Selon vous, qu'est-ce qu'un bon cadet? »

**Question complémentaire.** Questions qui sont utilisées pour amener les cadets à approfondir leur réflexion sur le sujet de la leçon ou sur un point de discussion. Les questions complémentaires, comme le suggère leur nom, sont des questions supplémentaires reliées à la question amenant le sujet initiale ou encore des questions qui sont formulées sur-le-champ pour approfondir une question déjà posée ou pour pousser plus loin un point de discussion.

Par exemple : « Nommez un élément, venant d'être mentionné à la première question, qui peut être considéré à la fois comme une bonne et une mauvaise qualité d'un cadet. »

**Question s'adressant à la classe.** Questions qui sont posées à l'ensemble du groupe et qui ne s'adressent pas à une personne en particulier. Ce type de questions amène plusieurs réponses, et tout le monde doit avoir la chance d'y répondre.

Par exemple : « Nommez un facteur qui peut déterminer si une qualité d'un cadet est bonne ou mauvaise ».

**Question directe.** Questions de nature contraire aux questions s'adressant à la classe, puisqu'elles s'adressent à une personne en particulier. On peut poser ces questions pour faire participer les personnes qui hésitent à prendre part aux discussions, attirer l'attention des cadets distraits ou ramener les discussions sur la bonne voie.

Par exemple : « Cadet Réticent, pouvez-vous me nommer un autre facteur qui détermine si la qualité d'un cadet est bonne ou mauvaise? »

**Question de relance.** Questions qui sont utilisées pour que la discussion reste entre les mains des cadets. Au lieu de répondre à une question posée par un cadet, l'instructeur peut inverser la question et la retourner à la personne de qui elle vient ou la relayer à un autre membre du groupe.

Par exemple : « Cadet Untel, pouvez-vous répondre à la question du Cadet Réticent? »

Ne jamais poser de questions de relance pour cacher le fait qu'on ne connaît pas la réponse à une question. Il faut toujours admettre qu'on ne connaît pas la réponse et y faire suite plus tard, plutôt que de poser une question de relance.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Quel type de questions ne nécessite pas forcément une réponse?

Q2. Quel type de questions peut être posé pour encourager les cadets à prendre part à la discussion?

Q3. Indiquer une chose à éviter quand on utilise des questions de relance?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Question amenant le sujet.

R2. Question directe.

R3. Tenter de cacher le fait que l'instructeur ne connaît pas la réponse à une question.

**Point d'enseignement 4** — **Diriger une activité où les cadets s'exercent à poser des questions en suivant la séquence : poser la question, donner un temps de réflexion, nommer un cadet pour répondre à la question, réfléchir sur la réponse et féliciter**

Durée : 10 min — Méthode : Activité en classe

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de présenter aux cadets une séquence qu'ils pourront suivre pour poser des questions pendant qu'ils enseignent une leçon, notamment durant l'OCOM M309.07 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 7).

### RESSOURCES

- Document de cours intitulé « Séquence à suivre pour poser des questions », qui se trouve à l'annexe E,
- Document de cours sur les questions, qui se trouve à l'annexe F,
- Rubrique sur la façon de poser des questions, qui se trouve à l'annexe G,
- Liste de contrôle sur la façon de poser des questions, qui se trouve à l'annexe H.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Aménager des postes de travail, au besoin, étiquetés A, B, C, etc. et placer ce qui suit à chaque poste :

- une copie du document de cours intitulé « Séquence à suivre pour poser des questions »,
- une copie des questions,
- des stylos et des crayons.

Si possible, donner une séance d'information au personnel d'aide et aux cadets avant la leçon.

L'activité peut être effectuée avec un groupe de cinq à dix cadets ou plusieurs groupes plus petits si le nombre le justifie. L'objectif est que chaque cadet respecte la séquence à suivre pour poser des questions pour au moins une question, bien qu'ils puissent en poser plus d'une, au besoin. Si le groupe comporte plus de cinq cadets, on peut formuler d'autres questions basées sur l'histoire pour enfants « Boucle d'or et les trois ours. ».

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

Diviser les cadets en groupes, au besoin, et assigner un superviseur et un nom de lettre à chaque groupe.

1. Informer le personnel d'aide qu'ils devront faire ce qui suit :
   - (a) attribuer à tous les cadets de chaque groupe un numéro de un à cinq indiquant l'ordre dans lequel ils prendront part à l'activité;
   - (b) demander à chaque groupe de se rendre au secteur qui porte la lettre qu'on lui a assignée;
   - (c) lire aux cadets l'introduction de l'histoire pour enfants « Boucle d'or et les trois ours »;
   - (d) demander au cadet no 1 de poser la première question se trouvant à l'annexe F, et consigner, sur la liste de contrôle, l'information décrivant son rendement;
   - (e) suivre la même procédure pour chaque cadet suivant;
   - (f) donner des commentaires à chaque cadet sur son rendement;
   - (g) demander au groupe de retourner au secteur principal;
   - (h) donner à l'instructeur la liste de contrôle sur la façon de poser des questions.
2. S'assurer que le personnel d'aide possède une copie des annexes E à H.
3. Informer les cadets qu'ils auront à :
   - (a) écouter la courte introduction de l'histoire pour enfants « Boucle d'or et les trois ours »;
   - (b) suivre une séquence pour poser, à leur groupe, une question qui porte sur l'histoire pour enfants « Boucle d'or et les trois ours »;
   - (c) être supervisé et corrigé sur-le-champ s'ils ne respectent pas la séquence à suivre pour poser des questions.
4. Demander aux cadets de commencer l'activité.
5. Circuler dans le secteur d'entraînement et observer les groupes qui prennent part à l'activité.
6. Donner une rétroaction aux cadets sur leur rendement.

Rappeler aux cadets que l'objectif de cette activité était de leur présenter une séquence qu'ils pourront suivre pour poser des questions pendant qu'ils enseignent une leçon, notamment durant l'OCOM M309.07 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 7).

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

**QUESTIONS**

Q1. Nommer les quatre buts d'une question.

Q2. Énumérer deux qualités d'une bonne question.

Q3. Énumérer deux types de questions les plus couramment utilisés.

Q4. Nommer les cinq parties de la séquence à suivre pour poser des questions.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les quatre buts d'une question sont :

- déterminer si les cadets ont bien compris la matière déjà enseignée;
- susciter et soutenir l'intérêt;
- guider et susciter la réflexion;
- confirmer l'apprentissage de la nouvelle matière.

R2. Une bonne question devrait être : brève et complète, formulée clairement en termes simples, motivante, mais pas trop difficile, et pertinente à la leçon.

R3. Les types de questions les plus couramment utilisés sont : les questions amenant le sujet, les questions complémentaires, les questions s'adressant à la classe, les questions directes et les questions de relance.

R4. Les cinq parties de la séquence à suivre pour poser des questions sont : poser la question, donner un temps de réflexion, nommer un cadet pour répondre à la question, réfléchir sur la réponse et féliciter.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La question est un outil important pour l'instructeur. Il est pratique pour les instructeurs de connaître les buts et les qualités d'une bonne question ainsi que les types de questions, mais il faut garder à l'esprit que cette connaissance seule n'améliorera pas nécessairement la technique de questions. Ainsi, il est également important de rédiger soigneusement les questions à l'avance et de les poser correctement pendant qu'on enseigne une leçon.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-055 A-P9-050-000/PT-006 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (2002). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes* (vol 6). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-056 A-P9-050-000/PT-005 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (2001). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes* (vol 5). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-057 A-CR-CCP-913/PT-002 Cadres des instructeurs de cadets, centre d'instruction. (1978). *Méthode d'instruction*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

**OCOM M309.05 – CHOISIR LES AIDES DIDACTIQUES APPROPRIÉES**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

L'activité dans le PE 2 utilise des stations d'apprentissage. Les stations d'apprentissage sont une forme de travail en groupe, où les cadets apprennent à classer l'information présentée. Lors de l'organisation des stations d'apprentissage, s'assurer qu'il y a suffisamment d'espace pour que chaque cadet soit confortable et puisse écrire l'information. Lorsque les cadets arrivent à la station d'apprentissage, tous les renseignements nécessaires devraient être disponibles. Ces stations doivent être disposées assez près l'une de l'autre pour minimiser le temps de déplacement; toutefois, assez éloignées pour éviter les interruptions des autres groupes. Pour cette leçon, choisir et préparer cinq stations d'apprentissage.

Photocopier les documents de cours qui se trouvent aux annexes I et J et mettre une copie de chacun de ces documents à la station d'apprentissage appropriée.

Les exemples d'aides didactiques disponibles au corps de cadets devraient être utilisés pendant cette leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode de l'exposé interactif a été choisie pour le PE 1 afin de présenter les aides didactiques car elle permet à l'instructeur de transmettre de nouveaux renseignements tout en encourageant les cadets à participer activement en posant des questions ou en y répondant.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 2, parce que c'est une façon interactive de présenter aux cadets les différents types d'aide didactique et de confirmer que les cadets ont saisi la matière présentée.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir déterminé et choisi les aides didactiques appropriées pour un sujet donné.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets sachent que le choix des aides didactiques appropriées représente une partie importante de la préparation à la leçon. L'utilisation des aides didactiques pendant une leçon contribue à stimuler l'intérêt des cadets et à leur faire comprendre et remémorer la nouvelle matière.

**Point d'enseignement 1** **Décrire les aides didactiques**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

### AIDES DIDACTIQUES

Les aides didactiques consistent en divers types d'appui à l'apprentissage qui font ressortir et clarifient les points d'enseignement. Parmi les aides didactiques, on retrouve les documents de cours, le soutien verbal, les aides audiovisuelles, les simulateurs et le matériel de formation. Elles peuvent être produites localement ou achetées à l'extérieur, mais elles doivent :

- être pertinentes au point d'enseignement;
- favoriser l'apprentissage;
- être adaptées à la formation et aux besoins des cadets.

Les aides didactiques se répartissent en deux catégories :

- **Matériel d'instruction.** Le matériel d'instruction désigne tous les types d'appui à l'apprentissage qu'utilisent les instructeurs pour enseigner une leçon.
- **Matériel d'apprentissage.** Le matériel d'apprentissage désigne le matériel qu'utilisent les cadets pour participer à une leçon et comprendre la matière.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Comment les aides didactiques favorisent-elles l'apprentissage?

Q2. Comment peut-on se procurer des aides didactiques?

Q3. Quelle différence y a-t-il entre du matériel d'instruction et du matériel d'apprentissage?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les aides didactiques favorisent l'apprentissage en faisant ressortir et en clarifiant les points d'enseignement.

R2. Les aides didactiques peuvent être produites localement ou achetées à l'extérieur.

R3. Le matériel d'instruction sert à l'instructeur pour enseigner la leçon, alors que le matériel d'apprentissage est utilisé par le cadet pour participer à la leçon et comprendre la matière.

**Point d'enseignement 2** — **Diriger une activité où les cadets déterminent les types d'aide didactique et choisissent une aide didactique appropriée pour un sujet donné**

Durée : 45 min — Méthode : Activité en classe

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

Le dicton « une image vaut mille mots » décrit bien l'efficacité des aides didactiques. On développe constamment de nouvelles aides didactiques. Il est donc important que les instructeurs connaissent celles qui sont disponibles et qu'ils sachent quand et comment les utiliser. Quelques-unes des plus courantes sont décrites à l'annexe I.

« Montrez le leur, en le leur disant! » Les cadets retiendront ainsi plus de matière, pendant plus longtemps.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de déterminer les types d'aides didactiques et de choisir une aide appropriée pour un sujet donné.

### RESSOURCES

- les feuilles de renseignements portant sur le matériel didactique,
- les feuilles de travail,
- un chronomètre,
- un dispositif de signalisation,
- des feuilles pour tableau de papier,
- des marqueurs de couleur,
- des stylos ou des crayons.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Préparer cinq stations d'apprentissage et les étiqueter comme suit : « Aides didactiques », « Soutien verbal », « Aides audiovisuelles », « Simulateurs et matériel de formation » et « Choisir une aide didactique ».

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en cinq groupes et demander à chaque groupe de se placer à une station d'apprentissage différente.

2. Assigner un chef pour chaque groupe. Demander au chef de groupe de désigner un secrétaire et un lecteur.
3. Demander aux cadets de lire les feuilles de renseignements et d'en remplir une sur chaque aspect des aides didactiques. Chaque groupe ne doit remplir qu'une seule feuille de renseignements.
4. Après huit minutes, demander aux groupes de passer à la station suivante dans le sens horaire, où ils disposeront d'encore huit minutes pour remplir une feuille de renseignements.
5. Faire passer les groupes aux autres stations qui restent.
6. Demander aux cadets de partager les renseignements qu'ils ont notés à chaque station.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité sur les aides didactiques du PE 2 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, COREN de l'OREN 309.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les aides didactiques font appel à tous nos sens, notamment la vue et l'ouïe. On entend souvent que 75 % de notre apprentissage se fait par la vue et que le fait de voir en même temps que d'entendre l'information augmente de 50 % l'information dont on se souvient. Il s'ensuit naturellement que l'utilisation d'aides didactiques favorise l'apprentissage.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les exemples d'aides didactiques à la disposition du corps de cadets devraient être utilisés pendant cette leçon.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-056 A-P9-050-000/PT-005 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (2001). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes*. (vol. 5). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-057 A-CR-CCP-913/PT-001 Cadres des instructeurs de cadets, centre d'instruction. (1978). *Méthode d'instruction*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-058 A-P9-050-000/PT-004 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (1999). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes*. (vol. 4). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-194 Dynamic Flight, Inc. *Instructional Aids and Training Technologies*. (2003). Extrait le 20 mars 2008 du site http://www.dynamicflight.com/avcfibook/inst_aids.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 6**

**OCOM M309.06 – PLANIFIER UNE LEÇON**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier le document de cours sur la description de leçon et le guide pédagogique qui se trouve à l'annexe K, le plan de leçon vierge qui se trouve à l'annexe L et la liste de contrôle du plan de leçon qui se trouve à l'annexe M, pour chaque cadet.

Photocopier les descriptions de leçon et les guides pédagogiques qui se trouvent aux annexes N à AB, au besoin.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 3 afin de présenter la matière de base sur la façon de rechercher le contenu de la leçon et de se préparer pour une leçon.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 4 pour permettre aux cadets de planifier une leçon dans un environnement structuré et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des habiletés de planification de leçon et servira à la préparation de l'OCOM M309.07 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 7).

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure de rechercher le contenu de la leçon et de rédiger un plan de leçon.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets recherchent le contenu de la leçon, préparent un endroit pour la leçon et planifient une leçon, parce que ces étapes sont essentielles au succès d'une période d'instruction. La préparation d'un endroit pour la leçon donne le ton de celle-ci, et un plan de leçon bien rédigé apporte structure et organisation, guide l'instructeur dans chaque étape de la leçon et fait en sorte que tous les renseignements essentiels soient donnés.

---

**Point d'enseignement 1** **Expliquer comment rechercher le contenu de la leçon**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

Voici certains termes et abréviations couramment utilisés par les officiers d'instruction et les instructeurs :

- **NQP.** Norme de qualification et plan.
- **OREN.** Objectif de rendement.
- **OCOM.** Objectif de compétence.
- **PE.** Point d'enseignement.
- **COREN.** Contrôle de rendement.
- **COCOM.** Contrôle de compétence.
- **GP.**Guide pédagogique.

**RECHERCHER LE CONTENU DE LA LEÇON**

Pour planifier une leçon, les cadets devront rechercher son contenu et se familiariser avec les conditions, les normes, les PE, le contenu de la leçon et le temps alloué pour l'OCOM et les PE.

Les Forces canadiennes utilisent un acronyme pour établir un cadre de travail permettant à l'instructeur de rassembler et d'organiser le matériel de référence en un plan de leçon efficace et pratique. L'acronyme est RESOM.

**Rassembler.** À cette étape, l'instructeur recherche la matière à traiter durant la période d'instruction en utilisant des documents de cours, comme la description de leçon, le GP et les documents de référence énumérés. Dans le cas où il n'existe aucun document de cours, l'instructeur doit rechercher la matière à enseigner en se servant des documents de référence existants.

**Examiner.** À cette étape, l'instructeur révise tout le matériel trouvé à l'étape précédente et détermine l'information qui est pertinente et actuelle.

**Sélectionner.** À cette étape, l'instructeur sélectionne la matière qui est pertinente à la leçon. L'instructeur choisit aussi la méthode d'instruction à employer.

**Organiser.** À cette étape, l'instructeur organise la matière en étapes, de manière à présenter l'information dans un ordre logique.

**Maîtriser.** À cette étape, l'instructeur rédige le plan de leçon.

C’est une bonne idée d’utiliser l’acronyme RESOM. La plupart du temps, pour l’instruction des cadets, ces étapes ont été suivies pour l’élaboration des descriptions de leçon et des GP. L’instructeur pourrait n’avoir qu’à transposer l’information dans les parties pertinentes de son plan de leçon.

Distribuer une copie du document de cours sur la description de leçon et le guide pédagogique qui se trouve à l’annexe K, pour chaque cadet.

**OBJECTIF DE COMPÉTENCE ET DESCRIPTION DE LEÇON**

Les objectifs de compétence et les descriptions de leçon se trouvent au chapitre 4 de la NQP.

Les objectifs de rendement se répartissent en une série d’objectifs de compétence et de descriptions de leçon. Les objectifs de compétence comprennent les paragraphes 1. à 3. (voir figure 9-6-1). Les renseignements dans ces paragraphes répondent à trois questions :

1. Qu’est-ce que le cadet devrait être capable de faire à la fin de la présente leçon?
2. Dans quelles conditions le cadet doit-il exécuter la compétence?
3. De quelle façon ou suivant quelle norme le cadet doit-il exécuter la compétence?

**OCOM M205.01 – PARTICIPER À DES SPORTS D'ÉQUIPE RÉCRÉATIFS ORGANISÉS**

FAIRE QUOI?

1. **Rendement.** Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés.
2. **Conditions**
   a. Éléments fournis :
      (1) de l'équipement de sport;
      (2) de l'équipement de sécurité;
      (3) de la supervision; et
      (4) de l'aide au besoin.
   b. Éléments non permis : S.O.
   c. Conditions environnementales : Une installation sportive appropriée.

DANS QUELLES CONDITIONS?

3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
   a. suivre les règles et règlements relatifs à un sport particulier;
   b. participer à un échauffement;
   c. participer au sport particulier; et
   d. participer à une récupération.

DE QUELLE FAÇON?

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-6-1 Objectif de compétence

Les paragraphes 4. à 11. forment ce qu'on appelle la « description de leçon ». La description de leçon contient des renseignements sur la matière à enseigner, les méthodes d'enseignement, la durée, les documents de référence, le matériel d'instruction, le matériel d'apprentissage, les modalités de contrôle et les remarques.

Dans le paragraphe 4., les PE sont généralement décrits dans un tableau où sont fournis des renseignements sur la matière à enseigner dans chaque PE, la méthode d'enseignement suggérée, la durée à prévoir pour chaque PE et les documents de référence (voir figure 9-6-2).

MATIÈRE À ENSEIGNER

DURÉE DU PE

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Présenter aux cadets les règles et règlements relatifs à un sport particulier, y compris :<br>a. un aperçu de la façon dont on pratique ce sport; et<br>b. les règles et règlements du sport. | Exposé interactif | 10 min | C0-001 |
| PE2 | Diriger une séance d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à :<br>a. étirer les muscles;<br>b. augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque;<br>c. agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin; et<br>d. augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire. | Activité pratique | 10 min | C0-002 (p. 109 à 113)<br>C0-089 |
| PE3 | Superviser la participation des cadets à une activité sportive donnée. | Activité pratique | 50 min | |

NUMÉRO DE RÉFÉRENCE

MÉTHODE D'ENSEIGNEMENT SUGGÉRÉE

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-6-2 Points d'enseignement

Le paragraphe 5. décrit le temps à consacrer à l'introduction et à la conclusion et aux différentes méthodes d'enseignement. Le paragraphe 6. donne une justification ou les raisons pour lesquelles certaines méthodes d'enseignement sont recommandées pour chaque PE. Le paragraphe 7. fournit une liste des documents de référence dont on s'est servi pour élaborer le contenu du paragraphe 4. (voir figure 9-6-3).

5. **Durée**

| | | |
|---|---|---|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Activité pratique : | 70 min |
| d. | Total partiel : | 90 min |
| e. | Total (trois séances) : | 270 min |

6. **Justification**

a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1, parce qu'il permet de montrer l'application des règles, des principes ou des concepts du sport particulier que l'on pratiquera.

b. Une activité pratique a été choisie pour les PE2 à PE4, parce qu'elle permet aux cadets de participer à des activités sportives dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences relatives aux sports dans un environnement amusant et stimulant.

7. **Documents de référence**

a. C0-001 (ISBN 0-88011-807-5) Hanlon, T. (1998). *The Sports Rules Book: Essential Rules for 54 Sports*. É.-U., Human Kinetics Publishers, Inc.

b. C0-002 (ISBN 0-88962-630-8) LeBlanc, J. et Dickson, L. (1997). *Straight Talk About Children and Sport: Advice for Parents, Coaches, and teachers*. Oakville, ON and Buffalo, NY, Mosaic Press.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-6-3 Paragraphes 5. à 7.

Les paragraphes 8. et 9. énumèrent le matériel d'instruction et le matériel d'apprentissage nécessaires pour enseigner la leçon. Le matériel d'instruction est le matériel dont l'instructeur a besoin pour enseigner la leçon, et le matériel d'apprentissage est le matériel dont les cadets auront besoin pour participer à la leçon (voir figure 9-6-4).

8. **Matériel d'instruction**

a. De l'équipement de sport et de sécurité appropriés à l'activité;

b. Une trousse de premiers soins;

c. Des sifflets; et

d. Un chronomètre.

9. **Matériel d'apprentissage.** De l'équipement de sport.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-6-4 Matériel d'instruction et matériel d'apprentissage

Le paragraphe 10. fournit les modalités de contrôle, soit les renseignements concernant l'évaluation à réaliser. Le paragraphe 11. présente les remarques, c'est-à-dire tout autre renseignement pouvant être utile à l'officier d'instruction ou à l'instructeur (voir figure 9-6-5).

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

    a. La liste des sports approuvés par les OCC se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 5, annexe A.

    b. Les sports récréatifs peuvent se dérouler en neuf périodes pendant une journée d'instruction avec support ou en trois séances de trois périodes chacune.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-6-5 Modalités de contrôle et remarques

Les modalités de contrôle sont décrites de l'une des façons suivantes :

- **S.O.** Il n'y a pas d'évaluation à cet OCOM.
- **Cet OCOM est évalué conformément aux indications du chapitre 3, annexe B, COREN 209.**Un contrôle de rendement (COREN) est associé à cet OCOM; se reporter au chapitre 3, annexe B, pour les détails.
- **Cet OCOM est évalué conformément aux indications du chapitre 3, Annexe B, COCOM 01 de l'OREN 209.**Un contrôle de compétence (COCOM) est associé à cet OCOM; se reporter au chapitre 3, annexe B, pour les détails.

## GUIDE PÉDAGOGIQUE

Le GP est utilisé conjointement avec la NQP et d'autres ressources pour donner de l'instruction. Les GP doivent être révisés conjointement avec les descriptions de leçon pour que l'instructeur puisse planifier et préparer adéquatement sa leçon. Les GP ne remplacent pas les plans de leçon, mais offrent un contenu écrit, des figures d'accompagnement et des suggestions sur la façon d'enseigner la leçon. Voici les six sections d'un GP :

1. la préparation,
2. l'introduction;
3. le corps;
4. la conclusion,
5. les documents de référence,
6. les annexes.

### Préparation

La section Préparation donne des renseignements sur l'endroit où trouver la description de leçon et toutes les instructions destinées à l'instructeur, comme la révision du contenu de la leçon et la photocopie des documents de cours, les devoirs préalables à la leçon et l'approche et la justification qui expliquent pourquoi certaines méthodes d'enseignement sont recommandées pour chaque PE.

### Introduction

La section Introduction donne des renseignements à l'instructeur concernant la révision qui pourrait être nécessaire, ce que le cadet devrait être en mesure d'accomplir à la fin de la leçon et les raisons pour lesquelles les connaissances ou les habiletés sont importantes.

**Corps**

Le corps du GP contient tous les PE et tout le contenu énumérés au paragraphe 4. de la description de leçon avec plus de détails. Il donne les méthodes d'enseignement suggérées, les boîtes d'information présentant de l'information ou des instructions spéciales (voir figure 9-6-6), le contenu de la leçon, les figures, les activités et les questions de confirmation d'apprentissage.

**Boîtes d'information :**

| | |
|---|---|
| | Remarque adressée aux instructeurs. |
| | Information essentielle à présenter aux cadets. |
| | Se reporter aux politiques et aux règlements des FC suivants. |
| | Les éléments intéressants ou les instructions spéciales que l'instructeur devrait présenter aux cadets. |

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-6-6 Boîtes d'information

**Conclusion**

La section Conclusion précise les devoirs, les lectures ou les pratiques qu'on pourrait exiger du cadet et la méthode d'évaluation qui est indiquée dans la description de leçon. Cette section contient aussi les observations finales qui doivent être lues à voix haute aux cadets et les commentaires/remarques supplémentaires pour l'instructeur.

**Documents de référence**

La section Documents de référence énumère les documents de référence qui ont été utilisés pour produire la description de leçon et le guide pédagogique. Dans certains cas, un GP peut orienter l'instructeur vers un document de référence particulier à utiliser pendant la leçon. Dans la plupart des cas, cette section ne sert qu'à indiquer l'endroit d'où provient le contenu de la leçon.

**Annexes**

La section Annexes contient des renseignements pouvant aller de l'aide à l'apprentissage au matériel d'apprentissage, comme les documents de cours, aux renseignements supplémentaires pour les activités.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Où peut-on trouver une description de leçon?

Q2. Quels renseignements peut-on trouver dans la section Préparation d'un guide pédagogique?

Q3. Quels renseignements peut-on trouver dans le corps d'un guide pédagogique?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Au chapitre 4 de la NQP.

R2. La section Préparation donne des renseignements sur l'endroit où trouver la description de leçon et toutes les instructions destinées à l'instructeur, comme la révision du contenu de la leçon et la photocopie des documents de cours, les devoirs préalables à la leçon et l'approche et la justification qui expliquent pourquoi certaines méthodes d'enseignement sont recommandées pour chaque PE.

R3. Le corps du GP contient tous les PE et tout le contenu énumérés au paragraphe 4. de la description de leçon avec plus de détails. Il donne les méthodes d'enseignement suggérées, les boîtes d'information présentant de l'information ou des instructions spéciales (voir figure 9-6-6), le contenu de la leçon, les figures, les activités et les questions de confirmation d'apprentissage.

**Point d'enseignement 2** **Expliquer comment se préparer pour une leçon**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

### SE PRÉPARER POUR UNE LEÇON

Un environnement d'apprentissage bien préparé et positif peut améliorer la leçon et l'expérience d'apprentissage.

Les cadets porteront ainsi leur attention non seulement sur l'instructeur, mais également sur l'environnement qui les entoure. Si l'environnement n'est pas préparé pour optimiser l'apprentissage, l'effort de préparation et de présentation de la leçon peut être vain.

#### Choisir un endroit pour la leçon

Lors du choix d'un endroit pour la leçon, l'instructeur doit tenir compte des éléments suivants :

- le type d'instruction à donner (p. ex., connaissances générales des cadets par opposition à la navigation);
- les activités décrites dans le guide pédagogique;
- la taille du groupe à instruire;
- les dimensions du lieu;
- l'éclairage du lieu;
- la ventilation du lieu;
- la convenance de l'emplacement en ce qui concerne les bruits pouvant causer une distraction;
- la convenance de l'emplacement en ce qui concerne l'utilisation d'aides visuelles.

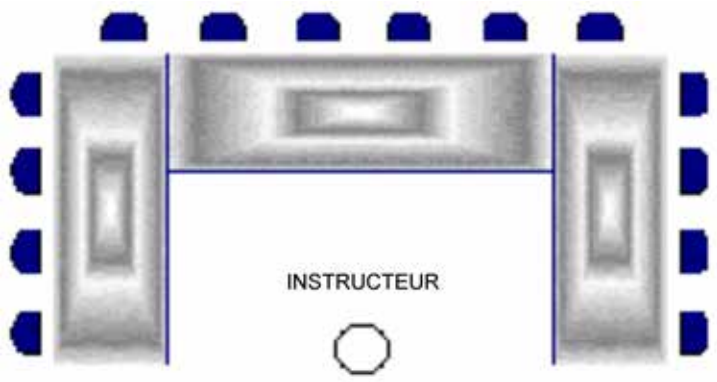
**Préparer l'endroit**

Une fois l'endroit de la leçon choisi, l'instructeur doit prendre les mesures nécessaires pour s'assurer qu'il est propre et aménagé de façon convenable afin d'offrir un environnement d'instruction optimal.

**Propreté.** Un secteur d'entraînement propre empêchera les distractions et aura un effet positif sur la motivation. Les cadets s'apercevront vite qu'un secteur est désordonné et ils seront distraits avant même que la classe ne débute. La salle doit être propre et bien rangée, avec les tableaux essuyés, les débris ramassés, les poubelles vides, etc.

**Disposition des sièges.** Pour que la participation soit maximale, les cadets doivent être en mesure de voir l'instructeur, les aides visuelles et les autres cadets. Il se peut que certaines dispositions soient impossibles à obtenir compte tenu de l'espace alloué. Les descriptions et les schémas suivants illustrent des dispositions de sièges possibles :

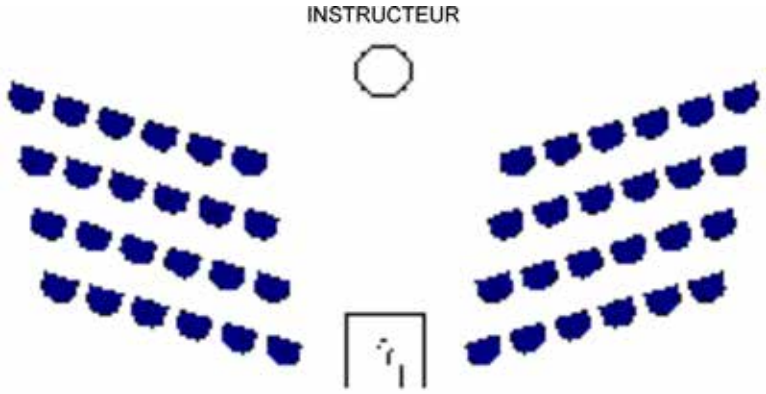
- **Disposition en U.** Elle permet à l'instructeur de voir facilement tous les cadets et aux stagiaires de se voir les uns les autres.




*E. Jenson, Super Teaching: Mastering Strategies for Building Trainee Success, The Brain Store Inc. (page 109)*

Figure 9-6-7 Disposition en U

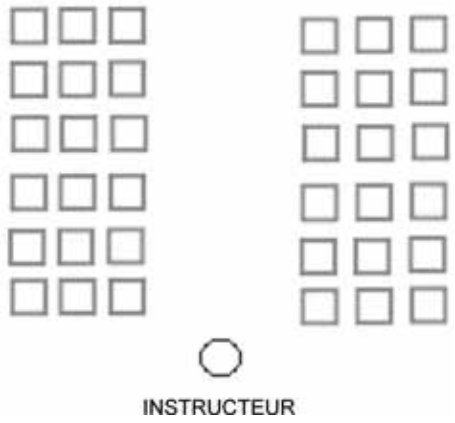
- **Disposition en chevron.** Elle se retrouve le plus couramment dans les salles de style auditorium et peut recevoir des groupes nombreux.




*E. Jenson, Super Teaching: Mastering Strategies for Building Trainee Success, The Brain Store Inc. (page 109)*

Figure 9-6-8 Disposition en chevron

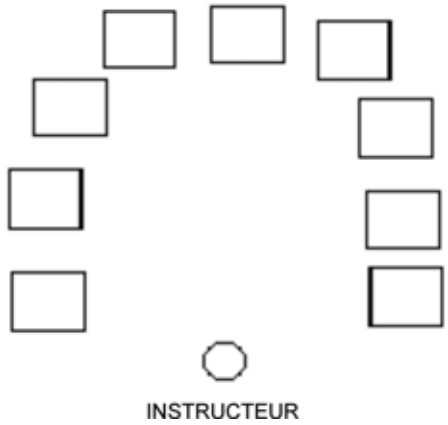
- **Disposition en fer à cheval.** On peut l'utiliser quand on est en présence de deux groupes. Elle est bien indiquée pour les débats et les activités en classe.




*E. Jenson, Super Teaching: Mastering Strategies for Building Trainee Success, The Brain Store Inc. (page 109)*

Figure 9-6-9 Disposition en fer à cheval

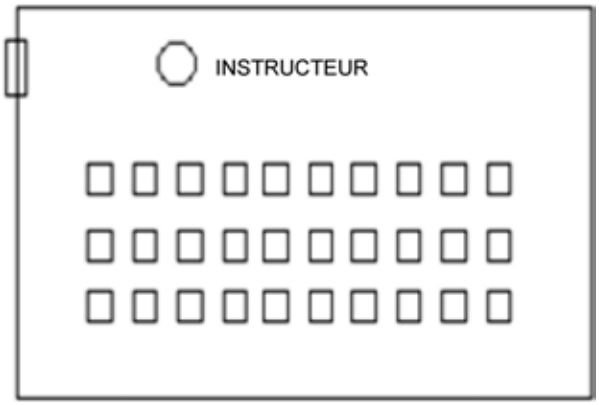
- **Disposition en demi-cercle.** Elle permet à l'instructeur de bien voir les cadets.




*E. Jenson, Super Teaching: Mastering Strategies for Building Trainee Success, The Brain Store Inc. (page 109)*

Figure 9-6-10 Disposition en demi-cercle

- **Disposition en ligne.** Elle offre une meilleure vue de front du groupe et permet d'avoir une classe moins profonde.




*E. Jenson, Super Teaching: Mastering Strategies for Building Trainee Success, The Brain Store Inc. (page 109)*

Figure 9-6-11 Disposition en ligne

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. De quoi l'instructeur doit-il tenir compte lorsqu'il choisit un endroit pour enseigner une leçon?

Q2. Pourquoi est-il important de disposer d'un endroit propre pour la leçon?

Q3. Donner trois exemples de dispositions de sièges.

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Lors du choix d'un endroit pour la leçon, l'instructeur doit tenir compte des éléments suivants :

- le type d'instruction à donner (p. ex., connaissances générales des cadets par opposition à la navigation);
- les activités décrites dans le guide pédagogique;
- la taille du groupe à instruire;
- les dimensions du lieu;
- l'éclairage du lieu;
- la ventilation du lieu;
- la convenance de l'emplacement en ce qui concerne les bruits pouvant causer une distraction;
- la convenance de l'emplacement en ce qui concerne l'utilisation d'aides visuelles.

R2. Les cadets s'apercevront vite qu'un secteur est désordonné et ils seront distraits avant même que la classe ne débute.

R3. Voici des exemples de dispositions de sièges :

- la disposition en U;
- la disposition en chevron;
- la disposition en fer à cheval;
- la disposition en demi-cercle;
- la disposition en ligne.

**Point d'enseignement 3** — **Décrire le format du plan de leçon**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

### FORMAT DU PLAN DE LEÇON

Le plan de leçon est une façon pour l'instructeur d'organiser la leçon et de résumer les renseignements contenus dans la description de leçon et le GP et leurs idées personnelles. Les plans de leçon donnent un ensemble d'indications détaillées pour enseigner une ou plusieurs périodes d'instruction.

Le plan de leçon est structuré comme suit :

| Partie | Objectif |
|---|---|
| 1. Introduction | Stimuler l'intérêt et la motivation des cadets. |
| 2. Corps de la leçon | Présenter et expliquer chaque PE. |
| 3. Confirmation d'apprentissage de fin de leçon | Confirmer que les cadets ont bien compris la leçon. |
| 4. Conclusion | Résumer les points importants et mentionner les leçons à venir. |

**Introduction**

L'introduction est la première interaction verbale de l'instructeur avec les cadets. Elle doit capter leur attention. L'introduction d'un plan de leçon doit comporter les éléments suivants :

- **Quoi.** Qu'est-ce que les cadets doivent être en mesure d'accomplir à la fin de la leçon?
- **Où.** Description d'où et comment la leçon s'intègre dans le programme des cadets.
- **Pourquoi.** Pourquoi est-il important que les cadets atteignent les objectifs?

Lire les paragraphes Objectifs et Importance dans le GP pour avoir de l'information sur la façon de rédiger l'introduction du plan de leçon.

**Corps de la leçon**

Le corps du plan de leçon comporte la matière présentée, expliquée et appuyée. Chaque PE oriente l'instructeur et les cadets.

Chaque PE de la leçon comprend les sections suivantes :

- **Introduction.** Présente brièvement la matière à enseigner durant le PE.
- **Méthode d'enseignement.** Indique la méthode d'enseignement qui a été choisie pour le PE.
- **Contenu de la leçon.** Présente le contenu du PE dans un ordre clair et logique, en allant du facile au difficile, du connu à l'inconnu, et du simple au complexe.
- **Confirmation.** Questions orales, jeux, jeux de rôle, activités en classe ou activités pratiques. Les GP donnent des suggestions sur la façon de confirmer l'apprentissage des PE. Les instructeurs peuvent utiliser ces suggestions ou décider de leur propre façon de confirmer l'apprentissage.

**Confirmation d'apprentissage de fin de leçon**

Le plan de leçon doit décrire les procédures à suivre pour confirmer l'apprentissage du PE. Les confirmations de fin de leçon permettent de s'assurer que les cadets ont bien compris la leçon et de déceler les lacunes de rendement pour pouvoir les corriger.

Les activités de confirmation d'apprentissage sont basées sur les objectifs de la leçon. La confirmation de fin de leçon peut prendre la forme de questions orales, de jeux, de jeux de rôle, d'activités en classe ou d'activités pratiques. Les GP donnent des suggestions sur la façon dont peut se dérouler les confirmations de fin de leçon. Les instructeurs peuvent utiliser ces suggestions ou décider de leur propre façon de confirmer l'apprentissage.

**Conclusion**

La conclusion d'une leçon résume les points importants et fait le lien entre ceux-ci et les leçons à venir et leur utilité.

**Récapitulation des points importants et des lacunes.** La récapitulation sert à réviser les principaux PE. Le détail de la récapitulation est déterminé par les objectifs de la leçon et les résultats de la confirmation de fin de leçon des cadets. Si les cadets ont atteint les objectifs, la récapitulation peut être brève. Si, par contre, ils ont éprouvé certaines difficultés, l'instructeur doit identifier ces difficultés à ce stade et indiquer la façon de les régler.

**Énoncé de remotivation.** L'énoncé de remotivation réaffirme l'importance de la leçon (le « pourquoi ») et remotive les cadets. L'instructeur doit également saisir cette occasion pour informer les cadets sur toutes les précautions à prendre lorsqu'ils mettront en pratique leurs connaissances et leur donner un aperçu de la leçon suivante.

Lire le paragraphe Observations finales dans le GP pour avoir de l'aide sur la façon de rédiger la conclusion du plan de leçon.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

**QUESTIONS**

Q1. Nommer les quatre parties du plan de leçon.

Q2. Quelles sont les trois questions auxquelles doit répondre l'introduction?

Q3. Nommer les quatre sections d'un point d'enseignement.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les quatre parties du plan de leçon sont :

- l'introduction;
- le corps;
- la confirmation de fin de leçon;
- la conclusion.

R2. Les trois questions auxquelles doit répondre l'introduction sont :

- quoi,
- où,
- pourquoi.

R3. Les quatre sections d'un point d'enseignement sont :

- l'introduction;
- la méthode d'enseignement,
- le contenu de la leçon,
- la confirmation d'apprentissage.

**Point d'enseignement 4** — **Superviser les cadets et leur donner de l'aide pendant qu'ils planifient une leçon**

Durée : 25 min — Méthode : Activité pratique

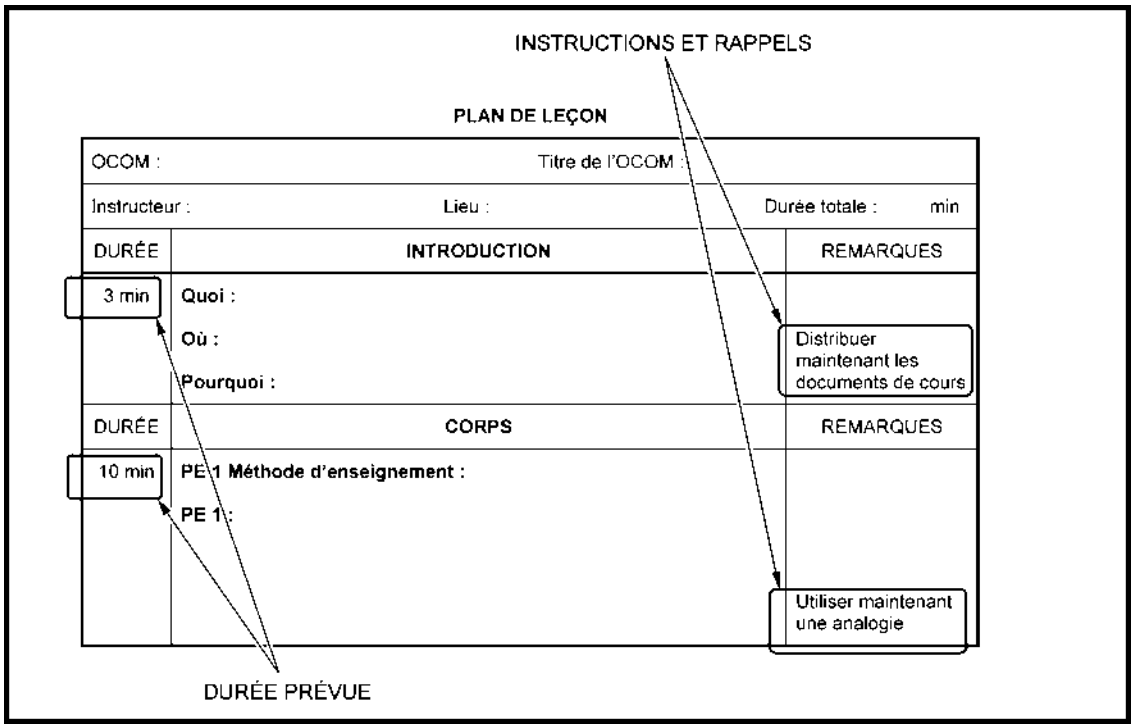
Dans l'OCOM M309.07 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 7), les cadets doivent enseigner une leçon en utilisant un plan de leçon, une aide didactique et la méthode d'instruction appropriée. Le plan de leçon établi dans cet OCOM sera utilisé pour enseigner cette leçon.

Remettre à chaque cadet le plan de leçon vierge qui se trouve à l'annexe L et la liste de contrôle du plan de leçon qui se trouve à l'annexe M.

Quand ils commenceront à remplir le plan de leçon, les cadets devront connaître l'information à inscrire dans les deux colonnes qui n'ont pas été mentionnées dans le PE précédent.

**Le temps.** Cette colonne rappelle à l'instructeur la durée à prévoir pour chaque section de la leçon.

**Remarques.** L'instructeur peut inscrire dans cette colonne des informations, comme le moment de distribuer un document de cours ou de transmettre une information spéciale à la classe ou de l'information sur une activité de confirmation.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-6-12 Plan de leçon

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de planifier une leçon de 15 minutes.

### RESSOURCES

- la liste des sujets approuvés pour une leçon de 15 minutes qui se trouve à l'annexe M,
- les guides pédagogiques et les descriptions de leçon modifiés qui se trouvent aux annexes N à AB.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à chaque cadet de choisir un sujet dans la liste de sujets approuvés pour une leçon de 15 minutes.
2. Demander aux cadets de se servir de la description de leçon et du PG associés au sujet qu'ils ont choisi pour les aider à rédiger leur plan de leçon. Les cadets doivent être en mesure d'enseigner la leçon qu'ils ont choisie dans le cadre de l'OCOM M309.07 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 7).
3. Circuler dans la salle pour faciliter l'activité et aider les cadets au besoin.

S'assurer que les cadets font appel à toutes les ressources dont ils ont besoin pour enseigner leur leçon.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

Le fait de rédiger un plan de leçon servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Les cadets doivent être prêts à enseigner leur leçon au début de l'OCOM M309.07 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 7).

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, COREN de l'OREN 309.

**OBSERVATIONS FINALES**

La recherche du contenu de leçon, la préparation de l'endroit de la leçon et la planification de la leçon sont des étapes essentielles à la préparation d'une période d'instruction. La préparation d'un endroit pour la leçon donne le ton de la leçon à enseigner, et un plan de leçon bien rédigé apporte structure et organisation, guide l'instructeur dans chaque étape de la leçon et assure que tous les renseignements essentiels sont donnés.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

L'OCOM M309.06 (Planifier une leçon) doit être enseigné au moins une semaine avant l'OCOM M309.07 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 7).

L'OCOM C309.02 (Planifier une leçon, section 9) peut être prévu comme temps additionnel au présent OCOM.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A1-042 A-P9-050-000/PT-005 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (2001). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes* (vol. 5). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C1-133 (ISBN 0-9695066-2-7) Bender, P. (2000). *Secrets of Power Presentations*. Toronto, Ontario, The Achievement Group.

C1-140 (ISBN 1-890460-02-8) Jenson, E. (1999). *Super Teaching: Mastering Strategies for Building Trainee Success*. San Diego, Californie, The Brain Store Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 7**

# OCOM M309.07 – ENSEIGNER UNE LEÇON DE 15 MINUTES

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier le Formulaire d'évaluation sur les techniques d'instruction qui se trouve à l'annexe AC, pour chaque cadet.

S'assurer de la disponibilité de toutes les ressources demandées par les cadets.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de perfectionner les techniques d'enseignement dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir enseigné une leçon de 15 minutes à l'aide d'un plan de leçon, d'une méthode d'instruction et d'une aide didactique appropriée.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets enseignent une leçon de 15 minutes, puisque cela leur donnera l'occasion de pratiquer les techniques d'instruction auprès de leurs pairs et de recevoir des commentaires qui les aideront à acquérir davantage d'assurance.

**Point d'enseignement 1** — **Demander aux cadets d'enseigner une leçon de 15 minutes**

Durée : 85 min — Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'enseigner une leçon de 15 minutes auprès de leurs pairs, à l'aide d'un plan de leçon, d'une méthode d'instruction et d'une aide didactique appropriée.

### RESSOURCES

- du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement,
- un formulaire d'évaluation sur les techniques d'instruction.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de remettre une copie de leur plan de leçon à l'évaluateur.
2. Déterminer l'ordre dans lequel les cadets enseigneront leur leçon.
3. Demander à un cadet de préparer la classe ou le secteur d'entraînement pour sa leçon.
4. Demander à un cadet d'enseigner une leçon de 15 minutes à l'aide d'un plan de leçon déjà rédigé, d'une méthode d'instruction et d'une aide didactique appropriée (préparés à l'OCOM M309.06 [Planifier une leçon, section 6]).
5. Évaluer la leçon enseignée par le cadet en utilisant le Formulaire d'évaluation des techniques d'instruction.
6. Une fois la leçon terminée, donner des commentaires au cadet.
7. Répéter les étapes 3. à 6. jusqu'à ce que tous les cadets aient enseigné une leçon.

Le Formulaire d'évaluation des techniques d'instruction qui se trouve à l'annexe AC est utilisé pour donner des commentaires sur la leçon enseignée par le cadet et pour présenter au cadet le type d'évaluation des techniques d'instruction qu'il recevra lors de son instruction de niveau d'étoile à venir. Les sections grises du formulaire sont celles qui s'appliquent au COREN 309 (p. ex., la norme pour réussir l'OREN 309). Les autres sections du formulaire ne servent qu'aux fins d'évaluation de l'apprentissage, c'est-à-dire donner des commentaires au cadet pour qu'il puisse améliorer ses compétences.

8. Donner une rétroaction aux cadets en leur faisant des commentaires qui soulignent :
   (a) les pratiques exemplaires;
   (b) les tendances générales et les principaux points à améliorer;

(c) la remotivation, en mettant l'accent sur l'effort et les réalisations du groupe.

Si le groupe de cadets est nombreux, former de petits groupes et demander l'aide d'autres instructeurs pour l'évaluation et les commentaires.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à cette activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

L'enseignement d'une leçon de 15 minutes par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, COREN 309.

**OBSERVATIONS FINALES**

La pratique des techniques d'instruction auprès de leurs pairs permet au cadet de perfectionner les compétences nécessaires pour devenir un instructeur compétent tout en acquérant davantage d'assurance et un sentiment d'accomplissement.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Du temps additionnel pour cet OCOM est disponible à l'OCOM C309.03 (Enseigner une leçon de 15 minutes, section 10).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-055 A-P9-050-000/PT-006 Directeur - Politique d'instruction et d'éducation. (2002). *Système de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes* (vol 6). Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 8**

**OCOM C309.01 – DONNER UN EXPOSÉ ORAL D'UNE MINUTE**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier la liste des sujets qui se trouve à l'annexe AD et le formulaire de rétroaction de l'exposé oral qui se trouve à l'annexe AE, pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La discussion de groupe a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments au sujet de l'art oratoire.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 2 car il permet à l'instructeur d'expliquer les attentes d'un exposé oral d'une minute effectué par les cadets.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 3, parce que c'est une façon interactive d'aider les cadets à développer leurs habiletés en art oratoire dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

Réviser l'OCOM M309.03 (Décrire les techniques d'art oratoire, section 3)

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir donné un exposé oral d'une minute.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets pratiquent les techniques d'art oratoire parce que cela les aidera à développer les compétences nécessaires pour présenter de l'information et leur donnera l'assurance dont ils ont besoin pour parler en public.

**Point d'enseignement 1** **Réviser les techniques d'art oratoire**

Durée : 15 min Méthode : Discussion de groupe

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements ci-après auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

**ÉLÉMENTS DU CONTRÔLE DE LA VOIX**

Le contrôle de la voix est l'un des outils de communication les plus importants et efficaces. La capacité de contrôler sa voix pour communiquer efficacement et d'insister sur l'information importante est une compétence fondamentale à utiliser lorsqu'on s'adresse à un auditoire.

**La hauteur.** La hauteur désigne la hauteur, élevée ou basse, de la voix. Un changement dans la hauteur n'ajoute habituellement rien de plus à un message. Toutefois, il attire l'attention de l'auditoire et contribue à faire participer les gens.

**Le ton.** Le ton est la qualité du son de la voix. Les communicateurs efficaces changent souvent le ton de leur voix pour insister sur un mot ou une phrase dans le but de communiquer une émotion ou une conviction.

**Son monotone.** Son ne présentant aucun changement dans la hauteur ou le ton.

**Volume.** Le volume désigne la puissance sonore ou l'ampleur du ton. Un changement dans le volume représente souvent un accent mis sur une phase ou un point particulier. Les facteurs ambiants comme le bruit extérieur et la grandeur de la salle doivent être pris en considération pour s'assurer que l'auditoire entend bien le message communiqué.

**Débit.** Le débit désigne la vitesse à laquelle les mots sont prononcés. Un débit trop rapide ou trop faible peut déconcentrer l'auditoire. Pour communiquer, il est important d'adopter un débit qui permette à l'auditoire de comprendre chaque mot prononcé.

**Pause.** La pause désigne un temps d'arrêt dans le discours ou la lecture. Elle constitue un élément important du processus de communication. La pause donne à l'auditoire l'occasion d'assimiler ce qui a été dit et de poser des questions. La pause est aussi un moyen efficace d'annoncer un changement de sujet ou un point important.

**Articulation.** L'articulation désigne la prononciation claire et distincte d'un mot. Il est important de bien prononcer et articuler les mots pour que l'auditoire comprenne le message communiqué.

## ÉLÉMENTS DE LA PRÉSENCE PHYSIQUE

On estime que 93 % de la signification d'un message viennent de la communication non verbale et seulement 7 % viennent des mots. Le fait d'être conscient de sa propre présence physique et de ses effets sur le message communiqué est un élément important de l'art oratoire.

### Langage corporel

Le langage corporel ou la communication non verbale est le processus par lequel on communique au moyen d'expressions ou de gestes, conscients ou inconscients. Le fait de comprendre que le langage corporel a une incidence sur la façon dont le message est reçu et interprété est un outil important pour communiquer efficacement.

**Expressions faciales.** La communication non verbale, notamment par les yeux, les sourcils et la bouche, contribue au sens global d'un message à hauteur de 93 %. Les mouvements des yeux, des sourcils et de la bouche peuvent donner un nombre infini d'expressions qui complètent les paroles. Il est important que les expressions faciales concordent avec le ton du message communiqué afin de souligner ce qui est important et de rendre les paroles crédibles. Le sourire est l'expression faciale la plus importante. Il ajoute de la sincérité au message ainsi qu'une touche de sympathie à la personne qui s'adresse à l'auditoire.

**Contact visuel.** Le maintien du contact visuel est un moyen efficace pour retenir l'attention de l'auditoire et susciter son intérêt. Faire une pause de deux ou trois secondes sur chaque membre de l'auditoire lui donnera l'impression qu'il participe à une conversation seul à seul. Il est important de regarder l'ensemble de la salle et de la balayer de gauche à droite, et de l'avant à l'arrière.

**Gestes.** Des mouvements de mains, de bras et d'épaules peuvent être combinés en une grande diversité de gestes pouvant aider à rehausser la signification du message. Les communicateurs efficaces laissent leurs mains et bras bouger naturellement pour les aider à souligner l'importance d'un message et y communiquer une émotion. Il est important de ne pas pointer le doigt directement vers les membres de l'auditoire ou de faire des gestes qui pourraient les déconcentrer.

**Mouvements.** Il est très important d'être conscient de ses mouvements quand on s'adresse à un auditoire. Ils retiendront l'attention et l'intérêt de l'auditoire pour ce qui est dit. Se déplacer à l'avant de la salle, de l'avant à l'arrière et d'un côté à l'autre, peut aider l'instructeur à insister sur certains points. Par contre, des mouvements excessifs ou nerveux peuvent distraire l'auditoire et affecter la façon dont le message est reçu.

Se mettre les mains dans les poches est considéré comme un signe de nervosité ou de suffisance.

### Tenue vestimentaire et comportement

Les communicateurs efficaces sont toujours conscients de leur tenue vestimentaire et de leur comportement. L'auditoire ne réagira pas de la même façon devant une personne bien habillée et professionnelle que devant une personne mal habillée et peu professionnelle.

**Tenue vestimentaire.** Les communicateurs efficaces portent toujours des vêtements propres, bien repassés et convenables. Une tenue indiquée pour l'événement contribue à acquérir de l'assurance en soi et de la crédibilité.

**Comportement.** L'auditoire sera bien plus réceptif si la personne est préparée, à l'heure, vêtue convenablement et sûre d'elle que si elle est mal préparée, en retard, mal vêtue et nerveuse. L'élément le plus important du comportement est de montrer un intérêt pour le sujet; l'auditoire s'en apercevra et sera d'autant plus intéressé par la présentation

**PRÉPARATION**

La préparation est l'élément le plus important de l'art oratoire. Elle contribue à acquérir de l'assurance, à contrôler sa nervosité et à augmenter ses chances de succès quand on s'adresse à un auditoire.

La préparation nécessaire à l'art oratoire passe par les étapes suivantes :

1. **Pratiquer.** Une bonne répétition aide à mémoriser le contenu, ce qui permet d'établir un meilleur contact visuel et d'avoir une plus grande liberté de mouvement lorsqu'on s'adresse à un auditoire. La mémorisation de l'introduction et de la conclusion constituent les deux éléments les plus importants : une bonne introduction permet d'acquérir de l'assurance et attire l'attention de l'auditoire, alors qu'une bonne conclusion contribue à laisser une impression durable sur l'auditoire. Si possible, pratiquer devant un petit groupe, parler à voix haute durant la pratique individuelle et toujours se tenir debout durant les pratiques.

2. **Contrôler sa nervosité.** Il est normal de se sentir nerveux avant d'adresser la parole à un groupe. Cette nervosité peut souvent être bénéfique si elle est bien canalisée. Les moyens suivants peuvent aider à contrôler sa nervosité :

   (a) **Disposition de la salle.** Se familiariser avec la disposition de la salle avant de prendre la parole.

   (b) **Matériel.** S'assurer que ses notes, documents de cours et matériel de présentation sont bien organisés.

   (c) **Équipement.** S'assurer que l'équipement dont on se servira est en bon état de fonctionnement et qu'il est prêt à être utilisé.

   (d) **Exercice.** Passer du temps à réviser ses notes et à répéter le contenu.

   (e) **Attitude.** Faire son entrée en souriant et en arborant une attitude positive et confiante.

   (f) **Respiration.** Prendre une grande respiration avant de faire son entrée. Ralentir son débit, au besoin, et respirer du diaphragme, et non de la poitrine.

3. **Repérer un visage familier.** En se déplaçant en avant de l'auditoire, repérer un visage familier. Si l'on établit un contact visuel avec un visage familier au moment de prendre la parole, on acquerra de l'assurance pendant l'introduction et on réussira, par conséquent, à mieux communiquer son message à l'auditoire.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Comment peut-on varier sa voix pour entretenir l'intérêt de la classe?

Q2. Quelle incidence la présence physique a-t-elle sur la façon dont le message est reçu?

Q3. Nommer l'un des éléments les plus importants du comportement.

Q4. Donner des façons de contrôler sa nervosité.

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

**Point d'enseignement 2** **Expliquer les attentes d'un exposé oral d'une minute**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

## CE QU'ON ATTEND DE L'EXPOSÉ ORAL D'UNE MINUTE

On s'attend à ce que l'exposé oral d'une minute permette au cadet de pratiquer les compétences suivantes :

1. utiliser les techniques d'art oratoire pour communiquer des idées;
2. adresser la parole à un groupe de pairs, de façon claire et avec confiance.

**Directives**

1. Chaque cadet doit donner un exposé oral d'une minute sur un sujet choisi dans la liste qui se trouve à l'annexe AD.
2. Chaque cadet est autorisé à utiliser une feuille de papier d'au plus 8 ½ sur 11 pouces pour prendre des notes. Les cadets ne sont pas autorisés à lire leur exposé à partir de leurs notes.
3. Les cadets ne doivent recevoir aucune aide durant leur exposé, autre que le signal donné par le chronométreur.
4. Les cadets recevront des commentaires au moyen du formulaire de rétroaction qui se trouve à l'annexe AE. Cette rétroaction doit souligner de façon positive les forces et les points à améliorer du cadet.
5. Du matériel, comme un podium, un rétroprojecteur ou des tableaux de papier, doit être mis à la disposition (dans la mesure du possible) du cadet, s'il en a fait la demande avant l'exposé.
6. Quelqu'un doit chronométrer le cadet et l'aviser quant la durée d'une minute est presque écoulée.

Remettre la liste des sujets qui se trouve à l'annexe AD et demander aux cadets de choisir le sujet dont ils parleront.

Remettre à chaque cadet une copie du Formulaire de rétroaction de l'exposé oral qui se trouve à l'annexe AE et discuter de la façon dont il sera utilisé.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Quel est le but de l'exposé oral d'une minute?

Q2. À quel moment le matériel nécessaire pour l'exposé doit-il être demandé?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Pratiquer les compétences d'art oratoire en parlant de façon claire et avec confiance.

R2. Avant l'exposé.

**Point d'enseignement 3** **Diriger une activité où les cadets doivent donner un exposé oral d'une minute**

Durée : 25 min Méthode : Activité pratique

Cette activité doit être planifiée pour une soirée d'instruction distincte des PE 1 et 2 pour donner l'occasion aux cadets de préparer leur exposé oral.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de donner un exposé oral d'une minute.

### RESSOURCES

- du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement,
- autre matériel de présentation demandé par les cadets,
- le formulaire de rétroaction de l'exposé oral.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Pendant l'activité :

- utiliser le formulaire de rétroaction de l'exposé oral qui se trouve à l'annexe AE pour noter des commentaires sur les forces et les points à améliorer du cadet;
- s'assurer que le matériel de présentation demandé est disponible avant de commencer l'activité;
- s'assurer qu'une personne chronomètre le cadet pour l'aviser que la durée d'une minute est presque écoulée. Si les cadets dépassent le temps alloué, le noter dans le formulaire de rétroaction. Il serait plus dommageable de leur couper la parole brusquement que de leur donner une rétroaction négative.

1. Informer les cadets sur ce qui suit :
   (a) chaque cadet doit donner un exposé oral d'une minute sur un sujet choisi;
   (b) chaque cadet est autorisé à utiliser une feuille de papier d'au plus 8 ½ sur 11 pouces pour prendre des notes. Les cadets ne sont pas autorisés à lire leur exposé à partir de leurs notes;
   (c) Aucune aide ne sera fournie.
2. déterminer l'ordre dans lequel les cadets donneront leur exposé;

3. demander à chaque cadet de donner un exposé. À la fin de celui-ci, donner des commentaires au cadet individuellement en utilisant le formulaire de rétroaction de l'exposé oral. Demander au prochain cadet de se préparer pour son exposé pendant que l'entrevue de rétroaction individuelle se déroule.

Voici les directives à suivre pour réaliser l'entrevue de rétroaction individuelle :

1. réaliser l'entrevue dans un endroit privé;
2. mettre le cadet à l'aise;
3. lui demander ce qu'il pense de sa performance;
4. lui demander ce qui a bien été, selon lui; discuter de deux points positifs concernant son exposé;
5. lui demander ce qu'il améliorerait dans son exposé; discuter de deux points à améliorer;
6. terminer l'entrevue de rétroaction sur une note positive.

La rétroaction positive est essentielle et devrait tenir compte du fait qu'il s'agit peut-être de la première fois que le cadet donne un exposé oral préparé devant un groupe.

4. poursuivre jusqu'à ce que tous les cadets aient eu l'occasion de donner leur exposé;
5. résumer les points de rétroaction communs au groupe et discuter de la façon d'améliorer les exposés.

Il est essentiel que les cadets terminent la leçon avec une attitude positive.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à un exposé oral d'une minute servira de confirmation d'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à un exposé oral d'une minute servira de confirmation d'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La pratique des techniques d'art oratoire devant des pairs renforcera la confiance en soi et développera les compétences d'exposé oral qui sont nécessaires pour instruire les cadets.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

La présentation du PE 3 doit être planifiée pour une soirée d'instruction distincte ultérieure à celle où les PE 1 et 2 sont donnés.

Le présent OCOM doit être donné après l'OCOM M309.03 (Décrire les techniques d'art oratoire, section 3) et avant l'OCOM M309.06 (Planifier une leçon, section 6).

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-192 (ISBN 0-9695066-2-7) Bender, P. (2000). *Secrets of Power Presentations*. Toronto, Ontario, The Achievement Group.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 9**

**OCOM C309.02 – PLANIFIER UNE LEÇON**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

**AUCUN GUIDE PÉDAGOGIQUE N'EST FOURNI POUR LE PRÉSENT OCOM.**

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 10**

**OCOM C309.03 – ENSEIGNER UNE LEÇON DE 15 MINUTES**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

**AUCUN GUIDE PÉDAGOGIQUE N'EST FOURNI POUR LE PRÉSENT OCOM.**

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 11**

# OCOM C309.04 – IDENTIFIER LES FORMATIONS POUR L'INSTRUCTION DE L'EXERCICE MILITAIRE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter les formations utilisées lors d'une instruction de l'exercice militaire.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur de démontrer les procédures pour former un U et reformer une escouade.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir identifié les formations pour l'instruction de l'exercice militaire.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets identifient les formations pour l'instruction de l'exercice militaire afin d'être en mesure de choisir la formation qui leur permettra le mieux d'enseigner la leçon. Le choix de la formation est important parce qu'il permet à tous les cadets de voir l'instructeur.

**Point d'enseignement 1** **Décrire les formations pour l'instruction de l'exercice militaire**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

**FORMATIONS POUR L'INSTRUCTION DE L'EXERCICE MILITAIRE**

Le choix de la formation est important parce qu'il permet à tous les cadets de voir l'instructeur. Les trois formations suivantes sont recommandées : en rang, en demi-cercle et en « U ».

**Formation en rang.** Utilisée pour les groupes de cinq cadets ou moins qui peuvent former un seul rang.

**Formation en demi-cercle.** Utilisée pour les groupes de six à neuf cadets qui peuvent former deux rangs. Il n'y a pas de commandement officiel d'exercice militaire pour former un demi-cercle.

**Formation en « U ».** Utilisée pour les groupes de 10 cadets ou plus qui peuvent former trois rangs.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Quand utilise-t-on une formation en rang?

Q2. Quelle formation doit-on utiliser pour une escouade de deux rangs?

Q3. À partir de combien de rangs l'escouade doit-il former un « U »?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Avec des groupes de cinq cadets ou moins.

R2. Formation en demi-cercle.

R3. À partir de trois rangs.

**Point d'enseignement 2** **Démontrer la procédure pour former un « U » et reformer une escouade**

Durée : 20 min Méthode : Démonstration

Les mouvements appropriés d'exercice militaire doivent être combinés à un comportement professionnel tout au long de la période d'instruction.

Observer les mouvements et corriger immédiatement les défauts lorsqu'ils se produisent.

Les majuscules désignent les commandements pour chaque mouvement.

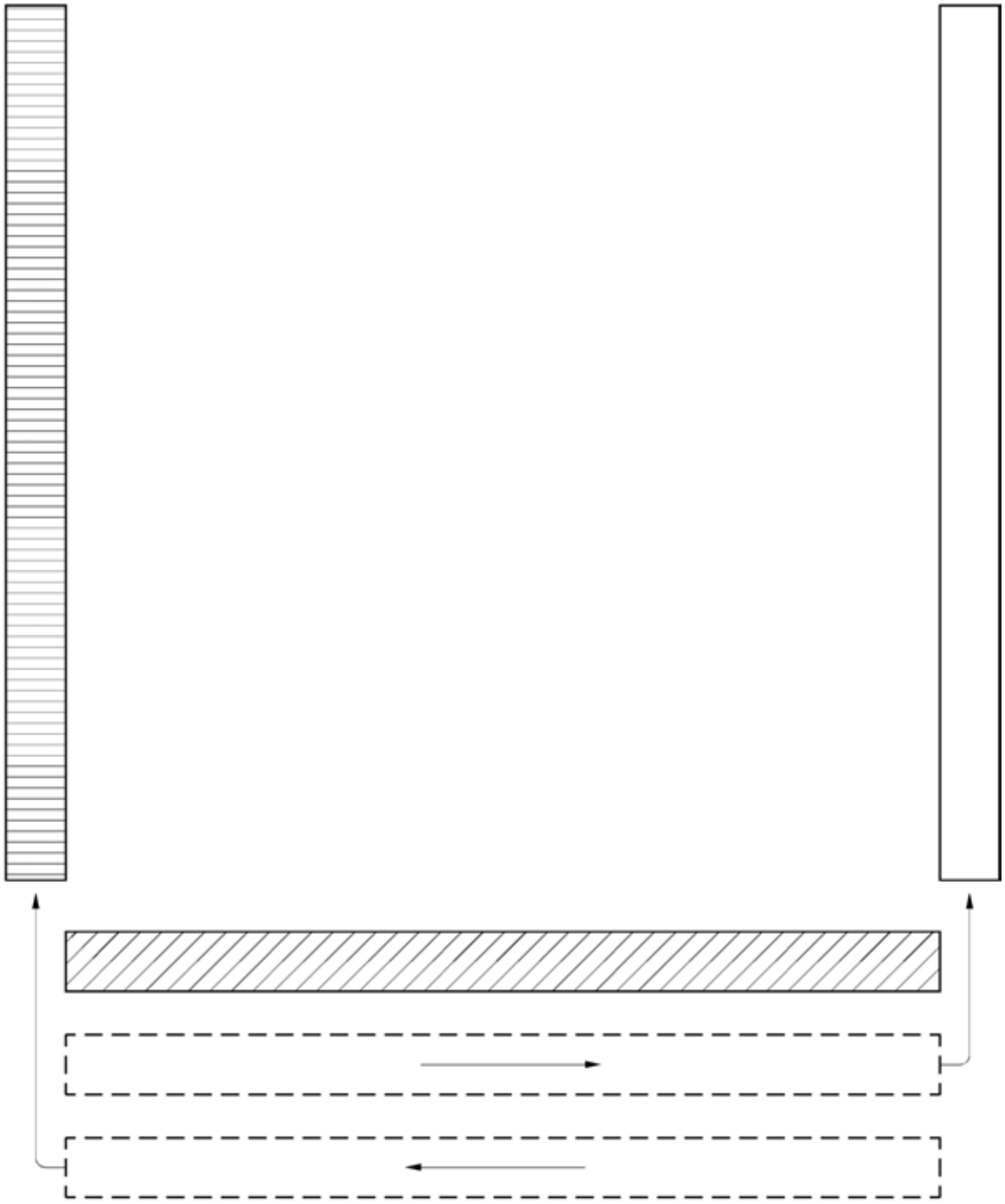
**FAÇON DE FORMER UN « U »**

Avant de pouvoir former un « U », l'escouade doit être disposée en trois rangs.

La procédure suivante est utilisée pour former un « U » (voir figure 9-11-1) :

1. Au commandement FORMEZ UN « U », RANG DU CENTRE VERS LA DROITE, RANG ARRIÈRE VERS LA GAUCHE, TOUR – NEZ, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.
2. Au commandement RANG DU CENTRE VERS LA GAUCHE-GAUCHE, RANG ARRIÈRE VERS LA DROITE-DROITE, PAS CADENCÉ – MARCHE, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.
3. Le commandement MARQUEZ LE – PAS est donné lorsque la dernière personne du rang du centre et la dernière personne du rang arrière se trouvent à un pas devant le rang avant.
4. Au commandement ESCOUADE – HALTE, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.
5. Au commandement RANG DU CENTRE VERS LA GAUCHE, RANG ARRIÈRE VERS LA DROITE, TOUR – NEZ, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.

Si de nouveaux cadets ne connaissent pas encore les mouvements indiqués pour former un « U », les instructeurs doivent donner des instructions comme : « Rang du centre tournez vers votre droite, rang arrière tournez vers votre gauche » pour guider les cadets dans la bonne formation. L'utilisation de commandements de l'exercice militaire avec des cadets qui ne connaissent pas les mouvements à exécuter ne fera que créer une ambiance négative dans la classe.



*A-PD-201-000/PT-000, Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes (page 3-23)*

Figure 9-11-1 Formation en « U »

**FAÇON DE REFORMER TROIS RANGS**

La procédure inverse à celle utilisée pour former un « U » est utilisée pour reformer une escouade de trois rangs.

La procédure suivante est utilisée pour reformer trois rangs :

1. Au commandement REFORMEZ SUR TROIS RANGS, RANG DU CENTRE VERS LA GAUCHE, RANG ARRIÈRE VERS LA DROITE, TOUR – NEZ, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.
2. Au commandement RANG DU CENTRE VERS LA DROITE-DROITE, RANG ARRIÈRE VERS LA GAUCHE-GAUCHE, PAS CADENCÉ – MARCHE, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.
3. Le commandement MARQUEZ LE – PAS est donné lorsque l'escouade s'est reformée sur trois rangs.
4. Au commandement ESCOUADE – HALTE, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.
5. Au commandement RANG DU CENTRE VERS LA DROITE, RANG ARRIÈRE VERS LA GAUCHE, TOUR – NEZ, les membres de l'escouade exécutent la manœuvre demandée.

Si le temps le permet, demander aux cadets de s'exercer à former un « U » avec leurs pairs. Simuler trois rangs pour les groupes de moins de 10 cadets.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Dans quelle formation doit être une escouade avant de former un U?

Q2. Quand l'instructeur doit-il donner le commandement pour marquer le pas durant la formation en U?

Q3. Quelle procédure doit-on utiliser pour à nouveau former trois rangs?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. En trois rangs.

R2. La dernière personne du rang du centre et la dernière personne du rang arrière doivent se trouver à un pas devant le rang avant.

R3. La procédure inverse pour former un U.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Quelles trois formations sont utilisées pour l'instruction de l'exercice militaire?

Q2. Quelle formation doit-on utiliser pour un groupe de sept cadets?

Q3. Combien de cadets sont nécessaires pour former un « U »?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La formation en rang, la formation en demi-cercle et la formation en « U ».

R2. La formation en demi-cercle.

R3. 10 ou plus.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

L'instruction de l'exercice militaire requiert de l'instructeur qu'il fasse une démonstration de chaque étape du mouvement pour que les cadets voient bien ce qu'on attend d'eux. Le choix de la formation est important parce qu'il permet à tous les cadets de voir l'instructeur.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000, Directeur - Histoire et patrimoine 3-2. (2005). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 12**

# OCOM C309.05 – PLANIFIER UNE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier les annexes AF à AI pour chaque cadet.

Photocopier les descriptions de leçon et les guides pédagogiques qui se trouvent aux annexes AJ à AP, au besoin.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2 afin de présenter la séquence d'instruction de l'exercice militaire et pour stimuler leur intérêt dans la planification d'une leçon d'exercice militaire.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 3 pour orienter les cadets dans le processus de planification d'une leçon d'exercice militaire.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir identifié la séquence d'instruction de l'exercice militaire et rédigé un plan de leçon d'exercice militaire.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets connaissent les éléments essentiels d'une leçon d'exercice militaire et qu'ils soient capables de rédiger un plan de leçon d'exercice militaire, parce que cela leur permettra de mieux se préparer à donner l'instruction de l'exercice militaire. Un exercice militaire bien enseigné et bien exécuté entraîne une fierté individuelle, une vivacité d'esprit, une précision et un esprit de corps.

---

**Point d'enseignement 1** **Décrire la séquence d'instruction de l'exercice militaire**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

**INTRODUCTION**

La leçon doit être présentée comme suit :

1. donner l'ordre à l'escouade d'adopter une formation appropriée, p. ex., le rang, le « U » ou le demi-cercle;
2. réviser la leçon précédente;
3. décrire le nouveau mouvement;
4. expliquer pourquoi il est important d'apprendre le mouvement;
5. décrire l'endroit et le moment où le mouvement sera exécuté;
6. décrire la façon dont les cadets seront évalués.

**CORPS**

La leçon doit être enseignée de la façon suivante :

1. faire la démonstration du mouvement au complet, en marquant la cadence;
2. expliquer le mouvement au complet;
3. faire la démonstration de la première partie du mouvement;
4. expliquer la première partie du mouvement;
5. donner à l'escouade l'occasion de poser des questions;
6. faire répéter le premier mouvement par l'escouade (collectivement, individuellement, collectivement) (voir figure 9-12-1);
7. faire la démonstration de la deuxième partie du mouvement et de chaque partie subséquente du mouvement, en suivant les étapes 3. à 6., et les expliquer;
8. exécuter deux démonstrations complètes;
9. faire répéter le mouvement au complet pendant que :
   (a) l'instructeur marque la cadence;
   (b) l'escouade marque la cadence;
   (c) l'escouade compte mentalement la cadence.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement de l'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de la pratique peut faire cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (ESCOUADE UN)**

Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été décomposés en mouvements individuels, ou en escouade. Le ou les instructeurs doivent faire la démonstration de chaque escouade et l'expliquer.

Pour adopter la position du garde-à-vous de la position en place repos, le cadet doit faire ce qui suit :

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, GARDE-À-VOUS, ESCOUADE – UN, fléchir le genou gauche et ramener le poids de son corps sur le pied droit.

**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9-12-1 Séquence d'instruction de l'exercice militaire

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La confirmation de fin de leçon doit respecter les critères suivants :

1. elle doit consister en l'exécution du mouvement enseigné;
2. elle doit se faire au niveau de l'escouade;
3. elle doit mettre l'accent sur tous les aspects du mouvement qui auraient causé des difficultés aux cadets pendant la leçon.

**CONCLUSION**

La leçon doit se résumer de la façon suivante :

1. énoncer de nouveau le mouvement enseigné et le moment ou l'endroit où il sera exécuté;
2. remotiver les cadets en :
   (a) donnant des commentaires sur leur progrès;
   (b) énonçant de nouveau la raison pour laquelle le mouvement d'exercice militaire appris est important.
3. décrire la prochaine leçon.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Décrire une action que l'instructeur doit faire pendant l'introduction d'une leçon d'exercice militaire.

Q2. Décrire la séquence de pratique des mouvements d'exercice militaire.

Q3. Que doit faire l'instructeur pendant la conclusion d'une leçon d'exercice militaire?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Au début d'une leçon d'exercice militaire, l'instructeur doit :

(1) donner l'ordre à l'escouade d'adopter une formation appropriée;

(2) réviser la leçon précédente;

(3) décrire le nouveau mouvement;

(4) expliquer pourquoi il est important de l'apprendre;

(5) décrire l'endroit et le moment où le mouvement sera exécuté;

(6) décrire la façon dont les cadets seront évalués.

R2. La séquence de pratique des mouvements d'exercice militaire consiste à exercer l'escouade collectivement, puis individuellement et enfin collectivement.

R3. Pendant la conclusion, l'instructeur doit :

(1) énoncer de nouveau le mouvement enseigné et le moment ou l'endroit où il sera exécuté;

(2) remotiver des cadets en leur donnant des commentaires sur leur progrès et en énonçant de nouveau la raison pour laquelle le mouvement doit être appris;

(3) décrire la prochaine leçon.

---

**Point d'enseignement 2** **Réviser le processus de planification de la leçon**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

Avant le début de l'activité de planification d'une leçon d'exercice militaire, réviser le processus de planification de la leçon enseigné à l'OCOM M309.06 (Planifier une leçon, section 6), résumé ci-dessous.

Distribuer le document de cours sur le plan de leçon qui se trouve à l'annexe AF, aux cadets.

**PROCESSUS DE PLANIFICATION DE LEÇON**

Les Forces canadiennes utilisent l'acronyme RESOM pour établir un cadre de travail permettant à l'instructeur de rassembler et d'organiser le matériel de référence en un plan de leçon efficace et pratique.

**Rassembler.** À cette étape, l'instructeur recherche la matière à traiter durant la période d'instruction en utilisant des documents de cours, comme la description de leçon, le GP et les documents de référence énumérés. Dans le cas où il n'existe aucun document de cours, l'instructeur doit rechercher la matière à enseigner en se servant des documents de référence existants.

**Examiner.** À cette étape, l'instructeur révise tout le matériel trouvé à l'étape précédente et relève l'information qui est pertinente et actuelle.

**Sélectionner.** À cette étape, l'instructeur sélectionne la matière qui est pertinente à la leçon. L'instructeur choisit aussi la méthode d'instruction à employer.

**Organiser.** À cette étape, l'instructeur organise la matière en étapes, de manière à présenter l'information dans un ordre logique.

**Maîtriser.** À cette étape, l'instructeur rédige le plan de leçon.

## DESCRIPTION DE LEÇON

Les descriptions de leçon se trouvent au chapitre 4 de la norme de qualification et plan (NQP). Une description de leçon comporte les deux sections suivantes : l'objectif de compétence (OCOM) et la description de leçon.

### Objectif de compétence

L'OCOM représente les trois premiers paragraphes de la description de leçon et répond à trois questions :

- Qu'est-ce que le cadet devrait être capable de faire à la fin de la présente leçon?
- Dans quelles conditions le cadet doit-il exécuter la compétence?
- De quelle façon ou suivant quelle norme le cadet doit-il exécuter la compétence?

### Description de leçon

La description de leçon (paragraphes 4. à 11.) contient de l'information sur :

- la matière à enseigner répartie en trois points d'enseignement;
- les méthodes d'enseignement à suivre et la raison pour laquelle elles ont été choisies;
- la durée de chaque point d'enseignement (PE);
- les documents de référence utilisés;
- le matériel d'instruction à utiliser;
- le matériel d'apprentissage à utiliser;
- les modalités de contrôle;
- les remarques à l'instructeur.

## GUIDE PÉDAGOGIQUE (GP)

Le GP est utilisé conjointement avec la NQP et d'autres ressources pour donner de l'instruction. Les GP doivent être révisés conjointement avec les descriptions de leçon pour que l'instructeur puisse planifier et préparer adéquatement sa leçon. Voici les six sections d'un GP :

**Préparation.** Cette section donne des renseignements à l'instructeur concernant :

- les instructions préalables à la leçon;
- le devoir préalable à la leçon;
- l'approche ou la méthode d'instruction.

**Introduction.** Cette section donne des renseignements à l'instructeur concernant :

- la révision qui pourrait être nécessaire;

- ce que le cadet devrait être capable de faire à la fin de la présente leçon;
- la raison pour laquelle les connaissances/compétences enseignées sont importantes.

**Corps.** Cette section donne des renseignements à l'instructeur concernant :

- le détail des PE et de leur contenu qui sont indiqués au paragraphe 4. de la description de leçon;
- les méthodes d'enseignement suggérées;
- les boîtes d'information donnant des instructions ou des renseignements spéciaux;
- le contenu de la leçon;
- les figures;
- les activités;
- les questions ou les activités de confirmation d'apprentissage.

**Conclusion.** Cette section donne des renseignements à l'instructeur concernant :

- les devoirs/lectures/pratiques qu'on pourrait demander du cadet;
- la méthode d'évaluation à utiliser qui est énoncée dans la description de leçon;
- les observations finales à adresser à voix haute au cadet;
- tout commentaire/remarque supplémentaire à l'instructeur.

**Documents de référence.** Cette section énumère les documents de référence qui ont été utilisés pour produire la description de leçon et le guide pédagogique.

**Annexes.** Cette section contient les renseignements de base pour les PE, les aides didactiques existantes et l'information supplémentaire pour les activités.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

---

### QUESTIONS

Q1. Nommer les cinq parties du processus de planification de leçon.

Q2. Que comprend la portion OCOM d'une description de leçon?

Q3. Nommer les six sections d'un guide pédagogique.

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les cinq parties du processus de planification de leçon sont : rassembler, examiner, sélectionner, organiser et maîtriser.

R2. L'OCOM comprend de l'information comme : la matière que le cadet doit apprendre, le matériel à utiliser, la supervision et l'équipement qui seront mis à la disposition du cadet et la norme à laquelle doit satisfaire le cadet.

R3. Les six sections d'un GP sont : la préparation, l'introduction, le corps, la conclusion, les documents de référence et les annexes.

**Point d'enseignement 3** — **Superviser les cadets et leur donner de l'aide pendant qu'ils planifient une leçon d'exercice militaire**

Durée : 30 min — Méthode : Activité pratique

Dans l'OCOM C309.06 (Enseigner une leçon d'exercice militaire de 15 minutes, section 13), les cadets doivent être en mesure d'enseigner une leçon d'exercice militaire en utilisant un plan de leçon, la séquence d'instruction de l'exercice militaire et la formation d'exercice militaire appropriée. Le plan de leçon rédigé dans cet OCOM sera utilisé pour enseigner cette leçon d'exercice militaire.

Distribuer aux cadets le plan de leçon vierge qui se trouve à l'annexe AG et la liste de contrôle du plan de leçon d'exercice militaire qui se trouve à l'annexe AH.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de planifier une leçon d'exercice militaire de 15 minutes.

### RESSOURCES

- la liste des sujets approuvés pour une leçon d'exercice militaire de 15 minutes qui se trouve à l'annexe AI;
- les guides pédagogiques et les descriptions de leçon modifiés qui se trouvent aux annexes AJ à AP.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à chaque cadet de choisir un sujet dans la liste de sujets approuvés pour une leçon d'exercice militaire de 15 minutes.
2. Demander aux cadets de se servir de la description de leçon et du GP associés au sujet qu'ils ont choisi pour les aider à rédiger leur plan de leçon d'exercice militaire. Les cadets doivent être en mesure d'enseigner la leçon qu'ils ont choisie dans le cadre de l'OCOM C309.06 (Enseigner une leçon d'exercice militaire 15 minutes, section 13).
3. Circuler dans la salle pour faciliter l'activité et aider les cadets au besoin.

S'assurer que les cadets demandent toutes les ressources dont ils ont besoin pour enseigner leur leçon.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La planification d'une leçon d'exercice militaire par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Les cadets doivent être prêts à enseigner leur leçon au début de l'OCOM C309.06 (Enseigner une leçon d'exercice militaire de 15 minutes, section 13).

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Les instructeurs doivent continuellement travailler pour améliorer la qualité de l'instruction. La capacité de planifier des leçons d'exercice militaire est une étape essentielle pour rehausser l'assurance de l'instructeur et améliorer la qualité de l'instruction de l'exercice militaire.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

L'OCOM C309.05 (Planifier une leçon d'exercice militaire) doit être enseigné au moins une semaine avant l'OCOM C309.06 (Enseigner une leçon d'exercice militaire de 15 minutes, section 13).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000, Directeur - Histoire et patrimoine 3-2. (2005). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 13**

# OCOM C309.06 – ENSEIGNER UNE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE DE 15 MINUTES

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier le Formulaire d'évaluation sur les techniques d'instruction de l'exercice militaire qui se trouve à l'annexe AQ, pour chaque cadet.

S'assurer de la disponibilité de toutes les ressources demandées par les cadets.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de perfectionner les techniques d'instruction de l'exercice militaire dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir enseigné une leçon d'instruction de l'exercice militaire de 15 minutes en utilisant un plan de leçon écrit et la séquence d'instruction de l'exercice militaire.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets enseignent une leçon d'exercice militaire de 15 minutes, parce que cela leur donne l'occasion de pratiquer les techniques d'instruction de l'exercice militaire auprès de leurs pairs et de

recevoir des commentaires qui les aideront à perfectionner les techniques d'instruction et à acquérir davantage d'assurance.

**Point d'enseignement 1** — **Superviser pendant que les cadets enseignent une leçon d'exercice militaire de 15 minutes**

Durée : 85 min — Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

Durée : 85 min

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'enseigner une leçon d'exercice militaire de 15 minutes auprès de leurs pairs en utilisant un plan de leçon écrit et la séquence d'instruction de l'exercice militaire.

### RESSOURCES

Formulaire d'évaluation sur les techniques d'instruction des exercices militaires.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de remettre une copie de leur plan de leçon à l'évaluateur.
2. Déterminer l'ordre dans lequel les cadets enseigneront leur leçon.
3. Demander à un cadet de former l'escouade pour sa leçon d'exercice militaire.
4. Demander à un cadet d'enseigner une leçon d'exercice militaire de 15 minutes en utilisant un plan de leçon écrit et la séquence d'instruction de l'exercice militaire (préparés à l'OCOM C309.05 [Planifier une leçon d'exercice militaire, section 12]).
5. Évaluer la leçon enseignée par le cadet en utilisant le Formulaire d'évaluation sur les techniques d'instruction de l'exercice militaire.
6. Une fois la leçon terminée, donner des commentaires au cadet.
7. Répéter les étapes 3. à 6. jusqu'à ce que tous les cadets aient enseigné une leçon.

Le Formulaire d'évaluation sur les techniques d'instruction de l'exercice militaire qui se trouve à l'annexe AQ est utilisé pour donner des commentaires sur la leçon enseignée par le cadet et pour présenter au cadet le type d'évaluation des techniques d'instruction qu'il recevra lors de son instruction de niveau d'étoile à venir. Le formulaire ne sert qu'aux fins d'évaluation de l'apprentissage, c'est-à-dire donner des commentaires au cadet pour qu'il puisse améliorer ses compétences.

8. Donner une rétroaction aux cadets en formulant des commentaires qui mettent l'accent sur :
   (a) les pratiques exemplaires;
   (b) les tendances générales et les principaux points à améliorer;

(c) la remotivation, en soulignant les efforts et les réalisations du groupe.

Si le groupe de cadets est nombreux, former de petits groupes et demander l'aide d'autres instructeurs pour l'évaluation et les commentaires.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

L'enseignement d'une leçon d'exercice militaire de 15 minutes par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La pratique des techniques d'instruction de l'exercice militaire auprès de leurs pairs permet au cadet de perfectionner les compétences nécessaires pour devenir un instructeur d'exercice militaire compétent tout en acquérant davantage d'assurance et un sentiment d'accomplissement.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Le présent OCOM doit être donné après l'OCOM C309.04 (Identifier les formations pour l'instruction de l'exercice militaire, section 11) et l'OCOM C309.05 (Planifier une leçon dl'exercice militaire, section 12).

Du temps additionnel peut être nécessaire pour les groupes de plus de cinq cadets.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 Directeur – Histoire et patrimoine 3-2 (2005). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## FEUILLE DE RENSEIGNEMENTS SUR LES PRINCIPES D'INSTRUCTION

### LA PARTICIPATION

Des cadets qui participent mentalement et physiquement à l'apprentissage ont plus de chance mémoriser l'information. L'instructeur doit diriger des activités qui font bouger, qui contiennent d'autres activités et qui sont excitantes. Les cadets apprennent par la pratique.

- **Principe.** La meilleure façon d'apprendre est d'avoir l'occasion de participer activement au processus d'apprentissage. Les gens apprennent par la pratique.
- **Mécanisme.** L'instructeur favorise la participation de la classe en lui faisant faire une activité physique ou mentale.

| Assurer la participation à une leçon portant sur les connaissances | Technique |
|---|---|
| Participation | Poser des questions ouvertes qui incitent à la réflexion individuelle et suscitent des discussions. |
| Travail de groupe | Choisir des méthodes d'enseignement qui permettent aux cadets de partager des idées et des connaissances. |
| Activité d'apprentissage | Structurer les points d'enseignements pour qu'ils contiennent des éléments tels que :<br>• des casse-têtes,<br>• des mots croisés,<br>• des jeux questionnaires,<br>• des jeux de société,<br>• des mots mystère,<br>• des discussions,<br>• des études de cas,<br>• des compétitions,<br>• des expériences,<br>• des résolutions de problèmes. |
| Application | Permettre aux cadets d'appliquer leurs connaissances par l'étude de cas et l'apprentissage centré sur un problème. |

| **Assurer la participation à une leçon portant sur les compétences** | **Technique** |
|---|---|
| Participation | Assurer la participation des cadets dès le début de la leçon.<br><br>Demander à autant de cadets que possible de travailler en même temps sur les compétences. |
| Pratique | Accorder suffisamment de temps de pratique.<br><br>Assurer une bonne supervision pendant la pratique. |
| Détection et correction | Connaître les erreurs commises couramment pendant la pratique d'une nouvelle compétence.<br><br>Observer de près les cadets pendant qu'ils pratiquent une compétence.<br><br>Corriger les erreurs au fur et à mesure qu'elles surviennent.<br><br>Corriger une erreur à la fois. |
| Compétition | Permettre aux cadets de pratiquer de nouvelles compétences en dirigeant des compétitions et des concours amicaux. |

**L'INTÉRÊT**

Des cadets curieux et qui ont un lien affectif avec le sujet seront plus réceptifs à l'apprentissage. L'instructeur doit donc éveiller, susciter et soutenir l'intérêt des cadets. S'ils ne trouvent pas la matière intéressante, les cadets seront moins enclins à écouter et n'apprendront pas.

- **Principe.** Les gens apprennent quand ils sont intéressés par la matière ou la compétence.
- **Mécanisme.** L'instructeur doit éveiller, susciter et soutenir l'intérêt des cadets. Il doit faire usage de moyens créatifs pour soutenir la curiosité, en tenant compte de l'expérience et des intérêts.

| Assurer l'intérêt | Technique |
|---|---|
| Information | Expliquer aux cadets pourquoi ils doivent apprendre la compétence ou la matière. Expliquer tous les avantages à connaître cette nouvelle matière ou compétence. |
| Enthousiasme | Démontrer de l'enthousiasme.<br>Sourire et s'amuser.<br>Établir un contact visuel.<br>Varier le ton, la hauteur, l'articulation, le débit, le volume, l'inflexion et le rythme lorsqu'on parle. |
| Variété | Utiliser plus d'un instructeur.<br>Utiliser un soutien verbal pour confirmer un énoncé ou clarifier une idée.<br>Utiliser du matériel d'instruction varié.<br>Essayer différentes méthodes d'enseignement. |
| Réalisme | Réunir la classe dans un endroit différent. Si l'on enseigne, par exemple, la façon d'estimer la distance, amener les cadets dans un champ et positionner des articles à divers intervalles. |
| Participation | Faire participer les cadets en leur posant des questions.<br>S'assurer que les cadets participent au tout début d'une leçon portant sur les compétences.<br>Renforcer l'apprentissage au moyen de jeux ou de compétitions de vitesse ou d'habiletés. |

**LA COMPRÉHENSION**

L'entendement ou la compréhension concerne la capacité du cadet à comprendre la matière enseignée. L'empressement que montre le cadet à apprendre une nouvelle matière dépend de ce qui a été enseigné précédemment; la nouvelle matière ne doit pas dépasser le niveau de connaissances des cadets. Si les cadets ne comprennent pas la matière, ils seront incapables d'apprendre.

- **Principe.** Les gens apprennent lorsque l'instruction commence par leur niveau de compréhension et qu'elle est donnée suivant leur capacité de compréhension.
- **Mécanisme.** L'instructeur doit déterminer le niveau de connaissances des cadets et ne poursuivre avec du nouveau matériel que si les cadets ont bien compris la matière déjà enseignée.

| Assurer la compréhension | Technique |
|---|---|
| Se documenter | Examiner le document intitulé Norme de qualification et plan (NQP) afin de déterminer la matière qui a déjà été enseignée aux cadets. |
| Planifier | Organiser la matière de la leçon dans un ordre logique.<br>Aller du connu à l'inconnu.<br>Aller d'une matière simple à une matière plus difficile. |
| Question | Poser des questions de révision au début de la leçon afin de déterminer le niveau de compréhension.<br>Continuer de poser des questions tout au long de la leçon pour s'assurer que les cadets ont compris la matière.<br>Dès le début de la leçon, assurer les cadets qu'ils sont libres de poser des questions. |
| Observer | Porter attention aux expressions du langage corporel qui pourraient indiquer certaines difficultés avec des éléments de la leçon.<br>Observer les cadets quand ils pratiquent une compétence et corriger les erreurs au fur et à mesure qu'elles se produisent. |

**LA CONFIRMATION**

La confirmation est un élément essentiel de l'apprentissage et de l'instruction. Elle donne l'occasion à l'instructeur ainsi qu'au cadet d'évaluer si l'information a été bien comprise.

- **Principe.** Confirmer que le but a été atteint et que la matière a été retenue.
- **Mécanisme.** L'instructeur doit confirmer que l'apprentissage des cadets respecte les normes établies et s'assurer que les compétences peuvent être exercées de manière sécuritaire et compétente.

| Assurer la confirmation | Technique |
|---|---|
| Pratique | Observer les cadets pendant qu'ils pratiquent les compétences. |
| Exercice | Demander aux cadets d'exécuter la compétence. Si l'on enseigne aux cadets comment monter et descendre une colline, lors d'une randonnée en vélo de montagne, surveiller chaque cadet lorsqu'il démontre la compétence. Les personnes qui ne réussissent pas peuvent avoir besoin d'une instruction supplémentaire.<br><br>Fournir des exercices ou diriger des discussions qui insistent sur les points importants de la leçon. |
| Questions | Poser des questions à la fin de la leçon pour évaluer l'apprentissage des cadets.<br><br>Écouter attentivement les réponses données par les cadets afin de déterminer s'il y a des points non compris qui devront être revus. |
| Tâches | Revoir les tâches accomplies à l'extérieur de la classe pour établir le degré d'apprentissage. |
| Tests | Diriger la confirmation des points d'enseignement et des contrôles de compétence. Ceci renforcera aussi l'apprentissage. |
| Observations | Noter et donner des commentaires aux cadets sur leur comportement. |

**L'ACCENTUATION**

Lors d'une période d'instruction, certains renseignements peuvent revêtir une importance particulière. L'instructeur peut insister sur cette information importante en modulant le ton de sa voix et en utilisant du matériel d'instruction et des activités en classe.

- **Principe.** Les gens retiennent mieux l'information importante quand l'instructeur utilise la répétition et l'accentuation.
- **Mécanisme.** L'instructeur doit insister sur les points essentiels.

| Assurer l'accentuation | Technique |
|---|---|
| Processus | Enseigner la matière étape par étape.<br>Récapituler chaque sujet (insister sur les points importants).<br>Demander aux cadets de prendre des notes. |
| Révision en classe | Revoir les points importants de la dernière leçon.<br>Répéter les points importants durant la leçon. |
| Renforcement | Pour une leçon portant sur les connaissances, poser des questions sur les points importants.<br>Pour une leçon portant sur une compétence, accorder aux cadets suffisamment de temps de pratique pour qu'ils puissent poser des questions et se faire corriger. Ne pas donner trop d'explications.<br>Dire : « Ceci est important, souvenez-vous en. »<br>Utiliser un soutien verbal en donnant des exemples, incluant :<br>• des comparaisons,<br>• des raisons,<br>• la réaffirmation et la répétition,<br>• des exemples,<br>• des statistiques,<br>• des témoignages.<br>Utiliser du matériel d'instruction. |
| Après la leçon | Distribuer les documents de cours couvrant les points importants. |

**LE SUCCÈS**

La leçon doit donner à chaque cadet l'impression qu'il s'est réalisé. Les cadets doivent quitter la classe en étant satisfaits de ce qu'ils ont réalisé durant la leçon.

- **Principe.** Les gens apprennent de façon plus efficace lorsque leur performance leur donne l'impression qu'ils se sont réalisés.
- **Mécanisme.** L'instructeur doit dire aux cadets ce qu'ils font de bien et ce qu'ils doivent améliorer. Le but est de leur donner des commentaires qui renforceront les résultats souhaités et corrigeront les mauvais résultats.

| Assurer le succès | Technique |
|---|---|
| Attentes | Expliquer aux cadets les objectifs de la leçon.<br>S'assurer que les cadets comprennent ce qu'on attendra d'eux à la fin de la leçon. |
| Satisfaction de l'apprenant | Expliquer les leçons clairement, en utilisant des mots simples. Ainsi, les cadets apprendront facilement et se sentiront épanouis. |
| Responsabilité de l'apprenant | Tenir les cadets au courant de leur progrès. Il suffit de dire « Maintenant que vous avez tous réussi à faire un nœud plat, pratiquons le nœud de chaise » pour donner aux cadets une idée de leur progrès. |
| Encouragement | Rassurer les cadets qu'ils réussiront.<br>Complimenter les cadets pour le travail bien fait. |
| Persévérance | Encourager les cadets qui éprouvent des difficultés.<br>Permettre aux cadets de pratiquer les compétences qui leur causent des difficultés.<br>Offrir une aide supplémentaire, si nécessaire. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**PRINCIPES D'INSTRUCTION – FEUILLES DE TRAVAIL**

# PRINCIPES D'INSTRUCTION
# Feuille de travail

**NOM DU PRINCIPE :** La participation.

**SUJET :** Comment descendre un escalier.

**TECHNIQUES UTILISÉES POUR APPLIQUER LE PRINCIPE AU SUJET ÉNONCÉ :**

# PRINCIPES D'INSTRUCTION
# Feuille de travail

**NOM DU PRINCIPE :** L'intérêt.

**SUJET :** Comment manger une pomme.

**TECHNIQUES UTILISÉES POUR APPLIQUER LE PRINCIPE AU SUJET ÉNONCÉ :**

# PRINCIPES D'INSTRUCTION
# Feuille de travail

**NOM DU PRINCIPE :** La compréhension.

**SUJET :** Comment attacher une chaussure.

**TECHNIQUES UTILISÉES POUR APPLIQUER LE PRINCIPE AU SUJET ÉNONCÉ :**

# PRINCIPES D'INSTRUCTION
# Feuille de travail

**NOM DU PRINCIPE :** La confirmation.

**SUJET :** Comment lancer une balle.

**TECHNIQUES UTILISÉES POUR APPLIQUER LE PRINCIPE AU SUJET ÉNONCÉ :**

# PRINCIPES D'INSTRUCTION
# Feuille de travail

**NOM DU PRINCIPE :** L'accentuation.

**SUJET :** Comment traverser une rue.

**TECHNIQUES UTILISÉES POUR APPLIQUER LE PRINCIPE AU SUJET ÉNONCÉ :**

# PRINCIPES D'INSTRUCTION
# Feuille de travail

**NOM DU PRINCIPE :** Le succès.

**SUJET :** Comment se servir d'une fermeture éclair.

**TECHNIQUES UTILISÉES POUR APPLIQUER LE PRINCIPE AU SUJET ÉNONCÉ :**

## EXPOSÉ INTERACTIF

| Description | Préparation de la leçon | Applications typiques | Enseignement de la leçon |
|---|---|---|---|
| L'exposé interactif est une méthode axée sur l'instructeur qui combine l'exposé et l'interaction dans le but d'atteindre les objectifs de la leçon. Les parties « exposé » de la leçon sont entrecoupées par des activités pertinentes, comme des vidéos suivies de discussions, des jeux, des stations d'apprentissage, des remue-méninges, des débats, du travail de groupe ou des documents à remplir. | Attirer l'attention en citant des faits intéressants, des statistiques ou des questions de rhétorique pour commencer l'exposé ou pour présenter les nouveaux points d'enseignement.<br><br>Préparer des questions participatives pour encourager la participation des cadets.<br><br>Préparer des questions d'évaluation pour confirmer les points d'enseignement.<br><br>Obtenir ou développer du matériel d'instruction pour clarifier les principaux points.<br><br>Préparer une activité en classe pour alléger l'exposé.<br><br>S'exercer à présenter la matière. | Les exposés interactifs peuvent être donnés devant des groupes de tailles diverses pour :<br>• présenter un sujet;<br>• présenter des renseignements de base;<br>• réviser la matière déjà enseignée;<br>• donner des directives concernant les procédures;<br>• démontrer la mise en application de règlements, de principes ou de concepts;<br>• présenter une démonstration, une discussion ou une exécution. | Commencer la leçon et chaque nouveau PE par un élément suscitant l'intérêt.<br><br>Utiliser du matériel de présentation, comme :<br>• tableau de papier,<br>• le tableau blanc,<br>• média électronique.<br><br>Surveiller les signes d'attention, comme :<br>• les expressions faciales des cadets,<br>• le langage corporel des cadets.<br><br>Intervenir lorsqu'il y a des problèmes d'attention en :<br>• invitant le groupe à poser des questions;<br>• posant des questions au groupe.<br><br>Se servir de matériel d'instruction visuel aux moments opportuns.<br><br>Intégrer des faits intéressants dans la matière de la leçon pour maintenir l'intérêt.<br><br>Poser des questions participatives ou tenir une courte activité pour alléger l'exposé.<br><br>Poser des questions pour confirmer chaque point d'enseignement.<br><br>Confirmer la leçon en utilisant des questions ou une activité. |

## DÉMONSTRATION ET EXÉCUTION

| Description | Préparation de la leçon | Applications typiques | Enseignement de la leçon |
|---|---|---|---|
| **Démonstration et exécution**<br><br>Durant la démonstration et l'exécution, les cadets observent l'instructeur pendant qu'il exécute la tâche à démontrer, et ils la répètent sous la supervision de l'instructeur.<br><br>**Méthode par démonstration**<br><br>Méthode d'instruction où l'instructeur, en exécutant lui-même une opération ou une tâche, montre au cadet quoi faire, comment le faire, pourquoi le faire, où et quand le faire.<br><br>**Méthode par exécution**<br><br>Méthode où le cadet doit exécuter, dans des conditions contrôlées, l'opération, la compétence ou le mouvement enseignés. | L'instructeur doit pouvoir exécuter la tâche avec compétence.<br><br>Rassembler tout le matériel nécessaire à l'instruction de la leçon.<br><br>Décomposer la tâche en étapes successives.<br><br>S'exercer à donner la leçon pour s'assurer que les étapes sont précises et claires.<br><br>Au besoin, préparer un document de cours décrivant sommairement les étapes.<br><br>Aménager le secteur d'entraînement de façon à ce que tous les cadets puissent :<br><br>• voir la démonstration;<br><br>• exécuter la tâche. | **Méthode par démonstration**<br><br>La démonstration peut servir à :<br><br>• enseigner les opérations ou les procédures d'ordre pratique;<br><br>• enseigner le dépannage;<br><br>• illustrer les principes;<br><br>• enseigner l'utilisation ou le fonctionnement d'une pièce d'équipement;<br><br>• établir des normes pour l'exécution du travail;<br><br>• expliquer une théorie ou un concept;<br><br>• enseigner les consignes de sécurité.<br><br>**Méthode par exécution**<br><br>L'exécution peut servir à :<br><br>• enseigner les opérations ou les procédures d'ordre pratique;<br><br>• enseigner l'utilisation ou le fonctionnement d'une pièce d'équipement;<br><br>• enseigner les compétences d'équipe;<br><br>• enseigner les consignes de sécurité. | Présenter la leçon en démontrant la compétence que les cadets seront en mesure d'exécuter à la fin de la leçon.<br><br>Expliquer où la compétence peut être mise en pratique et pourquoi elle est importante.<br><br>Si le processus est complexe, fournir un document de cours décrivant sommairement les étapes.<br><br>Expliquer et démontrer chaque étape dans l'ordre.<br><br>Accorder du temps aux cadets pour qu'ils pratiquent les étapes dès que possible.<br><br>Renforcer positivement tout ce que le cadet fait correctement.<br><br>Superviser les cadets pendant qu'ils s'exercent, en offrant de l'aide ou en répétant une démonstration, au besoin.<br><br>Demander aux cadets d'exécuter la compétence pour confirmer l'apprentissage.<br><br>Encourager les cadets à s'exercer en dehors des heures de classe. |

## ACTIVITÉ EN CLASSE

| Description | Préparation de la leçon | Applications typiques | Enseignement de la leçon |
|---|---|---|---|
| Les activités en classe comprennent un large éventail d'occasions d'apprentissage fondées sur les activités qui peuvent servir à renforcer les sujets d'instruction ou à présenter aux cadets de nouvelles expériences. Les activités en classe doivent stimuler l'intérêt des cadets et les encourager à participer, tout en demeurant pertinentes aux objectifs de rendement. On compte parmi les exemples d'activités en classe les stations d'apprentissage, les vidéos, les remue-méninges, les débats et le travail de groupe. | Créer une activité qui sollicite la participation de tous les cadets et qui peut se dérouler dans le temps alloué.<br><br>Préciser clairement l'objectif de l'activité.<br><br>Se procurer tout le matériel nécessaire à la réalisation de l'activité.<br><br>Rédiger des instructions particulières sur les tâches que doivent accomplir les participants.<br><br>Rédiger des directives particulières sur la direction de l'activité.<br><br>Au besoin, prévoir du personnel pour aider à la direction de l'activité.<br><br>Préparer des documents de cours contenant des renseignements de base pour les cadets.<br><br>Aménager le secteur d'entraînement en postes de travail ou stations d'apprentissage. | Une activité en classe peut être utilisée pour la leçon portant sur les connaissances et pour la leçon portant sur une compétence afin de :<br><br>• renforcer les objectifs pédagogiques;<br><br>• présenter un sujet et susciter l'intérêt;<br><br>• présenter des renseignements de base;<br><br>• donner des directives concernant les procédures;<br><br>• présenter une démonstration, une discussion ou une exécution;<br><br>• démontrer la mise en application de règlements, de principes ou de concepts;<br><br>• établir une interactivité pendant un exposé;<br><br>• réviser, clarifier ou résumer l'information. | Présenter l'activité à l'ensemble du groupe.<br><br>Informer les participants de ce que l'on attend d'eux.<br><br>Insister sur le respect de l'horaire.<br><br>S'assurer de la disponibilité de toutes les ressources.<br><br>Commencer l'activité.<br><br>Superviser et aider les groupes au besoin.<br><br>Conclure l'activité.<br><br>Confirmer le PE ou la leçon.<br><br>Donner une rétroaction aux cadets. |

## ACTIVITÉ PRATIQUE

| Description | Préparation de la leçon | Applications typiques | Enseignement de la leçon |
|---|---|---|---|
| Les activités pratiques comprennent un large éventail d'occasions d'apprentissage fondées sur les activités qui peut servir à renforcer et mettre en pratique les sujets d'instruction ou présenter aux cadets de nouvelles expériences. Les activités pratiques doivent stimuler l'intérêt des cadets et les encourager à participer, tout en demeurant pertinentes aux objectifs de rendement. | L'instructeur doit pouvoir exécuter la tâche avec compétence.<br><br>Rassembler tout le matériel nécessaire à l'instruction de la leçon.<br><br>Aménager le secteur d'entraînement de façon à ce que tous les cadets aient assez d'espace pour exécuter la tâche de façon sécuritaire.<br><br>S'assurer qu'on dispose d'assez de temps pour tenir l'activité jusqu'à la fin, sinon décomposer la tâche en étapes.<br><br>Préparer un document de cours décrivant sommairement les étapes, au besoin.<br><br>Prévoir du personnel d'aide, au besoin.<br><br>Diviser les cadets en petits groupes. | L'objectif de la méthode par activité pratique est de renforcer et mettre en pratique les sujets d'instruction ou de présenter de nouvelles expériences aux cadets.<br><br>Si cette méthode sert à enseigner de la nouvelle matière, elle doit être combinée à d'autres méthodes afin de s'assurer que les cadets disposent des renseignements de base nécessaires à la réalisation de l'activité.<br><br>La méthode par activité pratique peut servir à :<br>• mettre en pratique une compétence;<br>• démontrer un processus;<br>• confirmer une explication;<br>• fabriquer un objet;<br>• présenter un sujet;<br>• enseigner des opérations manuelles;<br>• enseigner des procédures;<br>• enseigner le dépannage;<br>• illustrer des principes;<br>• enseigner l'utilisation d'une pièce d'équipement;<br>• enseigner les consignes de sécurité. | Réviser les renseignements de base.<br><br>Distribuer les documents de cours, au besoin.<br><br>Présenter l'activité au groupe.<br><br>Insister sur les mesures de sécurité.<br><br>Informer les cadets sur ce qu'on attend d'eux.<br><br>Informer le personnel d'aide sur ce qu'on attend de lui.<br><br>Commencer l'activité.<br><br>Superviser les cadets et offrir de l'aide, au besoin.<br><br>Surveiller les infractions à la sécurité et mettre fin à l'activité, s'il y a lieu.<br><br>Conclure l'activité.<br><br>Donner une rétroaction aux cadets. |

## JEU

| Description | Préparation de la leçon | Applications typiques | Enseignement de la leçon |
|---|---|---|---|
| Les jeux comportent un participant ou plus et visent à pratiquer des compétences, mettre en pratique des stratégies et améliorer les équipes. Il est essentiel que le jeu contribue à l'apprentissage grâce à des activités stimulantes qui permettent de pratiquer les compétences ou de confirmer les connaissances. | Élaborer un jeu simple ayant les caractéristiques suivantes :<br>• rapide à jouer,<br>• facile et rapide à installer,<br>• comporte peu de règles,<br>• nécessite peu de matériel,<br>• demande un maximum de participants.<br>Si possible, utiliser des variantes de jeux auxquels jouaient les cadets dans leur enfance ou qu'ils ont vus à la télévision.<br>Déterminer ce qui suit lors de l'établissement des règles du jeu :<br>• jeu individuel ou en équipe,<br>• la façon de changer de chef,<br>• ce que le chef fera,<br>• ce que les suiveurs feront,<br>• les minutages du jeu,<br>• la façon de signaler le début et la fin du jeu,<br>• la façon d'assurer la sécurité.<br>Obtenir les ressources nécessaires pour jouer au jeu.<br>Aménager le secteur d'entraînement pour jouer au jeu. | Les jeux créent de la diversité et suscitent l'intérêt, mais ils doivent aussi contribuer à l'apprentissage.<br>Les jeux peuvent servir à :<br>• présenter un sujet;<br>• découvrir des concepts et des principes;<br>• apprendre la terminologie;<br>• se souvenir des termes;<br>• reconnaître les pièces d'un équipement;<br>• élaborer des stratégies et des tactiques;<br>• mettre en pratique une compétence;<br>• démontrer un processus;<br>• pratiquer les compétences relationnelles;<br>• confirmer l'apprentissage. | Informer les cadets sur ce qui suit :<br>• l'objectif du jeu,<br>• les règles du jeu.<br>Jouer au jeu.<br>Effectuer une supervision étroite pour s'assurer que :<br>• le jeu est joué comme il se doit;<br>• le jeu est joué de façon sécuritaire;<br>• le nombre maximal de personnes y participent.<br>Conclure le jeu.<br>Donner une rétroaction aux cadets. |

## VISITE ÉDUCATIVE

| Description | Préparation de la leçon | Applications typiques | Enseignement de la leçon |
|---|---|---|---|
| Les connaissances théoriques sont renforcées grâce à une participation à une activité qui se déroule dans un environnement réel. La planification permet de s'assurer que toutes les normes de sécurité et les normes pertinentes sont atteintes. Les activités de visite éducative sont planifiées et dirigées de façon à atteindre des objectifs d'instruction clairs que les cadets comprennent. On compte parmi les exemples des visites à des endroits d'intérêt locaux, le vol et le vol à voile, la randonnée pédestre et la voile. | Préciser le ou les objectifs de la visite éducative.<br><br>Déterminer l'heure et le lieu de la visite éducative.<br><br>Obtenir les autorisations nécessaires.<br><br>Déterminer l'horaire.<br><br>Déterminer les activités ou les démonstrations nécessaires pour atteindre les objectifs.<br><br>Déterminer s'il y aura du personnel qualifié pour apporter une aide.<br><br>Au besoin, organiser ce qui suit :<br>• un moyen de transport,<br>• de la supervision,<br>• les repas.<br><br>Déterminer si l'on permettra aux cadets de se servir de matériel ou de participer à une activité d'instruction.<br><br>Déterminer si tous les cadets peuvent prendre part à l'activité en même temps ou s'ils devront le faire à tour de rôle.<br><br>Répartir les cadets en groupes, au besoin.<br><br>Assurer la sécurité. | La visite éducative sert à :<br>• présenter/démontrer et confirmer les sujets;<br>• renforcer et clarifier l'apprentissage en classe;<br>• mettre de la variété dans la situation d'apprentissage;<br>• permettre aux cadets de voir les opérations ou l'équipement qui sont difficiles à présenter en classe. | Dès que possible, informer les cadets de ce qui suit :<br>• l'heure de la visite éducative,<br>• le lieu de la visite éducative,<br>• l'horaire de départ.<br><br>Avant le départ, informer les cadets de ce qui suit :<br>• les objectifs de la visite éducative,<br>• l'horaire et les regroupements pour les activités et les démonstrations,<br>• la façon dont ils participeront pendant la visite éducative.<br><br>Pendant la visite éducative, s'assurer de ce qui suit :<br>• la sécurité de tous les cadets,<br>• la participation maximale,<br>• l'atteinte des objectifs.<br><br>Après la visite éducative :<br>• présenter une rétroaction aux cadets;<br>• confirmer l'atteinte des objectifs.<br><br>Remercier les facilitateurs qui ont pris part à la visite éducative. |

## SÉLECTIONNER UNE MÉTHODE D'INSTRUCTION

| Sujet de leçon | Méthode d'instruction | Explication |
|---|---|---|
| Participer à une discussion sur les pratiques en matière d'hygiène durant l'activité physique | | |
| Identifier les pièces et les caractéristiques d'une carabine à air comprimé Daisy 853C | | |
| Appliquer les principes d'instruction de tir de précision | | |
| Participer à une discussion sur l'instruction de la première année | | |
| Porter l'uniforme de cadets de l'Armée | | |
| Participer à une discussion sur les occasions d'instruction d'été de la première année | | |
| Décrire l'histoire et les traditions de l'unité d'affiliation | | |
| Faire des nœuds et des brêlages | | |
| Assembler une trousse de survie | | |
| Dresser une tente de groupe | | |
| Discuter du leadership entre pairs | | |
| Identifier les types de carte | | |
| Orienter une carte par inspection | | |
| Choisir l'équipement de randonnée en montagne | | |

| Sujet de leçon | Méthode d'instruction | Explication |
|---|---|---|
| Décrire la structure des grades des Cadets de la Marine royale canadienne, des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets de l'Aviation royale du Canada | | |

## SÉQUENCE À SUIVRE POUR POSER DES QUESTIONS

| Séquence | Exécution |
|---|---|
| **Poser la question** | L'instructeur doit s'assurer qu'il a l'attention complète de la classe et poser une question que tout le monde peut entendre. |
| **Donner un temps de réflexion** | L'instructeur doit laisser aux cadets le temps de trouver une réponse. Ne pas perdre de temps, mais éviter de répondre à la question à la place des cadets dans le seul but de briser le silence. |
| **Nommer un cadet pour répondre à la question** | Lorsqu'il pose une question directe, l'instructeur doit désigner le cadet qui répondra. |
| **Réfléchir sur la réponse** | L'instructeur doit laisser aux cadets le temps de répondre jusqu'au bout, écouter attentivement la réponse, confirmer qu'il s'agit de la bonne réponse et expliquer pourquoi elle est correcte. Si une réponse est incomplète, l'instructeur doit mettre en valeur ce qui est correct et poser une question complémentaire pour compléter la réponse ou bien simplement fournir de l'information supplémentaire. Si une réponse est incorrecte, l'instructeur doit aussi le souligner, sans toutefois le faire de façon à gêner le cadet, et il doit expliquer pourquoi elle est incorrecte. Il pourrait être nécessaire de reformuler la question pour obtenir une meilleure réponse. |
| **Féliciter** | L'instructeur doit féliciter tous les cadets pour leur participation et confirmer ou résumer toutes les bonnes réponses afin d'éviter toute confusion, entre les réponses qui sont correctes et celles qui sont incorrectes. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DOCUMENT DE COURS SUR LES QUESTIONS

Lire le court passage suivant au groupe et lui demander de se rappeler de l'histoire pour enfants « Boucle d'Or et les trois ours ».

**Il était une fois une petite fille appelée Boucle d'or. Alors qu'elle se promenait dans la forêt, elle découvrit une maison. Elle frappa à la porte, mais personne ne répondit. Elle décida alors d'y entrer.**

Demander à chaque cadet de respecter la séquence à suivre pour poser des questions en servant d'au moins une des questions ci-dessous.

Q. Selon vous, qui habitait la maison dans la forêt?

R. Les trois ours.

Q. Qu'a fait Boucle d'or tout de suite en entrant dans la maison?

R. Elle a goûté au gruau.

Q. À qui appartenait la chaise que Boucle d'or a cassée?

R. Petit ours.

Q. Pourquoi Boucle d'or s'est-elle rendue dans la chambre à coucher à l'étage supérieur?

R. Elle se sentait fatiguée.

Q. Est-ce que Boucle d'or est retournée à la maison dans la forêt depuis ce temps?

R. Non.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## RUBRIQUE SUR LA FAÇON DE POSER DES QUESTIONS

**Norme**

Questionneur efficace : Respecte la séquence à suivre pour poser des questions.

**Tâche d'exécution**

Poser une question de rappel au groupe sur l'histoire pour enfants « Boucle d'or et les trois ours », en respectant la séquence à suivre pour poser des questions.

| Élément de rendement | Respecte la norme (Niveau 3) | Respecte marginalement la norme (Niveau 2) | Ne respecte pas la norme (Niveau 1) |
|---|---|---|---|
| Poser la question | Avait l'attention du groupe.<br>A posé clairement la question. | Avait l'attention du groupe.<br>N'a pas posé clairement la question. | N'avait pas l'attention du groupe.<br>N'a pas posé clairement la question. |
| Donner un temps de réflexion | A laissé aux cadets assez de temps pour trouver une réponse.<br>N'a pas perdu de temps.<br>N'a pas répondu à la place du cadet. | N'était pas sûr du temps à accorder pour une réponse. | A accordé trop ou pas assez de temps pour une réponse.<br>A répondu à la question à la place du cadet. |
| Nommer un cadet pour répondre à la question | A pointé un cadet du doigt. | On a dû lui dire de pointer un cadet du doigt. | A laissé n'importe qui répondre. |
| Réfléchir sur la réponse | A laissé le cadet répondre à la question jusqu'au bout.<br>A confirmé qu'il s'agissait de la bonne réponse.<br>A expliqué pourquoi une réponse était incorrecte. | A laissé le cadet répondre à la question jusqu'au bout.<br>A confirmé que la réponse était correcte après qu'on lui ait dit de le faire.<br>A expliqué pourquoi une réponse était incorrecte après qu'on lui ait dit de le faire. | N'a pas laissé le cadet répondre à la question jusqu'au bout.<br>N'a pas confirmé qu'il s'agissait de la bonne réponse après qu'on lui ait dit de le faire.<br>N'a pas expliqué pourquoi une réponse était incorrecte après qu'on lui ait dit de le faire. |

| Élément de rendement | Respecte la norme (Niveau 3) | Respecte marginalement la norme (Niveau 2) | Ne respecte pas la norme (Niveau 1) |
|---|---|---|---|
| Féliciter | S'est assuré de la participation de tous les cadets.<br><br>A félicité les bonnes réponses de façon appropriée.<br><br>A clarifié toute confusion concernant les réponses. | S'est assuré de la participation de tous les cadets.<br><br>On a dû lui dire de féliciter les cadets pour les bonnes réponses.<br><br>On a dû lui dire de clarifier une confusion concernant les réponses. | Ne s'est pas assuré de la participation de tous les cadets.<br><br>A omis de féliciter les cadets pour les bonnes réponses.<br><br>N'a pas clarifié la confusion qui subsistait sur les réponses. |

## LISTE DE CONTRÔLE SUR LA FAÇON DE POSER DES QUESTIONS

Cocher la case appropriée.

| Nom | Poser la question | | | Donner un temps de réflexion | | | Nommer un cadet pour répondre à la question | | | Réfléchir sur la réponse | | | Féliciter | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Niveau 1 | Niveau 2 | Niveau 3 | Niveau 1 | Niveau 2 | Niveau 3 | Niveau 1 | Niveau 2 | Niveau 3 | Niveau 1 | Niveau 2 | Niveau 3 | Niveau 1 | Niveau 2 | Niveau 3 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## AIDES DIDACTIQUES COMMUNES

### COMMENT FONCTIONNENT LES AIDES DIDACTIQUES

Durant le processus de communication, le cerveau sépare les éléments d'information importants des éléments moins significatifs. L'information qui est jugée la plus importante est transmise à la mémoire à court terme pour être éventuellement emmagasinée dans la mémoire à long terme. Les aides didactiques favorisent l'apprentissage en faisant ressortir les éléments d'information les plus importants pour que le cerveau les mémorise.

Les aides didactiques servent aussi à :

- attirer et maintenir l'attention des cadets;
- faire appel aux deux sens les plus importants – la vue et l'ouïe;
- aider les instructeurs à enseigner plus de matière en moins de temps.

### CARACTÉRISTIQUES DES AIDES DIDACTIQUES

Les aides didactiques doivent aussi :

- appuyer la leçon en faisant ressortir et en clarifiant l'information importante;
- maintenir l'attention des cadets sur le sujet;
- contenir des images, des graphiques ou des textes de qualité;
- être simples et faciles à utiliser;
- être de taille suffisante pour être vues et de volume suffisant pour être entendues.

### DIRECTIVES POUR UTILISER DES AIDES DIDACTIQUES

Pendant l'étape de préparation de la leçon, le processus suivant peut être utilisé pour déterminer si et quand des aides didactiques seront nécessaires :

- établir clairement l'objectif de la leçon – l'information à communiquer ou la tâche à accomplir;
- rechercher des documents d'accompagnement qui permettront d'atteindre l'objectif de la leçon;
- structurer le matériel selon un plan de leçon;
- choisir les points importants à appuyer par des aides didactiques.

Les aides didactiques ne devraient être utilisées que si elles favorisent l'apprentissage et ne devraient être présentées qu'au moment approprié durant la leçon pour ne pas déconcentrer l'auditoire.

# SOUTIEN VERBAL

Presque toutes les idées doivent être clarifiées, expliquées ou prouvées, dans une certaine mesure, pour être comprises. Si les cadets apprennent quelque chose de nouveau, ils veulent des preuves en appui à ce qui est dit. Le sujet de la leçon, la méthode d'instruction, les connaissances générales des cadets et la taille du groupe sont tous des facteurs qui déterminent les appuis à l'apprentissage qui seront nécessaires.

Le soutien verbal est un type d'appui que les instructeurs utilisent pour clarifier, prouver, démontrer ou faire ressortir l'information durant une leçon ou encore pour ajouter de la variété et de l'intérêt à cette information. Voici des types de soutien verbal :

- **COMPARAISONS**

Une comparaison est un pont érigé par l'instructeur entre le connu et l'inconnu. On peut clarifier une nouvelle information en attirant l'attention sur ses **similitudes** avec un sujet, une idée ou une situation connu. La comparaison factuelle clarifie une information en mettant en évidence les **similitudes** entre deux choses ou plus qui sont apparentées. Par exemple, on utilise une comparaison factuelle quand on met en évidence les similitudes entre deux types d'uniformes. Le contraste clarifie l'information en mettant en évidence les **différences** qui existent entre deux choses ou plus. On utilise un contraste quand on met en évidence les **différences** qui existent entre deux types d'uniforme. Les comparaisons figuratives utilisent des rapports de ressemblances et des métaphores pour ajouter de la variété et attirer l'attention. On utilise une comparaison figurative quand on se sert d'une expression comme « le navire fendait l'eau comme un couteau » pour donner une idée de la vitesse du navire.

- **RAISONS**

Les raisons sont des explications logiques qui répondent aux questions débutant par « Pourquoi ». Quand on explique la raison d'une chose, il est souvent plus facile pour les cadets d'accepter ce qu'on leur dit. Lorsqu'un instructeur invoque les risques pour la sécurité comme raison pour laquelle une tâche doit être accomplie d'une certaine façon, il utilise alors la raison comme soutien verbal.

- **RÉAFFIRMATION ET RÉPÉTITION**

L'instructeur peut faire ressortir les idées principales ou les points importants en les répétant. Une façon de répéter quelque chose est de la réaffirmer de manière différente. La répétition habile est aussi un moyen convaincant pour aider les cadets à admettre une idée ou un point de vue. Parfois, des indications ou des instructions doivent être répétées telles quelles et de nombreuses fois pour assurer la clarté.

- **EXEMPLES**

L'exemple est un cas particulier d'une idée générale qui permet de clarifier ou de simplifier l'information. Il doit être bref et précis et faire partie des connaissances générales des cadets pour qu'ils puissent associer la nouvelle information à une chose déjà connue.

- **STATISTIQUES**

Les statistiques sont un résumé des données chiffrées concernant un événement ou une chose. Dans la mesure où elles sont convenablement utilisées, les statistiques peuvent aider les instructeurs à prouver ou à faire ressortir les principaux points et à susciter de l'intérêt pour l'information. Il ne faut cependant pas supposer que le soutien verbal est utilisé chaque fois qu'un nombre ou un chiffre est cité. Par exemple, si l'on dit que « le budget national de l'année passée pour les cadets était d'environ 180 millions $ », on expose un fait, alors

que si l'on dit que « le budget national de l'année passée pour les cadets était d'environ 3000 $ par cadet », on utilise les statistiques pour faire ressortir le fait que le budget des cadets est élevé.

- **TÉMOIGNAGE**

Le témoignage consiste simplement à emprunter les expériences, les mots et les idées des autres pour faire ressortir ou prouver certains points. On croit aux témoignages parce qu'ils sont apportés par des experts ou des personnes qui ont une connaissance directe du sujet. Par exemple, le fait de dire simplement que « les organisations de cadets offrent de nombreux avantages pour la jeunesse » n'est pas aussi convaincant que de citer ou d'entendre des cadets qui ont suivi le programme et qui ont bénéficié de ces avantages.

L'acronyme **CRREST** peut être utile pour se souvenir des différents types de soutien verbal.

# AIDES AUDIOVISUELLES

Les aides didactiques font appel à tous nos sens. Elles sont particulièrement efficaces parce que nous apprenons et retenons plus de 50 % de ce que nous voyons et entendons.

**MODÈLES**

Le modèle est une copie d'un objet réel et peut être agrandi, réduit ou de la même taille que l'original. Voici deux types de modèles :

- le modèle à l'échelle, qui est une reproduction exacte de l'original,
- le modèle simplifié, qui ne représente pas la réalité dans tous ses détails.

Utilisés comme aides didactiques, les modèles s'avèrent habituellement plus pratiques que l'objet réel parce qu'ils sont légers et faciles à manipuler.

**Modèles de grandeur réelle**

Le modèle de grandeur réelle est un modèle de travail en trois dimensions ou de nature spécialisée qui est utilisé pour l'étude, l'instruction ou la mise à l'essai à la place d'un objet réel, qui peut être trop coûteux, dangereux ou impossible à obtenir. Le modèle de grandeur réelle a l'avantage de faire ressortir les éléments essentiels à apprendre en les distinguant des éléments non essentiels.

**Maquettes en coupe**

Certains modèles sont solides et ne montrent que le contour de l'objet alors que d'autres peuvent être manipulés ou actionnés. Les modèles spécialisés, appelés « maquettes en coupe », se composent de sections pouvant être démontées pour exposer la structure interne. Les diverses parties devraient, dans la mesure du possible, être étiquetées et colorées pour que les relations entre elles soient clairement identifiées.

Les coûts de production et de matériel sont des facteurs qui limitent l'élaboration et l'utilisation de modèles, de modèles de vraie grandeur et de maquettes en coupe. Il est conseillé d'utiliser une représentation en deux dimensions si elle remplit les besoins de l'instructeur.

**OBJET RÉEL ET IMAGES RÉALISTES**

L'objet réel est souvent l'aide visuelle la plus efficace. Pour être efficace, l'objet réel doit être sécuritaire et assez gros pour que tout le monde puisse le voir ou assez petit et en assez grand nombre pour que chaque cadet puisse en avoir un. S'il est impossible de se procurer l'objet réel ou s'il ne peut pas être utilisé de façon efficace, on peut le remplacer convenablement par des images réalistes, comme des photographies ou des dessins de qualité qui représentent l'objet réel.

Les images et les objets réalistes ont le plus d'effet lorsqu'on les utilise après la présentation d'un point d'enseignement.

**ÉLÉMENTS GRAPHIQUES**

On peut se servir d'éléments graphiques, comme les tableaux, les graphiques, les cartes, les schémas, les dessins ou les dessins humoristiques, pour clarifier les relations entre des concepts ou pour expliquer plus efficacement un concept qui nécessiterait autrement une longue description.

Les éléments graphiques attirent l'attention des cadets et stimulent leur réflexion en :

- présentant une idée;
- évitant de présenter trop de détails;
- utilisant des couleurs qui ressortent de l'arrière-plan pour souligner les principaux points.

**AIDES PROJETÉES**

Les aides projetées sont, par exemple, des bandes vidéo, des DVD ou des diapositives qu'on projette au moyen d'un rétroprojecteur ou d'un ordinateur. La présentation vidéo courte et de bonne qualité est devenue l'une des aides didactiques les plus courantes.

Les vidéos passives, qui incluent les cassettes vidéo au format VHS, les DVD et les diapositives, mettent à contribution le mouvement, la couleur, le son et, dans certains cas, des éléments graphiques ou de l'animation avancés. La disponibilité, le faible coût et la convivialité sont de grands avantages associés à la vidéo passive, mais les instructeurs doivent être conscients que les vidéos didactiques rivalisent difficilement avec les vidéos récréatives, bourrées d'action, et qu'elles sont souvent jugées comme étant moins excitantes et stimulantes par les cadets. Ce phénomène et le fait que les cadets adoptent un style d'écoute passif des vidéos récréatives peuvent diminuer la valeur didactique de la vidéo.

Pour rehausser la valeur des vidéos passives utilisées pour des fins didactiques, les instructeurs doivent respecter les directives de base suivantes :

- prévisualiser la vidéo afin de déterminer les points et concepts importants;
- préparer les cadets pour le visionnement de la vidéo en insistant sur les aspects importants;
- résumer la présentation et répondre aux questions que pourraient avoir les cadets.

Les présentations vidéo ne visent pas à remplacer l'instructeur.

Alors que les bandes vidéo et les DVD doivent généralement être achetés, les diapositives, de leur côté, sont faciles à préparer à la main ou sur l'ordinateur.

Voici les directives à respecter pour produire des diapositives :

- illustrer les points importants;
- utiliser des mots ou des phrases clés dans l'en-tête de chaque diapositive;
- ne pas dépasser six mots par ligne et six lignes par diapositive;
- utiliser des caractères assez gros pour être faciles à lire de l'arrière de la salle de classe.

L'utilisation d'aides projetées nécessite de la planification et de la pratique. Les instructeurs devraient préparer et régler le matériel et l'éclairage à l'avance et toujours prévisualiser la présentation.

La vidéo interactive est un logiciel qui répond à des commandes et des choix faits par l'utilisateur. L'équipement type consiste en un disque compact qu'on fait jouer sur un ordinateur doté d'une fonction de présentation vidéo. Le logiciel peut comporter des banques de photographies et d'éléments graphiques couleur ainsi que des questions et des indications qui sont programmés dans le but de créer une interactivité avec les étudiants tout au long du cours.

La vidéo interactive résout l'un les principaux problèmes associés à la vidéo passive en ce qu'elle fait davantage participer les cadets au processus d'apprentissage. Chaque cadet vit ainsi une expérience d'apprentissage personnalisée.

# SIMULATEURS

Les simulateurs sont des dispositifs mécaniques ou électroniques qui agissent comme l'équipement ou les systèmes réels et qui permettent aux cadets de s'exercer de manière réaliste dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Ils peuvent être dotés de fonctionnalités variées, comme le saut, le gel, l'enregistrement et la réexécution, afin de saisir et de faire jouer une séquence à des fins pédagogiques. Les simulateurs reproduisent la réalité à une fraction du coût.

Ils comportent, par contre, les inconvénients suivants :

- on doit fournir des renseignements de base,
- on doit entretenir le matériel informatique et les logiciels,
- on doit posséder un certain savoir-faire pour utiliser le simulateur,
- on doit disposer d'installations spécialisées.

Parmi les simulateurs les plus couramment reconnus, on retrouve les simulateurs de vol, les simulateurs de conduite automobile et les simulateurs navals qui reproduisent des situations normales et d'urgence dans lesquelles on pourrait se trouver dans la vie de tous les jours.

# MATÉRIEL DE FORMATION

Le matériel de formation désigne tout équipement réel, comme des bateaux, des carabines à air ou des planeurs, utilisé aux fins de formation. Le principal avantage de ce type d'aide est qu'il s'agit de l'appareil ou du système réel qu'on s'attend à ce que le cadet utilise. Malgré les avantages à utiliser un simulateur, toute instruction serait incomplète sans un entraînement intensif avec ou sur l'objet réel.

Il comporte, par contre, les inconvénients suivants :

- on doit avoir recours à des experts qualifiés en la matière,
- les coûts d'entretien sont élevés,
- des modifications doivent être apportées à des fins didactiques;
- des facteurs externes, comme la météo et la disponibilité des ressources, peuvent causer des problèmes d'horaire.

En bref, la seule façon d'apprendre aux cadets à faire de la voile, à voler ou à réaliser une expédition est de les faire piloter un voilier ou un planeur ou effectuer des déplacements en campagne.

# CHOISIR UNE AIDE DIDACTIQUE

**DIRECTIVES POUR LE CHOIX DES AIDES DIDACTIQUES**

Pendant l'étape de préparation de la leçon, le processus suivant peut être utilisé pour déterminer si et quand des aides didactiques seront nécessaires :

- établir clairement l'objectif de la leçon – l'information à communiquer ou la tâche à accomplir;
- rechercher des documents d'accompagnement qui permettront d'atteindre l'objectif de la leçon;
- structurer le matériel selon un plan de leçon;
- choisir les points importants à appuyer par des aides didactiques. Il convient d'utiliser des aides didactiques dans les circonstances suivantes :
    - une longue description technique est nécessaire;
    - un point est complexe et difficile à expliquer avec des mots;
    - l'instructeur réalise qu'il forme des images mentales;
    - les étudiants ont de la difficulté à comprendre une explication ou une description.

Le choix des aides didactiques dépend de plusieurs facteurs, dont les suivants :

- **Disponibilité.** Quelles aides existantes sont disponibles? Quelles ressources sont disponibles pour créer des aides didactiques?
- **Équipement.** Le secteur d'entraînement ou l'équipement disponible permet-il à l'instructeur d'utiliser certaines aides didactiques?
- **Coûts.** Les aides didactiques coûtent-elles trop cher à acheter ou à produire?
- **Taille du groupe.** L'utilisation de l'aide didactique est-elle pratique compte tenu du nombre de personnes dans le groupe? L'aide didactique encourage-t-elle la participation des cadets?

N'utiliser des aides didactiques que si elles favorisent l'apprentissage, et non seulement comme divertissement.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**AIDES DIDACTIQUES – FEUILLES DE TRAVAIL**

# AIDES DIDACTIQUES
## Feuille de travail

1. Comment les aides didactiques favorisent-elles l'apprentissage?

_____

_____

_____

_____

2. Selon vous, quelle est la plus importante caractéristique des aides didactiques?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

3. À quels moments les aides didactiques devraient-elles être utilisées pendant une leçon?

_____

_____

_____

_____

# SOUTIEN VERBAL
# Feuille de travail

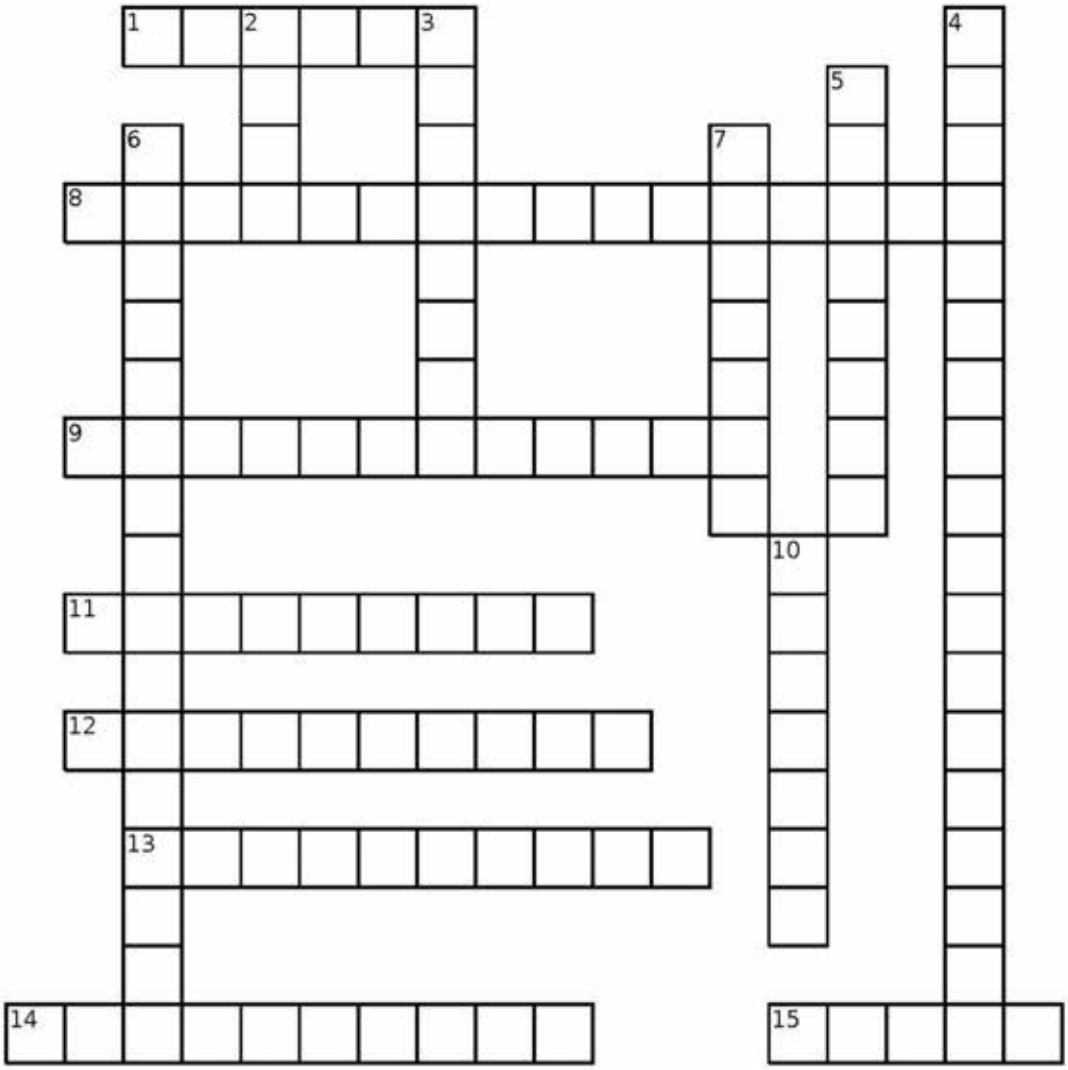
Faire correspondre les chiffres de la colonne B aux phrases de la colonne A.

| Colonne A | | Colonne B |
|---|---|---|
| a. Pont entre le connu et l'inconnu. | _____ | 1. Le témoignage |
| b. Information chiffrée concernant un événement ou une chose. | _____ | 2. Les raisons |
| c. Peut être utile pour persuader les cadets d'accepter une idée. | _____ | 3. La comparaison |
| d. Cas particulier d'une idée générale. | _____ | 4. La statistique |
| e. Explications logiques qui répondent aux questions débutant par « Pourquoi ». | _____ | 5. La répétition |
| f. Utiliser des mots empruntés à d'autres personnes afin de prouver un point. | _____ | 6. L'exemple |
| g. Mettre en évidence les différences entre deux choses ou plus. | _____ | 7. Le contraste |

# AIDES AUDIOVISUELLES

# Feuille de travail

**COMPLÉTER LE JEU DE MOTS CROISÉS**



## INDICES DU JEU DE MOTS CROISÉS

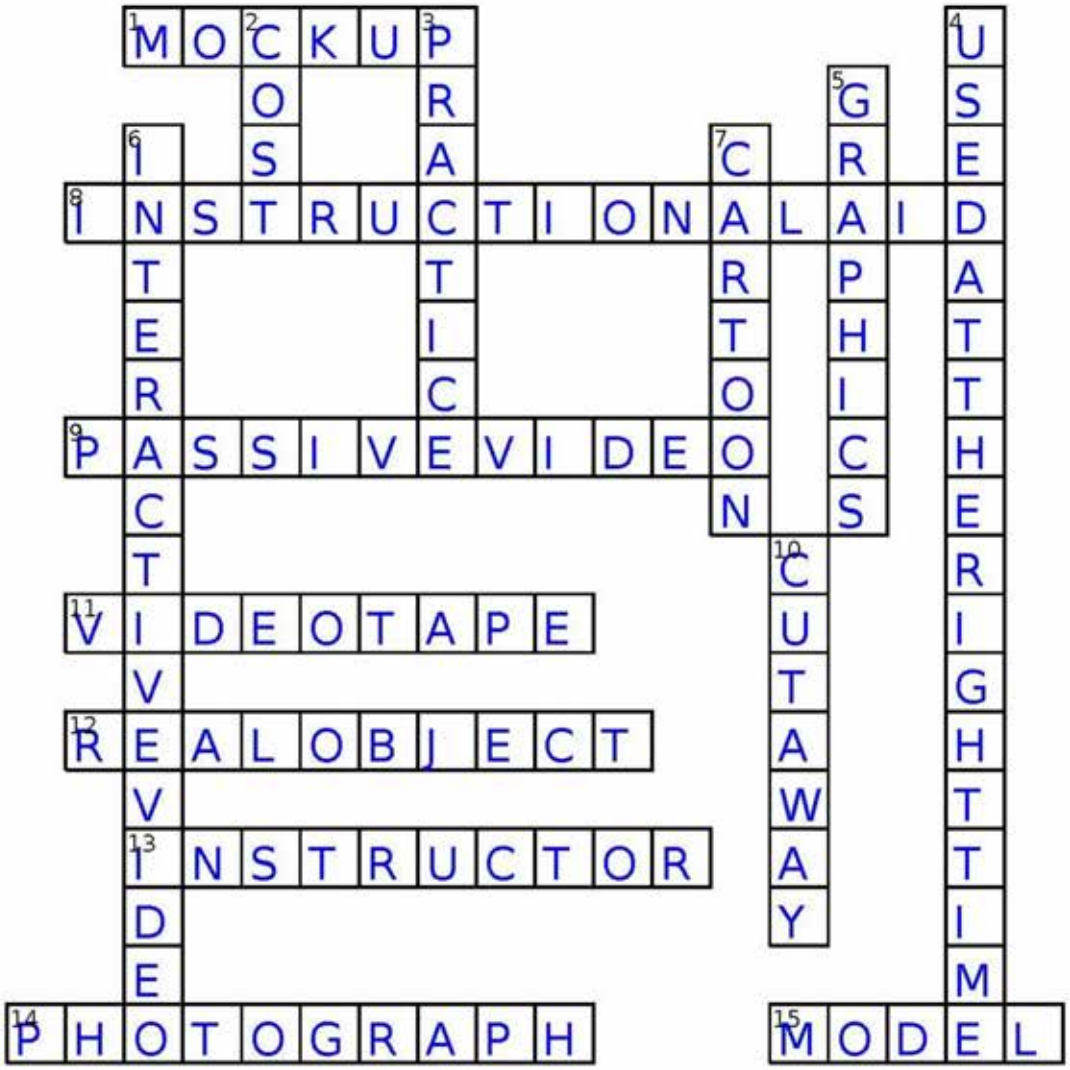
### HORIZONTALEMENT

1. a specialized type of working model (2 words)
8. appeals to all five senses (2 words)
9. video, which lacks cadet involvement (2 words)
11. one type of projected material (2 words)
12. the most effective visual aid (2 words)
13. video presentations should not replace the ...
14. an example of a realistic image
15. copy of the real object

### VERTICALEMENT

2. a limiting factor in developing models
3. use of projected material requires planning and ...
4. instructional aids are most effective when they are ... (5 words)
5. can effectively replace a lengthy explanation
6. software that responds quickly to commands (2 words)
7. an example of a graphic instructional aid
10. a model that can be taken apart (2 words)

**CLÉ DE CORRECTION**



# SIMULATEURS ET MATÉRIEL DE FORMATION

## Feuille de travail

1. Qu'apportent les simulateurs aux cadets?

2. Nommer quatre inconvénients concernant les simulateurs.

3. Quel est l'avantage principal d'utiliser du matériel de formation comme aide didactique?

4. Nommer quatre inconvénients concernant le matériel de formation.

# CHOISIR UNE AIDE DIDACTIQUE

## Feuille de travail

À l'aide de la feuille de renseignements intitulée « Choisir une aide didactique », choisir une aide didactique qui, selon vous, est appropriée à chacun des sujets énumérés ci-dessous.

| Sujet de leçon | Type d'aide didactique |
|---|---|
| Participer à une discussion sur les pratiques en matière d'hygiène durant l'activité physique | |
| Identifier les pièces et les caractéristiques d'une carabine à air comprimé Daisy 853C | |
| Appliquer les principes de tir de précision | |
| Participer à une discussion sur l'instruction de la première année | |
| Porter l'uniforme des cadets de l'Armée | |
| Participer à une discussion sur les occasions d'instruction d'été de la première année | |
| Décrire l'histoire et les traditions de l'unité d'affiliation | |
| Faire des nœuds et des brêlages | |
| Assembler une trousse de survie | |
| Dresser une tente de groupe | |
| Discuter du leadership entre pairs | |
| Identifier les types de carte | |
| Orienter une carte par inspection | |
| Choisir l'équipement de randonnée en montagne | |
| Décrire la structure des grades des Cadets de la Marine royale canadienne, des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets de l'Aviation royale du Canada | |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DOCUMENT DE COURS SUR LA DESCRIPTION DE LEÇON ET LE GUIDE PÉDAGOGIQUE

### OBJECTIF DE COMPÉTENCE ET DESCRIPTION DE LEÇON

Les objectifs de rendement se répartissent en une série d'objectifs de compétence et de descriptions de leçon. Les objectifs de compétence comprennent les paragraphes 1. à 3. (voir figure 9K-1). Les renseignements dans ces paragraphes répondent à trois questions :

1. Qu'est-ce que le cadet devrait être capable de faire à la fin de la présente leçon?
2. Dans quelles conditions le cadet doit-il exécuter la compétence?
3. De quelle façon ou suivant quelle norme le cadet doit-il exécuter la compétence?

**OCOM M205.01 – PARTICIPER À DES SPORTS D'ÉQUIPE RÉCRÉATIFS ORGANISÉS**

1. **Rendement.** Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés.
2. **Conditions**
   - a. Éléments fournis :
     - (1) de l'équipement de sport;
     - (2) de l'équipement de sécurité;
     - (3) de la supervision; et
     - (4) de l'aide au besoin.
   - b. Éléments non permis : S.O.
   - c. Conditions environnementales : Une installation sportive appropriée.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
   - a. suivre les règles et règlements relatifs à un sport particulier;
   - b. participer à un échauffement;
   - c. participer au sport particulier; et
   - d. participer à une récupération.

FAIRE QUOI?

DANS QUELLES CONDITIONS?

DE QUELLE FAÇON?

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9K-1 Objectif de compétence

Les paragraphes 4. à 11. forment ce qu'on appelle la « description de leçon ». La description de leçon contient des renseignements sur la matière à enseigner, les méthodes d'enseignement, la durée, les documents de référence, le matériel d'instruction, le matériel d'apprentissage, les modalités de contrôle et les remarques.

Dans le paragraphe 4., les PE sont généralement décrits dans un tableau où sont fournis des renseignements sur la matière enseignée dans chaque PE, la méthode d'enseignement suggérée, la durée à prévoir pour chaque PE et les documents de référence (voir figure 9K-2).

MATIÈRE À ENSEIGNER

DURÉE DU PE

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Présenter aux cadets les règles et règlements relatifs à un sport particulier, y compris :<br>a. un aperçu de la façon dont on pratique ce sport; et<br>b. les règles et règlements du sport. | Exposé interactif | 10 min | C0-001 |
| PE2 | Diriger une séance d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à :<br>a. étirer les muscles;<br>b. augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque;<br>c. agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin; et<br>d. augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire. | Activité pratique | 10 min | C0-002 (p. 109 à 113)<br>C0-089 |
| PE3 | Superviser la participation des cadets à une activité sportive donnée. | Activité pratique | 50 min | |

NUMÉRO DE RÉFÉRENCE

MÉTHODE D'ENSEIGNEMENT SUGGÉRÉE

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9K-2 Points d'enseignement

Le paragraphe 5. décrit le temps à consacrer à l'introduction, à la conclusion et aux différentes méthodes d'enseignement. Le paragraphe 6. donne une justification ou des raisons pour lesquelles certaines méthodes d'enseignement sont recommandées pour chaque PE. Le paragraphe 7. fournit une liste des documents de référence dont on s'est servi pour élaborer le contenu du paragraphe 4. (voir figure 9K-3).

5. **Durée**

| | | |
|---|---|---|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Activité pratique : | 70 min |
| d. | Total partiel : | 90 min |
| e. | Total (trois séances) : | 270 min |

6. **Justification**

a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1, parce qu'il permet de montrer l'application des règles, des principes ou des concepts du sport particulier que l'on pratiquera.

b. Une activité pratique a été choisie pour les PE2 à PE4, parce qu'elle permet aux cadets de participer à des activités sportives dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences relatives aux sports dans un environnement amusant et stimulant.

7. **Documents de référence**

a. C0-001 (ISBN 0-88011-807-5) Hanlon, T. (1998). *The Sports Rules Book: Essential Rules for 54 Sports*. É.-U., Human Kinetics Publishers, Inc.

b. C0-002 (ISBN 0-88962-630-8) LeBlanc, J. et Dickson, L. (1997). *Straight Talk About Children and Sport: Advice for Parents, Coaches, and teachers*. Oakville, ON and Buffalo, NY, Mosaic Press.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9K-3 Paragraphes 5. à 7.

Les paragraphes 8. et 9. énumèrent le matériel d'instruction et le matériel d'apprentissage nécessaires pour enseigner la leçon. Le matériel d'instruction est le matériel dont l'instructeur a besoin pour enseigner la leçon, et le matériel d'apprentissage est le matériel dont les cadets auront besoin pour participer à la leçon (voir figure 9K-4).

8. **Matériel d'instruction**

a. De l'équipement de sport et de sécurité appropriés à l'activité;

b. Une trousse de premiers soins;

c. Des sifflets; et

d. Un chronomètre.

9. **Matériel d'apprentissage.** De l'équipement de sport.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9K-4 Matériel d'instruction et matériel d'apprentissage

Le paragraphe 10. fournit les modalités de contrôle, soit les renseignements concernant l'évaluation à réaliser. Le paragraphe 11. présente les remarques, qui décrivent tout autre renseignement qui pourrait être utile à l'officier d'instruction ou à l'instructeur (voir figure 9K-5).

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

    a. La liste des sports approuvés par les OCC se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 5, annexe A.

    b. Les sports récréatifs peuvent se dérouler en neuf périodes pendant une journée d'instruction avec support ou en trois séances de trois périodes chacune.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9K-5 Modalités de contrôle et remarques

## GUIDE PÉDAGOGIQUE

Le GP est utilisé conjointement avec la NQP et d'autres ressources pour donner de l'instruction. Les GP doivent être révisés conjointement avec les descriptions de leçon pour que l'instructeur puisse planifier et préparer adéquatement sa leçon. Les GP ne remplacent pas les plans de leçon, mais offrent un contenu écrit, des figures d'accompagnement et des suggestions sur la façon d'enseigner la leçon. Voici les six sections d'un GP :

1. la préparation,
2. l'introduction;
3. le corps;
4. la conclusion,
5. les documents de référence,
6. les annexes.

### Préparation

La section Préparation donne des renseignements sur l'endroit où trouver la description de leçon et toutes les instructions destinées à l'instructeur, comme la révision du contenu de la leçon et la photocopie des documents de cours, les devoirs préalables à la leçon, l'approche et la justification qui expliquent pourquoi certaines méthodes d'enseignement sont recommandées pour chaque PE.

### Introduction

La section Introduction donne des renseignements à l'instructeur concernant la révision qui pourrait être nécessaire, ce que le cadet devrait être en mesure d'accomplir à la fin de la leçon et les raisons pour lesquelles les connaissances ou les compétences sont importantes.

### Corps

Le corps du GP contient tous les PE et tout le contenu énumérés au paragraphe 4. de la description de leçon avec plus de détails. Il donne les méthodes d'enseignement suggérées, les boîtes d'information présentant de l'information ou des instructions spéciales (voir figure 9K-6), le contenu de la leçon, les figures, les activités et les questions de confirmation d'apprentissage.

**Boîtes d'information :**

Remarque adressée aux instructeurs.

Information essentielle à présenter aux cadets.

Se reporter aux politiques et aux règlements des FC suivants.

Les éléments intéressants ou les instructions spéciales que l'instructeur devrait présenter aux cadets.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 9K-6 Boîtes d'information

**Conclusion**

La section Conclusion précise les devoirs, les lectures ou les pratiques que le cadet pourrait avoir à faire et la méthode d'évaluation qui est indiquée dans la description de leçon. Cette section contient aussi les observations finales qui doivent être lues à voix haute aux cadets et les commentaires/remarques supplémentaires à l'instructeur.

**Documents de référence**

La section Documents de référence énumère les documents de référence qui ont été utilisés pour produire la description de leçon et le guide pédagogique. Dans certains cas, un GP peut orienter l'instructeur vers un document de référence particulier à utiliser pendant la leçon. Dans la plupart des cas, cette section ne sert qu'à indiquer l'endroit d'où provient le contenu de la leçon.

**Annexes**

La section Annexes contient des renseignements pouvant aller de l'aide à l'apprentissage préétablie au matériel d'apprentissage, comme les documents de cours et renseignements supplémentaires pour les activités.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**PLAN DE LEÇON**

| OCOM : | Titre de l'OCOM : | |
|---|---|---|
| Instructeur : | Lieu : | Durée totale : min |
| DURÉE | **RÉVISION** | REMARQUES |
| | **OCOM :**<br><br>**OBJECTIF DE COMPÉTENCE :** | |
| DURÉE | **INTRODUCTION** | REMARQUES |
| | **Quoi :**<br><br>**Où :**<br><br>**Pourquoi :** | |
| DURÉE | **CORPS** | REMARQUES |
| | **Méthode d'enseignement :**<br><br>**PE 1 :**<br><br>**Confirmation du PE 1 :** | |

| | | |
|---|---|---|
| | **Méthode d'enseignement :**<br><br>**PE 2 :**<br><br>**Confirmation du PE 2 :** | |
| DURÉE | **CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON** | REMARQUES |
| | | |
| DURÉE | **CONCLUSION** | REMARQUES |
| | **Récapitulation :** Dans cette leçon, vous avez appris…<br><br>**Remotivation :**<br><br>Votre prochaine leçon consistera en… | |

## LISTE DE CONTRÔLE DU PLAN DE LEÇON

| PRÉPARATION | REMARQUES |
|---|---|
| Avez-vous : | |
| ❑ choisi un endroit approprié pour enseigner la leçon? | |
| ❑ sélectionné une méthode d'instruction appropriée? | |
| ❑ prévu une révision de la matière déjà enseignée ? | |
| **INTRODUCTION** | |
| Est-ce que votre introduction : | |
| ❑ énonce ce que les cadets apprendront? | |
| ❑ explique pourquoi il est important d'apprendre l'information? | |
| ❑ décrit l'endroit et le moment où l'information ou l'habileté peut être utilisée? | |
| **CORPS** | |
| Est-ce que le corps de votre leçon : | |
| ❑ indique les différents principes d'instruction? | |
| ❑ comporte des questions? | |
| ❑ prévoit l'utilisation d'aides didactiques? | |
| ❑ utilise l'explication et la démonstration? (leçon portant sur une habileté seulement) | |
| ❑ confirme chaque PE? | |
| **CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON** | |
| ❑ Avez-vous effectué une confirmation de fin de leçon en posant des questions ou en dirigeant une activité? | |
| **CONCLUSION** | |
| Est-ce que votre conclusion : | |
| ❑ récapitule la leçon? | |
| ❑ remotive les cadets en : | |
| ❑ commentant leur progrès; | |
| ❑ réaffirmant la raison pour laquelle l'information apprise est importante? | |
| ❑ décrit la prochaine leçon? | |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## LISTE DES SUJETS APPROUVÉS POUR UNE LEÇON DE 15 MINUTES

PE 1 de l'OCOM M104.01 (Identifier les activités qui favorisent l'acquisition d'un mode de vie sain et actif, A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 4, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 4, section 1)

PE 1 de l'OCOM M106.01 (Identifier les parties et les caractéristiques de la carabine à air comprimé Daisy 853C, A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 6, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 6, section 1)

PE 4 de l'OCOM M106.03 (Appliquer les principes de tir de précision, A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 6, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 6, section 3)

PE 1 de l'OCOM M203.01 (Discuter du leadership entre pairs, A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4, section 3, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 3, section 1)

| | |
|---|---|
| **Nota:** | Les PE dans cette liste ont été choisis parce qu'ils sont ceux qui conviennent le mieux pour l'enseignement d'une leçon de 15 minutes. Les OCOM ont été choisis parmi une variété de leçons portant sur les connaissances et les compétences. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M104.01

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M104.01 – RECONNAÎTRE LES ACTIVITÉS QUI CONTRIBUENT À UN MODE DE VIE ACTIF ET SAIN**

1. **Rendement.** Reconnaître les activités qui contribuent à un mode de vie actif et sain.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une copie du *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Conformément au *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*, le cadet doit reconnaître les activités qui contribuent à un mode de vie actif et sain.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Présenter aux cadets le *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*, y compris :<br>a. page 4 – Que faites-vous maintenant?;<br>b. page 5 – Bienfaits de l'activité physique;<br>c. page 6 – Quelles activités pratiquez-vous?;<br>d. page 8 – Passons à l'action; et<br>e. page 10 – Augmentez l'intensité de vos activités. | Exposé interactif | 10 min | C0-020<br>(p. 4 à 10) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Exposé interactif : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** Pour le PE 1, la méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, et en faisant des commentaires sur la matière. Dans le cas de la présente leçon, cette méthode est la plus efficace, car elle s'harmonise bien avec le niveau taxinomique de la matière et elle est adaptée à l'âge par sa nature participative.

7. **Documents de référence.** C0-020 (ISBN 0-662-32899). Ministre de la Santé, (2002). *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine* [brochure].

8. **Matériel d'instruction**

   a. Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe ou au secteur d'entraînement; et

   b. Le *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*.

9. **Matériel d'apprentissage.** Le *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

**OCOM M104.01 – RECONNAÎTRE LES ACTIVITÉS QUI CONTRIBUENT À UN MODE DE VIE ACTIF ET SAIN**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

L'instructeur doit réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Pour le PE 1, la méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, et en faisant des commentaires sur la matière. Dans le cas de la présente leçon, cette méthode est la plus efficace, car elle s'harmonise bien avec le niveau taxinomique de la matière et elle est adaptée à l'âge par sa nature participative.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure de reconnaître les activités qui contribuent à un mode de vie actif et sain.

### IMPORTANCE

L'un des trois objectifs du programme des cadets est de promouvoir le conditionnement physique. L'enseignement aux cadets des activités qui contribuent à un mode de vie actif les aidera à atteindre une bonne condition physique.

A-CR-CCP-701/PF-002

**Point d'enseignement 1** — **Présenter aux cadets le *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine***

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

**GUIDE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE CANADIEN POUR UNE VIE ACTIVE SAINE**

Remettre une copie du *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine* aux cadets en insistant sur les pages suivantes et l'information qui y est présentée :

- **Page 4 – Que faites-vous maintenant?** Faites-vous plus de 90 minutes d'exercice par jour? Moins de 90 minutes, mais plus de 60 minutes? Moins de 60 minutes, mais plus de 30 minutes? Demander à chaque cadet d'écrire les activités qu' qu'il a faites hier et il y a deux jours pour additionner leur temps total.
- **Page 5 – Bienfaits de l'activité physique.** Fournit une occasion d'élargir son cercle social, rehausse l'estime physique de soi, renforce l'ossature et la musculature, aide à maintenir un corps souple, favorise une meilleure posture et un meilleur équilibre, améliore la forme, renforce le muscle cardiaque, favorise un niveau accru de détente et favorise la croissance et le développement sur le plan de la santé.
- **Page 6 – Quelles sont les activités auxquelles vous participez.** La marche, la course, la randonnée pédestre, le cyclisme, la natation, le jogging, la gymnastique, le patinage sur glace, le ski, le basket-ball, le volley-ball, la traîne sauvage, le soccer, le football, le tennis, le base-ball, la balle molle, la danse, le yoga, l'escalade, les quilles, le hockey, la planche à roulettes, le badminton, etc. Demander aux cadets de faire un remue-méninges de toutes les activités qu'ils pensent pourraient les intéresser.
- **Page 8 – Passons à l'action.** Augmenter le temps passé à l'activité physique et réduire le temps d'inactivité.
- **Page 10 – Commencez à pratiquer une activité physique.** Marcher au lieu de prendre l'autobus, jouer à la balle durant les pauses, faire marcher le chien, racler les feuilles, pelleter la neige, transporter les sacs d'épicerie, etc. Faire un remue-méninges des idées qui peuvent aider à augmenter l'activité physique actuelle.

Le but de la mise en évidence ces pages en particulier est d'alimenter la discussion pour le prochain point d'enseignement. Les cadets peuvent emporter les guides et les étudier plus tard.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La confirmation de l'apprentissage de cette leçon se déroulera à l'OCOM M104.02 (section 2), où les cadets rédigeront un plan d'activité personnel.

**CONCLUSION**

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM.

**OBSERVATIONS FINALES**

Puisque le conditionnement physique est l'un des objectifs du programme des cadets, il est important que les cadets connaissent les activités qui contribuent à un mode de vie actif pour les aider à atteindre une bonne forme physique.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C1-011 (ISBN 0-662-32899) Ministre de la Santé. (2002). *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine* [brochure].

C3-024 (ISBN 0-7627-0476-4) Roberts, H. (1989). *Basic Essentials Backpacking*. Guildford, CT, The Globe Pequot Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M106.01

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M106.01 – IDENTIFIER LES PIÈCES ET LES CARACTÉRISTIQUES D'UNE CARABINE À AIR COMPRIMÉ DAISY 853C**

1. **Rendement.** Identifier les pièces et les caractéristiques d'une carabine à air comprimé Daisy 853C.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une carabine à air comprimé Daisy 853C;

      (2) de l'aide au besoin; et

      (3) de la supervision.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées et/ou un champ de tir pour la carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8.

3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, le cadet doit identifier les pièces et énumérer les caractéristiques de la carabine à air comprimé Daisy 853C.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Identifier les pièces de la carabine à air comprimé Daisy 853C, y compris :<br>a. la plaque de couche;<br>b. les plaques intercalaires;<br>c. la poignée de crosse;<br>d. la crosse;<br>e. le fût;<br>f. le battant de bretelle;<br>g. la détente;<br>h. le pontet;<br>i. le cran de sécurité;<br>j. la culasse;<br>k. la poignée de pompe;<br>l. la mire avant;<br>m. la mire arrière;<br>n. la bouche du canon;<br>o. le canon avec contrepoids;<br>p. l'âme;<br>q. l'ouverture de chargement;<br>r. la chambre;<br>s. la bretelle;<br>t. l'adaptateur à chargement individuel; et | Exposé interactif | 10 min | A0-027 (p. 2-5, diagramme) |

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| | u. le chargeur à cinq plombs.<br><br>**Nota :** L'instructeur doit s'assurer que le cadet peut identifier les parties d'une carabine à air comprimé des cadets en lui demandant de montrer la pièce du doigt sur la carabine ou sur un schéma sans texte. | | | |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Exposé interactif : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, en faisant des commentaires sur la matière ou en participant à de courtes activités. Cette méthode plaît aux apprenants auditifs et offre une possibilité de participation active à des activités qui plaisent aux apprenants tactiles/kinesthésiques.

7. **Documents de référence.** A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON; Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Une carabine à air comprimé Daisy 853C; et

   b. Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe ou au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** Une carabine à air comprimé Daisy 853C.

10. **Modalités de contrôle.** L'évaluation de cet OCOM doit se dérouler durant le contrôle de fin de leçon. Bien qu'il n'y ait aucune évaluation formelle de cet OCOM, chaque cadet doit réussir le test de maniement de la carabine à air comprimé qui se trouve au chapitre 3, annexe C.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

**OCOM M106.01 – IDENTIFIER LES PIÈCES ET LES CARACTÉRISTIQUES DE LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DAISY 853C**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Avant de commencer l'enseignement de cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière;
- effectuer un contrôle de sécurité de toutes les carabines qui seront utilisées pendant la leçon; et
- dire aux cadets que les carabines ont été inspectées et qu'elles peuvent être maniées de façon sécuritaire.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par exposé interactif. La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, en faisant des commentaires sur la matière ou en participant à de courtes activités. Cette méthode plaît aux apprenants auditifs et offre une possibilité de participation active à des activités qui plaisent aux apprenants tactiles/kinesthésiques.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure d'identifier les parties et les caractéristiques de la carabine à air comprimé des cadets.

**IMPORTANCE**

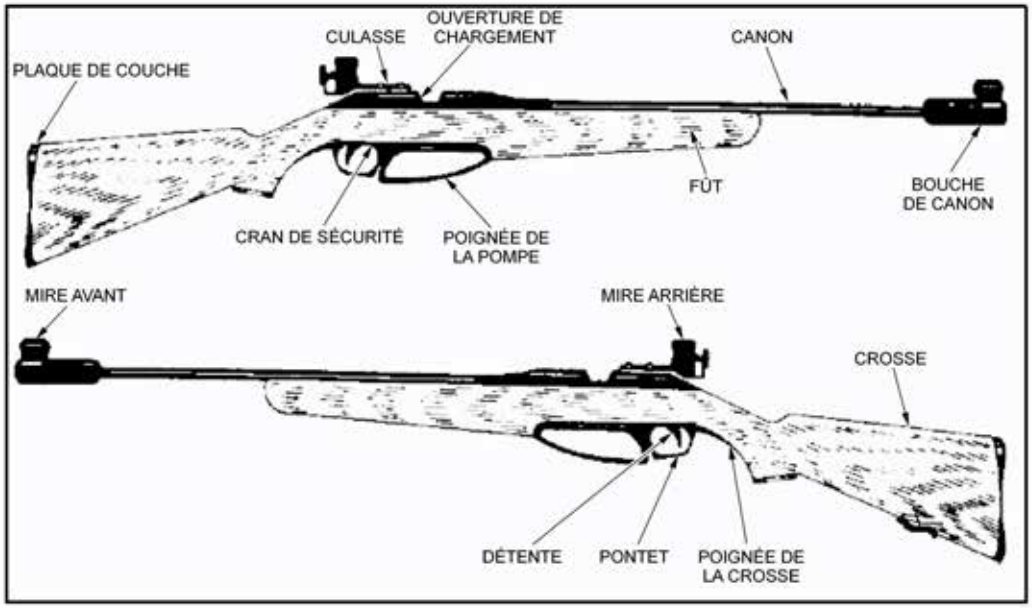
Les cadets doivent avoir une connaissance de base de la carabine à air comprimé des cadets pour comprendre la façon dont elle fonctionne et pour suivre, de façon sécuritaire, les indications données sur le champ de tir.

**Point d'enseignement 1** — **Identifier les pièces de la carabine à air comprimé Daisy 853C**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

**PARTIES**

- Selon le nombre de carabines disponibles, en distribuer idéalement un par deux cadets.
- Dans la mesure du possible, demander qu'un deuxième instructeur soit dans la salle pour aider.
- **Pour des raisons de sécurité, maintenir une discipline rigoureuse dans la classe en tout temps.**




*A-CR-CCP-177/PT-002*

Figure 6-1-1 Parties de la carabine à air comprimé des cadets

**Plaque de couche (extrémité de la crosse).** La plaque de couche est la partie de la carabine qui est en contact direct avec l'épaule du tireur. Quand elle est bien ajustée, la plaque de couche permet d'obtenir un ajustement adéquat et de placer confortablement la carabine dans le creux de l'épaule. L'ajout de plaques intercalaires permet un ajustement en longueur.

**Plaques intercalaires.** Les plaques intercalaires sont des plaques de plastique permettant d'allonger ou de raccourcir la plaque de couche. Pour ajouter ou enlever une plaque intercalaire, se servir d'un tournevis à tête cruciforme pour dévisser la plaque de couche et faire les modifications qui s'imposent.

**Poignée de crosse.** La poignée de crosse est la partie courbée, située directement derrière le pontet, où la main contrôlant la détente agrippe la carabine.

**Crosse.** La crosse est la partie de la carabine qui est faite complètement en bois (de la plaque de couche vers l'avant).

**Fût.** Le fût est la partie en bois de la crosse (du pontet vers l'avant) où le canon et le mécanisme de la carabine sont enchâssés.

**Bretelle.** La bretelle est une sangle de nylon. Elle relie la carabine au bras du tireur afin de soutenir le poids de la carabine. Une extrémité est attachée au battant de bretelle et l'autre, au bras.

**Battant de bretelle (cale-main).** Le battant de bretelle est la partie métallique réglable fixée au fût avant qui sert à fixer la bretelle à la carabine. Il peut également être utilisé comme cale-main, servant à reposer la main gauche et à l'empêcher de bouger.

**Détente.** La détente est la partie mobile qui déclenche un ressort et le mécanisme de la carabine. Cette carabine est munie d'une détente simple qui ne peut pas être ajustée pour le poids.

**Pontet.** Le pontet est la bande métallique qui entoure et protège la détente.

**Cran de sécurité.** Le cran de sécurité est un mécanisme qui, une fois activé, empêche la carabine de tirer en verrouillant la détente. Il s'agit d'un dispositif à verrou transversal situé sur le pontet. Le côté noir indique que la carabine ne peut pas tirer; le côté rouge indique que la carabine est prête à tirer. Le cran de sécurité doit être activé (aucun rouge) en tout temps, jusqu'au moment de tirer.

**Culasse.** La culasse est la poignée de métal qui sert à armer et à désarmer le mécanisme de la carabine. Elle doit être en position fermée pour tirer. Pour une sécurité maximale, elle doit demeurer ouverte lorsque la carabine n'est pas dans son étui et n'est pas utilisée sur le pas de tir.

**Poignée de pompe.** La poignée de la pompe est un levier de métal qui sert à comprimer l'air requis pour propulser le plomb au moment du tir. Lorsque la carabine est à « l'état sécuritaire », le levier de pompe doit être partiellement ouverte.

**Mire avant.** La mire avant est une mire ouverte qui utilise des œilletons interchangeables.

**La mire arrière.** La mire arrière est une mire micrométrique réglable pour la dérive et la hausse. Elle se fixe facilement à la glissière de métal qui se trouve au-dessus du mécanisme. Cette glissière permet d'avancer ou de reculer la mire de façon à obtenir la distance adéquate entre l'œil et la mire. Se servir d'un petit tournevis à tête plate pour fixer la mire.

**Bouche du canon.** La bouche du canon est l'extrémité avant du canon qui est munie d'un contrepoids amovible.

**Canon avec contrepoids.** Le canon avec contrepoids est le tube en acier à travers lequel le plomb circule, de la bouche du canon jusqu'à la chambre. Le contrepoids permet de s'assurer que le poids de la carabine est réparti également et que l'équilibre est maintenu.

**Âme.** L'âme est la partie intérieure du canon qui contient des rainures en forme de spirale. Les cloisons sont les parties saillantes de métal qui se trouvent entre les rainures. Ensemble, les rainures et les cloisons s'appellent des rayures.

**Ouverture de chargement.** L'ouverture de chargement est l'endroit où on insère manuellement le plomb dans l'adaptateur à chargement individuel ou à l'aide du chargeur à cinq plombs.

**Adaptateur à chargement individuel.** L'adaptateur à chargement individuel est une pièce de plastique qui facilite le chargement du plomb dans la chambre.

**Chargeur à cinq plombs.** Le chargeur de cinq plombs est une pièce de plastique qui peut contenir un maximum de cinq plombs et qui sert à insérer les plombs dans la chambre.

**Chambre.** La chambre est l'endroit où le plomb est maintenu, juste avant le tir.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

L'instructeur doit s'assurer que le cadet peut identifier les parties d'une carabine à air comprimé des cadets en lui demandant de montrer du doigt la pièce sur la carabine ou de nommer correctement la pièce.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La confirmation d'apprentissage de cet OCOM peut être réalisée à l'aide du document de cours qui se trouve à l'annexe A. Accorder aux cadets quelques minutes pour remplir l'annexe, puis leur demander d'échanger leurs feuilles pour les corrections.

Un schéma où sont correctement identifiées les parties se trouve à la page 6A-2.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Les cadets doivent emporter le document de cours corrigé pour étudier les parties de la carabine à air comprimé des cadets.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

L'instructeur doit confirmer la capacité des cadets à identifier les parties et les caractéristiques de la carabine à air comprimé des cadets en posant des questions lors de la confirmation de fin de leçon et en utilisant le document de cours qui se trouve à l'annexe A.

### OBSERVATIONS FINALES

La connaissance des parties et des caractéristiques de la carabine à air comprimé des cadets est importante pour comprendre la façon dont la carabine fonctionne. Ces connaissances permettent aux cadets de suivre les indications données au champ de tir et de réussir un test de maniement d'une carabine à air comprimé.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Insister sur l'aspect sécurité de cette leçon

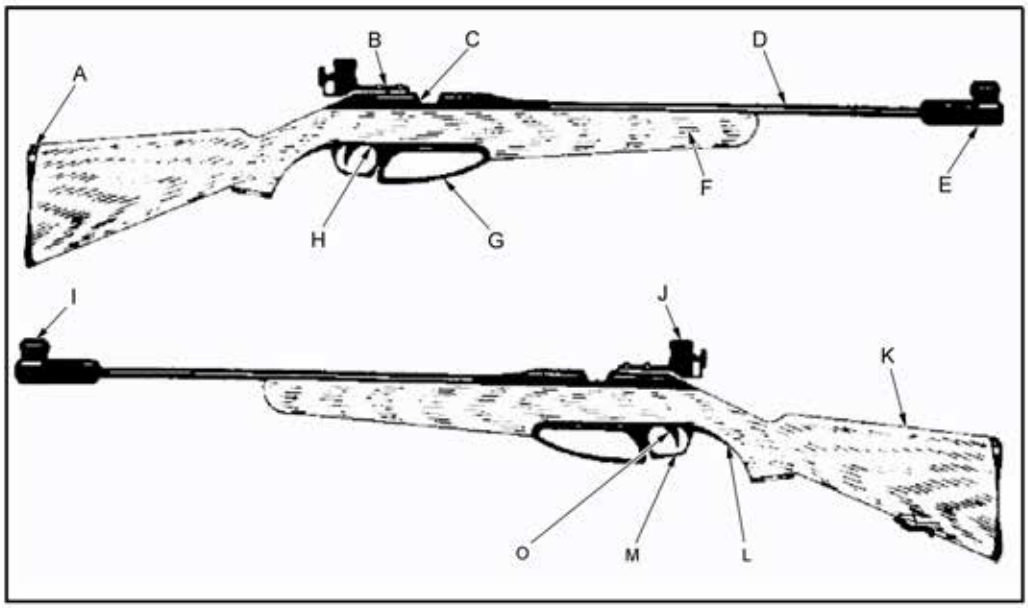
A-CR-CCP-701/PF-002

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

**PARTIES ET CARACTÉRISTIQUES DE LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS**

OCOM M106.01 Identifier les parties et les caractéristiques de la carabine à air comprimé des cadets

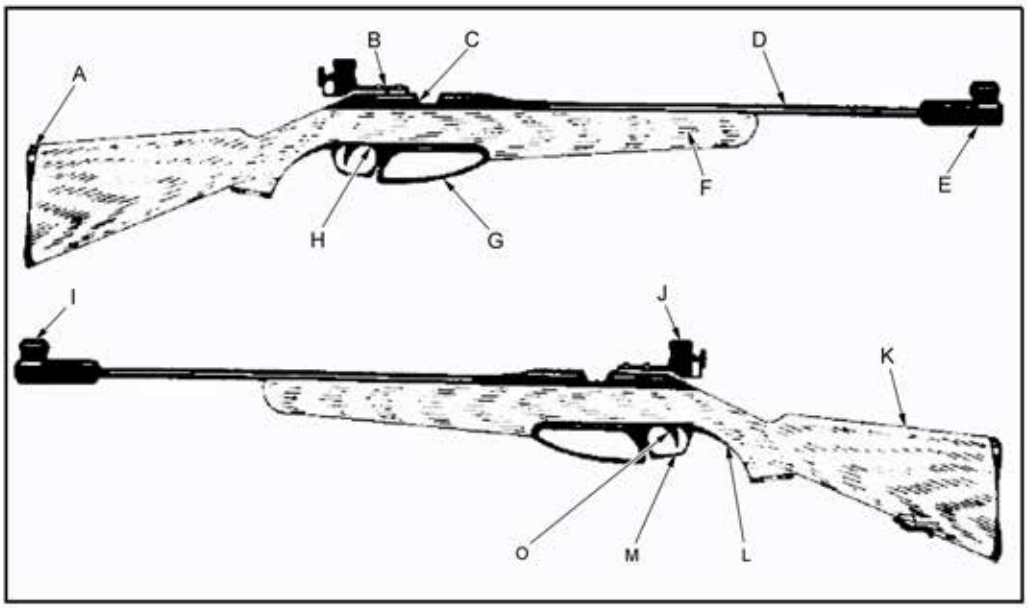



Faire correspondre les lettres aux noms des parties de la carabine à air comprimé des cadets.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Ouverture de chargement | _____ | 8. | Cran de sécurité | _____ |
| 2. | Poignée de crosse | _____ | 9. | Bouche du canon | _____ |
| 3. | Canon | _____ | 10. | Levier de pompe | _____ |
| 4. | Fût | _____ | 11. | Mire avant | _____ |
| 5. | Mire arrière | _____ | 12. | Pontet | _____ |
| 6. | Détente | _____ | 13. | Plaque de couche | _____ |
| 7. | Culasse | _____ | 14. | Crosse | _____ |

A-CR-CCP-701/PF-002
Chapitre 6, Annexe A

**CLÉ DE CORRECTION**




Faire correspondre les lettres aux noms des parties de la carabine à air comprimé des cadets.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Ouverture de chargement | C | 8. | Cran de sécurité | H |
| 2. | Poignée de crosse | L | 9. | Bouche du canon | E |
| 3. | Canon | D | 10. | Levier de pompe | G |
| 4. | Fût | F | 11. | Mire avant | I |
| 5. | Mire arrière | J | 12. | Pontet | M |
| 6. | Détente | O | 13. | Plaque de couche | A |
| 7. | Culasse | B | 14. | Crosse | K |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 4 DE L'OCOM M106.03

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M106.03 – APPLIQUER LES PRINCIPES DE TIR DE PRÉCISION**

1. **Rendement.** Appliquer les principes de tir de précision.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une carabine à air comprimé des cadets;

      (2) un adaptateur à plomb unique;

      (3) de l'aide au besoin; et

      (4) de la supervision.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées et/ou un champ de tir pour la carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8.

3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, le cadet doit mettre en pratique les principes de tir de précision, y compris :

   a. le chargement;

   b. le déchargement; et

   c. la préparation pour l'inspection.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE4 | Expliquer la façon de charger, décharger et se préparer pour l'inspection de la carabine à air comprimé des cadets, en faire la démonstration et demander aux cadets de s'y exercer, comme suit :<br>a. charger la carabine à air comprimé des cadets, y compris :<br>(1) prendre la carabine avec la main gauche;<br>(2) s'assurer que le cran de sécurité est mis;<br>(3) pomper la carabine à air comprimé, en faisant des arrêts de 3 secondes;<br>(4) ramener le levier de la pompe en position fermée; et<br>(5) charger un plomb;<br>b. décharger la carabine à air comprimé des cadets, y compris :<br>(1) ouvrir la culasse (ne pas insérer de plomb); | Démonstration et exécution | 10 min | A0-027 (p. 2-16) |

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| | (2) pomper la carabine à air comprimé, en faisant des arrêts de 3 secondes;<br>(3) fermer la culasse (ne pas insérer de plomb);<br>(4) pousser le cran de sécurité vers la gauche (position de désenclenchement);<br>(5) viser la cible;<br>(6) appuyer sur la détente;<br>(7) pousser le cran de sécurité vers la droite (position d'enclenchement); et<br>c. se préparer pour l'inspection, y compris :<br>(1) ouvrir la culasse;<br>(2) ouvrir partiellement la poignée de la pompe;<br>(3) placer la carabine à air comprimé sur l'épaule de façon à ce que la bouche du canon pointe en direction de la cible;<br>(4) attendre que la carabine soit vérifiée par l'OSCT; et<br>(5) déposer la carabine.<br>**Nota :** Les cadets doivent exécuter ces habiletés durant leur test de maniement de la carabine à air comprimé. Le guide de plombs doit être utilisé pour l'entraînement, bien qu'on puisse présenter aux cadets le chargeur de cinq plombs avant l'exercice de tir. | | | |

5. **Durée**

| | | |
|---|---|---|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Démonstration et exécution : | 10 min |
| c. | Total : | 15 min |

6. **Justification.** Cette méthode a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de démontrer et d'expliquer les procédures et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002, D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON; Ministère de la Défense nationale.

A-CR-CCP-701/PG-002

8. **Matériel d'instruction**

   a. Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe ou au secteur d'entraînement; et

   b. Une carabine à air comprimé des cadets.

9. **Matériel d'apprentissage.** Une carabine à air comprimé des cadets.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM M106.03 – APPLIQUER LES PRINCIPES DE TIR DE PRÉCISION**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de donner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée avec la méthode d'instruction par démonstration et exécution. Cette méthode a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de démontrer et d'expliquer les procédures et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

Cette leçon est enseignée de préférence suivant la méthode chacun son tour pour les unités comportant de grands groupes de première année.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision relative à cette leçon, tirée de l'OCOM M106.02 (section 2), comprendra :

### QUESTIONS

Q1. Pourquoi les mesures de sécurité sont-elles effectuées?

Q2. À quoi sert le « cran de sécurité »?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour confirmer qu'une carabine est sécuritaire.

R2. Il empêche la carabine de tirer en verrouillant la détente.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure d'appliquer les principes de tir de précision, y compris :

- la position couchée;
- la prise de base;
- la visée de base;
- le chargement;
- le tir; et
- le déchargement.

Les cadets mettront en pratique les connaissances acquises pendant cette leçon lorsqu'ils participeront à un exercice de tir.

**IMPORTANCE**

Ces principes doivent tous être appliqués harmonieusement. Si l'on travaille à améliorer un principe, pendant qu'on en néglige un autre, il sera impossible d'obtenir de bons résultats à long terme. Parfaire ces principes prend du temps et de la concentration. Les cadets doivent se rappeler que LA PRATIQUE REND PARFAIT.

---

**Point d'enseignement 4** — **Expliquer la façon de charger et de décharger la carabine à air comprimé des cadets et en faire la démonstration**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

**CHARGEMENT DE LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ**

L'instructeur doit enseigner l'ensemble de la compétence par la méthode de l'EXPLICATION et DÉMONSTRATION.

Il doit aussi fournir une EXPLICATION et faire une DÉMONSTRATION de chaque étape nécessaire à la bonne exécution de la compétence.

Ceci doit être un EXERCICE DE TIR SIMULÉ SEULEMENT.

Procédure de chargement :

1. Prendre la carabine avec la main gauche.
2. S'assurer que le cran de sécurité est mis.
3. Pomper la carabine à air comprimé, en faisant des arrêts de 3 secondes.
4. Ramener le levier de la pompe en position fermée.

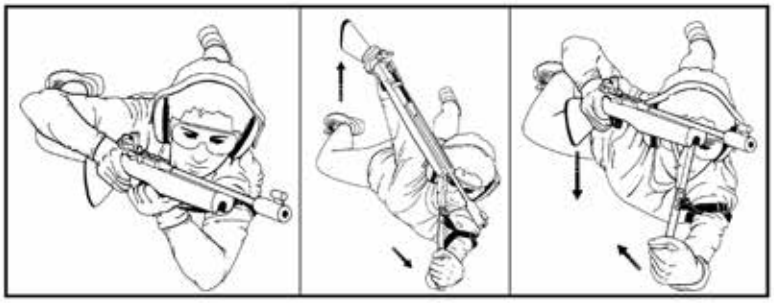
5. Simuler le chargement d'un plomb ou bien charger un chargeur de cinq plombs à indexage automatique dans l'ouverture de chargement.

6. Fermer la culasse.

Les cadets doivent IMITER les gestes faits par l'instructeur durant la démonstration pour chaque étape de la compétence. Le ou les instructeurs doivent SUPERVISER les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence.

Les méthodes suivantes peuvent être utilisées pour pomper la carabine à air comprimé :

- **Option 1.** Saisir la poignée de crosse avec la main droite. Saisir la poignée de la pompe avec la main gauche. Pousser vers le bas avec la main gauche jusqu'à ce que la poignée de la pompe soit complètement ouverte. Attendre quelques secondes. Avec la main gauche, ramener la poignée de la pompe sur la crosse de la carabine. La carabine doit rester immobile pendant le pompage et toujours pointer en direction des cibles.
- **Option 2.** Saisir la poignée de crosse avec la main droite. Saisir la poignée de la pompe avec la main gauche. Appuyer la crosse de la carabine sous le bras droit ou l'épaule droite. Pousser vers le bas avec la main gauche jusqu'à ce que la poignée de la pompe soit complètement ouverte. Attendre quelques secondes. Avec la main gauche, ramener la poignée de la pompe sur la crosse de la carabine en stabilisant la carabine avec l'aisselle et l'épaule pour fermer la poignée de la pompe. Se rappeler de toujours pointer la carabine en direction des cibles.
- **Option 3 – Aide de l'entraîneur.** Pointer la carabine dans une direction sécuritaire et demander l'aide d'un entraîneur. L'entraîneur s'avance et pompe la carabine avec les deux mains. Utiliser cette méthode en dernier recours, car les cadets peuvent facilement suivre les deux méthodes précédentes.



*Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*

Figure 6-3-7 Pompage de la carabine à air comprimé

Ne pas pomper la carabine plus d'une fois par coup. Cette carabine à air comprimé est conçue pour résister à la pression générée par une seule course de la pompe.

A-CR-CCP-701/PF-002

L'instructeur doit enseigner l'ensemble de la compétence par la méthode de l'EXPLICATION et DÉMONSTRATION.

Il doit aussi fournir une EXPLICATION et faire une DÉMONSTRATION de chaque étape nécessaire à la bonne exécution de la compétence.

**DÉCHARGEMENT DE LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ**

Suivre l'ordre de déchargement de la carabine à air comprimé des cadets, y compris ce qui suit :

DÉCHARGER

1. Prendre la carabine à air.
2. Retirer le chargeur de cinq plombs (s'il est utilisé).
3. Ouvrir la culasse (ne pas insérer de plomb).
4. Pomper la carabine à air comprimé, en faisant des arrêts de trois secondes.
5. Fermer la culasse (ne pas insérer de plomb).
6. Pousser le cran de sécurité vers la gauche (position de désenclenchement).
7. Viser la cible.
8. Appuyer sur la détente.
9. Pousser le cran de sécurité vers la droite (position d'enclenchement).

PRÉPARATION POUR L'INSPECTION

1. Ouvrir la culasse.
2. Ouvrir partiellement la poignée de la pompe.
3. Placer la carabine à air comprimé sur l'épaule de façon à ce que la bouche du canon pointe en direction de la cible.
4. Attendre que la carabine soit vérifiée par l'OSCT.
5. Déposer la carabine.

Les cadets doivent imiter la démonstration faite par l'instructeur durant la démonstration pour chaque étape de l'habileté. Le ou les instructeurs doivent SUPERVISER les cadets pendant qu'ils exécutent l'habileté.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**

L'instructeur divise la classe en deux ou selon le nombre de carabines à air comprimé disponibles. Il doit demander à un groupe d'exécuter les actions de la séquence telles qu'elles ont été démontrées pendant que les autres groupes observent. Il doit ensuite leur demander de changer de rôle, et de répéter la séquence.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

L'instructeur divise la classe en deux ou selon le nombre de carabines à air comprimé disponibles. Il doit demander à un groupe d'exécuter les actions de la séquence telles qu'elles ont été démontrées pendant que les autres groupes observent, et leur demander de changer de rôle et de répéter la séquence.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Le premier principe du tir de précision est de trouver une position de tir confortable. Une position de tir confortable permettra aux cadets de tirer la carabine de façon sécuritaire et d'obtenir les meilleurs résultats. La position couchée est la position de tir la plus stable.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

1. Insister sur l'aspect sécurité de cette leçon.
2. S'assurer de confirmer l'apprentissage par étapes.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets.* Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M203.01

A-CR-CCP-702/PG-002

**OCOM M203.01 – DISCUTER DU LEADERSHIP ENTRE PAIRS**

1. **Rendement.** Discuter du leadership entre pairs.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) de la supervision; et

      (2) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Le cadet doit discuter du leadership entre pairs.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer le leadership entre pairs, incluant :<br>a. les responsabilités d'un cadet de l'étoile rouge comprennent :<br>(1) suivre la voie hiérarchique;<br>(2) donner l'exemple;<br>(3) être ferme, juste et amical;<br>(4) témoigner du respect aux supérieurs et aux subordonnés;<br>(5) être conscient des risques d'accident;<br>(6) prendre des initiatives;<br>(7) se fixer des buts; et<br>b. les responsabilités d'un cadet de l'étoile rouge spécifiques au corps de cadets. | Exposé interactif | 10 min | C0-134 |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Exposé interactif : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin d'initier les cadets au leadership de subalterne, de stimuler leur intérêt et de leur présenter la matière de base.

7. **Documents de référence.** C0-134 (ISBN 0-7852-7440-5) Maxwell, J. (1999). *The 21 Indispensable Qualities of a Leader: Becoming the Person Others Will Want to Follow*. Nashville, TN, Thomas Nelson Publishers.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** La liste des responsabilités du PE 1 n'est pas exhaustive. Les responsabilités des cadets de l'étoile rouge de chaque corps de cadets peuvent varier.

A-CR-CCP-702/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ROUGE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

**OCOM M203.01 – DISCUTER DU LEADERSHIP ENTRE PAIRS**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

La liste des responsabilités des cadets de l'étoile rouge varie selon le corps de cadets. Les renseignements concernant les responsabilités devraient être publiés dans les ordres permanents du corps de cadets ou être disponibles sur demande auprès du commandant ou de l'officier d'instruction du corps de cadets.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 pour initier les cadets au leadership entre pairs, stimuler leur intérêt et présenter la matière de base.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de discuter du leadership entre pairs.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets discutent du leadership entre pairs, car les cadets de deuxième année assument des responsabilités. Connaître les responsabilités qu'assument les cadets de l'étoile rouge les aidera à se fixer des objectifs réalisables et à s'adapter à leur nouveau rôle de chef dans le corps de cadets.

A-CR-CCP-702/PF-002

**Point d'enseignement 1** **Expliquer le leadership entre pairs**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

À titre de chef subalterne, le cadet de l'étoile rouge assume des responsabilités au corps de cadets. Pour s'assurer que la deuxième année chez les cadets soit une expérience amusante, stimulante et dynamique, les cadets de deuxième année devraient connaître leurs responsabilités.

Demander aux cadets de faire un remue-méninges de ce qu'ils croient être les responsabilités d'un cadet de l'étoile rouge. Pendant l'enseignement des points ci-après, essayer de faire le lien avec la liste dressée par les cadets.

Certaines responsabilités sont communes à tous les cadets de l'étoile rouge dans le corps de cadets, dont les suivantes :

- **Suivre la voie hiérarchique.** Suivre la voie hiérarchique est la garantie que tous les renseignements qui doivent être transmis aux supérieurs et aux subalternes de la voie sont réellement transmis. Suivre la voie hiérarchique permet d'éviter des lacunes dans la transmission des renseignements.
- **Donner l'exemple.** Les cadets de l'étoile rouge doivent donner l'exemple dans la façon de s'habiller et de se comporter. Un bon chef ne demande jamais à ses subalternes et membres d'équipe de donner plus que ce qu'il est prêt à donner.
- **Être ferme, juste et amical avec tout le monde, surtout avec les nouvelles recrues.** Un cadet de l'étoile rouge qui crie n'impressionne personne, surtout pas les nouveaux cadets. Le cadet de l'étoile rouge qui a de l'influence et qui est respecté est celui qui adopte une approche cohérente avec les personnes et dans chaque situation. Un cadet disponible en tout temps devrait être en mesure d'accomplir toutes les tâches et responsabilités de façon efficace.
- **Témoigner du respect aux supérieurs et aux subordonnés.** Utiliser le bon ton de voix, regarder les interlocuteurs dans les yeux et se tenir droit sont des signes physiques qui témoignent le respect. Si le cadet de l'étoile rouge souhaite se faire traiter avec respect, il doit témoigner du respect aux autres.
- **Être conscient des problèmes de sécurité.**
- **Prendre des initiatives.** Accomplir de petites tâches, comme nettoyer, avant qu'on nous le demande est un exemple de prise d'initiative. Les supérieurs remarquent lorsque de petites tâches sont accomplies sans qu'ils l'aient demandé.
- **Fixer des objectifs.** Chaque chef doit fixer des objectifs. Les objectifs permettent aux personnes de convertir leurs idées en résultats. Un objectif est un aperçu de l'avenir. Se fixer des objectifs, par exemple améliorer son exercice militaire, sa tenue vestimentaire et sa conduite, donne un but aux cadets de l'étoile rouge. En fixant des objectifs et en travaillant pour les atteindre, un cadet de l'étoile rouge démontre qu'il se consacre à la tâche.

Si le corps de cadets n'a aucune tâche précise à confier aux cadets de l'étoile rouge, ne pas enseigner le point suivant.

Le cadet de l'étoile rouge a des responsabilités spécifiques au corps de cadets.

Expliquer les responsabilités d'un cadet de l'étoile rouge spécifiques au corps de cadets.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIONS**

Q1. Énumérer les responsabilités qu'assument les cadets de l'étoile rouge dans le corps de cadets.

Q2. Pourquoi est-il important qu'un cadet de l'étoile rouge se fixe des objectifs?

Q3. Énumérer les tâches et responsabilités qu'assument les cadets de l'étoile rouge dans votre corps de cadets.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les responsabilités qu'assument les cadets de l'étoile rouge dans le corps de cadets sont les suivantes :

- suivre la voie hiérarchique;
- donner l'exemple;
- être ferme, juste et amical avec tout le monde, surtout avec les nouvelles recrues;
- témoigner du respect aux supérieurs et aux subordonnés;
- être conscient des risques d'accident;
- prendre des initiatives; et
- fixer des objectifs.

R2. En se fixant des objectifs et en travaillant pour les atteindre, le cadet de l'étoile rouge démontre qu'il se consacre à la tâche.

R3. Les réponses sont variables.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

A-CR-CCP-702/PF-002

**OBSERVATIONS FINALES**

Pour réussir dans son rôle de cadet de l'étoile rouge, le cadet doit connaître ses responsabilités. En établissant des buts personnels à court et à long terme, les cadets consacrent leurs efforts pour atteindre ces buts et pourraient donc être plus motivés à accomplir leurs tâches à l'avance.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-134 (ISBN 0-7852-7440-5) Maxwell, J. (1999). *The 21 Indispensable Qualities of a Leader: Becoming the Person Others Will Want to Follow*. Nashville, TN, Thomas Nelson Publishers.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M107.02

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M107.02 – IDENTIFIER LES GRADES DES CADETS ET DES OFFICIERS DE L'ARMÉE**

1. **Rendement.** Identifier les grades des cadets et des officiers de l'Armée.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) de la supervision; et

      (2) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit décrire la structure des grades des Cadets royaux de l'Armée canadienne (Cad RAC).

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer la structure et les insignes des grades des Cad RAC et confirmer leur compréhension par un jeu éducatif, y compris les grades suivants :<br>a. le soldat (sdt);<br>b. le caporal (cpl);<br>c. le caporal-chef (cplc);<br>d. le sergent (sgt);<br>e. l'adjudant (adj);<br>f. l'adjudant-maître (adjum); et<br>g. l'adjudant-chef (adjuc).<br>**Nota :** Expliquer aux cadets que les insignes des grades des cadets de l'Armée sont les mêmes que les insignes des grades des MR de l'élément armée des FC. | Exposé interactif | 10 min | A2-030 (p. 2/5 à 4/5) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Exposé interactif : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie, parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, et en faisant des commentaires sur la matière ou en participant à de courtes activités. Cette méthode plaît aux apprenants auditifs, en plus d'offrir des possibilités de participation active dans des activités qui plaisent aux apprenants tactiles/kinesthésiques.

7. **Documents de référence**

   a. A0-001 A-AD-265-000/AG-001 DHP 3-2 (2001). *Instructions sur la tenue des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

   b. A0-009 A-AA-100-000/AA-003, Forces canadiennes (2006). *ORFC, chapitre 3, section 1, Grades et désignation des grades*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

   c. A2-030 D Cad (2005). OAIC 40-03, *Grades des cadets de l'Armée et effectif des corps de cadets*. Ordonnances sur l'administration et l'instruction des cadets (vol. 4, 5 pages) Ottawa, ON.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Matériel de présentation (par exemple, tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement; et

   b. Affiche des symboles des cadets royaux de l'Armée canadienne.

9. **Matériel d'apprentissage.** Affiche des symboles des cadets royaux de l'Armée canadienne.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer que les cadets ont appris les grades lors du contrôle de fin de leçon.

11. **Remarques.** Dans la mesure du possible, on recommande aux instructeurs d'avoir en main de vrais insignes des grades pour les faire circuler entre les cadets. Dans l'impossibilité d'avoir un vrai insigne, on peut utiliser un tissu découpé en forme de l'insigne.

A-CR-CCP-701/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M107.02 – IDENTIFIER LES GRADES DES CADETS ET DES OFFICIERS DE L'ARMÉE**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon est présentée à l'aide de la méthode d'instruction par exposé interactif. La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie, parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, et en faisant des commentaires sur la matière ou en participant à de courtes activités. Cette méthode plaît aux apprenants auditifs, en plus d'offrir des possibilités de participation active dans des activités qui plaisent aux apprenants tactiles/kinesthésiques.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier correctement la structure des grades des cadets royaux de l'Armée canadienne (Cad RAC), ainsi que les grades des officiers de l'Armée des Forces canadiennes (FC).

### IMPORTANCE

Se familiariser avec les grades des cadets et des officiers de l'Armée des FC aidera les cadets à comprendre la relation entre les grades des cadets et des officiers du corps de cadets. Cette familiarisation les aident aussi à communiquer de façon efficace avec les membres des FC lors de visites aux autres installations ou bases des FC.

A-CR-CCP-701/PF-002

| **Point d'enseignement 1** | **Expliquer la structure et les insignes de grade des Cad RAC** |
|---|---|
| Durée : 10 min | Méthode : Exposé interactif |

Il est intéressant de noter que les cadets de l'Armée ont les mêmes titres et insignes de grade que les militaires du rang (MR) de l'Armée canadienne. Une fois que les cadets de l'Armée comprennent la structure de leurs propres MR, ils seront capables d'identifier correctement ceux de la structure des MR de l'Armée.

**GRADES DE CADETS AU NIVEAU DES MILITAIRES DU RANG (MR)**

Le grade est un système de notation de préséance et de commandement au sein des organismes militaires. Les flèches en or sont connues sous le nom de « chevrons ». Plus il y a de chevrons, plus le niveau de préséance de la personne est élevé.

Ces chevrons sont portés sur la partie supérieure du bras, sur la manche droite de la veste d'uniforme du cadet.

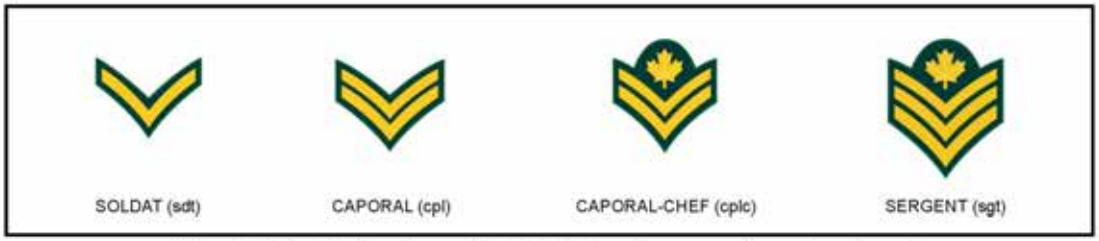



Figure 7-2-1 Grades des cadets et militaires du rang : sdt – cpl – cplc – sgt

**GRADES DE CADETS AU NIVEAU DES MILITAIRES DU RANG MR (SUITE)**

La couronne « Tudor » représente le grade d'adjudant (adj).

La couronne « Tudor » entourée de feuilles de laurier représente le grade d'adjudant-maître (adjum).

Les armoiries du Canada représentent le grade d'adjudant-chef (adjuc).

Ces grades sont portés au bas de la manche du bras droit sur la veste d'uniforme du cadet.

Figure 7-2-2 Grades des cadets et militaires du rang : adj – adjum – adjuc

Le corps de cadets affilié aux régiments d'ingénieurs utilise le terme **« sapeur »** pour désigner un sdt.

Le corps de cadets affilié aux régiments de blindés utilise le terme **« cavalier »** pour désigner un sdt.

Le corps de cadets affilié aux régiments de gardes utilise le terme **« garde »** pour désigner un sdt.

Dans les corps de cadets affiliés aux régiments d'artillerie, les termes suivants sont utilisés :

- « **artilleur** » désigne un soldat;
- « **bombardier** » désigne un caporal; et
- « **bombardier-chef** » désigne un caporal-chef.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIONS**

Q1. Quel grade a plus de préséance, le grade de cplc ou de cpl?

Q2. Décrire l'insigne de grade de l'adjum.

Q3. Quels autres noms peuvent être utilisés pour désigner le grade de sdt?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Cplc.

R2. La couronne « Tudor » entourée de feuilles de laurier.

R3. Artilleur, garde, cavalier, sapeur ou soldat.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Le cadet, en identifiant les grades des Cad RAC et des officiers des FC, sera capable de communiquer de façon plus efficace avec les différents membres de chaque organisme.

A-CR-CCP-701/PF-002

**COMMENTAIRES/REMAROUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-001 A-AD-265-000/AG-001 DHH 3-2 (2001). *Instructions sur la tenue des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A0-009 A-AA-100-000/AA-003, Forces canadiennes. (2006). *ORFC, chapitre 3, section 1, Grades et désignation des grades*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A2-030 D Cad. (2005). OAIC 40-03, *Grades des cadets de l'Armée et effectif des corps de cadets*. Ordonnances sur l'administration et l'instruction des cadets (vol. 4, 5 pages) Ottawa, ON.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M107.04

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M107.04 – ÉNONCER LES OBJECTIFS ET LA DEVISE DU PROGRAMME DES CADETS DE L'ARMÉE**

1. **Rendement.** Énoncer les objectifs et la devise du programme des cadets de l'Armée.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) de la supervision; et

      (2) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :

   a. bien connaître la mission et la vision du programme des cadets;

   b. énoncer les objectifs du programme des cadets de l'Armée; et

   c. énoncer la devise du programme des cadets de l'Armée.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Énoncer la mission du programme des cadets, celle de contribuer au développement et à la préparation des jeunes à devenir adultes en les rendant aptes à relever les défis de la société moderne par l'entremise d'un programme dynamique ancré dans la communauté. | Exposé interactif | 10 min | A0-003 |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Exposé interactif : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie, parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, et en faisant des commentaires sur la matière ou en participant à de courtes activités. Cette méthode plaît aux apprenants auditifs, en plus d'offrir des possibilités de participation active dans des activités qui plaisent aux apprenants tactiles/kinesthésiques.

7. **Documents de références**

   a. A0-010 D Cad (1999). OAIC 11-03, *Mandat du programme des cadets*. Ordonnances sur l'administration et l'instruction des cadets (vol. 1). Ottawa, ON.

   b. C2-040 La Ligue des cadets de l'Armée du Canada (2006). *Politique 3.1 : But des organisations des cadets du Canada*. Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.armycadetleague.ca/templates/pdf/refmanual/english/pol_3_1.pdf.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Le matériel de présentation (par exemple, tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement; et

   b. Des feuilles de papier et marqueurs appropriés pour les activités.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs confirmeront que les cadets ont compris la matière lors du contrôle de fin de leçon.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

**OCOM M107.04 – DÉCRIRE TROIS OBJECTIFS DU PROGRAMME DES CADETS**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon est présentée à l'aide de la méthode d'instruction par exposé interactif. La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie, parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, et en faisant des commentaires sur la matière ou en participant à de courtes activités. Cette méthode plaît aux apprenants auditifs, en plus d'offrir des possibilités de participation active dans des activités qui plaisent aux apprenants tactiles/kinesthésiques.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure d'énoncer les objectifs du programme des cadets de l'Armée.

### IMPORTANCE

La connaissance des objectifs du programme des cadets de l'Armée est primordiale pour tout cadet de l'Armée. Cette information donnera aux cadets une meilleure compréhension sur la façon dont le programme des cadets peut les aider à se développer à la fois comme cadet et comme personne.

A-CR-CCP-701/PF-002

**Point d'enseignement 1** **Décrire les trois objectifs du programme des cadets**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Les objectifs du programme des cadets sont :

- développer chez les jeunes les qualités de civisme et de leadership;
- promouvoir la bonne forme physique; et
- stimuler l'intérêt de la jeunesse pour les activités maritimes, terrestres et aériennes des Forces canadiennes (FC).

**DÉVELOPPER CHEZ LES JEUNES LES QUALITÉS DE CIVISME ET DE LEADERSHIP**

Le programme des cadets vise à aider au développement des cadets pour qu'ils deviennent de bons citoyens et de bons chefs.

Par l'entremise d'activités liées à la citoyenneté et au service communautaire, le cadet développe une appréciation de l'appartenance à la communauté et à la participation au sein des communautés locales, régionales, provinciales, nationales et globales des cadets. La participation active des cadets aura un impact positif sur les communautés locales, ce qui contribuera à la force et à la vitalité de la communauté.

Par l'entremise d'activités de leadership, les cadets développent des compétences interpersonnelles et assument des responsabilités en tant que membres efficaces d'une équipe, en tant que chefs et en tant qu'entraîneurs dynamiques. Ils développeront la capacité de se conduire de façon éthique et socialement responsable.

**PROMOUVOIR LA BONNE FORME PHYSIQUE**

Le programme des cadets vise à promouvoir le bien-être physique. Les cadets développent une compréhension des bienfaits d'une bonne forme physique et d'un style de vie sain. Cette compréhension, combinée à la participation continue à des activités physiques, aide au développement d'attitudes et de comportements positifs qui fortifient la résilience chez les cadets et leur permet d'affronter des défis.

**STIMULER L'INTÉRÊT DE LA JEUNESSE POUR LES ACTIVITÉS MARITIMES, TERRESTRES ET AÉRIENNES DES FC**

Le programme des cadets vise à exposer les jeunes aux activités maritimes, terrestres et aériennes des FC. Les cadets développent des compétences élémentaires grâce à la présentation et à l'interaction qu'ils ont avec les éléments respectifs des FC. Le programme des cadets éduque et promeut le lien avec les communautés maritimes civiles, d'aventure et d'aviation. Ces expériences et ces interactions combinées sont essentielles à l'identité particulière des organisations de cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air. De plus, elles se distinguent avec le programme des cadets dans son ensemble des autres programmes de développement des jeunes.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Quels sont les trois objectifs du programme des cadets?

Q2. Comment le programme des cadets fait-il la promotion d'une bonne forme physique?

Q3. Comment le programme des cadets stimule-t-il l'intérêt pour les activités maritimes, terrestres et aériennes des FC?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Développer chez les jeunes les qualités de civisme et de leadership, promouvoir l'activité physique et stimuler l'intérêt pour les activités maritimes, terrestres et aériennes des FC.

R2. Le programme des cadets vise à promouvoir le bien-être physique. Les cadets développent une compréhension des bienfaits d'une bonne forme physique et d'un style de vie sain. Cette compréhension, combinée à la **participation continue à des activités physiques**, aide au développement d'attitudes et de **comportements positifs** qui fortifient la résilience chez les cadets et leur permet d'affronter des défis.

R3. Le programme des cadets vise à exposer les jeunes aux activités maritimes, terrestres et aériennes des FC. Les cadets développent des compétences élémentaires grâce à la présentation et à l'interaction qu'ils ont avec les éléments respectifs des FC. Le programme des cadets éduque et promeut le lien avec les communautés maritimes civiles, d'aventure et d'aviation. Ces expériences et ces interactions combinées sont essentielles à l'identité particulière des organisations de cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air. De plus, elles se **distinguent avec le programme des cadets** dans son ensemble des autres programmes de développement des jeunes.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les objectifs du programme des cadets de l'Armée donnent aux cadets une meilleure compréhension de ce que signifie être un cadet de l'Armée. Les préceptes de l'objectif contribuent à un sens de la fierté d'appartenir au programme des cadets de l'Armée.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-010 D Cad. (1999). OAIC 11-03, *Mandat du programme des cadets*. Ordonnances sur l'administration et l'instruction des cadets (vol. 1). Ottawa, ON.

C2-040 La Ligue des cadets de l'Armée du Canada. (2006). *Politique 3.1 : But des organisations des cadets du Canada*. Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.armycadetleague.ca/templates/pdf/refmanual/english/pol_3_1.pdf.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M222.02

A-CR-CCP-702/PG-002

**OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS**

1. **Rendement.** Décrire des azimuts.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une rose des vents;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit décrire des azimuts en identifiant les 16 points d'une boussole.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Identifier et expliquer les 16 points d'une boussole, y compris :<br>a. les quatre points cardinaux;<br>b. les quatre points intercardinaux; et<br>c. les huit points intermédiaires. | Exposé interactif | 10 min | A2-041 (p. 47) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Exposé interactif : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter la matière de base, d'initier les cadets aux azimuts et de stimuler leur intérêt.

7. **Documents de référence.** A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;

   b. Une carte topographique; et

   c. Une rose des vents.

9. **Matériel d'apprentissage**

   a. Un crayon; et

   b. Une rose des vents.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-702/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ROUGE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par exposé interactif. La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie parce qu'elle permet à l'instructeur de faire une présentation semi-formelle de la matière, durant laquelle les cadets peuvent participer en posant des questions ou en y répondant, en faisant des commentaires sur la matière ou en participant à de courtes activités. Cette méthode plaît aux apprenants auditifs et offre une possibilité de participation active à des activités qui plaisent aux apprenants tactiles/kinesthésiques.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier et d'expliquer les 16 points d'une boussole.

### IMPORTANCE

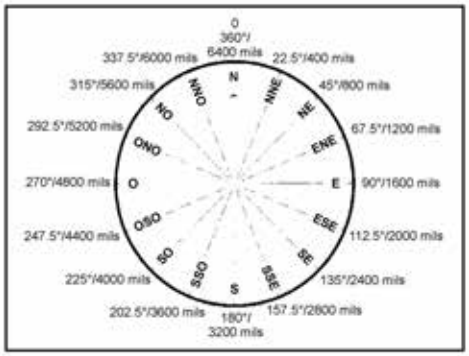
Il est important que les cadets puissent identifier les 16 points d'une boussole, car cela les aidera à trouver la direction des repères identifiables sur une carte. Les cadets dépendent de ces compétences tout au long de l'instruction sur les expéditions et la navigation.

A-CR-CCP-702/PF-002

**Point d'enseignement 1** — **Identifier et expliquer les 16 points d'une boussole**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

Dessiner une rose des vents (cercle) sur le tableau avec les quatre points cardinaux. Dessiner une nouvelle ligne au moment de présenter les points intercardinaux et intermédiaires.




*D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale*

Figure 12-2-1 Rose des vents

**QUATRE POINTS CARDINAUX**

Les quatre points cardinaux d'une boussole, mesurés à des angles droits dans le sens horaire, sont le nord (N), l'est (E), le sud (S) et l'ouest (O). On peut facilement s'en souvenir en utilisant des mnémoniques, tel que « Nécessité Est Synonyme d'Obligation ».

**QUATRE POINTS INTERCARDINAUX**

Les quatre points intercardinaux sont situés à mi-chemin entre chacun des points cardinaux. Mesurés dans le sens horaire, ils sont :

- nord-est (NE);
- sud-est (SE);
- sud-ouest (SO); et
- nord-ouest (NO).

**HUIT POINTS INTERMÉDIAIRES**

Les huit points intermédiaires sont situés à mi-chemin entre chaque point cardinal et point intercardinal. Mesurés dans le sens horaire, ils sont :

- nord-nord-est (NNE);
- est-nord-est (ENE);

- est-sud-est (ESE);
- sud-sud-est (SSE);
- sud-sud-ouest (SSO);
- ouest-sud-ouest (OSO);
- ouest-nord-ouest (ONO); et
- nord-nord-ouest (NNO).

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIQNS**

Q1. Quelle est la mnémonique utilisée pour se rappeler les quatre points cardinaux?

Q2. Quels sont les quatre points intercardinaux?

Q3. Combien y-a-t-il de points intermédiaires?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. « **N**écessité Est **S**ynonyme d'**Q**bligation ».

R2. Nord-est (NE), sud-est (SE), sud-ouest (SO) et nord-ouest (NO).

R3. Il y a huit points intermédiaires.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇQN

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La capacité d'identifier les 16 points d'une boussole est un aspect important de l'instruction de navigation, car cela permet aux cadets de déterminer la direction lorsqu'ils se déplacent d'un point à un autre.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M222.03

A-CR-CCP-702/PG-002

**OCOM M222.03 – IDENTIFIER LES PARTIES DE LA BOUSSOLE**

1. **Rendement.** Identifier les parties de la boussole.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une boussole;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit identifier les parties de la boussole.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Identifier et décrire les parties de la boussole, y compris :<br>a. le viseur;<br>b. le boîtier de la boussole;<br>c. le miroir de visée;<br>d. la ligne de visée;<br>e. le point lumineux de direction;<br>f. le cadran de la boussole;<br>g. la graduation;<br>h. la flèche d'orientation;<br>i. l'équerre de 1:25 000;<br>j. le plateau de la boussole;<br>k. l'échelle de déclinaison;<br>l. les lignes de méridiens de la boussole;<br>m. l'aiguille magnétique;<br>n. les points lumineux d'orientation;<br>o. le point lumineux de direction;<br>p. l'équerre de 1:50 000;<br>q. le cordon de sécurité ou cordon;<br>r. le dispositif de blocage réglable;<br>s. le tournevis; et<br>t. la vis de réglage de déclinaison. | Exposé interactif | 10 min | A2-041 (p. 66 et 67) |

5. **Durée**

| | | |
|---|---|---|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Total : | 15 min |

6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter la matière de base, d'initier les cadets à la boussole et de stimuler leur intérêt.

7. **Documents de référence**

   a. A2-036 A-CR-CCP-121/PT-001 D Cad (2003). *Livre de référence des cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

   b. A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement; et

   b. Une boussole.

9. **Matériel d'apprentissage.** Une boussole.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-702/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ROUGE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM M222.03 – IDENTIFER ET DÉCRIRE LES PARTIES DE LA BOUSSOLE**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de présenter la matière de base, d'initier les cadets à la boussole et de stimuler leur intérêt.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon le cadet doit avoir identifié les parties de la boussole.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets puissent utiliser une boussole en faisant de la navigation pendant l'instruction sur les expéditions. Chaque partie de la boussole a un nom précis utilisé pour identifier la partie et sa fonction. Les cadets dépendront de cette information tout au long de l'instruction sur les expéditions et la navigation.

A-CR-CCP-702/PF-002

**Point d'enseignement 1** **Identifier et décrire les parties de la boussole**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Diviser les cadets en groupes égaux en fonction du nombre de boussoles disponibles. Commencer avec la boussole ouverte, utiliser le diagramme à la figure 12-3-1 pour identifier les parties de la boussole à partir du haut (viseur) jusqu'au bas (tournevis).

**PARTIES DE LA BOUSSOLE**

**A – Viseur.** Situé en haut du boîtier de la boussole, le viseur sert à aligner un objectif ou un azimut.

**B – Boîtier de la boussole.** Le boîtier de la boussole protège le cadran de la boussole et loge le miroir de visée.

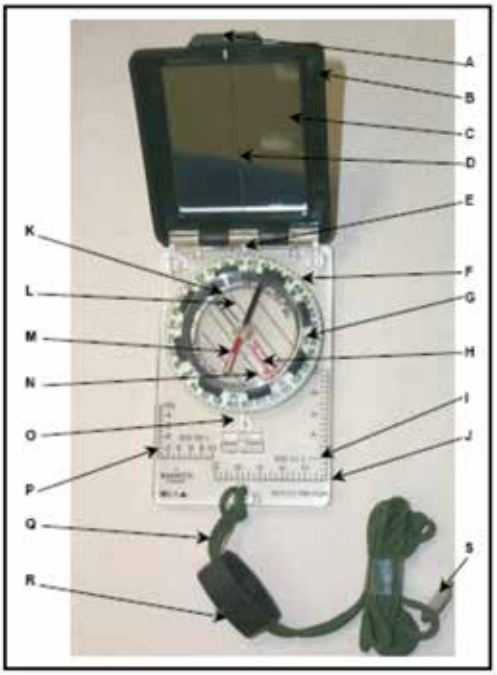
**C – Miroir de visée.** Le miroir de visée sert à voir le cadran de la boussole en réglant un azimut.

**D – Ligne de visée.** La ligne de visée est utilisée lors de l'alignement de l'objectif ou de l'azimut.

**E – Point lumineux de direction.** Le point lumineux de direction en haut du cadran de la boussole est l'endroit où un azimut est réglé et lu.

**F – Cadran de la boussole.** Le cadran de la boussole loge l'aiguille magnétique, la flèche d'orientation et l'échelle de déclinaison à l'intérieur et la graduation à l'extérieur.

**G – Graduation.** Le cadran de la boussole est gradué en divisions de 50 millièmes de 0 à 6400 millièmes ou en divisions de 2 degrés de 0 à 360 degrés. On pivote le cadran manuellement.




*A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-33)*

Figure 12-3-1 Boussole

On peut utiliser le présent guide pédagogique pour les boussoles avec un cadran gradué en millièmes ou en degrés.

**H – Flèche d'orientation.** La flèche d'orientation rouge est située à l'intérieur du cadran de la boussole et sert à aligner l'aiguille magnétique. La flèche d'orientation est toujours réglée à 00 millième ou degré.

**I – Équerre de 1:25 000.** Cette équerre sert à mesurer des coordonnées de quadrillage sur des cartes à l'échelle de 1:25 000.

**J – Plateau de la boussole.** Le plateau de la boussole est un morceau transparent de plastique plat, auquel le boîtier, le cadran et le cordon sont attachés.

**K – Échelle de déclinaison.** L'échelle de déclinaison sert à compenser la variation de la déclinaison magnétique entre la boussole et la carte utilisée.

**L – Lignes de méridiens de la boussole.** Les lignes de méridiens de la boussole sont noires ou rouges à l'intérieur du cadran de la boussole, qui servent à aligner le cadran de la boussole avec les lignes de quadrillage sur la carte.

**M – Aiguille magnétique.** L'aiguille magnétique tourne librement et pointe au nord magnétique. L'extrémité sud de l'aiguille de la boussole est noire et l'extrémité nord, avec une partie lumineuse, est rouge.

Quand l'aiguille magnétique est alignée avec les flèches d'orientation rouges, la mnémonique « Rouge sur rouge » sert à se souvenir quelle extrémité de l'aiguille doit se trouver entre les flèches.

**N – Points lumineux d'orientation.** Il y a deux points lumineux d'orientation situés sur un deux côtés de la flèche d'orientation.

**O – Point lumineux de direction.** Le point lumineux de direction au bas du cadran de la boussole est l'endroit où un contre-azimut est lu.

**P – Équerre de 1:50 000.** Cette équerre sert à mesurer des coordonnées de quadrillage sur des cartes à l'échelle de 1:50 000.

**Q – Cordon de sécurité.** Le cordon de sécurité sert à attacher la boussole au corps.

**R – Dispositif de blocage réglable.** Le dispositif de blocage réglable sert à attacher la boussole au poignet.

**S – Tournevis.** Le petit tournevis au bout du cordon de sécurité sert à tourner la vis pour régler l'échelle de déclinaison.

**T – Vis de réglage de déclinaison.** La vis de réglage de déclinaison est située à l'arrière du cadran de la boussole et sert à régler l'échelle de déclinaison (non montrée).

Lorsqu'elle est exposée à la lumière directe, toutes les parties lumineuses de la boussole rayonnent dans l'obscurité permettant d'utiliser la boussole la nuit.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIONS**

Q1. Quel est le nombre maximal de millièmes ou de degrés sur la graduation?

Q2. Quelle mnémonique utilise-t-on pour positionner l'aiguille magnétique entre les flèches d'orientation?

Q3. Dans quelle direction la partie rouge de l'aiguille magnétique pointe-t-elle?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. 6400 millièmes ou 360 degrés.

R2. « Rouge sur rouge ».

R3. Le nord magnétique.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

**QUESTIONS**

Q1. À quoi le tournevis sur la boussole sert-il?

Q2. Quelles deux directions utilise-t-on pour décrire la déclinaison?

Q3. Dans quelle direction faut-il tourner la vis de réglage de déclinaison pour régler une déclinaison vers l'est?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour tourner la vis de réglage de déclinaison.

R2. Vers l'est et vers l'ouest.

R3. Vers la gauche.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les boussoles servent pendant les exercices d'entraînement de navigation et de randonnée en montagne. L'identification des parties et le bon usage de la boussole sont essentiels pour assurer une navigation précise.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-036 A-CR-CCP-121/PT-001 D Cad 3. (2003). *Livre de référence des Cadets royaux de l'Armée canadienne*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M122.01

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M122.01 – IDENTIFIER LES TYPES DE CARTE**

1. **Rendement.** Identifier les types de carte.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) des exemples de différents types de cartes;

      (2) une feuille de travail représentant une carte topographique;

      (3) de la supervision; et

      (4) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe ou des aires d'entraînement assez grandes pour accommoder tout le groupe pendant l'utilisation des cartes.

3. **Norme.** Conformément aux références indiquées, les cadets devront plier une feuille de travail représentant la carte en s'assurant que l'identification de la carte située au coin inférieur droit de la feuille est facilement repérable.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer et démontrer aux cadets comment plier la carte (feuille de travail) et leur demander de pratiquer, en procédant de la façon suivante :<br>a. étaler la carte, face vers le haut, et la plier en deux en rabattant le haut de la carte sur le bas;<br>b. plier la moitié supérieure de la carte en deux. Tourner la carte de bord pour avoir la moitié inférieure au-dessus, et plier en deux cette moitié aussi;<br>c. plier les extrémités de la carte en deux, de gauche à droite; et<br>d. plier chaque extrémité ouverte en deux pour que le nom de la carte et l'index apparaissent à l'extérieur. | Démonstration et exécution | 10 min | A2-004 |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 4 afin de permettre aux cadets de participer à une étude supervisée des matières d'enseignement pratique. Cette méthode donne l'occasion à l'instructeur de présenter la matière, de démontrer et expliquer les procédures, et de

superviser les cadets pendant la mise en pratique des compétences. Cette méthode se prête à tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A2-004 B-GL-382-005-FP-001, Forces canadiennes (1976). *Cartes, terrains, dessins topographiques et boussoles* (vol. 8). Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Du matériel de présentation (par exemple, tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;

   b. Des exemples de divers types de carte, y compris :

      (1) la carte topographique;

      (2) la carte d'orientation;

      (3) la carte politique;

      (4) la carte routière;

      (5) la carte statistique;

      (6) la carte numérique, y compris le GPS;

      (7) la carte de relief;

      (8) la carte à grandes lignes; et

      (9) la carte photographique aérienne; et

   c. Des agents imperméabilisants pour des fins d'illustration (par ex., des sacs imperméables munis de fermeture à glissière).

9. **Matériel d'apprentissage.** Une feuille de travail représentant une carte topographique.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs confirmeront la connaissance des cadets sur les types de cartes, l'entretien d'une carte et la capacité de plier une carte, pendant le contrôle de fin de leçon.

11. **Remarques**

   a. Les types de cartes se limiteront seulement à ceux disponibles au corps de cadets. Les instructeurs doivent tenter de se procurer autant d'exemplaires de cartes que possible. Si les ressources locales le permettent, les instructeurs peuvent démontrer les produits tels que le papier contact transparent et le revêtement chimique.

   b. Il n'est pas nécessaire d'utiliser de vraies cartes pour la pratique du pliage d'une carte. En guise de carte, on peut utiliser une feuille de travail représentant une carte topographique, une feuille de papier de 8 1/2 pouces sur 11 pouces, un papier journal ou un dépliant publicitaire.

A-CR-CCP-701/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

**OCOM M122.01 – IDENTIFIER LES TYPES DE CARTES**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour permettre aux cadets de participer à une étude supervisée de la matière d'enseignement pratique. Cette méthode donne l'occasion à l'instructeur de présenter la matière, de démontrer et expliquer les procédures, et de superviser les cadets pendant la mise en pratique des compétences. Cette méthode se prête à tous les styles d'apprentissage.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure de plier adéquatement une carte topographique.

### IMPORTANCE

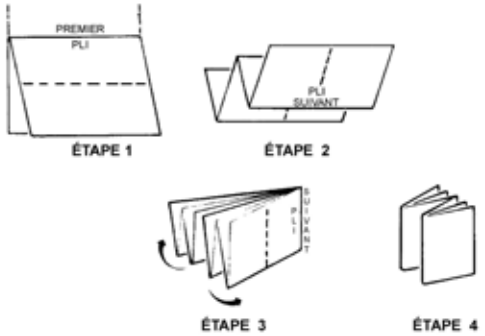
Il est important de savoir comment plier et entretenir ces cartes adéquatement pour qu'elles restent utilisables et en bon état.

| | |
|---|---|
| **Point d'enseignement 1** | **Expliquer et démontrer la façon de plier une carte** |
| Durée : 10 min | Méthode : Démonstration et exécution |

### FAÇON DE PLIER UNE CARTE

Pour plier une carte adéquatement, suivre les étapes suivantes :

1. Étaler la carte, face vers le haut, et plier la carte en deux en rabattant le haut (Nord) sur le bas (Sud). Renforcer le pli à l'endroit où la carte s'est pliée, soit au centre de la carte (voir la figure 11-1-1, étape 1).
2. Plier la moitié de dessus de la feuille de carte en deux. Retourner la carte pour que la moitié de dessous soit au-dessus et la plier en deux pour égaler l'autre moitié (voir la figure 11-1-1, étape 2).
3. Plier les extrémités de la carte en deux, de gauche à droite (voir la figure 11-1-1, étape 3).
4. Plier chaque extrémité ouverte en deux pour que le nom de la carte et l'index apparaissent à l'extérieur (la carte doit avoir la forme de la lettre M) (voir la figure 11-1-1, étape 4).




*A-CR-CCP-121/PT-001, Manuel de référence des Cadets Royaux de l'Armée canadienne*

Figure 11-1-1 Plier une carte

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

Demander à chaque cadet de pratiquer le pliage d'une feuille de carte topographique (qui se trouve dans le manuel de l'étoile verte) en utilisant la méthode décrite ci-dessus. Un truc facile pour se souvenir de la méthode de pliage d'une carte est du nord au sud, du sud au nord, de l'est à l'ouest et de l'ouest à l'est.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au pliage d'une carte servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est important de savoir comment plier et entretenir les cartes adéquatement pour qu'elles restent longtemps en bon état.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-004 B-GL-382-005/FP-001 Forces canadiennes (1976). *Cartes, dessins topographiques et boussoles* (volume 8). Ottawa, ON, Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M221.05

A-CR-CCP-702/PG-002

**OCOM M221.05 – FAIRE DES NŒUDS**

1. **Rendement.** Faire des nœuds.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une corde pour faire les nœuds;

      (2) une rampe ou une tige;

      (3) de la supervision; et

      (4) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :

   a. faire des nœuds et décrire les différentes utilisations des nœuds suivants :

      (1) nœud de chaise;

      (2) nœud de pêcheur;

      (3) nœud de pêcheur double; et

      (4) demi-nœud coulant double; et

   b. enrouler une corde.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer les utilisations des nœuds, démontrer la façon de faire les nœuds et accorder du temps aux cadets pour pratiquer les nœuds suivants :<br>a. un nœud de chaise; et<br>b. un nœud de pêcheur.<br>**Nota :** Fournir aux cadets le document de cours sur les instructions pour faire des nœuds. | Démonstration et exécution | 10 min | C2-007 (p. 116, 117, p. 162-163 et p. 177) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de faire des nœuds, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer les nœuds sous supervision.

7. **Documents de référence**

   a. C2-007 (ISBN 0-7858-1446-9) Pawson, D. (2001). *Pocket Guide to Knots and Splices*. Edison, NJ, Chartwell Books, Inc.

   b. C2-073 (ISBN 0-688-01226-4) Bigon, M. et Regazzoni, G. (1982). *The Morrow Guide to Knots*. New York, Quill/William Morrow.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Une corde pour faire les nœuds;

   b. Des feuilles pour tableau de papier, tableau au mur et tableau à craie; et

   c. Un marqueur ou une craie.

9. **Matériel d'apprentissage**

   a. Une corde pour faire les nœuds;

   b. Une rampe ou une tige; et

   c. Les documents de cours portant sur la façon de faire les nœuds.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

   a. La corde utilisée pour faire des nœuds doit être d'un diamètre de 6 ou 7 mm.

   b. Les cadets ont besoin d'au moins 6 mètres (20 pieds) de corde pour l'enroulement.

A-CR-CCP-702/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ROUGE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

**OCOM M221.05 – FAIRE DES NŒUDS**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Faire des copies des instructions sur la façon de faire des nœuds qui se trouvent à l'annexe C.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de faire des nœuds, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer les nœuds sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, les cadets doivent être en mesure de faire les nœuds suivants :

- un nœud de chaise; et
- un nœud de pêcheur.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets sachent comment faire des nœuds. Les cordes peuvent être utilisées pendant l'entraînement en campagne, pour construire des abris, fixer l'équipement et aussi dans la vie de tous les jours.

A-CR-CCP-702/PF-002

| | |
|---|---|
| **Point d'enseignement 1** | **Expliquer les utilisations des nœuds, démontrer comment faire les nœuds et accorder du temps pour les pratiquer** |
| Durée : 10 min | Méthode : Activité pratique |

Fournir une explication et faire une démonstration d'un nœud complet et puis décomposer le nœud étape par étape.

Faire une démonstration de chaque étape et demander aux cadets de faire chaque étape. S'assurer que les cadets ont assez de temps pour faire chaque étape.

Chaque nœud doit être enseigné individuellement. Distribuer les documents de cours sur les instructions pour faire des nœuds (qui se trouvent à l'annexe C).

**NŒUD DE CHAISE**

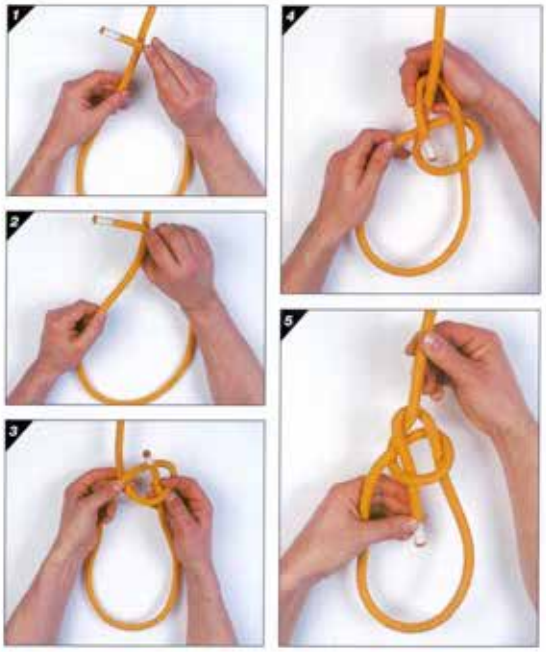
**Utilisations.** En escalade, il est utilisé comme mesure de sécurité pendant la montée et il est enclenché dans le mousqueton. On l'appelle souvent le nœud de sauvetage parce qu'il fait une simple boucle qui ne glisse pas. On peut l'utiliser pour le nouer autour de son corps, le lancer à quelqu'un qui a besoin d'un câble de sauvetage ou pour arrimer des objets (comme des canots à un quai).

**Qualités.** Il ne glisse pas, ne se desserre pas ou ne se bloque pas.

**Défauts.** Il est difficile à défaire quand la corde est tendue.

**Procédure**

1. Avec le dormant de la corde à l'opposé de soi, prendre le bout libre dans la main droite et le placer sur le dormant.
2. Placer le pouce sous le dormant.
3. Tourner la main droite à 180 degrés à l'opposé de soi, pour faire un simple croisement par-dessus (ressemble au chiffre six) et tirer le bout libre vers le haut.
4. Faire passer le bout libre derrière le dormant.
5. Faire passer le bout libre vers le bas dans la boucle. Serrer le nœud de chaise en tenant le double formé par le bout et tirer fort sur le dormant.



*Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices. Edison, NJ, Chartwell Books, Inc. (p. 164)*

Figure 11-5-1 Le nœud de chaise

**LE NŒUD DE PÊCHEUR**

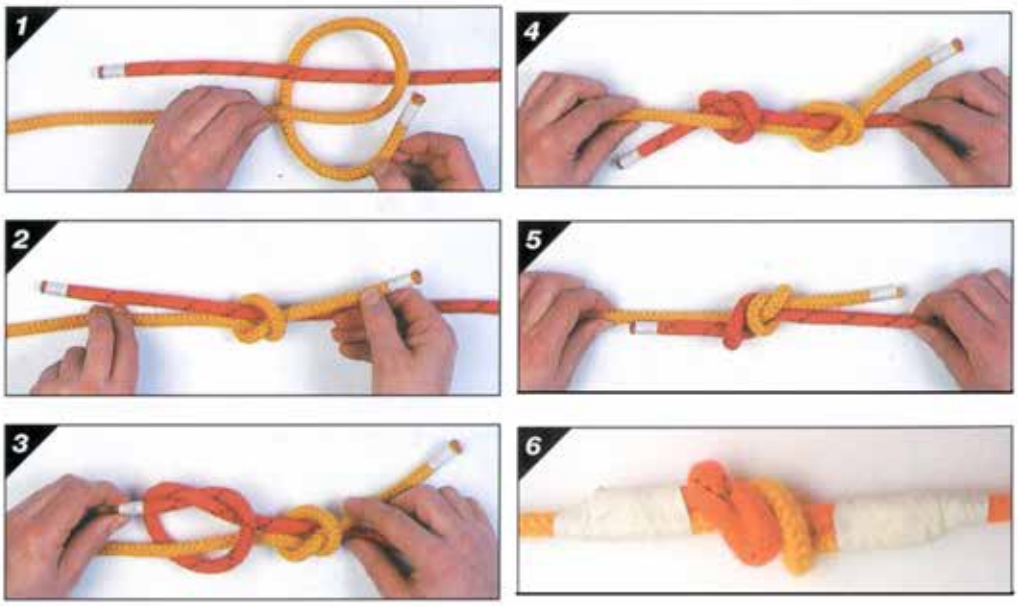
**Utilisations.** Pour joindre deux bouts de corde ensemble. Il est couramment utilisé par les pêcheurs à la ligne et les grimpeurs.

**Qualités.** Il ne glisse pas, ne se desserre pas ou ne se bloque pas.

**Défauts.** Il est difficile à défaire quand une petite corde est utilisée.

**Procédure**

1. Étendre les cordes l'une à côté de l'autre, de bout en bout. Pendre une des cordes et la passer par-dessus l'autre et sous elle-même.
2. Faire un demi-nœud autour de la deuxième corde.
3. Faire un demi-nœud autour du dormant de la première corde.
4. Glisser ensemble pour compléter le nœud.
5. Serrer pour terminer le nœud de pêcheur.
6. Fixer de ruban les bouts si on l'utilise pour l'escalade pour éviter de glisser.




*Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices. Edison, NJ, Chartwell Books, Inc. (p. 116)*

Figure 11-5-2 Nœud de pêcheur simple

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

Faire les nœuds suivants :

- un nœud de chaise; et
- un nœud de pêcheur.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La participation des cadets aux activités consistant à faire des nœuds servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

**CONCLUSION**

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Savoir comment faire des nœuds quand la situation l'exige est un aspect important de l'entraînement en campagne, et ils peuvent également être utilisés dans la vie de tous les jours. L'habileté de pouvoir fabriquer un nœud de qualité est utile dans une variété de situations telles que l'escalade, le remorquage et même la fabrication d'attaches pour les lunettes ou d'attaches pour les lunettes de soleil quand d'autres moyens ne sont pas disponibles.

**COMMENTAIRES/REMAROUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C2-007 (ISBN 0-7858-1446-9) Pawson, D. (2001). *Pocket Guide to Knots and Splices*, Edison, NJ, Chartwell Books, Inc.

C2-073 (ISBN 0-688-01226-4) Bigon, M et Regazzoni, G. (1982). *The Morrow Guide to Knots*, New York, NY, Quill/William Morrow.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M221.09

A-CR-CCP-702/PG-002

**OCOM M221.09 – ENTRETENIR L'ÉQUIPEMENT DE SECTION À LA SUITE D'UN EXERCICE D'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE (XEC)**

1. **Rendement.** Entretenir l'équipement de section à la suite d'un exercice d'entraînement en campagne (XEC).

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) un réchaud à deux brûleurs au naphte;

      (2) un fanal à deux générateurs;

      (3) un ensemble de casseroles;

      (4) une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);

      (5) une scie à archet de 24 pouces;

      (6) un tapis de sol;

      (7) de la supervision; et

      (8) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe, après un exercice de campement de fin de semaine.

3. **Norme.** Conformément à l'ouvrage de Tawrell, P., *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*, Leonard Paul Tawrell, le cadet doit nettoyer et entreposer un tapis de sol.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage des tapis de sol, y compris :<br>a. laver et sécher;<br>b. plier;<br>c. entreposer. | Démonstration et exécution | 10 min | |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer le nettoyage et l'entreposage de l'équipement de section, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences.

7. **Documents de référence.** C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. (2e éd). Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

8. **Matériel d'instruction.** Un tapis de sol.

9. **Matériel d'apprentissage.** Un tapis de sol.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** L'équipement utilisé lors de l'EEC de bivouac et de survie lors d'une fin de semaine précédent peut être utilisé pour une démonstration.

A-CR-CCP-702/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ROUGE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 9**

**OCOM M221.09 – ENTRETENIR L'ÉQUIPEMENT DE SECTION À LA SUITE D'UN EXERCICE D'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE (XEC)**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Durant chaque PE, on doit donner un tapis de sol à chaque groupe. Demander aux cadets de suivre l'instruction, et d'entretenir l'équipement au fur et à mesure qu'on l'aborde.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer le nettoyage et l'entreposage de l'équipement de section, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de nettoyer et d'entreposer les tapis de sol.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprennent comment nettoyer et entreposer les tapis de sol. Le nettoyage et l'entreposage de l'équipement prolongent la vie de l'équipement. Au moyen de pratiques méthodiques de nettoyage, la corrosion et la rouille auront du mal à attaquer l'équipement ce qui assure une longue vie.

A-CR-CCP-702/PF-002

| **Point d'enseignement 1** | **Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage des tapis de sol** |
|---|---|
| Durée : 10 min | Méthode : Démonstration et exécution |

Donner un tapis de sol à chaque groupe. Demander aux cadets de suivre l'instruction, et de nettoyer et plier le tapis de sol au fur et à mesure qu'on l'aborde.

**LAVAGE ET SÉCHAGE**

Nettoyer un tapis de sol est requis seulement quand il est évident qu'il est couvert de saleté ou de l'argile. Si le tapis de sol doit être lavé, utiliser de l'eau seulement. N'importe quel type de solution de nettoyage enlève les éléments d'imperméabilisation du tapis de sol. S'assurer de faire sécher complètement les surfaces, parce que l'humidité qui reste encore peut désagréger et affaiblir le tapis de sol.

**PLIAGE**

Pour plier le tapis de sol, suivre les étapes suivantes :

1. S'assurer que le tapis de sol est complètement sec.
2. Étendre le tapis de sol, avec l'intérieur vers le haut (figure 11-9-1, étape 1).
3. Plier les extrémités vers l'intérieur pour faire un rectangle (figure 11-9-1, étape 2).
4. Plier en deux en ramenant le côté droit vers le côté gauche (figure 11-9-1, étape 3).
5. Plier les extrémités vers le centre – l'extrémité droite vers le centre, l'extrémité gauche vers le centre (figure 11-9-1, étape 4).
6. Plier en deux en ramenant le côté droit vers le côté gauche (figure 11-9-1, étape 5).
7. Si le bac de rangement est plus petit, faire plus de plis en suivant le même modèle pour atteindre la grandeur désirée pour l'entreposage.

ÉTAPE 1

ÉTAPE 2

ÉTAPE 3

Figure 11-9-1 (feuille 1 de 2) Pliage d'un tapis de sol

*D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale*

**ÉTAPE 4**

**ÉTAPE 5**

Figure 11-9-1 (feuille 2 de 2) Pliage d'un tapis de sol

*D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale*

**ENTREPOSAGE**

Le tapis de sol doit être entreposé dans un endroit frais et sec, et protégé contre les rayons du soleil. Les bacs de rangement ou les contenants en plastique sont idéals pour organiser et entreposer les tapis de sol.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets au pliage d'un tapis de sol servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE. Des questions sont fournies si une confirmation d'apprentissage supplémentaire est nécessaire.

**QUESTIONS**

Q1. Que doit-on utiliser pour nettoyer un tapis de sol?

Q2. Qu'est-ce qu'une solution de nettoyage fait à un tapis de sol?

Q3. Où doit-on entreposer un tapis de sol?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. On doit utiliser de l'eau pour nettoyer un tapis de sol.

R2. Une solution de nettoyage peut endommager ou enlever l'imperméabilisation d'un tapis de sol.

R3. Un tapis de sol doit être entreposé dans un endroit frais, sec et protégé contre les rayons du soleil.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au nettoyage et à l'entreposage des tapis de sol servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La capacité de nettoyer et d'entreposer les tapis de sol en campagne permettra de prolonger la durée de vie de ceux-ci. Permettre aux cadets de nettoyer et d'entretenir l'équipement de section développe un sens d'appartenance, assure que les éléments sont bien entretenus et qu'ils dureront pour que d'autres personnes puissent les utiliser.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

A-CR-CCP-702/PF-002

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book (2nd ed.)*. Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M122.05

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M122.05 – DÉTERMINER LES COORDONNÉES DE QUADRILLAGE**

1. **Rendement.** Déterminer les coordonnées de quadrillage.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) des cartes topographiques ou militaires;

      (2) des matériaux pour fabriquer une équerre à report;

      (3) de la supervision; et

      (4) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe ou des aires d'entraînement assez larges pour accommoder tout le groupe pendant l'utilisation des cartes.

3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit relever des coordonnées de quadrillage à quatre et à six chiffres (dans la bonne grille et avec une précision de 100 mètres), pour une série de détails géographiques sur une carte topographique.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer et démontrer aux cadets comment relever les coordonnées de quadrillage à quatre chiffres, et leur demander de pratiquer, y compris le fait que :<br>a. les coordonnées de quadrillage à quatre chiffres comportent quatre chiffres dérivés des numéros attribués aux abscisses (axe X ) et aux ordonnées (axe Y) sur la carte;<br>b. les numéros sont affichés en indiquant l'abscisse à deux chiffres, suivie de l'ordonnée à deux chiffres; et<br>c. les lignes de quadrillage qui se croisent dans le coin gauche inférieur du carré de quadrillage en question servent à identifier le carré.<br>**Nota :** L'instructeur doit déterminer trois emplacements que les cadets vont utiliser pour identifier les coordonnées de quadrillage à quatre chiffres et trois points que les cadets doivent trouver à l'aide des coordonnées de quadrillage à quatre chiffres. | Démonstration et exécution | 10 min | A2-004 (chap. 6, art. 602) |

5. **Durée**

| | | |
|---|---|---|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Démonstration et exécution : | 10 min |
| c. | Total : | 15 min |

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour permettre aux cadets de participer à une étude supervisée de la matière d'enseignement pratique. Cette méthode donne l'occasion à l'instructeur de présenter la matière, de démontrer et expliquer les procédures, et de superviser les cadets pendant la mise en pratique des compétences. Cette méthode se prête à tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A2-004 B-GL-382-005-FP-001, Forces canadiennes. (1976). *Cartes, terrains, dessins topographiques et boussoles (vol. 8)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Du matériel de présentation (par exemple, tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;

   b. Des cartes topographiques ou militaires;

   c. Une boussole munie d'équerre à report; et

   d. Un exemple d'équerre à report fabriquée à la main.

9. **Matériel d'apprentissage**

   a. Des cartes topographiques ou militaires (une pour deux cadets); et

   b. Des matériaux de fabrication d'une équerre à report.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs confirmeront que les cadets savent comment relever les coordonnées de quadrillage à quatre et à six chiffres pendant le contrôle de fin de leçon.

11. **Remarques.** Accorder aux cadets suffisamment de temps au cours de ces XEC pour pratiquer cette compétence.

A-CR-CCP-701/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

**OCOM M122.05 – DÉTERMINER UNE COORDONNÉE DE QUADRILLAGE**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Avant l'instruction de cette leçon, l'instructeur doit présélectionner les coordonnées de quadrillage à utiliser dans les composantes pratiques de cette leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour permettre aux cadets de participer à une étude supervisée des matières d'enseignement pratique. Cette méthode donne l'occasion à l'instructeur de présenter la matière, de démontrer et expliquer les procédures, et de superviser les cadets pendant la mise en pratique des compétences. Cette méthode se prête à tous les styles d'apprentissage.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait pouvoir déterminer les coordonnées de quadrillage à quatre chiffres (à une précision de +/- 1000 mètres et 100 mètres, respectivement), pour une série d'entités sur une carte topographique.

### IMPORTANCE

En tant que cadet de l'Armée, il est important de savoir comment utiliser le système de quadrillage. Étant donné que le système de grillage est la base de la lecture de cartes, le concept du quadrillage à quatre chiffres est une étape préalable pour devenir un bon lecteur de cartes. Une coordonnée de quadrillage décrit en détail l'emplacement d'un carré de quadrillage sur une carte et évite la confusion au sujet d'un emplacement. La

communication d'emplacements exacts par la radio est possible avec la compréhension d'une coordonnée de quadrillage.

**Point d'enseignement 1** — **Expliquer et démontrer un quadrillage à quatre chiffres**

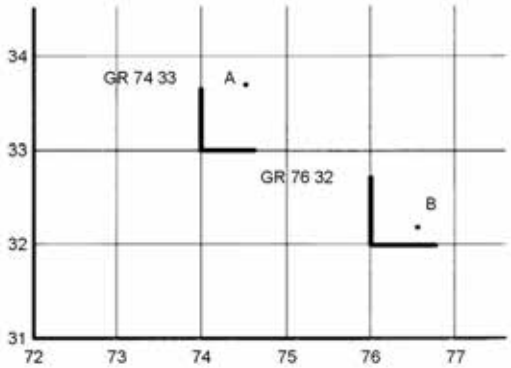
Durée : 10 min — Méthode : Démonstration et exécution

**COORDONNÉES DE QUADRILLAGE**

Traditionnellement, les militaires identifient les lignes de quadrillage en énonçant le nombre à deux chiffres de chaque ligne de quadrillage. Lorsqu'un emplacement est identifié à l'aide du système de quadrillage, il se nomme « coordonnée de quadrillage ». Pour donner une coordonnée de quadrillage à un carré, la référence est toujours au coin sud-ouest du carré (inférieur gauche). Les coordonnées de quadrillage sont toujours données avec la valeur abscisse en premier, suivie de la valeur ordonnée.

**COORDONNÉE DE QUADRILLAGE À QUATRE CHIFFRES**

Un système de coordonnées de quadrillage à quatre chiffres est utilisé pour identifier un carré de quadrillage spécifique de 1 000 mètres par 1 000 mètres. Il comprend quatre chiffres numériques provenant des chiffres assignés aux abscisses sur l'axe X et les ordonnées sur l'axe Y, où les lignes du quadrillage se croisent au coin inférieur gauche du carré de quadrillage.




*B-GL-382-005/FP-001, Instruction militaire, Volume 8, cartes, dessins topographiques et boussoles*

Figure 11-5-1 Coordonnée de quadrillage à quatre chiffres

L'instructeur fournit un minimum de trois points de pratique que les cadets peuvent utiliser pour déterminer une coordonnée de quadrillage à quatre chiffres. Il est important pour le cadet d'être également capable d'identifier un emplacement sur une carte lorsqu'on lui donne une coordonnée de quadrillage et de déterminer la coordonnée de quadrillage d'un emplacement indiqué sur une carte.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. À quel coin du carré se reporte-t-on pour donner une coordonnée de quadrillage?

Q2. Dans quel ordre les chiffres sont-ils donnés pour donner une coordonnée de quadrillage à quatre chiffres?

Q3. Une coordonnée de quadrillage à quatre chiffres identifie quelle grandeur de carré de quadrillage?

**RÉPONSES PRÉVUES**

R1. Sud-ouest ou le coin inférieur gauche.

R2. Les abscisses, ensuite les ordonnées ou l'axe X puis l'axe Y.

R3. 1000 mètres par 1000 mètres.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

L'instructeur doit donner deux points aux cadets à utiliser pour déterminer des coordonnées de quadrillage à quatre chiffres.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est essentiel de savoir comment déterminer une coordonnée de quadrillage à quatre chiffres pour fonctionner de façon sécuritaire sur le terrain, pour déterminer l'emplacement précis d'un objet ou de soi-même, et pour communiquer cette position aux autres.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-004 B-GL-382-005/FP-001, Forces canadiennes (1976). *Cartes, dessins topographiques et boussoles* (volume 8). Ottawa, ON, Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M121.02

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M121.02 – TRANSPORTER L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL**

1. **Rendement.** Transporter l'équipement personnel.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) des exemples d'équipement;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales :

      (1) formation sur place : des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour accommoder tout le groupe; et

      (2) application pratique : un environnement de campagne pendant un EEC de bivouac lors d'une fin de semaine.

3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, les cadets doivent participer à un EEC de bivouac lors d'une fin de semaine d'une durée de deux jours complets et une nuit. Ils doivent emballer et transporter leur équipement personnel à l'aller au site d'exercice d'entraînement en campagne et au retour. Selon les moyens de transport pour se rendre au secteur d'entraînement et les ressources disponibles au corps de cadets en terme de sacs à dos, ceci pourrait varier de la marche jusqu'au site en transportant leur sac à dos jusqu'au transport en véhicule jusqu'au site.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer et démontrer la bonne façon de transporter un sac à dos en :<br>a. desserrant les bretelles;<br>b. fléchissant les genoux et en tenant les bretelles;<br>c. soulevant le sac et en le posant sur la cuisse droite (gauche);<br>d. passant le bras droit (gauche) dans la bretelle et en le posant sur le sac d'un geste vif;<br>e. passant le bras gauche (droit) dans l'autre bretelle; et<br>f. fermant la boucle de la ceinture et en serrant les bretelles. | Démonstration et exécution | 10 min | C2-017 (p. 13 et 14, et p. 29 à 31) |

A-CR-CCP-701/PG-002

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| | **Nota :** 1. Lorsqu'il est bien ajusté, le sac à dos doit permettre de faire facilement des mouvements d'épaule et de hanche. Cela permet à la personne qui le porte de se tenir debout en position normale et de marcher à pas réguliers.<br>2. Si des sacs à dos des FC doivent être utilisés, il faut s'assurer qu'ils sont bien assemblés avant de les donner aux cadets. | | | |

5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion : 5 min

b. Démonstration et exécution : 10 min

c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour permettre aux cadets de participer à une étude supervisée de la matière d'enseignement pratique. Cette méthode donne l'occasion à l'instructeur de présenter la matière, de démontrer et expliquer les procédures, et de superviser les cadets pendant la mise en pratique des compétences. Cette méthode se prête à tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence**

a. C2-004 (ISBN 1-896713-00-9), Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON, Paul Tawrell.

b. C2-005 (ISBN 0-393-31334-4), Berger, K. (1995). *Hiking and Backpacking, a Trailside Guide*. New York, NY, Norton and Company, Inc.

c. C2-009 (ISBN 0-684-85909-2), Harvey, M. (1999). *The National Outdoor Leadership School's Wilderness Guide*. New York, NY, Fireside.

d. C2-017 (ISBN 0-7627-0476-4), Roberts, H. (1999). *Basic Essentials, Backpacking*. Guildford, CT, The Globe Pequot Press.

8. **Matériel d'instruction**

a. Du matériel de présentation (par exemple, tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;

b. Des sacs à dos (à armatures interne et externe); et

c. Des exemples appropriés d'équipement personnel.

9. **Matériel d'apprentissage**

a. Sac à dos; et

b. Équipement personnel.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs confirmeront la compréhension de la matière par les cadets lors de la vérification à la fin de la leçon. L'instructeur doit également surveiller les cadets pendant l'EEC de bivouac, en leur donnant des conseils ou en les corrigeant au besoin.

11. **Remarques.** Cette leçon doit être enseignée avant l'EEC de bivouac. On recommande aux instructeurs de faire en sorte que les sacs à dos des cadets de l'unité soient vérifiés la nuit précédant l'EEC de bivouac, pour s'assurer qu'ils sont bien emballés.

A-CR-CCP-701/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M121.02 – TRANSPORTER L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour permettre aux cadets de participer à une étude supervisée des matières d'enseignement pratique. Cette méthode donne l'occasion à l'instructeur de présenter la matière, de démontrer et expliquer les procédures, et de superviser les cadets pendant la mise en pratique des compétences. Cette méthode se prête à tous les styles d'apprentissage.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure de bien porter le sac à dos.

### IMPORTANCE

Cette leçon permet aux cadets de s'entraîner en campagne et de transporter leur équipement de façon sécuritaire et efficace.

A-CR-CCP-701/PF-002

**Point d'enseignement 1** **Expliquer et démontrer comment bien porter un sac à dos**

Durée : 10 min Méthode : Démonstration et exécution

**ENFILER UN SAC À DOS**

L'instructeur doit informer les cadets gauchers qu'ils peuvent suivre les directives en utilisant la main opposée, pour accommoder la main dominante.

Il y a plusieurs façons de prendre un sac à dos et le mettre au dos. Si le sac à dos est enfilé de façon incorrecte, on peut se blesser au dos. Voici une méthode étape par étape considérée sécuritaire pour enfiler un sac à dos :

1. Détacher la ceinture et desserrer les bretelles.
2. Prendre le sac à dos de la main droite par la barre transversale de laquelle pendent les bretelles, et mettant la main gauche sur la bretelle droite, le lever assez haut pour l'appuyer sur le genou droit.
3. Glisser le bras droit sous la bretelle et balancer le sac sur le dos.
4. Passer le bras gauche dans l'autre bretelle.
5. Serrer la ceinture et les bretelles.
6. S'assurer que les bouts des ceintures et des sangles sont rangés et on est prêt à partir.

Lorsqu'il est bien ajusté, le sac à dos doit permettre de faire facilement des mouvements d'épaules et de hanches. Cela permet à la personne qui le porte de se tenir debout en position normale et de marcher à pas réguliers.

- Donner l'occasion aux cadets d'enfiler le sac à dos, dans la mesure où le temps le permet.
- Dans les cas où on doit utiliser les sacs à dos des FC, on doit les évaluer pour assemblage approprié.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Que doit-on desserrer avant d'enfiler le sac à dos?

Q2. Lorsque le sac est sur le dos et bien ajusté, que doit-on s'assurer de ranger?

Q3. Lorsqu'il est bien ajusté, le sac à dos doit permettre de faire facilement des mouvements de _____ et de _____.

**RÉPONSES PRÉVUES**

R1. Détacher la ceinture et desserrer les bretelles.

R2. Les bouts des ceintures et des sangles sont rangés.

R3. Les épaules et les hanches.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'enfilage d'un sac à dos servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les cadets peuvent maintenant aller en campagne et porter leur équipement de façon sécuritaire et efficace.

**COMMENTAIRES/REMAROUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON, Tawrell, Paul.

C2-005 (ISBN 0-393-31334-4) Berger, K. (1995). *Hiking and Backpacking, a Trail Side Guide*. New York, NY, Norton and Company, Inc.

C2-009 (ISBN 0-684-85909-2) Harvey, M. (1999). *The National Outdoor Leadership School's Wilderness Guide*. New York, NY, Fireside.

C2-017 (ISBN 0-7627-0476-4) Roberts, H. (1999). *Basic Essentials, Backpacking*. Guilford, CT, The Globe Pequot Press.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M222.02

A-CR-CCP-702/PG-002

**OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS**

1. **Rendement.** Décrire des azimuts.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une rose des vents;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit identifier le vrai nord géographique, le nord de quadrillage et le nord magnétique.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Identifier et expliquer les trois nords, y compris :<br>a. le vrai nord géographique;<br>b. le nord de quadrillage; et<br>c. le nord magnétique. | Exposé interactif | 10 min | A2-041 (p. 50 et 51) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Exposé interactif : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter la matière de base, d'initier les cadets aux azimuts et de stimuler leur intérêt.

7. **Documents de référence.** A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction**

   a. Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;

   b. Une carte topographique; et

   c. Une rose des vents.

9. **Matériel d'apprentissage**

   a. Un crayon; et

b. Une rose des vents.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-702/PF-002

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ROUGE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS**

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 15 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de présenter la matière de base, d'initier les cadets aux azimuts et de stimuler leur intérêt.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, les cadets doivent être en mesure d'identifier le vrai nord géographique, le nord de quadrillage et le nord magnétique.

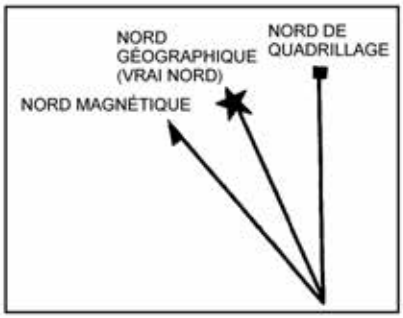
### IMPORTANCE

Il est important que les cadets puissent identifier et expliquer les trois nords, car ceux-ci peuvent les aider tout au long de l'instruction sur la navigation et les expéditions.

| | |
|---|---|
| **Point d'enseignement 1** | **Identifier et expliquer les trois nords** |
| Durée : 10 min | Méthode : Exposé interactif |

En navigation, trois nords différents sont utilisés—le vrai nord géographique, le nord de quadrillage et le nord magnétique. Chaque nord varie sensiblement l'un de l'autre et il faut le savoir pour s'en servir en navigation. Un diagramme représentant les trois nords se trouve dans la marge de la carte qui est utilisée.

Dessiner la figure 12-2-1 sur le tableau et dessiner le symbole pour chaque nord au fur et à mesure de l'expliquer aux cadets.




*B-GL-382-005/PT-001 (p. 51)*

Figure 12-2-1 Trois nords

**Vrai nord géographique.** Le vrai nord géographique est situé sur le dessus de la terre, où se trouve le pôle Nord géographique et où toutes les lignes de longitude se joignent. Dans le diagramme sur la carte, le vrai nord géographique est représenté par une étoile (l'étoile Polaire).

**Nord de quadrillage.** Le nord de quadrillage est le nord indiqué par les lignes de quadrillage (abscisses) sur une carte topographique. Les lignes abscisses sont parallèles et ne se rencontrent jamais au pôle Nord; pour cette raison, le nord de quadrillage pointe légèrement à l'écart du vrai nord géographique. Dans le diagramme sur la carte, le nord de quadrillage est représenté par un carré (la grille cartographique).

**Le nord magnétique.** Le nord magnétique est la direction où l'aiguille de la boussole pointe. Cette direction est vers le pôle magnétique qui est situé dans l'Arctique canadien et qui varie légèrement du vrai nord géographique (pôle Nord). Dans le diagramme sur la carte, le nord magnétique est représenté par une aiguille (boussole).

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Quel symbole utilise-t-on pour représenter le vrai nord géographique?

Q2. Quel symbole utilise-t-on pour représenter le nord de quadrillage?

Q3. Quel symbole utilise-t-on pour représenter le nord magnétique?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Une étoile, comme pour l'étoile Polaire.

R2. Un carré, comme pour un carré de quadrillage.

R3. Une aiguille, comme dans une boussole.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'identification des trois nords servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La capacité d'identifier les trois nords est un aspect important de l'instruction de navigation, car cela permet aux cadets de déterminer la direction lorsqu'ils se déplacent d'un point à un autre.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**TECHNIQUES D'INSTRUCTION – FORMULAIRE D'ÉVALUATION**

Nom du cadet : _____ Peloton : _____

Sujet de la leçon : _____

| Critère | Commentaires | Non réalisée | Réalisée avec difficulté | Réalisée sans difficulté |
|---|---|---|---|---|
| **PRÉPARATION** | | | | |
| Choisir un endroit pour la leçon. | | | | |
| Préparer un endroit pour la leçon. | | | | |
| Utiliser un plan de leçon. | | | | |
| Sélectionner une méthode d'instruction appropriée. | | | | |
| Réviser la matière déjà enseignée. | | | | |
| **INTRODUCTION** | | | | |
| Préciser ce que les cadets apprendront. | | | | |
| Expliquer pourquoi la matière enseignée est importante. | | | | |
| Décrire la façon dont les connaissances/habiletés seront appliquées. | | | | |
| **CORPS** | | | | |
| Appliquer les principes d'instruction. (participation, intérêt, compréhension, confirmation, accentuation et succès) | | | | |
| Sélectionner une ou plusieurs aides didactiques appropriées. | | | | |

| Critère | Commentaires | Non réalisée | Réalisée avec difficulté | Réalisée sans difficulté |
|---|---|---|---|---|
| **CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON** | | | | |
| Poser des questions ou diriger des activités pour confirmer l'apprentissage des connaissances ou des compétences. | | | | |
| **CONCLUSION** | | | | |
| Récapituler la leçon. | | | | |
| Remotiver les cadets. | | | | |
| Décrire la prochaine leçon. | | | | |
| **TECHNIQUES D'ART ORATOIRE** | | | | |
| Mettre en pratique les éléments du contrôle de la voix. (hauteur, volume, débit, pause et articulation) | | | | |
| Utiliser un langage corporel approprié. | | | | |
| Avoir une tenue et un comportement appropriés. | | | | |
| **TECHNIQUES DE QUESTIONS** | | | | |
| Choisir des types de questions appropriés. | | | | |
| Suivre l'ordre d'interrogation. (donner un temps de réflexion, nommer un cadet pour répondre à la question, réfléchir sur la réponse et féliciter) | | | | |
| **COMMENTAIRES** | | | | |

Signature de l'évaluateur

Date

Signature du cadet

**LISTE DE SUJETS**

1. Votre engagement personnel au corps de cadets.
2. Un événement amusant auquel vous avez pris part au Centre d'instruction d'été des cadets.
3. Un sujet ou domaine que vous aimeriez voir ajouter ou traiter de façon approfondie dans le programme d'instruction actuel.
4. Un but que vous avez fixé ou atteint en tant que cadet.
5. Comment vous vous voyez éventuellement au sein du corps de cadets.
6. Un événement amusant auquel vous avez pris part au corps de cadets.
7. Votre première soirée en tant que cadet.
8. Votre premier voyage avec le corps de cadets.
9. Votre première visite au centre d'expédition.
10. La raison pour laquelle vous avez joint les cadets.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**EXPOSÉ ORAL – FORMULAIRE DE RÉTROACTION**

Nom : _____ Date : _____

**Durée : 1 min** **Début : _____** **Fin : _____** **Durée totale : _____**

| Critère | Commentaires | Oui | Non |
|---|---|---|---|
| Introduction | | | |
| Corps | | | |
| Conclusion | | | |
| Voix | | | |
| Langage corporel | | | |
| Tenue et comportement appropriés | | | |
| Matériel de présentation | | | |
| **Commentaires :** | | | |

| **Forces** | **Points à améliorer** |
|---|---|
| | |

_____ _____

Signature de l'instructeur Signature du cadet

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## PLAN DE LEÇON

Le plan de leçon est une façon pour l'instructeur d'organiser la leçon et de résumer l'information contenue dans la description de leçon et le GP et leurs idées personnelles. Les plans de leçon donnent un ensemble d'indications détaillées pour enseigner une ou plusieurs périodes d'instruction.

Le plan de leçon est structuré comme suit :

| Partie | Objectif |
|---|---|
| 1. Introduction | Stimuler l'intérêt et la motivation des cadets. |
| 2. Corps | Présenter et expliquer chaque PE. |
| 3. Confirmation de fin de leçon | Confirmer que les cadets ont bien compris la leçon. |
| 4. Conclusion | Résumer les points importants et mentionner les leçons à venir. |

### Introduction

L'introduction est la première interaction verbale de l'instructeur avec les cadets. Elle doit capter leur attention. L'introduction d'un plan de leçon doit comporter les éléments suivants :

- **Quoi.** Qu'est-ce que les cadets doivent être en mesure d'accomplir à la fin de la leçon?
- **Où.** Décrit la façon et où la leçon a sa place au sein du programme des cadets.
- **Pourquoi.** Pourquoi est-il important que les cadets atteignent les objectifs?

Lire les paragraphes Objectifs et Importance dans le GP pour avoir de l'information sur la façon de rédiger l'introduction du plan de leçon.

### Corps

Le corps du plan de leçon comporte la matière présentée, expliquée et appuyée. Chaque PE oriente l'instructeur et les cadets.

Chaque PE de la leçon comprend les sections suivantes :

- **Introduction.** Présente brièvement la matière à enseigner durant le PE.
- **Méthode d'enseignement.** Indique la méthode d'enseignement qui a été choisie pour le PE donné.
- **Contenu de la leçon.** Présente le contenu de la leçon dans un ordre clair et logique, en allant du facile au difficile ou du connu à l'inconnu.
- **Confirmation.** La confirmation du PE peut prendre la forme de questions orales, de jeux, de jeux de rôle, d'activités en classe ou d'activités pratiques. Les guides pédagogiques donnent des suggestions sur la façon de confirmer l'apprentissage des PE. Les instructeurs peuvent utiliser ces suggestions ou décider de leur propre façon de confirmer l'apprentissage.

### Confirmation de fin de leçon

Le plan de leçon doit décrire les procédures à suivre pour confirmer l'apprentissage du PE. Les confirmations de fin de leçon permettent de s'assurer que les cadets ont bien compris la leçon et de déceler les lacunes de rendement pour pouvoir les corriger.

Les activités de confirmation d'apprentissage sont basées sur les objectifs de la leçon. La confirmation de fin de leçon peut prendre la forme de questions orales, de jeux, de jeux de rôle, d'activités en classe ou d'activités pratiques. Les GP donnent des suggestions sur la façon dont peut se dérouler les confirmations de fin de leçon. Les instructeurs peuvent utiliser ces suggestions ou décider de leur propre façon de confirmer l'apprentissage.

**Conclusion**

La conclusion d'une leçon permet à l'instructeur de résumer les points importants et de faire le lien entre ceux-ci et les leçons à venir et leur utilité.

- **Récapitulation des points importants et des lacunes.** La récapitulation sert à réviser les principaux PE. Le détail de la récapitulation est déterminé par les objectifs de la leçon et les résultats de la confirmation de fin de leçon des cadets. Si les cadets ont atteint les objectifs, la récapitulation peut être brève. Si, par contre, ils ont éprouvé certaines difficultés, l'instructeur doit les résumer à ce stade et indiquer la façon de les régler.
- **Énoncé de remotivation.** L'énoncé de remotivation réaffirme l'importance de la leçon (le « pourquoi ») et remotive les cadets. L'instructeur doit également saisir cette occasion pour donner un aperçu de la leçon suivante et les informer de toutes les précautions à prendre lorsqu'ils mettront en pratique les connaissances qu'ils ont apprises.

Lire le paragraphe Observations finales dans le GP pour de l'information sur la façon de rédiger la conclusion du plan de leçon.

**PLAN DE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE**

| OCOM : | Titre de l'OCOM : | |
|---|---|---|
| Instructeur : | Lieu : | Durée totale : min |
| DURÉE | **RÉVISION** | REMARQUES |
| | **OREN/OCOM :**<br><br>**OBJECTIF DE COMPÉTENCE :** | |
| DURÉE | **INTRODUCTION** | REMARQUES |
| | **Quoi :**<br><br>**Pourquoi :**<br><br>**Où :** | |
| DURÉE | **CORPS** | REMARQUES |
| | **PE 1 : (premier mouvement)**<br><br>**Formation :**<br><br>**Confirmer l'apprentissage du PE 1 :** | |

| | | |
|---|---|---|
| | **PE 2 : (deuxième mouvement)**<br><br>**Formation :**<br><br>**Confirmer l'apprentissage du PE 2 :** | |
| DURÉE | **CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON** | REMARQUES |
| | | |
| DURÉE | **CONCLUSION** | REMARQUES |
| | **Récapitulation :** Dans cette leçon, vous avez appris…<br><br>**Remotivation :**<br><br>Votre prochaine leçon consistera en… | |

## LISTE DE CONTRÔLE DU PLAN DE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE

| PRÉPARATION | REMARQUES |
|---|---|
| Avez-vous : | |
| ❑ choisi une formation d'escouade appropriée? | |
| ❑ rédigé un plan de leçon? | |
| **INTRODUCTION** | |
| Est-ce que votre introduction : | |
| ❑ révise la matière déjà enseignée? | |
| ❑ précise ce que les cadets apprendront? | |
| ❑ explique pourquoi il est important d'apprendre le mouvement? | |
| ❑ décrit l'endroit et le moment où le mouvement peut être exécuté? | |
| ❑ décrit la façon dont les cadets seront évalués. | |
| **CORPS** | |
| Est-ce que le corps de votre leçon : | |
| ❑ fait la démonstration du mouvement au complet pendant que l'instructeur marque la cadence? | |
| ❑ explique le mouvement? | |
| ❑ fait la démonstration de la première partie du mouvement et l'explique? | |
| ❑ permet aux membres de l'escouade de poser des questions? | |
| ❑ permet de répéter la première partie du mouvement (collectivement, individuellement, collectivement)? | |
| ❑ enseigne le deuxième mouvement et chaque mouvement subséquent, suivant la séquence décrite ci-dessus? | |
| ❑ permet de répéter le mouvement au complet pendant que : | |
| ❑ l'instructeur marque la cadence; | |
| ❑ les cadets marquent la cadence; | |
| ❑ les cadets comptent mentalement la cadence? | |
| ❑ confirme l'apprentissage de chaque PE? | |
| ❑ comprend deux démonstrations complètes? | |
| **CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON** | |
| ❑ Avez-vous dirigé une activité de confirmation d'apprentissage de fin de leçon? | |

| CONCLUSION | |
|---|---|
| Est-ce que votre conclusion :<br>❑ énonce de nouveau le mouvement enseigné et le moment ou l'endroit où il sera exécuté?<br>❑ remotive les cadets en :<br>❑ donnant des commentaires sur leur progrès;<br>❑ énonçant de nouveau la raison pour laquelle le mouvement d'exercice militaire appris est important?<br>❑ décrit la prochaine leçon? | |

## LISTE DES SUJETS APPROUVÉS POUR UNE LEÇON D'EXERCICE MILITAIRE DE 15 MINUTES

Enseigner le mouvement pour adopter la position garde-à-vous à partir de la position en place repos et la position en place repos à partir de la position garde-à-vous (M108.01 [Adopter les positions du garde-à-vous, en place repos et repos], A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 8, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 8, section 1).

Enseigner le mouvement pour adopter la position repos à partir de la position en place repos et la position en place repos à partir de la position repos (M108.01 [Adopter les positions du garde-à-vous, en place repos et repos], A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 8, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 8, section 1).

Enseigner la façon de saluer vers l'avant (M108.02 [Exécuter un salut à la halte sans armes], A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 8, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 8, section 2).

Enseigner la façon de saluer vers la droite (gauche) (M108.02 [Exécuter un salut à la halte sans armes], A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 8, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 8, section 2).

Enseigner la façon de tourner vers la droite à la halte (M108.03 [Exécuter les mouvements pour Tourner à la halte], A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 8, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 8, section 3).

Enseigner la façon de tourner vers la gauche à la halte (M108.03 [Exécuter les mouvements pour Tourner à la halte], A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 8, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 8, section 3).

Enseigner la façon de faire demi-tour à la halte (M108.03 [Exécuter les mouvements pour Tourner à la halte], A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 4, section 8, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 8, section 3).

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 ET 2 DE L'OCOM M108.01

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M108.01 – ADOPTER LES POSITIONS GARDE-À-VOUS, EN PLACE REPOS ET REPOS**

1. **Rendement.** Adopter les positions garde-à-vous, en place repos et repos.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) les commandements;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).

3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter les mouvements d'exercice militaire individuels suivants :

   a. de la position en place repos à la position garde-à-vous; et

   b. de la position garde-à-vous à la position en place repos.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer le mouvement pour adopter la position garde-à-vous à partir de la position en place repos, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 5 min | A0-002 (p. 2-2 à 2-8) |
| PE2 | Expliquer le mouvement pour adopter la position en place repos à partir de la position garde-à-vous, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 5 min | A0-002 (p. 2-2 à 2-8) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Des instructeurs adjoints au besoin.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à répéter le mouvement d'exercice militaire pendant le contrôle de fin de leçon, et donner une rétroaction tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes à venir.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

**OCOM M108.01 – ADOPTER LES POSITIONS DU GARDE-À-VOUS, EN PLACE REPOS ET REPOS**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade qui convient le mieux pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction de l'exercice militaire élémentaire. (Remarque : Tous les cadets **doivent** pouvoir observer entièrement toutes les démonstrations et explications.)

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être capable d'adopter les positions garde-à-vous et en place repos.

**IMPORTANCE**

À titre de membres du Mouvement des cadets du Canada (MCC), les cadets devront exécuter les mouvements d'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant netteté, esprit de corps, coordination des mouvements et vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec aisance et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en un groupe pour encourager la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel dépend le MCC.

---

**Point d'enseignement 1** — **Adopter la position garde-à-vous à partir de la position en place repos**

Durée : 5 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

On rappelle aux instructeurs de donner le bon exemple pendant l'exercice militaire dès qu'ils se trouvent sur le terrain de parade. Des mouvements appropriés de l'exercice militaire, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut faire cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)**

Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été décomposés en mouvements individuels, ou numéros. Le ou les instructeurs doivent faire la démonstration de chaque numéro et l'expliquer.

Pour adopter la position garde-à-vous à partir de la position en place repos, le cadet doit faire ce qui suit :

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, GARDE-À-VOUS, ESCOUADE – UN, fléchir le genou gauche et ramener le poids de leur corps sur le pied droit.

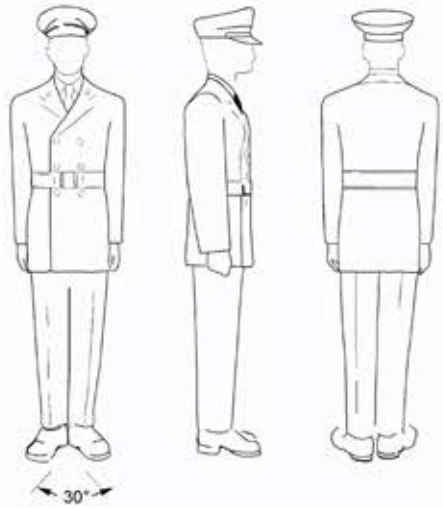
**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT ET L'EXPLIQUER**

Au commandement « ESCOUADE — DEUX » :

1. tendre vivement la jambe gauche, placer le pied au sol de façon énergique, le bout du pied en premier, puis le talon, en gardant les talons en ligne; et
2. en même temps, d'un mouvement rapide, ramener les bras et les mains à la position garde-à-vous.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-1-1 Position garde-à-vous

*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-1-2 Position du poignet au garde-à-vous

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement GARDE-À – VOUS, combiner les deux mouvements en un seul. La cadence est marquée en comptant « un ».

Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

Les cadets doivent adopter la position garde-à-vous en escouade.

**Point d'enseignement 2** — **Adopter la position en place repos à partir de la position garde-à-vous**

Durée : 5 min — Méthode : Démonstration et exécution

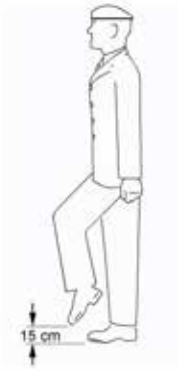
**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

La position en place repos est une position intermédiaire entre le garde-à-vous et la position repos. Elle ne permet pas de détente, mais peut être maintenue sans effort plus longtemps que la position garde-à-vous.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)**

> Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été décomposés en mouvements individuels, ou numéros. Le ou les instructeurs doivent faire la démonstration de chaque numéro et l'expliquer.

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, EN PLACE REPOS, ESCOUADE – UN, le cadet fléchit le genou gauche.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-1-3 Escouade un – En place repos

**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

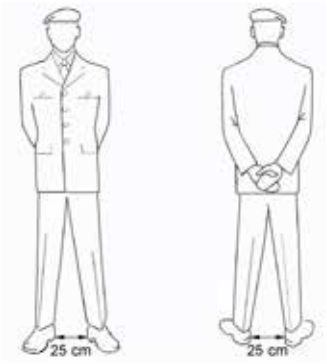
Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT (DEUXIÈME NUMÉRO) ET L'EXPLIQUER**

Au commandement ESCOUADE – DEUX, le cadet doit :

1. déplacer le pied gauche vers la gauche, redresser la jambe à la cadence du pas de gymnastique et placer rapidement le pied à plat sur le sol, l'intérieur du talon gauche à 25 cm de celui du talon droit;
2. en même temps, placer rapidement les bras derrière le dos, en les tendant le plus loin possible, le dos de la main droite dans la paume de la main gauche, les pouces croisés, le droit par-dessus le gauche, et les doigts tendus vers le sol; et

3. répartir également le poids du corps sur les deux pieds.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-1-4 Position en place repos

**FAIRE RÉPÉTER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement EN PLACE RE – POS, combiner les deux mouvements en un seul. La cadence est marquée en comptant « un ».

Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

Les cadets doivent adopter la position en place repos en escouade.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

Pour confirmer l'apprentissage de cette leçon, il faut faire pratiquer les cadets, en escouade, à exécuter les positions garde-à-vous, en place repos et repos, et insister sur les mouvements avec lesquels ils ont éprouvé de la difficulté pendant la leçon.

**Faire répéter le mouvement au complet pendant que :**

- **l'instructeur** marque la cadence;
- **l'escouade** marque la cadence; et

- **l'escouade** compte mentalement la cadence.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Les mouvements d'exercice militaire sont des compétences qui doivent être pratiquées individuellement pour que le cadet s'améliore à titre de membre d'une unité. On encourage les cadets à exécuter les mouvements aussi souvent qu'ils en ont l'occasion. Les cadets doivent recevoir régulièrement une rétroaction et en tenir compte durant les pratiques de l'exercice militaire.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit participer à une prise d'armes de la revue annuelle. On utilisera ce mouvement pour se préparer à la prise d'armes de la revue annuelle, ou durant son exécution.

### QBSERVATIQNS FINALES

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit d'une grande discipline et de beaucoup de pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision constitue un excellent exercice d'obéissance et de vigilance. Un tel exercice définit la norme pour l'exécution de toute tâche, tant pour la personne que pour l'unité, et contribue à créer, entre le commandant et ses subordonnées, la confiance mutuelle qui est une condition essentielle à un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent être maintenues dans tous les aspects de la vie.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

# DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 ET 2 DE L'OCOM M108.01

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M108.01 – ADOPTER LES POSITIONS DU GARDE-À-VOUS, EN PLACE REPOS ET REPOS**

1. **Rendement.** Adopter les positions du garde-à-vous, en place repos et repos.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) les commandements;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).

3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter les mouvements d'exercice militaire individuels suivants :

   a. de la position repos à la position en place repos; et

   b. de la position en place repos à la position repos.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer le mouvement pour adopter la position repos à partir de la position en place repos, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 5 min | A0-002 (p. 2-2 à 2-8) |
| PE2 | Expliquer le mouvement pour adopter la position en place repos à partir de la position repos, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 5 min | A0-002 (p. 2-2 à 2-8) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Des instructeurs adjoints au besoin.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à exécuter le mouvement d'exercice militaire pendant le contrôle de fin de leçon, et donner une rétroaction tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes à venir.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

**OCOM M108.01 – ADOPTER LES POSITIONS DU GARDE-À-VOUS, EN PLACE REPOS ET REPOS**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade qui convient le mieux pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction élémentaire de l'exercice militaire. (Remarque : Tous les cadets **doivent** pouvoir observer entièrement toutes les démonstrations et explications.)

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être capable d'adopter les positions repos et en place repos.

**IMPORTANCE**

À titre de membres du Mouvement des cadets du Canada (MCC), les cadets devront exécuter les mouvements d'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant netteté, esprit de corps, coordination des mouvements et vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec aisance et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en un groupe pour promouvoir la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel dépend le MCC.

**Point d'enseignement 1** — **Adopter la position repos**

Durée : 5 min — Méthode : Démonstration et exécution

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

On rappelle aux instructeurs qu'ils doivent donner le bon exemple pendant l'exercice militaire dès qu'ils se trouvent sur le terrain de parade. Des mouvements appropriés de l'exercice militaire, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

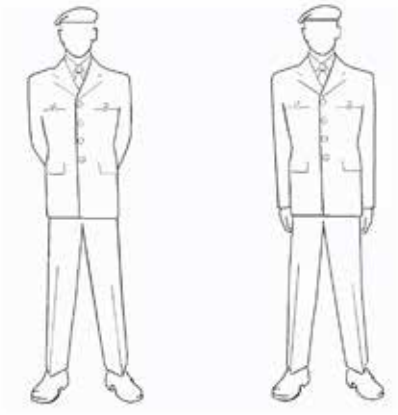
L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut exécuter cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

On met les cadets dans la position de repos pour leur permettre de se détendre. Ce commandement ne se donne que lorsque l'escouade est à la position en place repos.

Au commandement RE – POS, le cadet doit :

1. fermer les mains et ramener les bras le long du corps, à la position du garde-à-vous; et
2. se détendre.



*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-1-1 De la position en place repos à la position repos

À la position repos, le cadet peut, s'il en a la permission, ajuster sa tenue et son équipement sans toutefois déplacer les pieds et il ne doit pas parler.

**FAIRE RÉPÉTER LE MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Combiner les mouvements précédents en cadence. Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

Les cadets doivent adopter la position repos en escouade.

A-CR-CCP-701/PF-002

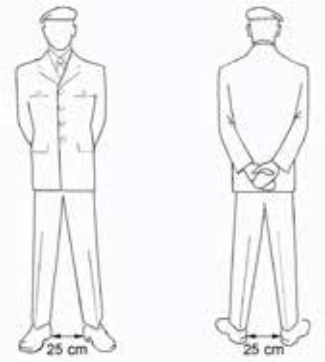
| **Point d'enseignement 2** | **Adopter la position en place repos à partir de la position repos** |
|---|---|
| Durée : 5 min | Méthode : Démonstration et exécution |

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut exécuter cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

Pour adopter la position en place repos à partir de la position repos, le cadet doit, au commandement d'avertissement ESCOUADE (ou le nom de la formation), adopter la position en place repos.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-1-2 Position en place repos

Il est préférable d'enseigner ce PE comme pratique de groupe pour assurer le respect de la cadence et l'unité de l'escouade.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

Les cadets doivent adopter la position en place repos en escouade.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

Pour confirmer l'apprentissage de cette leçon, il faut faire pratiquer les cadets, en escouade, à exécuter les positions garde-à-vous, en place repos et repos, et insister sur les mouvements avec lesquels ils ont éprouvé de la difficulté pendant la leçon.

- **l'instructeur** marque la cadence;
- **l'escouade** marque la cadence; et
- **l'escouade** compte mentalement la cadence.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Les mouvements d'exercice militaire sont des compétences qui doivent être pratiquées individuellement pour que le cadet s'améliore à titre de membre d'une unité. On encourage les cadets à exécuter les mouvements aussi souvent qu'ils en ont l'occasion. Les cadets doivent recevoir régulièrement une rétroaction et en tenir compte durant les pratiques d'exercice militaire.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit participer à une prise d'armes de la revue annuelle. On utilisera ce mouvement pour se préparer à la prise d'armes de la revue annuelle, ou durant son exécution.

### OBSERVATIONS FINALES

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit d'une grande discipline et de beaucoup de pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision constitue un excellent exercice d'obéissance et de vigilance. Un tel exercice définit la norme pour l'exécution de toute tâche, tant pour la personne que pour l'unité, et contribue à créer, entre le commandant et ses subordonnées, la confiance mutuelle qui est une condition essentielle à un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent être maintenues dans tous les aspects de la vie.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.02

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M108.02 – EXÉCUTER UN SALUT À LA HALTE SANS ARMES**

1. **Rendement.** Exécuter un salut à la halte sans armes.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) les commandements;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).

3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter des saluts à la halte sans armes, vers l'avant.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE | Expliquer la façon de saluer vers l'avant, à la halte, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 10 min | A0-002 (p. 2-10 à 2-12) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Des instructeurs adjoints au besoin.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à exécuter les mouvements pendant le contrôle de fin de leçon, et donner une rétroaction tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes à venir.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M108.02 – EXÉCUTER UN SALUT À LA HALTE SANS ARMES**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade qui convient le mieux pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction élémentaire de l'exercice militaire. (Remarque : Tous les cadets **doivent** pouvoir observer entièrement toutes les démonstrations et explications.)

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être capable d'exécuter un salut à la halte sans armes.

**IMPORTANCE**

À titre de membres des Organisations de cadets du Canada (OCC), les cadets devront exécuter les mouvements d'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant netteté, esprit de corps, coordination des mouvements et vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec aisance et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en un groupe pour encourager la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel dépend les OCC.

---

**Point d'enseignement 1** — **Exécuter un salut vers l'avant**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

On rappelle aux instructeurs de donner le bon exemple pendant l'exercice militaire dès qu'ils se trouvent sur le terrain de parade. Des mouvements appropriés de l'exercice militaire, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut exécuter cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

Le salut se fait de la main droite. Lorsqu'il est impossible de saluer de la main droite à cause d'une incapacité physique ou parce qu'on porte un objet, le salut se fait en tournant la tête et les yeux vers la droite ou vers la gauche ou en se tenant au garde-à-vous, selon le cas (voir aussi l'A-PD-201-000/PT-000, chapitre 1, section 2).

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)**

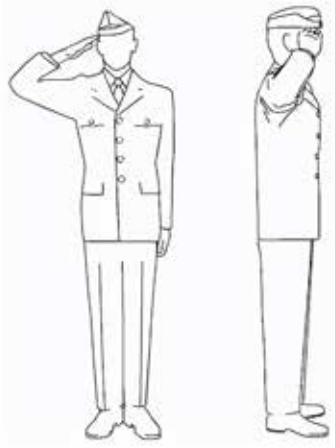
Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été décomposés en mouvements individuels, ou numéros. Le ou les instructeurs doivent faire la démonstration de chaque numéro et l'expliquer.

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, SALUT VERS L'AVANT, ESCOUADE – UN, le cadet doit :

1. fléchir le coude droit et ouvrir la paume de la main droite au moment où elle passe au niveau de l'épaule; et
2. amener la main droite par le plus court chemin jusqu'au devant de la coiffure, de telle sorte que :
   a. la paume de la main soit dirigée vers le sol;
   b. le pouce et les doigts soient bien tendus et joints;
   c. le bout de l'index soit en ligne avec l'extérieur du sourcil droit et touche la bordure de la coiffure ou la branche des lunettes, le cas échéant;
   d. la main, le poignet et l'avant-bras forment une ligne droite, à un angle de 45 degrés par rapport au bras;

e. le coude soit en ligne avec les épaules; et

f. le bras soit parallèle au sol.



*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-2-1 Saluer vers l'avant sans armes

**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT ET L'EXPLIQUER**

Au commandement ESCOUADE – DEUX, la main doit être :

1. ramenée vivement à la position du garde-à-vous par le plus court chemin, sans frapper la cuisse; et
2. refermée alors que l'avant-bras est abaissé au-dessous du niveau de l'épaule.

**FAIRE RÉPÉTER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement SALUT VERS L'AVANT, SALU – EZ, combiner les deux mouvements en un seul. Il faut observer la pause réglementaire entre les mouvements.

Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

**Nota :** Lorsque les militaires portent une coiffure autre qu'une casquette, l'index doit être placé à 2 cm au-dessus et en ligne avec l'extrémité du sourcil droit.

**Pause réglementaire :** La pause réglementaire entre les mouvements est de deux mesures, au pas cadencé. Par exemple, au commandement VERS LA DROITE EN FILE, À DROITE TOUR – NEZ, l'escouade doit :

1. exécuter le premier mouvement en comptant « UN », au mot d'exécution;
2. terminer le premier mouvement en comptant « DEUX », « TROIS », tout en observant la pause réglementaire; et
3. exécuter le dernier mouvement en comptant « UN ».

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

Les cadets doivent exécuter les saluts vers l'avant en escouade.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit participer à une prise d'armes de la revue annuelle. On utilisera ce mouvement pour se préparer à la prise d'armes de la revue annuelle, ou durant son exécution.

### OBSERVATIONS FINALES

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit d'une grande discipline et de beaucoup de pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision est un exercice d'obéissance et de vigilance. Un tel exercice définit la norme pour l'exécution de toute tâche, tant pour la personne que pour l'unité, et contribue à créer entre le commandant et ses subordonnées la confiance mutuelle qui est une condition essentielle à un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent être maintenues dans tous les aspects de la vie.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.02

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M108.02 – EXÉCUTER UN SALUT À LA HALTE SANS ARMES**

1. **Rendement.** Exécuter un salut à la halte sans armes.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) les commandements;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).

3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter les saluts à la halte sans armes, vers la gauche et la droite.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE | Expliquer la façon de saluer vers la gauche et la droite, à la halte, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 10 min | A0-002 (p. 2-10 à 2-12) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Des instructeurs adjoints au besoin.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à exécuter les mouvements pendant le contrôle de fin de leçon, et donner une rétroaction tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes à venir.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

**OCOM M108.02 – EXÉCUTER UN SALUT À LA HALTE SANS ARMES**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade qui convient le mieux pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction élémentaire de l'exercice militaire. (Remarque : Tous les cadets **doivent** pouvoir observer entièrement toutes les démonstrations et explications.)

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être capable d'exécuter un salut à la halte sans armes.

**IMPORTANCE**

À titre de membres des Organisations de cadets du Canada (OCC), les cadets devront exécuter les mouvements d'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant netteté, esprit de corps, coordination des mouvements et vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec aisance et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en un groupe pour encourager la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel dépend les OCC.

---

**Point d'enseignement 1** — **Exécuter un salut vers la droite (gauche)**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

On rappelle aux instructeurs de donner le bon exemple pendant l'exercice militaire dès qu'ils se trouvent sur le terrain de parade. Des mouvements appropriés de l'exercice militaire, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut exécuter cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

Le salut se fait de la main droite. Lorsqu'il est impossible de saluer de la main droite à cause d'une incapacité physique ou parce qu'on porte un objet, le salut se fait en tournant la tête et les yeux vers la droite ou vers la gauche ou en se tenant au garde-à-vous, selon le cas (voir aussi l'A-PD-201-000/PT-000, chapitre 1, section 2).

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)**

Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été décomposés en mouvements individuels, ou numéros. Le ou les instructeurs doivent faire la démonstration de chaque numéro et l'expliquer.

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, SALUT VERS LA DROITE (GAUCHE), ESCOUADE – UN, le salut doit :

1. fléchir le coude droit et ouvrir la paume de la main droite au moment où elle passe au niveau de l'épaule;
2. amener la main droite par le plus court chemin jusqu'au devant de la coiffure, de telle sorte que :
   a. la paume de la main soit dirigée vers le sol;
   b. le pouce et les doigts soient bien tendus et joints;
   c. le bout de l'index soit en ligne avec l'extérieur du sourcil droit et touche la bordure de la coiffure ou la branche des lunettes, le cas échéant;

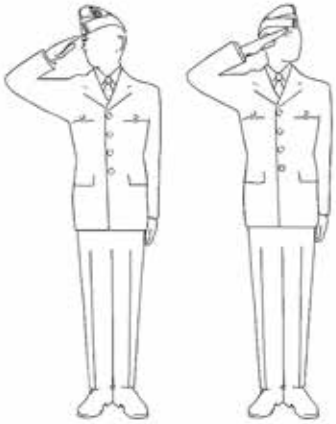
d. la main, le poignet et l'avant-bras forment une ligne droite, à un angle de 45 degrés par rapport au bras;

e. le bras soit parallèle au sol.

3. Tourner vivement la tête et les yeux vers la droite (gauche) autant que possible sans effort excessif, en se rappelant ce qui suit :

a. lorsque le salut se fait vers la gauche, la main droite, le poignet et le bras sont amenés vers la gauche de façon à atteindre la bonne position en ligne avec l'extrémité du sourcil droit;

b. lorsque le salut se fait vers la droite, le bras est ramené vers l'arrière. Le bout de l'index demeure en ligne avec l'extrémité du sourcil droit.



*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-2-2 Saluer vers la droite et la gauche

**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT ET L'EXPLIQUER**

Au commandement ESCOUADE – DEUX, la main est ramenée vivement à la position du garde-à-vous et, au même moment, la tête est tournée vivement vers l'avant.

**FAIRE RÉPÉTER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement SALUT VERS LA DROITE (GAUCHE), SALU – EZ, combiner les deux mouvements en un seul. Il faut observer la pause réglementaire entre les mouvements.

Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

**Pause réglementaire :** La pause réglementaire entre les mouvements est de deux mesures, au pas cadencé. Par exemple, au commandement VERS LA DROITE EN FILE, À DROITE TOUR – NEZ, l'escouade doit :

1. exécuter le premier mouvement en comptant « UN », au mot d'exécution;
2. terminer le premier mouvement en comptant « DEUX », « TROIS », tout en observant la pause réglementaire; et
3. exécuter le dernier mouvement en comptant « UN ».

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

Les cadets doivent exécuter les saluts vers la gauche et la gauche en escouade.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

**CONCLUSION**

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit participer à une prise d'armes de la revue annuelle. On utilisera ce mouvement pour se préparer à la prise d'armes de la revue annuelle, ou durant son exécution.

**OBSERVATIONS FINALES**

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit d'une grande discipline et de beaucoup de pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision est un exercice d'obéissance et de vigilance. Un tel exercice définit la norme pour l'exécution de toute tâche, tant pour la personne que pour l'unité, et contribue à créer entre le commandant et ses subordonnées la confiance mutuelle qui est une condition essentielle à un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent être maintenues dans tous les aspects de la vie.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.03

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M108.03 – TOURNER À LA HALTE**

1. **Rendement.** Tourner à la halte.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) les commandements;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).

3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter le mouvement pour tourner vers la droite à la halte.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer le mouvement pour tourner vers la droite à la halte, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 10 min | A0-002 (p. 2-12 et 2-13) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Des instructeurs adjoints au besoin.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à exécuter le mouvement pendant le contrôle de fin de leçon, et donner une rétroaction tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes à venir.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM M108.03 – TOURNER À LA HALTE**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade qui convient le mieux pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction élémentaire de l'exercice militaire. (Remarque : Tous les cadets **doivent** pouvoir observer entièrement toutes les démonstrations et explications.)

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être capable de tourner vers la droite à la halte.

**IMPORTANCE**

À titre de membres du Mouvement des cadets du Canada (MCC), les cadets devront exécuter les mouvements d'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant netteté, esprit de corps, coordination des mouvements et vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec aisance et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en un groupe pour encourager la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel dépend le MCC.

---

**Point d'enseignement 1** **Tourner vers la droite**

Durée : 10 min Méthode : Démonstration et exécution

---

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

On rappelle aux instructeurs de donner le bon exemple pendant l'exercice militaire dès qu'ils se trouvent sur le terrain de parade. Des mouvements appropriés de l'exercice militaire, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut exécuter cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

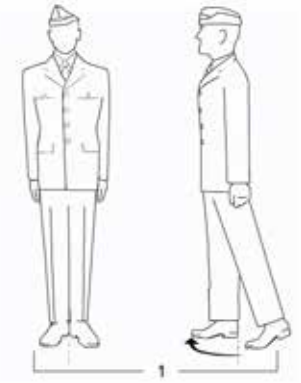
On tourne et on oblique pour changer de direction : le changement de direction vers la droite ou vers la gauche implique un mouvement de 90 degrés, le demi-tour, un mouvement de 180 degrés et le mouvement oblique vers la droite ou vers la gauche (non enseigné dans le cadre de la présente leçon), un mouvement de 45 degrés.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)**

Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été décomposés en mouvements individuels, ou numéros. Le ou les instructeurs doivent faire la démonstration de chaque numéro et l'expliquer.

Le cadet doit tourner vers la droite de la façon suivante :

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, À DROITE TOURNEZ, ESCOUADE – UN, il doit tourner vers la droite à un angle de 90 degrés en pivotant sur le talon droit et la pointe du pied gauche, tout en soulevant le talon gauche et la pointe du pied droit. Il faut garder les genoux droits, les bras le long du corps et le corps droit. Une fois le mouvement terminé, le poids du corps repose sur le pied droit et la jambe gauche est tendue, le talon légèrement soulevé.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-3-1 Escouade UN – Tourner vers la droite à la halte

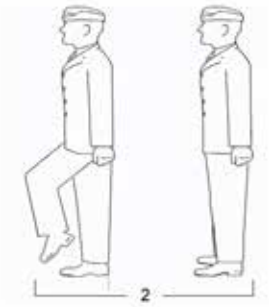
**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT ET L'EXPLIQUER**

Au commandement ESCOUADE — DEUX, les cadets doivent fléchir le genou gauche, puis le redresser à double temps et placer rapidement le pied gauche à côté du pied droit de façon à revenir à la position du garde–à-vous.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-3-2 Escouade DEUX – Tourner vers la droite à la halte

**FAIRE RÉPÉTER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement À DROITE TOUR – NEZ, combiner les deux mouvements en un seul. Il faut observer la pause réglementaire entre les mouvements.

Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

**Pause réglementaire :** La pause réglementaire entre les mouvements est de deux mesures, au pas cadencé. Par exemple, au commandement VERS LA DROITE EN FILE, À DROITE TOUR – NEZ, l'escouade doit :

1. exécuter le premier mouvement en comptant « UN », au mot d'exécution;
2. terminer le premier mouvement en comptant « DEUX », « TROIS », tout en observant la pause réglementaire; et
3. exécuter le dernier mouvement en comptant « UN ».

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

Les cadets doivent tourner vers la droite en escouade.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

**CONCLUSION**

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit participer à une prise d'armes de la revue annuelle. On utilisera ce mouvement pour se préparer à la prise d'armes de la revue annuelle, ou durant son exécution.

**OBSERVATIONS FINALES**

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit d'une grande discipline et de beaucoup de pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision constitue un excellent exercice d'obéissance et de vigilance. Un tel exercice définit la norme pour l'exécution de toute tâche, tant pour la personne que pour l'unité, et contribue à créer entre le commandant et ses subordonnées la confiance mutuelle qui est une condition essentielle à un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent être maintenues dans tous les aspects de la vie.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.03

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M108.03 – TOURNER À LA HALTE**

1. **Rendement.** Tourner à la halte.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) les commandements;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).

3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter le mouvement pour tourner vers la gauche à la halte.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer le mouvement pour tourner vers la gauche à la halte, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 10 min | A0-002 (p. 2-12 et 2-13) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Des instructeurs adjoints au besoin.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à exécuter le mouvement pendant le contrôle de fin de leçon, et donner une rétroaction tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes à venir.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM M108.03 – TOURNER À LA HALTE**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade qui convient le mieux pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction élémentaire de l'exercice militaire. (Remarque : Tous les cadets **doivent** pouvoir observer entièrement toutes les démonstrations et explications.)

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être capable de tourner vers la gauche à la halte.

**IMPORTANCE**

À titre de membres du Mouvement des cadets du Canada (MCC), les cadets devront exécuter les mouvements d'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant netteté, esprit de corps, coordination des mouvements et vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec aisance et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en un groupe pour encourager la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel dépend le MCC.

---

**Point d'enseignement 1** — **Tourner vers la gauche**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

On rappelle aux instructeurs qu'ils doivent donner le bon exemple pendant l'exercice militaire dès qu'ils se trouvent sur le terrain de parade. Des mouvements appropriés de l'exercice militaire, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut exécuter cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

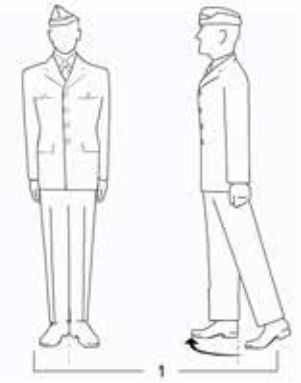
On tourne et on oblique pour changer de direction : le changement de direction vers la droite ou vers la gauche implique un mouvement de 90 degrés, le demi-tour, un mouvement de 180 degrés et le mouvement oblique vers la droite ou vers la gauche (non enseigné dans le cadre de la présente leçon), un mouvement de 45 degrés.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)**

Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été décomposés en mouvements individuels, ou numéros. Le ou les instructeurs doivent faire la démonstration de chaque numéro et l'expliquer.

Le cadet doit tourner vers la droite de la façon suivante :

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, À GAUCHE TOURNEZ, ESCOUADE – UN, il doit tourner vers la gauche à un angle de 90 degrés en pivotant sur le talon gauche et la pointe du pied droit, tout en soulevant le talon droit et la pointe du pied gauche. Il faut garder les genoux droits, les bras le long du corps et le corps droit. Une fois le mouvement terminé, le poids du corps repose sur le pied gauche et la jambe droite est tendue, le talon légèrement soulevé.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-3-1 Escouade UN – Tourner à la halte

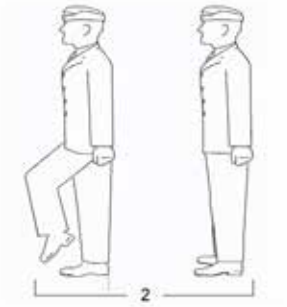
**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT (DEUXIÈME NUMÉRO) ET L'EXPLIQUER**

Au commandement ESCOUADE — DEUX, les cadets doivent fléchir le genou droite, puis le redresser à double temps et placer rapidement le pied droit à côté du pied gauche de façon à revenir à la position du garde–à-vous.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-3-2 Escouade DEUX – Tourner à la halte

**FAIRE RÉPÉTER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement À GAUCHE TOUR – NEZ, combiner les deux mouvements en un seul. Il faut observer la pause réglementaire entre les mouvements.

Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

**Pause réglementaire :** La pause réglementaire entre les mouvements est de deux mesures, au pas cadencé. Par exemple, au commandement VERS LA GAUCHE EN FILE, À GAUCHE TOUR – NEZ, l'escouade doit :

1. exécuter le premier mouvement en comptant « UN », au mot d'exécution;
2. terminer le premier mouvement en comptant « DEUX », « TROIS », tout en observant la pause réglementaire; et
3. exécuter le dernier mouvement en comptant « UN ».

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

Les cadets doivent tourner vers la GAUCHE en escouade.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation d'apprentissage de cette leçon.

**CONCLUSION**

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit participer à une prise d'armes de la revue annuelle. On utilisera ce mouvement pour se préparer à la prise d'armes de la revue annuelle, ou durant son exécution.

**OBSERVATIONS FINALES**

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit d'une grande discipline et de beaucoup de pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision constitue un excellent exercice d'obéissance et de vigilance. Un tel exercice définit la norme pour l'exécution de toute tâche, tant pour la personne que pour l'unité, et contribue à créer entre le commandant et ses subordonnées la confiance mutuelle qui est une condition essentielle à un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent être maintenues dans tous les aspects de la vie.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

## DESCRIPTIONS DE LEÇONS ET GUIDES PÉDAGOGIQUES MODIFIÉS – PE 1 DE L'OCOM M108.03

A-CR-CCP-701/PG-002

**OCOM M108.03 – TOURNER À LA HALTE**

1. **Rendement.** Tourner à la halte.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) les commandements;

      (2) de la supervision; et

      (3) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).

3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter le mouvement pour faire un demi-tour à la halte.

4. **Points d'enseignement**

| PE | Description | Méthode | Durée | Réf |
|---|---|---|---|---|
| PE1 | Expliquer le mouvement pour faire un demi-tour à la halte, en faire la démonstration et permettre aux cadets de s'exercer. | Démonstration et exécution | 10 min | A0-002 (p. 2-12 et 2-13) |

5. **Durée**

   a. Introduction/Conclusion : 5 min

   b. Démonstration et exécution : 10 min

   c. Total : 15 min

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

7. **Documents de référence.** A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Des instructeurs adjoints au besoin.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à exécuter le mouvement pendant le contrôle de fin de leçon, et donner une rétroaction tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes à venir.

11. **Remarques.** S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE VERTE**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

**OCOM M108.03 – TOURNER À LA HALTE**

Durée totale : 15 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade qui convient le mieux pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction élémentaire de l'exercice militaire. (Remarque : Tous les cadets **doivent** pouvoir observer entièrement toutes les démonstrations et explications.)

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Cette leçon sera enseignée suivant la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie parce qu'elle permet aux cadets de participer à une étude supervisée du matériel d'enseignement pratique. Cette méthode donne à l'instructeur l'occasion de présenter le sujet, de faire la démonstration des procédures et les expliquer et de superviser les cadets pendant qu'ils exécutent la compétence. Cette méthode plaît aux apprenants de tous les styles d'apprentissage.

> L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Obscénité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

A-CR-CCP-701/PF-002

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être capable de faire demi-tour à la halte.

**IMPORTANCE**

À titre de membres du Mouvement des cadets du Canada (MCC), les cadets devront exécuter les mouvements d'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant netteté, esprit de corps, coordination des mouvements et vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec aisance et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en un groupe pour encourager la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel dépend le MCC.

---

**Point d'enseignement 1** **Faire demi-tour**

Durée : 10 min Méthode : Démonstration et exécution

---

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DU MOUVEMENT AU COMPLET EN CADENCE**

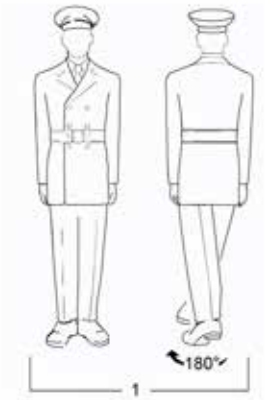
On rappelle aux instructeurs qu'ils doivent donner le bon exemple pendant l'exercice militaire dès qu'ils se trouvent sur le terrain de parade. Des mouvements appropriés de l'exercice militaire, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

L'instructeur doit faire la démonstration complète du mouvement d'exercice militaire en cadence. Un instructeur adjoint de pratique peut exécuter cette démonstration.

La démonstration doit être faite à partir de différents points d'observation, au besoin.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)**

Au commandement EN DÉCOMPOSANT, DEMI-TOUR TOURNEZ, ESCOUADE – UN, les membres de l'escouade doivent tourner vers la droite à un angle de 180 degrés en pivotant sur le talon droite et la pointe du pied gauche, tout en soulevant le talon gauche et la pointe du pied droit. Il faut garder les genoux droits, les bras le long du corps et le corps droit. Une fois le mouvement terminé, le poids du corps repose sur le pied droit et la jambe gauche est tendue, le talon légèrement soulevé.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-3-3 Escouade UN – Faire demi-tour à la halte

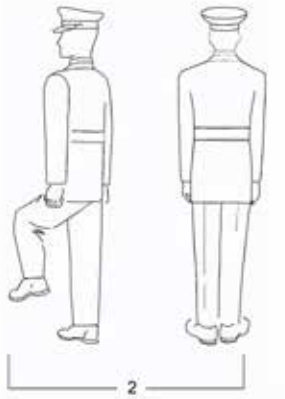
**FAIRE RÉPÉTER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le premier mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

**FAIRE LA DÉMONSTRATION DE LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT (DEUXIÈME NUMÉRO) ET L'EXPLIQUER**

Au commandement ESCOUADE — DEUX, les cadets doivent fléchir le genou gauche, puis le redresser à double temps et placer rapidement le pied gauche à côté du pied droit de façon à revenir à la position du garde–à-vous.




*A-PD-201-000/PT-000 Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001*

Figure 8-3-4 Escouade DEUX – Faire demi-tour à la halte

**FAIRE RÉPÉTER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire répéter le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement.

**EXÉCUTER DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement DEMI-TOUR TOUR – NEZ, combiner les deux mouvements en un seul. Il faut observer la pause réglementaire entre les mouvements.

Le ou les instructeurs doivent exécuter une démonstration complète et permettre aux cadets de s'exercer.

**Pause réglementaire :** La pause réglementaire entre les mouvements est de deux mesures, au pas cadencé. Par exemple, au commandement DEMI-TOUR TOUR – NEZ, combiner les deux mouvements en un seul. Il faut observer la pause réglementaire entre les mouvements :

1. exécuter le premier mouvement en comptant « UN », au mot d'exécution;
2. terminer le premier mouvement en comptant « DEUX », « TROIS », tout en observant la pause réglementaire; et
3. exécuter le dernier mouvement en comptant « UN ».

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

Les cadets doivent faire demi-tour en escouade.

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

La participation des cadets au PE 1 servira de confirmation d'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit participer à une prise d'armes de la revue annuelle. On utilisera ce mouvement pour se préparer à la prise d'armes de la revue annuelle, ou durant son exécution.

### OBSERVATIONS FINALES

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit d'une grande discipline et de beaucoup de pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. L'exercice militaire bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision constitue un excellent exercice d'obéissance et de vigilance. Un tel exercice définit la norme pour l'exécution de toute tâche, tant pour la personne que pour l'unité, et contribue à créer entre le commandant et ses subordonnées la confiance mutuelle qui est une condition essentielle à un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent être maintenues dans tous les aspects de la vie.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes.* Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

## TECHNIQUES D'INSTRUCTION DE L'EXERCICE MILITAIRE – FORMULAIRE D'ÉVALUATION

Nom du cadet : _____ Peloton : _____

Sujet de la leçon : _____

| Critère | Commentaires | Non réalisée | Réalisée avec difficulté | Réalisée sans difficulté |
|---|---|---|---|---|
| **PRÉPARATION** | | | | |
| Avoir une tenue et un comportement appropriés. | | | | |
| Choisir une formation d'escouade appropriée. | | | | |
| Utiliser un plan de leçon. | | | | |
| Réviser la leçon précédente. | | | | |
| **INTRODUCTION** | | | | |
| Énoncer ce que les cadets apprendront. | | | | |
| Expliquer pourquoi la matière enseignée est importante. | | | | |
| Décrire la façon dont les connaissances/habiletés seront appliquées. | | | | |
| **CORPS** | | | | |
| Faire la démonstration du mouvement au complet en marquant la cadence. | | | | |
| Faire la démonstration de la première partie du mouvement et l'expliquer (escouade 1). | | | | |
| Faire pratiquer par les cadets le premier mouvement collectivement, puis individuellement et de nouveau collectivement. | | | | |
| Enseigner la deuxième partie du mouvement et chaque partie subséquente, de la même manière. | | | | |
| Exécuter deux démonstrations complètes. | | | | |

| Critère | Commentaires | Non réalisée | Réalisée avec difficulté | Réalisée sans difficulté |
|---|---|---|---|---|
| Exécuter le mouvement au complet pendant que :<br>• l'instructeur marque la cadence;<br>• les cadets marquent la cadence;<br>• les cadets comptent mentalement la cadence. | | | | |
| Utiliser des commandements clairs et les pauses correctes. | | | | |
| Formuler des commentaires appropriés et immédiats. | | | | |
| Permettre aux cadets de poser des questions après chaque mouvement. | | | | |
| **CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON** | | | | |
| Faire la démonstration du mouvement enseigné. | | | | |
| Confirmer l'apprentissage au niveau de l'escouade. | | | | |
| Mettre l'accent sur les aspects du mouvement qui ont causé des difficultés aux cadets. | | | | |
| **CONCLUSION** | | | | |
| Récapituler la leçon. | | | | |
| Remotiver les cadets. | | | | |
| **COMMENTAIRES** | | | | |

Signature de l'évaluateur

Date

Signature du cadet

# CHAPITRE 10

## OREN 311 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM C311.01 – PRATIQUER LA VISÉE ET LE TIR À LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS APRÈS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2 afin de réviser les techniques de visée et de tir.

Une activité pratique a été choisie pour les PE 3 à 6 parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de la visée et du tir de la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir pratiqué la visée et le tir avec la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets pratiquent la visée et le tir avec la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique, car ces habiletés sont essentielles à l'instruction du biathlon d'été.

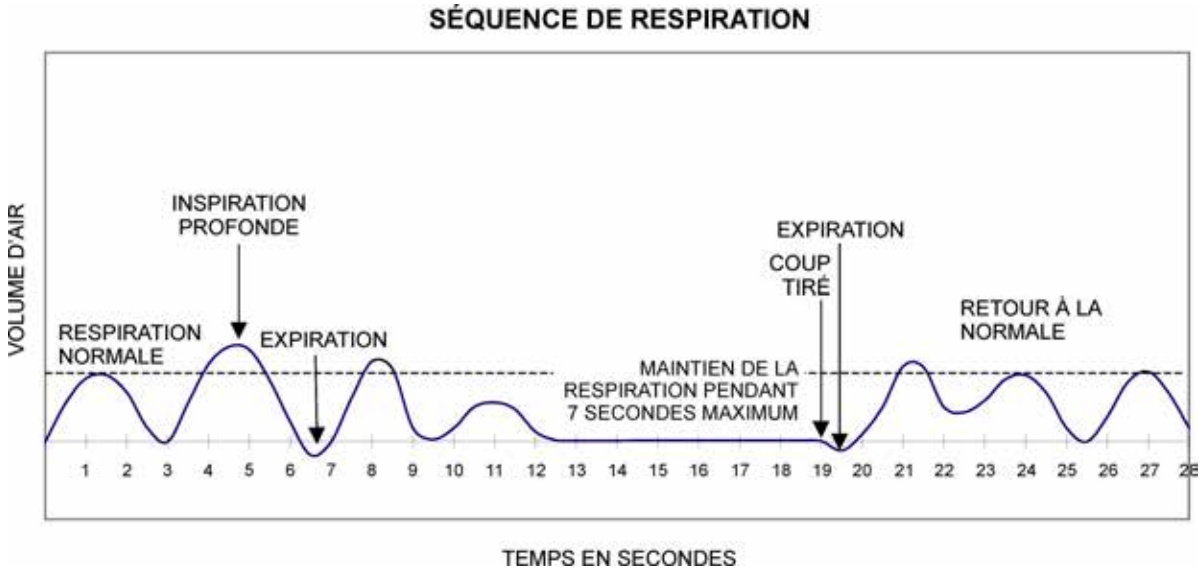
**Point d'enseignement 1** | **Conformément à l'OCOM C206.02 (Pratiquer les techniques de visée, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 6, section 3), réviser les techniques de respiration**

Durée : 5 min | Méthode : Exposé interactif

La respiration fournit de l'oxygène au sang et en élimine les déchets organiques (comme le dioxyde de carbone). L'oxygène inspiré fournit de l'énergie aux muscles et leur assure une vigueur optimale. Tout comme c'est le cas dans le sport, une respiration contrôlée peut améliorer les résultats du tir de précision.

## RESPIRATION CONTRÔLÉE

Une fois qu'une position couchée stable est adoptée, les cadets doivent appliquer les principes de la respiration contrôlée. Pour que le tireur soit le plus stable possible lorsqu'il tire un coup, il doit retenir sa respiration pendant cinq à sept secondes. Il est très important de ne pas retenir son souffle pendant plus de sept secondes, car la tension augmentera dans la poitrine, les muscles manqueront d'oxygène et la stabilité sera réduite.




*A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-9)*

Figure 10-1-1 Le cycle de la respiration en tir de précision

## RÉALISATION D'UNE SÉQUENCE DE RESPIRATION CONTRÔLÉE

Voici la méthode recommandée pour effectuer une séquence de respiration contrôlée :

1. Adopter la position couchée.
2. Se détendre et respirer normalement.
3. Obtenir une image de visée.
4. Inspirer et expirer profondément.
5. Inspirer profondément et expirer normalement.
6. Détendre les muscles de la poitrine, retenir son souffle pendant cinq à sept secondes et appuyer sur la détente.
7. Expirer complètement et reprendre une respiration normale.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que la respiration fournit à la circulation sanguine?

Q2. Qu'est-ce que l'oxygène alimente en énergie?

Q3. Pendant combien de temps doit-on retenir son souffle pendant le tir?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'oxygène.

R2. Les muscles.

R3. Cinq à sept secondes.

**Point d'enseignement 2** — **Conformément à l'OCOM C206.03 (Pratiquer les techniques de tir, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 6, section 4), réviser l'alignement naturel des mires**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

L'alignement naturel décrit la direction visée par la carabine à air comprimé des cadets lorsque le tireur est en position couchée avec la carabine parée à faire feu. Lorsque le tireur est en position confortable, il ne devrait pas avoir à forcer la carabine à air comprimé des cadets pour pointer vers la cible. Même en obtenant une position couchée et un alignement des mires parfaits, le fait de forcer la carabine peut causer de la tension musculaire et nuire à la précision de chaque tir.

Pour obtenir un alignement naturel, il faut :

1. adopter une position de tir couchée confortable;
2. obtenir une image de la mire;
3. fermer les deux yeux;
4. prendre plusieurs respirations normales pour détendre les muscles;
5. regarder à travers les mires une fois qu'on est confortable;
6. modifier la position de son corps jusqu'à l'obtention d'une bonne image de visée;
7. passer à l'étape du tir.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que l'alignement naturel?

Q2. Que peut-il se produire lorsqu'on force la carabine à air comprimé à pointer vers la cible?

Q3. Quelle est la première étape à effectuer pour obtenir un alignement naturel?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La direction visée par la carabine à air comprimé des cadets lorsque le tireur est en position couchée avec la carabine parée à faire feu.

R2. Le fait de forcer la carabine à air comprimé peut causer de la tension musculaire et nuire à la précision de chaque tir.

R3. Adopter une position de tir couchée confortable.

---

**Point d'enseignement 3** — **Diriger une session d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers**

Durée : 5 min — Méthode : Activité pratique

---

Il faut expliquer les renseignements suivants aux cadets pendant la session d'échauffement.

**OBJECTIF D'UN ÉCHAUFFEMENT**

Une session d'échauffement consiste en exercices cardiovasculaires légers et étirements destinés à :

- étirer les muscles;
- augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque;
- agrandir les capillaires des muscles pour satisfaire à l'augmentation du flux sanguin qui se produit pendant une activité physique;
- augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire.

**LIGNES DIRECTRICES POUR LES ÉTIREMENTS**

Il faut suivre les lignes directrices suivantes pendant les étirements pour se préparer à l'activité physique et aider à prévenir les blessures :

- Étirer tous les principaux groupes musculaires, y compris ceux du dos, de la poitrine, des jambes et des épaules.
- Ne jamais donner de coups pendant les étirements.
- Maintenir chaque étirement pendant 10 à 30 secondes pour permettre aux muscles de s'étirer complètement.
- Refaire chaque étirement deux ou trois fois.
- En position d'étirement, soutenir le membre à la hauteur de l'articulation.
- Un étirement statique, qui consiste à étirer un muscle et maintenir cette position d'étirement sans malaise pendant 10 à 30 secondes, est considéré comme la méthode d'étirement la plus sécuritaire.
- L'étirement aide à détendre les muscles et à améliorer la souplesse qui est l'amplitude des mouvements dans les articulations.
- À titre indicatif, prévoir une période d'échauffements de 10 minutes pour chaque heure d'activité physique.

Les étirements choisis doivent être axés sur les parties du corps qui seront les plus utilisées pendant l'activité physique.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité d'échauffement est d'étirer les muscles et faire des exercices cardiovasculaires légers pour préparer le corps à l'activité physique et aider à prévenir les blessures.

### RESSOURCES

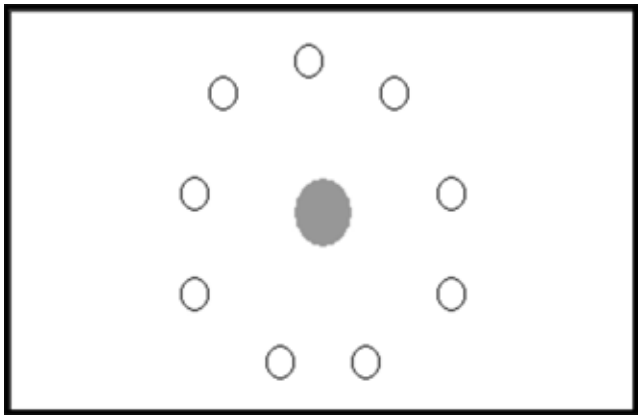
S.O.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

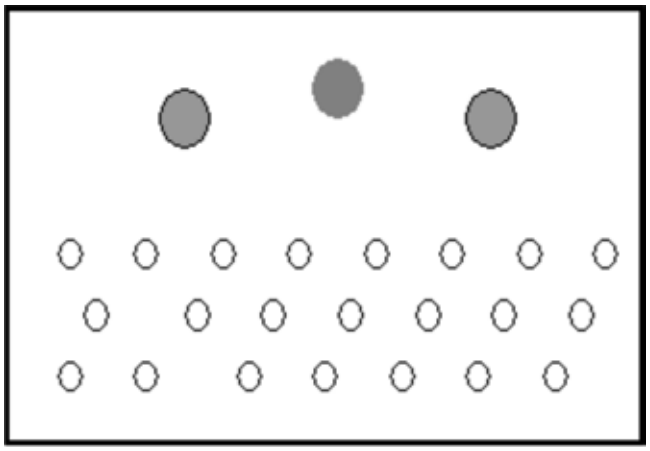
### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 12-1-2 et 12-1-3).



*Directeur des cadets 3, 2006, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 10-1-2 Instructeur situé au centre d'un cercle d'échauffement



*Directeur des cadets 3, 2006, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 10-1-3 Instructeur situé à l'avant avec deux instructeurs adjoints

2. Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.

3. Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les exercices et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.

4. Demander aux cadets de faire chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger.

Il faut effectuer les exercices cardiovasculaires légers pour échauffer les muscles avant les étirements, afin de prévenir les blessures ou les déchirures de muscles. Par exemple, il faut faire de la course sur place pendant 30 secondes, ou des sauts avec écart avant les étirements indiqués à l'annexe A.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- S'assurer que la distance entre les cadets est d'au moins deux longueurs de bras pour qu'ils puissent bouger librement.
- S'assurer que les cadets exécutent les étirements et les exercices cardiovasculaires légers de façon sécuritaire, selon les directives sur les étirements indiquées dans le présent PE.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à la session d'échauffement servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 4** — **Diriger une activité où les cadets doivent pratiquer la visée et le tir de la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique**

Durée : 60 min — Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de viser et de tirer avec la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique, tout en pratiquant les techniques de respiration et l'alignement naturel.

### RESSOURCES

- des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir),
- des lunettes de sécurité (deux paires par couloir de tir),
- des tapis de tir (deux par couloir de tir),
- des cibles de carabine à air comprimé pour le biathlon (une par couloir de tir),
- des pièces de monnaie (une par couloir de tir).

Si les ressources sont suffisantes, on pourra augmenter le nombre de couloirs de tir.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Aménager un champ de tir conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002, partie 1, section 8.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.
2. Demander à un cadet de chaque paire de courir ou de participer à une activité quelconque en vue d'augmenter son rythme cardiaque pendant cinq à dix minutes.
3. Demander au même cadet de chaque paire de s'approcher du pas de tir et de se préparer à tirer.
4. Demander au cadet d'adopter la position couchée et au partenaire d'équilibrer une pièce de monnaie sur le contrepoids de la carabine à air comprimé, juste derrière la mire avant.
5. Pendant qu'il pratique une séquence de respiration contrôlée et un alignement naturel, le cadet doit tirer à vide avec la carabine à air comprimé tout en maintenant la pièce de monnaie équilibrée.
6. Faire le tour du secteur d'entraînement et aider les cadets avec les techniques de respiration et l'alignement naturel.
7. Demander aux cadets de changer de position et recommencer les étapes 2. à 5. jusqu'à la fin de l'activité.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les activités au champ de tir seront conduites conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 5** — **Diriger une session de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers**

Durée : 5 min — Méthode : Activité pratique

Il faut expliquer les renseignements suivants aux cadets pendant la session de récupération.

**OBJECTIF D'UNE RÉCUPÉRATION**

Une récupération consiste en exercices cardiovasculaires légers et étirements destinés à :

- permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures;
- préparer l'appareil respiratoire à retourner à son état normal;
- étirer les muscles pour les aider à se détendre et leur permettre de revenir à leur longueur au repos.

Les étirements choisis doivent être axés sur les parties du corps qui ont été les plus utilisées pendant l'activité sportive.

**ACTIVITÉ**

**OBJECTIF**

L'objectif de la récupération est d'étirer les muscles et effectuer des exercices cardiovasculaires légers qui permettent au corps de récupérer ses forces à la suite d'une activité physique et de prévenir des blessures.

**RESSOURCES**

S.O.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 12-1-2 et 12-1-3).

2. Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
3. Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les mouvements et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
4. Demander aux cadets de faire chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- S'assurer que la distance entre les cadets est d'au moins deux longueurs de bras pour qu'ils puissent bouger librement.
- S'assurer que les cadets exécutent les étirements et les exercices cardiovasculaires légers de façon sécuritaire, selon les directives sur les étirements indiquées dans le PE 3.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

La participation des cadets à la session de récupération doit servir de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la session de récupération doit servir de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La capacité d'utiliser les techniques de respiration et l'alignement naturel pendant le tir après une activité physique peut aider à améliorer les habiletés en tir de précision nécessaires pour le biathlon d'été.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Cette leçon doit être enseignée avant l'OCOM C311.02 (Participer à une activité récréative de biathlon d'été, section 2).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 Directeur - Cadets 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada, Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-002 (ISBN 0-88962-630-8) LeBlanc, J. et Dickson, L. (1997). *Straight Talk About Children and Sport: Advice for Parents, Coaches, and Teachers*. Oakville, Ontario, Mosaic Press.

C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary* (éd. rév.). Bolinas, Californie, Shelter Publications, Inc.

C0-149 Biathlon Canada. (2005). *Les Ours du Biathlon : Programme d'entraînement communautaire*. Ottawa, Ontario, Biathlon Canada.

**INSTRUCTION COMMUNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM C311.02 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ

Durée totale : 180 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

S'assurer que tous les membres qui prennent part à la direction de cette activité connaissent très bien les lignes directrices relatives à la compétition qui se trouvent à l'annexe B.

Installer un poste de premiers soins.

Aménager un circuit de course de 1000 m.

Aménager un champ de tir conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002, partie 1, section 8.

Photocopier les annexes C, D et E.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de participer à un biathlon d'été récréatif. Cette activité contribue au perfectionnement des habiletés et des connaissances du biathlon et à la promotion du conditionnement physique dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra avoir participé à une activité récréative de biathlon d'été.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets participent à une activité récréative de biathlon d'été parce qu'elle requiert de la discipline personnelle, permet de développer des habiletés en tir de précision et de promouvoir la bonne forme physique.

---

**Point d'enseignement 1** — **Expliquer les éléments d'une activité récréative de biathlon d'été**

Durée : 10 min — Méthode : Activité pratique

---

Décrire les éléments d'une activité récréative de biathlon d'été. S'assurer que les cadets comprennent la conception du parcours, les règlements, le pointage, les pénalités et les zones interdites avant de procéder à l'activité. Les cadets devraient être mis au courant de la zone de départ, du parcours, du champ de tir et de la zone d'arrivée.

**COMPOSITION**

Les cadets doivent être répartis en équipes pour l'activité de biathlon d'été. Les cadets devraient être répartis en cinq équipes pour un groupe de 25 cadets.

**LA DESCRIPTION DU PARCOURS**

Chaque cadet doit :

- courir un circuit d'environ 1000 m;
- effectuer un exercice de tir de groupement de cinq à huit coups pour tenter d'atteindre les cinq cibles de la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART);
- courir un deuxième circuit d'environ 1000 m;
- effectuer un exercice de tir de groupement de cinq à huit coups pour tenter d'atteindre les cinq cibles de la cible BART;
- courir un troisième circuit d'environ 1000 m;
- terminer la course.

Le circuit de 1000 mètres doit être clairement balisé avant le début de cette activité.

**RÈGLEMENTS**

Les règlements de l'activité récréative de biathlon d'été comprennent les suivants :

- Les cadets doivent rester avec leur équipe tout au long de l'activité.
- Les cadets doivent utiliser le même couloir de tir tout au long de l'activité.
- Les cadets doivent compléter la course dans la séquence appropriée et sur le parcours indiqué.
- Les carabines à air comprimé des cadets doivent être placées sur le pas de tir par le personnel de champ de tir et doivent y rester tout au long de l'activité.

- Tous les tirs doivent être effectués à partir de la position couchée.
- La carabine à air comprimé des cadets doit faire l'objet de mesures de sécurité après le tir.
- Le personnel de champ de tir remplacera une carabine à air comprimé des cadets si elle est inutilisable, restaurera la cible, et le cadet tirera cinq à huit coups de feu avec la nouvelle carabine à air comprimé des cadets.
- Pour les infractions à la sécurité, des pénalités de temps seront imposées.
- Pour les cibles ratées, des pénalités de temps seront imposées.

**POINTAGE**

Le pointage final de l'équipe est déterminé en additionnant le temps total de tous les circuits de course et les pénalités reçues. L'équipe avec le plus bas pointage final gagne la compétition.

Voici comment le pointage sera calculé :

- **Durée.** Le temps final de l'équipe sera calculé entre le début et la fin, et l'on tiendra compte des pénalités imposées.
- **Les cibles.** Pour chaque relève de tir, le nombre de cibles atteintes et ratées sera noté sur la feuille de notation du champ de tir (qui se trouvent à l'annexe C) par le marqueur du couloir. Il n'y a pas de point positif accordé pour une cible atteinte; les compétiteurs se verront déduire des points pour chaque cible manquée.

**PÉNALITÉS**

Les pénalités suivantes seront ajoutées au temps de l'équipe :

- Toute violation des principes de l'esprit sportif et de sportivité entraînera l'imposition d'une pénalité d'une minute :
  - ne pas céder le passage à la demande d'un concurrent ou d'une équipe;
  - pousser ou bousculer;
  - utiliser un langage grossier;
  - gêner d'autres compétiteurs.
- Pour chaque cible manquée, une pénalité de 10 secondes sera imposée.
- Pour chaque infraction à la sécurité au pas de tir, une pénalité de deux minutes sera imposée :
  - ne pas garder sous contrôle la carabine à air comprimé des cadets;
  - passer à l'avant du pas de tir;
  - tirer intentionnellement des plombs vers des objets autres que la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon.
- Chaque membre d'équipe qui ne franchit pas la ligne d'arrivée recevra une pénalité de deux minutes.

**LES ZONES INTERDITES**

Faire connaître aux cadets toutes les zones interdites et les questions de sécurité liées au secteur d'entraînement.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Nommez deux règlements de cette activité récréative de biathlon d'été.

Q2. De quelle façon les points de l'activité récréative de biathlon d'été seront-ils attribués?

Q3. Nommez une infraction aux principes de l'esprit sportif et de sportivité?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les règlements de l'activité récréative de biathlon d'été comprennent les suivants :

- Les cadets doivent rester avec leur équipe tout au long de l'activité.
- Les cadets doivent utiliser le même couloir de tir tout au long de l'activité.
- Les cadets doivent compléter la course dans la séquence appropriée et sur le parcours indiqué.
- Les carabines à air comprimé des cadets doivent être placées sur le pas de tir par le personnel de champ de tir et doivent y rester tout au long de l'activité.
- Tous les tirs doivent être effectués à partir de la position couchée.
- La carabine à air comprimé des cadets doit faire l'objet de mesures de sécurité après le tir.
- Le personnel de champ de tir remplacera une carabine à air comprimé des cadets si elle est inutilisable, restaurera la cible, et le cadet tirera cinq à huit coups de feu avec la nouvelle carabine.
- Pour les infractions à la sécurité, des pénalités de temps seront imposées.
- Pour les cibles ratées, des pénalités de temps seront imposées.

R2. Les points de l'activité seront comptés en fonction du temps et des pénalités.

R3. Voici des infractions aux principes de l'esprit sportif et de sportivité :

- ne pas céder le passage à la demande d'un concurrent ou d'une équipe;
- pousser ou bousculer;
- utiliser un langage grossier;
- gêner d'autres compétiteurs.

**Point d'enseignement 2** — **Diriger une session d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers**

Durée : 10 min — Méthode : Activité pratique

Il faut expliquer les renseignements suivants aux cadets pendant la session d'échauffement.

### OBJECTIF D'UN ÉCHAUFFEMENT

Une session d'échauffement consiste en exercices cardiovasculaires légers et étirements destinés à :

- étirer les muscles;
- augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque;
- agrandir les capillaires des muscles pour satisfaire à l'augmentation du flux sanguin qui se produit pendant une activité physique;
- augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire.

**LIGNES DIRECTRICES POUR LES ÉTIREMENTS**

Il faut suivre les lignes directrices suivantes pendant les étirements pour se préparer à l'activité physique et aider à prévenir les blessures :

- Étirer tous les principaux groupes musculaires, y compris ceux du dos, de la poitrine, des jambes et des épaules.
- Ne jamais donner de coups pendant les étirements.
- Maintenir chaque étirement pendant 10 à 30 secondes pour permettre aux muscles de s'étirer complètement.
- Refaire chaque étirement deux ou trois fois.
- En position d'étirement, soutenir le membre à la hauteur de l'articulation.
- Un étirement statique, qui consiste à étirer un muscle et maintenir cette position d'étirement sans malaise pendant 10 à 30 secondes, est considéré la méthode d'étirement la plus sécuritaire.
- L'étirement aide à détendre les muscles et à améliorer la souplesse qui est l'amplitude des mouvements dans les articulations.
- À titre indicatif, prévoir une période d'échauffements de 10 minutes pour chaque heure d'activité physique.

Les étirements choisis doivent être axés sur les parties du corps qui seront les plus utilisées pendant l'activité physique.

## ACTIVITÉ

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité d'échauffement est d'étirer les muscles et faire des exercices cardiovasculaires légers pour préparer le corps à l'activité physique et aider à prévenir les blessures.

**RESSOURCES**

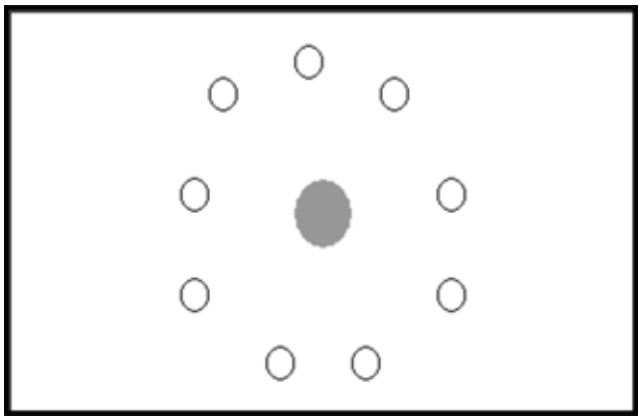
S.O.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

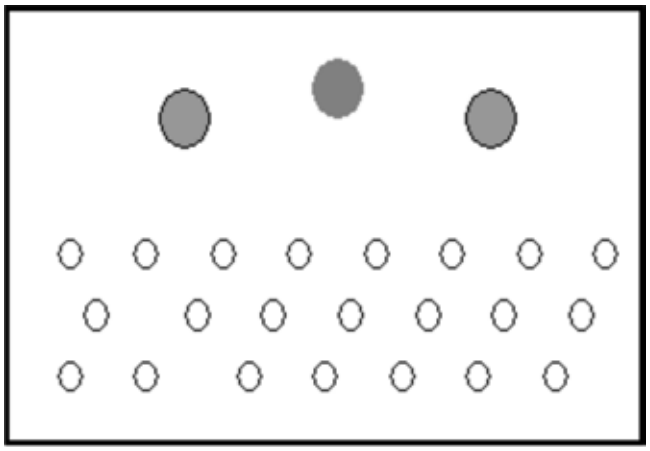
**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 12-2-1 et 12-2-2).



*Directeur des cadets 3, 2006, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 10-2-1 Instructeur situé au centre d'un cercle d'échauffement



*Directeur des cadets 3, 2006, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 10-2-2 Instructeur situé à l'avant avec deux instructeurs adjoints

2. Démontrer chaque étirement ou exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
3. Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les exercices et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
4. Demander aux cadets de faire chaque étirement ou exercice cardiovasculaire léger.

Il faut effectuer les exercices cardiovasculaires légers pour échauffer les muscles avant les étirements, afin de prévenir les blessures ou les déchirures de muscles. Par exemple, il faut faire de la course sur place pendant 30 secondes, ou des sauts avec écart avant les étirements indiqués à l'annexe A.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- S'assurer que la distance entre les cadets est d'au moins deux longueurs de bras pour qu'ils puissent bouger librement.
- S'assurer que les cadets exécutent les étirements et les exercices cardiovasculaires légers de façon sécuritaire, selon les directives sur les étirements indiquées dans le présent PE.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à la session d'échauffement servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** **Diriger une activité récréative de biathlon d'été**

Durée : 140 min Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à une activité récréative de biathlon d'été.

### RESSOURCES

Pour un nombre de 25 cadets par groupe, l'équipement requis pour mener l'activité récréative de biathlon d'été devra comprendre, mais sans s'y limiter, les éléments suivants :

- des carabines à air comprimé des cadets (6),
- des tapis de tir (10),
- des plombs de carabine à air comprimé (un minimum de 875 plombs),
- des contenants pour les plombs (5),
- des chronomètres (6),
- des cibles de carabine à air comprimé pour biathlon (5),
- des lunettes de sécurité (10),
- un tableau d'affichage,
- les feuilles de pointage pour le biathlon qui se trouvent à l'annexe C,
- des feuilles de contrôle du parcours qui se trouvent à l'annexe D,
- des feuilles de notation du champ de tir qui se trouvent à l'annexe E.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Installer un poste de premiers soins.
- Aménager un circuit de course d'environ 1000 m.
- Aménager un champ de tir à la carabine à air comprimé conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, partie 1, section 8, comprenant au moins cinq couloirs pour 25 cadets.
- Placer les cibles de carabine à air comprimé de biathlon.
- Placer deux tapis de tir par couloir de tir (au moins cinq couloirs de tir pour 25 cadets).
- Placer une carabine à air comprimé des cadets à chaque pas de tir.
- Placer une paire de lunettes de sécurité à chaque pas de tir.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Les instructions sur l'activité se trouvent à l'annexe B.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- S'assurer que toutes les procédures réglementaires de sécurité du champ de tir sont suivies.
- S'assurer que les cadets boivent beaucoup d'eau et qu'ils s'appliquent de la crème solaire.
- S'assurer que le parcours de course est clairement indiqué et que les points d'intersection sont surveillés partout où il faut traverser une route.
- Veiller à ce qu'un secouriste soit identifié au début de l'activité et qu'il soit disponible en tout temps.
- S'assurer d'avoir de l'eau pour les cadets pendant l'activité et après.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 4** — **Diriger une session de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers**

Durée : 10 min — Méthode : Activité pratique

Il faut expliquer les renseignements suivants aux cadets pendant la session de récupération.

**OBJECTIF D'UNE RÉCUPÉRATION**

Une récupération consiste en exercices cardiovasculaires légers et étirements destinés à :

- permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures;
- préparer l'appareil respiratoire à retourner à son état normal;
- étirer les muscles pour les aider à se détendre et leur permettre de revenir à leur longueur au repos.

Les étirements choisis doivent être axés sur les parties du corps qui ont été les plus utilisées pendant l'activité sportive.

**ACTIVITÉ**

**OBJECTIF**

L'objectif de la récupération est d'étirer les muscles et effectuer des exercices cardiovasculaires légers qui permettent au corps de récupérer ses forces à la suite d'une activité physique et de prévenir des blessures.

**RESSOURCES**

S.O.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 12-2-1 et 12-2-2).
2. Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
3. Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les mouvements et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
4. Demander aux cadets de faire chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- S'assurer que la distance entre les cadets est d'au moins deux longueurs de bras pour qu'ils puissent bouger librement.
- S'assurer que les cadets exécutent les étirements et les exercices cardiovasculaires légers de façon sécuritaire, selon les directives sur les étirements indiquées dans le PE 1.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à la session de récupération servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à une activité récréative de biathlon d'été doit servir de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Le biathlon d'été est une activité récréative qui exige de la discipline personnelle, permet le développement des compétences en tir de précision et favorise la bonne forme physique. La participation à une activité récréative de biathlon d'été peut améliorer le niveau de condition physique.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

L'OCOM C311.01 (Pratiquer la visée et le tir de la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique, section 1) doit être enseigné avant de faire cette activité.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 Directeur - Cadets 3. (2001). *Programme de tir de précision des cadets, Manuel de référence*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A0-036 Cadets Canada. (sans date) *Mouvement des cadets du Canada, Série de championnats de biathlon*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

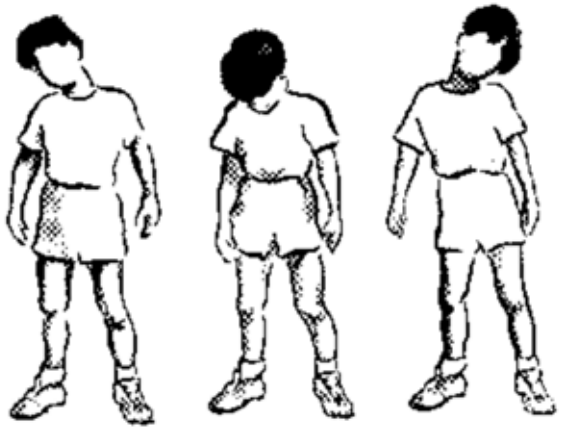
A0-098 Directeur - Cadets 4. (2007). OAIC 14-42, *Programme commun de biathlon*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-002 (ISBN 0-88962-630-8) LeBlanc, J. et Dickson, L. (1997). *Straight Talk About Children and Sport: Advice for Parents, Coaches, and Teachers*. Oakville, Ontario, Mosaic Press.

C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary* (éd. rév.). Bolinas, Californie, Shelter Publications, Inc.

**EXEMPLES D'ÉTIREMENT**

a. Le cou :

| | |
|---|---|
|  <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 10A-1 Étirement du cou | Faites rouler lentement votre tête à travers votre poitrine d'une épaule à l'autre. Ne faites pas rouler votre tête vers l'arrière. |

b. Les épaules :

| | |
|---|---|
| <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 10A-2 Poussée des épaules | Debout, allongez vos bras derrière vous, puis entrelacez vos doigts. Montez vos épaules et poussez-les vers l'arrière.<br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 10A-3 Haussement des épaules | Debout, haussez vos épaules le plus haut possible puis baissez-les tout en étirant votre cou vers le haut.<br>Poussez vos épaules le plus loin possible vers l'arrière puis arrondissez-les vers l'avant en les poussant le plus loin possible vers l'avant.<br>Maintenez chaque position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Warm Ups, par Martha Jefferson Hospital, Droit d'auteur 2001, Martha Jefferson Hospital. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.marthajefferson.org/warmup.php*<br>Figure 10A-4 Cercles avec les bras | Écartez les bras en ligne droite, la paume de la main vers le haut. Faites des cercles avec les bras, en agrandissant progressivement la taille des cercles.<br>Refaites les cercles en sens inverse. |
| <br>*Smart Start : A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-5 Étirement des épaules | Debout ou assis, prenez votre bras droit dans votre main gauche et passez-le devant votre poitrine; prenez le bras par l'arrière du coude pour soutenir l'articulation. Poussez légèrement sur le coude vers la poitrine. Vous devriez sentir l'étirement dans votre épaule droite.<br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |

c. Les bras :

| | |
|---|---|
| <br>*Exercises. Droit d'auteur 1998 par Impacto Protective Products Inc. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.2protect.com/home.htm*<br>Figure 10A-6 Rotations des poignets | Tournez vos mains en faisant des mouvements circulaires à partir du poignet.<br><br>Changez de direction et répétez le mouvement de chaque côté. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-7 Étirement des triceps | Debout, passez votre bras droit au-dessus de la tête, le coude plié. Avec votre main gauche, poussez légèrement le bras vers le bas.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |
| <br>*Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49*<br>Figure 10A-8 Étirement des avant-bras | En position à genou, placez vos mains au sol devant vous, les doigts orientés vers les genoux et tournez-les de sorte que les pouces pointent vers l'extérieur. Tout en maintenant les mains à plat sur le sol, penchez-vous vers l'arrière.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |

d. La poitrine et les abdominaux :

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-9 Étirement de la poitrine | Tenez-vous debout devant un mur. Avec le bras droit plié et le coude à la hauteur de l'épaule, collez la paume de la main contre le mur. Tournez le corps en l'éloignant du bras droit. Vous devriez sentir l'étirement dans la partie avant de l'aisselle et le long de la poitrine.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |
| <br>*Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, par B. Hanson, (1999), Toronto, Ontario, Bureau de santé publique de Toronto. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1*<br>Figure 10A-10 Étirement des côtes | Debout, levez le bras gauche au-dessus de la tête. Penchez-vous au niveau des hanches du côté droit du corps.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |

e. Le dos :

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-11 Étirement du bas du dos | Allongez-vous sur le dos et ramenez les jambes vers la poitrine. Saisissez la partie arrière de vos genoux.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-12 Étirement du haut du dos | Étendez les bras en ligne droite devant vous, à la hauteur des épaules, en croisant un bras par-dessus l'autre. En joignant les paumes de la main, entrelacez vos doigts et faites une pression sur les bras. Abaissez le menton sur votre poitrine pendant que vous expirez. Vous devriez sentir l'étirement dans le haut du dos.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |

f. Les jambes :

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-13 Étirement de l'ischio-jambier | Allongez-vous au sol avec les genoux pliés et le dos à plat sur le sol. Levez doucement et tendez la jambe, en tenant le derrière de la cuisse avec les deux mains.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-14 Étirement de l'intérieur de la cuisse | Assoyez-vous au sol avec les jambes pliées et les plantes des pieds collées. Tenez vos orteils et poussez-vous vers l'avant tout en gardant le dos et le cou bien droits.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.<br><br>Tenez vos chevilles et, avec vos coudes, poussez vos genoux vers le sol.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-15 Fléchisseur de hanches | Posez votre genou droit au sol. Placez votre pied gauche devant vous, en pliant le genou et en plaçant votre main gauche sur cette jambe pour garder l'équilibre. Gardez le dos bien droit et les muscles abdominaux contractés. Penchez-vous vers l'avant, en transférant plus de poids de votre corps vers votre jambe avant. Vous devriez sentir un étirement dans la partie avant de la hanche et dans la cuisse de la jambe agenouillée. Au besoin, posez la rotule du genou sur une serviette pliée pour la protéger.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis répétez l'exercice du côté opposé. |
| <br>*Running Exercises. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46*<br>Figure 10A-16 Rotations des chevilles | Assis, faites une rotation du pied dans le sens horaire, puis dans le sens anti-horaire.<br><br>Changez de côté et reprenez l'exercice du côté opposé. |

| | |
|---|---|
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-17 Étirement des mollets | Placez-vous en face à trois pas d'un mur. Avancez votre jambe droite vers le mur en pliant le genou droit et en gardant votre jambe gauche tendue. Allongez les bras, les paumes face au mur. Abaissez doucement le corps vers le mur. Gardez les orteils devant et les talons posés. Appuyez-vous contre le mur en gardant votre jambe gauche droite derrière votre corps. Vous devriez sentir l'étirement dans votre mollet gauche.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |
| <br>*Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility*<br>Figure 10A-18 Étirement des quadriceps | Tenez-vous debout, avec une main contre un mur pour garder l'équilibre. Soulevez votre pied gauche en pliant votre genou, comme si vous tentiez de vous donner un coup de talon au derrière. Ne vous penchez pas en avant à partir des hanches. Saisissez votre cheville avec la main gauche et tenez-la. Vous devriez sentir un étirement dans votre cuisse gauche.<br><br>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice du côté opposé. |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## LIGNES DIRECTRICES POUR DIRIGER UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ

### OBJECTIFS

Les objectifs de l'activité récréative de biathlon d'été sont les suivants :

- pratiquer et améliorer les compétences en tir de précision;
- améliorer le niveau de condition physique personnel;
- initier les cadets au biathlon d'été.

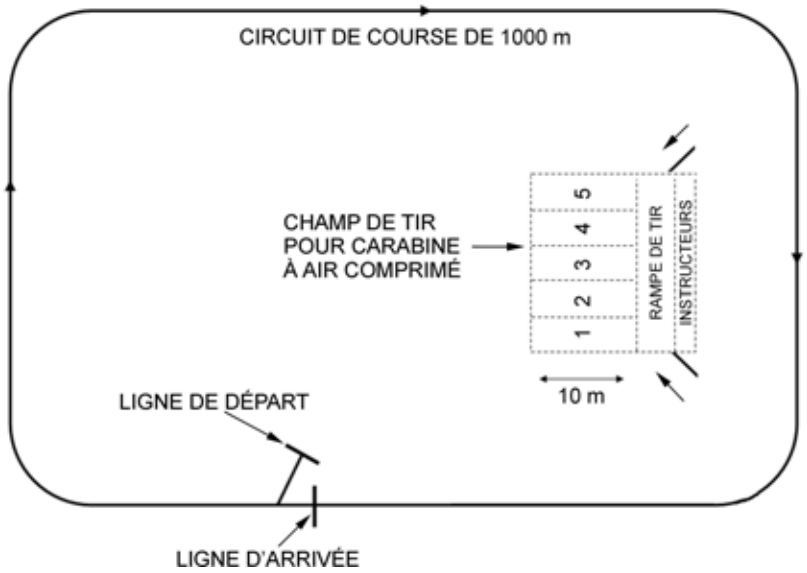
### COMPOSITION

Les cadets doivent être répartis en équipes pour l'activité de biathlon d'été. Les cadets devraient être répartis en cinq équipes pour un groupe de 25 cadets.

### INSTALLATIONS

Les installations nécessaires à l'activité récréative de biathlon d'été sont les suivantes :

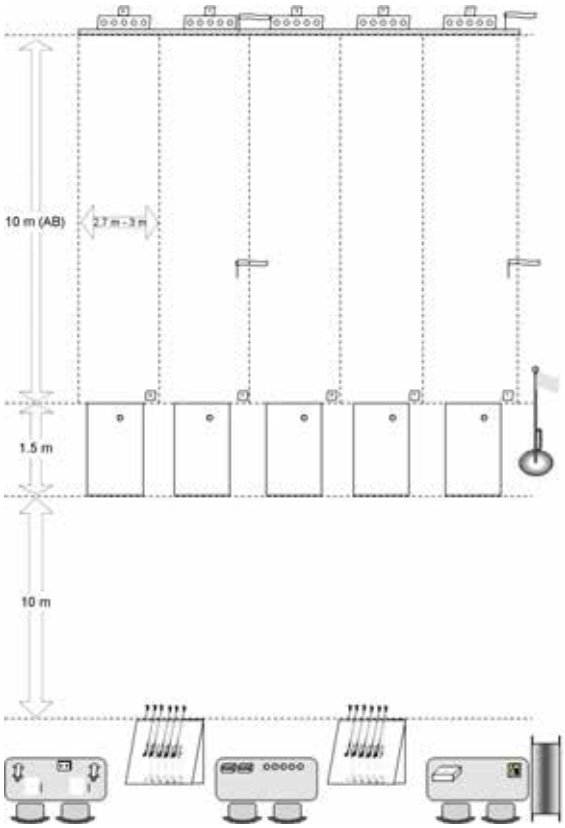
- un circuit d'environ 1000 mètres avec les lignes de départ et d'arrivée situées près du champ de tir. Le parcours doit être suffisamment large pour permettre qu'un maximum de 10 cadets à la fois puissent courir. Les points d'intersection où il faut traverser une route doivent être clairement indiqués, un point d'intersection central doit être établi et le contrôle de la circulation doit être assuré,




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 10B-1 Disposition du parcours de l'activité récréative de biathlon d'été

- Un champ de tir pour carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, partie 1, section 8, avec un minimum d'un couloir de tir par cadet par groupe.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 10B-2 Disposition du champ de tir pour carabine à air comprimé de l'activité récréative de biathlon d'été

**DOTATION EN PERSONNEL**

Il faut beaucoup de personnel pour mener une activité récréative de biathlon d'été. En voici quelques-uns :

- **Délégué technique.** Responsable du déroulement général de la compétition, y compris l'imposition des pénalités et l'interprétation des règlements.
- **Chef de champ de tir.** Responsable du déroulement général des activités au champ de tir.
- **O Sécur Tir adjoint.** Responsable des cibles et de la distribution des munitions; il doit assister l'O Sécur Tir, au besoin.
- **Marqueur de couloir.** Responsable du marquage des points et de noter les résultats sur la feuille de notation du champ de tir (qui se trouvent à l'annexe E).
- **Chef des résultats.** Responsable de compiler toutes les données de l'événement (par exemple, les résultats du champ de tir, les heures de départ et d'arrivée et les pénalités imposées).
- **Coureur.**Responsable de ramasser les feuilles de pointage et de les porter au chef des résultats.
- **Chef des arrivées et départs.** Responsable du départ de la course et d'inscrire les heures d'arrivée sur la feuille de pointage (à l'annexe C).
- **Contrôleur du parcours.** Responsable d'inscrire chaque fois qu'un cadet termine un circuit sur la feuille de contrôle du parcours (à l'annexe D).
- **Secouriste.** Responsable des cas de blessures pouvant survenir pendant la compétition.

## FORMAT

### Séance d'information

Tous les cadets assistent à une séance d'information initiale. Pendant cette séance, les renseignements essentiels dont les cadets ont besoin pour participer à l'activité récréative de biathlon d'été sont présentés. Les renseignements suivants seront fournis :

- heures de départ,
- les tâches relatives aux couloirs de tir,
- les dernières prévisions météorologiques,
- la présentation du personnel de la compétition.

### Le circuit de la course

Chaque cadet doit courir trois circuits de course distincts d'environ 1000 mètres. Pour parcourir les circuits de course, il faut :

- que chaque équipe se rassemble pour un départ en groupe (il y a un intervalle de deux minutes entre les heures de départ par équipe);
- que chaque équipe termine le circuit en équipe complète;
- que chaque équipe franchisse la ligne d'arrivée en équipe.

### Le champ de tir

Chaque cadet tirera cinq à huit plombs pour tenter d'atteindre les cinq cibles de la cible de carabine à air comprimé pour biathlon. Après chaque séance de tir, le marqueur responsable du couloir inscrira les résultats de l'équipe et remettra la cible de carabine à air comprimé pour biathlon à l'état initial.

Lorsque tous les membres de l'équipe ont terminé le tir, ils doivent se rassembler pour le départ en groupe du circuit suivant.

## SÉQUENCE

Cette activité récréative de biathlon d'été se déroulera dans l'ordre suivant :

- courir un parcours d'environ 1000 m;
- tirer de cinq à huit plombs vers la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon**;**
- courir un parcours d'environ 1000 m;
- tirer de cinq à huit plombs vers la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon**;**
- courir un troisième parcours d'environ 1000 m;
- franchir la ligne d'arrivée.

## ÉQUIPEMENT

Pour un nombre de 25 cadets, l'équipement requis pour mener l'activité récréative de biathlon d'été devra comprendre, mais sans s'y limiter, les éléments suivants :

- des carabines à air comprimé des cadets (6),
- des tapis de tir (10),
- des plombs de carabine à air comprimé (un minimum de 875 plombs),

- des contenants pour les plombs (5),
- des chronomètres (6),
- des cibles de carabine à air comprimé pour biathlon (5),
- des lunettes de sécurité (10);
- un tableau d'affichage,
- les feuilles de pointage pour le biathlon qui se trouvent à l'annexe C,
- des feuilles de contrôle du parcours qui se trouvent à l'annexe D,
- des feuilles de notation du champ de tir qui se trouvent à l'annexe E.

**TENUE**

Des vêtements appropriés compte tenu des prévisions météorologiques.

**RÈGLEMENTS**

- Les cadets doivent rester avec leur équipe tout au long de l'activité.
- Les cadets doivent utiliser le même couloir de tir tout au long de l'activité.
- Les cadets doivent compléter la course dans la séquence appropriée et sur le parcours indiqué.
- Les carabines à air comprimé des cadets doivent être placées sur le pas de tir par le personnel de champ de tir et doivent y rester tout au long de l'activité.
- Tous les tirs doivent être effectués à partir de la position couchée.
- La carabine à air comprimé des cadets doit faire l'objet de mesures de sécurité après le tir.
- Le personnel de champ de tir remplacera une carabine à air comprimé des cadets si elle est inutilisable, restaurera la cible, et le cadet tirera cinq à huit coups de feu avec la nouvelle carabine.
- Pour les infractions à la sécurité, des pénalités de temps seront imposées.
- Pour les cibles ratées, des pénalités de temps seront imposées.

**POINTAGE**

Le pointage final de l'équipe est déterminé en additionnant le temps total de tous les circuits de course et les pénalités reçues. L'équipe avec le plus bas pointage final gagne la compétition.

Voici comment le pointage sera calculé :

- **Le temps.** Le temps final de l'équipe sera calculé entre le début et la fin, et l'on tiendra compte des pénalités imposées.
- **Les cibles.** Pour chaque relève de tir, le nombre de cibles atteintes et ratées sera noté sur la feuille de notation du champ de tir (qui se trouvent à l'annexe C) par le marqueur du couloir. Pour chaque cible ratée une pénalité d'une minute sera ajoutée au temps total du cadet.

**PÉNALITÉS**

Les pénalités suivantes seront ajoutées au temps de l'équipe :

- Toute violation des principes de l'esprit sportif et de sportivité entraînera l'imposition d'une pénalité d'une minute :
    - ne pas céder le passage à la demande d'un concurrent ou d'une équipe;
    - pousser ou bousculer;

  - utiliser un langage grossier;
  - gêner d'autres compétiteurs.
- Pour chaque cible manquée, une pénalité de 10 secondes sera imposée.
- Une pénalité de deux minutes sera imposée pour chaque infraction à la sécurité :
  - ne pas garder sous contrôle la carabine à air comprimé des cadets;
  - passer à l'avant du pas de tir;
  - tirer intentionnellement des plombs vers des objets autres que la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon.
- Chaque membre de l'équipe qui ne franchit pas la ligne d'arrivée aura une pénalité de deux minutes.

**LES ZONES INTERDITES**

Les zones interdites doivent être clairement identifiées avant le début de l'activité récréative de biathlon d'été.

**REMARQUES**

- Le personnel de contrôle du parcours inscrira chaque fois qu'une équipe termine un circuit. Voir la feuille de contrôle du parcours à l'annexe D.
- Le chef des arrivées et départs inscrira le temps de chaque cadet. Lorsque la feuille sera entièrement remplie (ou presque), le coureur la portera au chef des résultats. Voir les feuilles de pointage qui se trouvent à l'annexe C.
- Si des dossards dont disponibles, on pourra les utiliser pour identifier les cadets.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## FEUILLE DE POINTAGE DU BIATHLON

Nom du marqueur : _____

| Nom du cadet | N° de dossard | Heure de départ | Circuit un | Circuit deux | Heure d'arrivée (Circuit trois) | Pénalités de course-sécurité | Pénalités de tir | Temps total |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

**Nota :** Le chef des arrivées et départs doit noter les heures de départ et d'arrivée de la course et remettre les feuilles de pointage au marqueur.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**FEUILLE DE CONTRÔLE DU PARCOURS**

Nom du contrôleur du parcours : _____

| Nom du cadet | Vérification du circuit 1 | Vérification du circuit 2 | Vérification du circuit 3 |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## FEUILLE DE NOTATION DU CHAMP DE TIR

Nom du marqueur : _____

| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | Commentaires/Pénalités |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |
| Nom du cadet : | Couloir | Coups tirés | | | | | X = Cible manquée | | | | | Manquées | |
| | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | |
| | | 3 tirs en plus | | | | | | | | | | | |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

National Defence Défense nationale

A-CR-CCP-703/PF-002

# CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

**LIVRE 2 DE 2**

# GUIDES PÉDAGOGIQUES DE L'ÉTOILE ARGENT

(FRANÇAIS)

(Remplace l'A-CR-CCP-703/PF-002 de 2015-09-01)

This publication is available in English as A-CR-CCP-703/PF-001.

**Publiée avec l'autorisation du Chef d'état-major de la Défense**

Canada

NOTICE

This documentation has been reviewed by the technical authority and does not contain controlled goods. Disclosure notices and handling instructions originally received with the document shall continue to apply.

AVIS

Cette documentation a été révisée par l'autorité technique et ne contient pas de marchandises contrôlées. Les avis de divulgation et les instructions de manutention reçues originalement doivent continuer de s'appliquer.

National Defence Défense nationale

A-CR-CCP-703/PF-002

## CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

**LIVRE 2 DE 2**

# GUIDES PÉDAGOGIQUES DE L'ÉTOILE ARGENT

(FRANÇAIS)

(Remplace l'A-CR-CCP-703/PF-002 de 2015-09-01)

This publication is available in English as A-CR-CCP-703/PF-001.

**Publiée avec l'autorisation du Chef d'état-major de la Défense**

**BPR : D Cad & RJC 4 – Officier supérieur d'état-major de l'élaboration des programmes des cadets**

**2016-09-01**

Canada

## ÉTAT DES PAGES EN VIGUEUR

Insérer les pages le plus récemment modifiées et se défaire de celles qu'elles remplacent conformément aux instructions pertinentes.

### NOTA

La partie du texte touchée par le plus récent modificatif est indiquée par une ligne verticale noire dans la marge de la page. Les modifications aux illustrations sont indiquées par des mains miniatures à l'index pointé ou des lignes verticales noires.

Les dates de publication des pages originales et modifiées sont :

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Original | 0 | 2016-09-01 | | Mod | 3 | | |
| Mod | 1 | | | Mod | 4 | | |
| Mod | 2 | | | Mod | 5 | | |

Un zéro dans la colonne Numéro de modificatif indique une page originale. La présente publication comprend 677 pages réparties de la façon suivante :

| Numéro de page | Numéro de modificatif |
|---|---|
| **LIVRE 2** | |
| Couverture | 0 |
| Titre | 0 |
| A à C | 0 |
| i à vi | 0 |
| 11-X20-1/2 | 0 |
| 11-X20-1 à 11-X20-2 | 0 |
| 12-321-1/2 | 0 |
| 12-M321.01-1 à 12-M321.01-8 | 0 |
| 12-M321.02-1 à 12-M321.02-12 | 0 |
| 12-C321.01-1 à 12-C321.01-14 | 0 |
| 12-C321.02-1 à 12-C321.02-10 | 0 |
| 12-C321.03-1 à 12-C321.03-24 | 0 |
| 12A-1 à 12A-2 | 0 |
| 12B-1 à 12B-6 | 0 |
| 13-322-1/2 | 0 |
| 13-M322.01-1 à 13-M322.01-14 | 0 |
| 13-M322.02-1 à 13-M322.02-10 | 0 |
| 13-M322.03-1 à 13-M322.03-10 | 0 |
| 13-M322.04-1 à 13-M322.04-12 | 0 |
| 13-M322.05-1 à 13-M322.05-18 | 0 |
| 13-M322.06-1 à 13-M322.06-16 | 0 |
| 13-C322.01-1 à 13-C322.01-10 | 0 |
| 13-C322.02-1 à 13-C322.02-14 | 0 |
| 13-C322.03-1 à 13-C322.03-12 | 0 |
| 13-C322.04-1 à 13-C322.04-4 | 0 |
| 13A-1 à 13A-2 | 0 |
| 13B-1 à 13B-2 | 0 |
| 13C-1 à 13C-2 | 0 |
| 13D-1 à 13D-2 | 0 |
| 13E-1 à 13E-2 | 0 |
| 13F-1 à 13F-2 | 0 |
| 14-324-1/2 | 0 |
| 14-M324.01-1 à 14-M324.01-10 | 0 |
| 14-M324.02-1 à 14-M324.02-10 | 0 |
| 14-M324.03-1 à 14-M324.03-12 | 0 |
| 14-M324.04-1 à 14-M324.04-14 | 0 |
| 14-M324.05-1 à 14-M324.05-16 | 0 |
| 14-C324.01-1 à 14-C324.01-16 | 0 |
| 14-C324.02-1 à 14-C324.02-12 | 0 |
| 14-C324.03-1 à 14-C324.03-14 | 0 |
| 14-C324.04-1 à 14-C324.04-22 | 0 |
| 14-C324.05-1 à 14-C324.05-16 | 0 |
| 14A-1 à 14A-2 | 0 |
| 14B-1 à 14B-2 | 0 |
| 14C-1 à 14C-2 | 0 |
| 14D-1 à 14D-2 | 0 |
| 14E-1 à 14E-2 | 0 |
| 14F-1 à 14F-8 | 0 |
| 14G-1 à 14G-2 | 0 |
| 14H-1 à 14H-2 | 0 |
| 14I-1 à 14I-2 | 0 |
| 14J-1 à 14J-6 | 0 |
| 15-325-1/2 | 0 |
| 15-M325.01-1 à 15-M325.01-12 | 0 |
| 15-M325.02-1 à 15-M325.02-16 | 0 |
| 15-M325.03-1 à 15-M325.03-10 | 0 |
| 15-C325.01-1 à 15-C325.01-16 | 0 |
| 15-C325.02-1 à 15-C325.02-8 | 0 |
| 15A-1 à 15A-2 | 0 |
| 15B-1 à 15B-2 | 0 |
| 15C-1 à 15C-2 | 0 |
| 15D-1 à 15D-2 | 0 |
| 15E-1 à 15E-2 | 0 |

## ÉTAT DES PAGES EN VIGUEUR (SUITE)

| Numéro de page | Numéro de modificatif |
|---|---|
| 15F-1 à 15F-6 | 0 |
| 15G-1 à 15G-4 | 0 |
| 15H-1 à 15H-2 | 0 |
| 15I-1 à 15I-2 | 0 |
| 15J-1 à 15J-6 | 0 |
| 16-326-1/2 | 0 |
| 16-M326.01-1 à 16-M326.01-10 | 0 |
| 16-M326.02A-1 à 16-M326.02A-40 | 0 |
| 16-M326.02B-1 à 16-M326.02B-36 | 0 |
| 16-M326.02C-1 à 16-M326.02C-26 | 0 |
| 16-M326.03-1 à 16-M326.03-12 | 0 |
| 16-M326.04-1 à 16-M326.04-12 | 0 |
| 16-M326.05-1 à 16-M326.05-14 | 0 |
| 16-M326.06-1 à 16-M326.06-18 | 0 |
| 16-M326.07-1 à 16-M326.07-8 | 0 |
| 16A-1 à 16A-6 | 0 |

**Personne responsable : D Cad & RJC 4-7-3 – Officier d'état-major de l'élaboration du programme des cadets de l'Armée**

**© 2016 DND/MDN Canada**

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## AVANT-PROPOS ET PRÉFACE

1. **Autorité compétente.** Le présent guide pédagogique (GP) A-CR-CCP-703/PF-002 a été élaboré sous l'autorité du Directeur - Cadets et Rangers juniors canadiens, et a été publié avec l'autorisation du Chef d'état-major de la Défense.

2. **Élaboration.** Ce GP a été élaboré conformément aux principes de l'instruction axée sur le rendement décrits dans le Manuel de l'instruction individuelle et du système d'éducation des Forces canadiennes, série A-P9-050, avec des modifications pour satisfaire aux besoins des Organisations de cadets du Canada.

3. **But du GP.** Le GP doit être utilisé par les corps de cadets royaux de l'Armée canadienne conjointement avec d'autres ressources pour la conduite du programme d'étoile argent. Ce GP offre aux instructeurs les moyens de base pour donner la formation aux cadets. Chaque GP doit être révisé en conjonction avec les descriptions de leçon (DL), qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne - Norme de qualification et plan de l'étoile argent*, chapitre 4, avant l'instruction pour que chaque instructeur puisse préparer et planifier adéquatement chaque leçon. Les instructeurs peuvent être obligés de concevoir du matériel d'instruction au-delà du matériel fourni pour appuyer la formation (par exemple affiches, vidéos, documents de cours, modèles, etc.) en plus des documents de contrôle et de soutien de l'instruction. Des activités d'instruction sont suggérées dans la majorité des GP pour maximiser l'apprentissage et l'amusement. Les instructeurs sont aussi encouragés à modifier ou rehausser les activités, dans la mesure où ils continuent à contribuer à la réalisation de l'objectif de compétence.

4. **Utilisation des GP.** Tout au long de ces guides pédagogiques, plusieurs boîtes d'information sont utilisées pour souligner l'importance des renseignements, telles que :

Remarque adressée aux instructeurs.

Information essentielle à présenter aux cadets.

Se référer aux politiques et aux règlements des FC suivants.

Les éléments intéressants ou les instructions spéciales que l'instructeur devrait présenter aux cadets.

5. **Suggestions de modifications.** Les suggestions de modifications au présent document peuvent être envoyées directement à instructiondescadets@canada.ca.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## TABLE DES MATIÈRES

**PAGE**

### LIVRE 2


| | | |
|---|---|---|
| **CHAPITRE 11** | **OREN X20 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE FAMILIARISATION DES FAC** | 11-X20-1/2 |
| **CHAPITRE 12** | **OREN 321 – EXERCER LES FONCTIONS D'UN CHEF D'ÉQUIPE DANS LE CADRE D'UN EXERCICE EN CAMPAGNE – BIVOUAC – LORS D'UNE FIN DE SEMAINE** | 12-321-1/2 |
| Section 1 | OCOM M321.01 – EXERCER LES FONCTIONS D'UN CHEF D'ÉQUIPE EN CAMPAGNE | 12-M321.01-1 |
| Section 2 | OCOM M321.02 – CONSTRUIRE LES ÉLÉMENTS D'UN BIVOUAC | 12-M321.02-1 |
| Section 3 | OCOM C321.01 – IDENTIFIER LES MÉTHODES D'ÉLIMINATION DES DÉCHETS EN CAMPAGNE | 12-C321.01-1 |
| Section 4 | OCOM C321.02 – IDENTIFIER LES MESURES DE SÉCURITÉ À PRENDRE LORSQU'ON SE DÉPLACE SUR LA NEIGE ET LA GLACE | 12-C321.02-1 |
| Section 5 | OCOM C321.03 – CONSTRUIRE DES COMMODITÉS DE CAMPAGNE | 12-C321.03-1 |
| Annexe A | DOCUMENT DE COURS – SCHÉMA D'UN BIVOUAC TYPE | 12A-1 |
| Annexe B | COMMODITÉS DE CAMPAGNE | 12B-1 |
| **CHAPITRE 13** | **OREN 322 – TRACER L'EMPLACEMENT SUR UNE CARTE TOPOGRAPHIQUE À L'AIDE D'UN RÉCEPTEUR GPS** | 13-322-1/2 |
| Section 1 | OCOM M322.01 – RÉVISER LA NAVIGATION DE L'ÉTOILE ROUGE | 13-M322.01-1 |
| Section 2 | OCOM M322.02 – CALCULER LA DÉCLINAISON MAGNÉTIQUE | 13-M322.02-1 |
| Section 3 | OCOM M322.03 – IDENTIFIER LES COMPOSANTS D'UN SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS) | 13-M322.03-1 |
| Section 4 | OCOM M322.04 – IDENTIFIER LES CARACTÉRISTIQUES D'UN RÉCEPTEUR DU SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS). | 13-M322.04-1 |
| Section 5 | OCOM M322.05 – ENTRER DES DONNÉES CARTOGRAPHIQUES DANS LE RÉCEPTEUR GPS | 13-M322.05-1 |
| Section 6 | OCOM M322.06 – IDENTIFIER UN EMPLACEMENT À L'AIDE D'UN RÉCEPTEUR DU SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS). | 13-M322.06-1 |
| Section 7 | OCOM C322.01 – PRATIQUER LA NAVIGATION À TITRE DE MEMBRE D'UN PETIT GROUPE | 13-C322.01-1 |
| Section 8 | OCOM C322.02 – IDENTIFIER LES FACTEURS QUI ONT UNE INCIDENCE SUR LA NAVIGATION EN HIVER | 13-C322.02-1 |
| Section 9 | OCOM C322.03 – IDENTIFIER LES PRINCIPES DE CRÉATION D'UNE CARTE | 13-C322.03-1 |
| Section 10 | OCOM C322.04 – DESSINER LA CARTE D'UN ENDROIT À L'INTÉRIEUR DU LIEU D'INSTRUCTION LOCALE | 13-C322.04-1 |
| Annexe A | FEUILLE DE TRAVAIL SUR LE PROBLÈME DE DÉCLINAISON | 13A-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**


| | | PAGE |
|---|---|---|
| Annexe B | FEUILLE DE RÉPONSE POUR LA FEUILLE DE TRAVAIL SUR LE PROBLÈME DE DÉCLINAISON | 13B-1 |
| Annexe C | DONNÉE CARTOGRAPHIQUE SIMULÉE | 13C-1 |
| Annexe D | FEUILLE DE QUADRILLAGE | 13D-1 |
| Annexe E | ZONES MTU DU CANADA | 13E-1 |
| Annexe F | PAPIER QUADRILLÉ | 13F-1 |
| **CHAPITRE 14** | **OREN 324 – SURVIVRE LORSQU'ON EST PERDU** | 14-324-1/2 |
| Section 1 | OCOM M324.01 – CONSTRUIRE UN ABRI IMPROVISÉ | 14-M324.01-1 |
| Section 2 | OCOM M324.02 – RECUEILLIR DE L'EAU POTABLE | 14-M324.02-1 |
| Section 3 | OCOM M324.03 – ALLUMER UN FEU SANS ALLUMETTES | 14-M324.03-1 |
| Section 4 | OCOM M324.04 – PRÉDIRE LES CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES (MÉTÉO) | 14-M324.04-1 |
| Section 5 | OCOM M324.05 – DÉTERMINER QUAND EFFECTUER UN AUTO-SAUVETAGE | 14-M324.05-1 |
| Section 6 | OCOM C324.01 – IDENTIFIER LES SOURCES DE NOURRITURE À BASE D'ANIMAUX ET D'INSECTES | 14-C324.01-1 |
| Section 7 | OCOM C324.02 – CONSTRUIRE DES COLLETS | 14-C324.02-1 |
| Section 8 | OCOM C324.03 – ATTRAPER UN POISSON | 14-C324.03-1 |
| Section 9 | OCOM C324.04 – RECUEILLIR LES PLANTES COMESTIBLES | 14-C324.04-1 |
| Section 10 | OCOM C324.05 – PRÉPARER UN REPAS À PARTIR DE SOURCES DE NOURRITURE TROUVÉES EN CAMPAGNE | 14-C324.05-1 |
| Annexe A | ARCHET ET BAGUETTE | 14A-1 |
| Annexe B | SCIE À FEU | 14B-1 |
| Annexe C | PIERRE À FEU ET ACIER | 14C-1 |
| Annexe D | SOLEIL ET VERRE | 14D-1 |
| Annexe E | TYPES DE NUAGES COMMUNS | 14E-1 |
| Annexe F | HABITATS COMMUNS | 14F-1 |
| Annexe G | TABLEAU DE LA VALEUR NUTRITIVE DES INSECTES | 14G-1 |
| Annexe H | PLANTES VÉNÉNEUSES COMMUNES | 14H-1 |
| Annexe I | PLANTES VÉNÉNEUSES | 14I-1 |
| Annexe J | DOCUMENT DE COURS SUR LES MÉTHODES DE CUISSON EN CAMPAGNE | 14J-1 |
| **CHAPITRE 15** | **OREN 325 – IDENTIFIER LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR** | 15-325-1/2 |
| Section 1 | OCOM M325.01 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION POUR L'INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS DES CADETS DE L'ARMÉE | 15-M325.01-1 |

**TABLE DES MATIÈRES (suite)**

**PAGE**


| | | |
|---|---|---|
| Section 2 | OCOM M325.02 – ÉNUMÉRER LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR | 15-M325.02-1 |
| Section 3 | OCOM M325.03 – DISCUTER DE LA CONSCIENCE DE SOI ET DE LA CONDUITE PROFESSIONNELLE COMME COMPÉTENCE POUR UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR | 15-M325.03-1 |
| Section 4 | OCOM C325.01 – COMMUNIQUER AU COURS D'UNE EXPÉDITION. | 15-C325.01-1 |
| Section 5 | OCOM C325.02 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION SUR LE PROGRAMME DU PRIX DU DUC D'ÉDIMBOURG | 15-C325.02-1 |
| Annexe A | MISE EN SITUATION | 15A-1 |
| Annexe B | FICHE DE RENSEIGNEMENTS A | 15B-1 |
| Annexe C | FICHE DE RENSEIGNEMENTS B | 15C-1 |
| Annexe D | FICHE DE RENSEIGNEMENTS C | 15D-1 |
| Annexe E | FEUILLE D'ACTIVITÉS D'EXPERT | 15E-1 |
| Annexe F | DOCUMENT DE COURS PORTANT SUR LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR | 15F-1 |
| Annexe G | DEVOIR | 15G-1 |
| Annexe H | MISE EN SITUATION | 15H-1 |
| Annexe I | DOCUMENT DE COURS SUR L'ALPHABET PHONÉTIQUE ET LA PRONONCIATION DES CHIFFRES | 15I-1 |
| Annexe J | EXERCICE DE RADIOCOMMUNICATION | 15J-1 |
| **CHAPITRE 16** | **OREN 326 – METTRE EN PRATIQUE LES COMPÉTENCES EN EXPÉDITION** | 16-326-1/2 |
| Section 1 | OCOM M326.01 – SE PRÉPARER POUR L'INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS | 16-M326.01-1 |
| Section 2 | OCOM M326.02A – PAGAYER EN CANOT | 16-M326.02A-1 |
| Section 3 | OCOM M326.02B – FAIRE UNE RANDONNÉE EN VÉLO DE MONTAGNE | 16-M326.02B-1 |
| Section 4 | OCOM M326.02C – EFFECTUER UNE RANDONNÉE PÉDESTRE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE | 16-M326.02C-1 |
| Section 5 | OCOM M326.03 – METTRE EN PRATIQUE LA GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT À TITRE DE CHEF D'ÉQUIPE | 16-M326.03-1 |
| Section 6 | OCOM M326.04 – NAVIGUER LE LONG D'UN ITINÉRAIRE EN UTILISANT UNE CARTE ET UNE BOUSSOLE | 16-M326.04-1 |
| Section 7 | OCOM M326.05 – UTILISER L'ÉQUIPEMENT D'EXPÉDITION | 16-M326.05-1 |
| Section 8 | OCOM M326.06 – RESPECTER LA ROUTINE QUOTIDIENNE | 16-M326.06-1 |
| Section 9 | OCOM M326.07 – CONSIGNER DES ENTRÉES DANS UN JOURNAL | 16-M326.07-1 |
| Annexe A | JOURNAL D'EXPÉDITION DE L'ÉTOILE ARGENT | 16A-1 |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 11

# OREN X20 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE FAMILIARISATION DES FAC

**INSTRUCTION COMMUNE**

**TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**
**FAMILIARISATION DES FORCES**
**ARMÉES CANADIENNES (FAC)**

## OREN X20 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE FAMILIARISATION DES FAC

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux descriptions de leçon situées dans l'A-CR-CCP-701/PG-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Norme de qualification et plan de l'étoile verte* :

- MX20.01A – Participer à une activité des FAC,
- MX20.01B – Participer à une visite de familiarisation des FAC,
- MX20.01E – Assister à une présentation des FAC,
- MX20.01F – Assister à une cérémonie commémorative des FAC, et
- CX20.01 – Participer à des activités de familiarisation des FAC.

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans l'A-CR-CCP-701/PF-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Guides pédagogiques de l'étoile verte* :

- MX20.01C – Tirer avec le fusil C7,
- MX20.01D – Participer à un dîner régimentaire,
- MX20.01G – Participer à des activités relatives aux vidéos sur la familiarisation des FAC,
- MX20.01H – Participer à des ateliers d'apprentissage sur la familiarisation des FAC.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 12

## OREN 321 – EXERCER LES FONCTIONS D'UN CHEF D'ÉQUIPE DANS LE CADRE D'UN EXERCICE EN CAMPAGNE – BIVOUAC – LORS D'UNE FIN DE SEMAINE

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M321.01 – EXERCER LES FONCTIONS D'UN CHEF D'ÉQUIPE EN CAMPAGNE

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 30 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de présenter aux cadets les fonctions d'un chef d'équipe en campagne.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure d'exécuter les tâches d'un chef d'équipe en campagne pendant un exercice d'entraînement en campagne (EEC) – bivouac – lors d'une fin de semaine.

### IMPORTANCE

Il est important pour les cadets d'apprendre qu'être un chef d'équipe leur demande de donner des directives spécifiques aux cadets subalternes et de transmettre les connaissances et les habiletés qu'ils ont acquises lors de leur participation au programme des cadets. Reconnaître ce qui constitue un défi pour un cadet subalterne est la vraie signification de ce qu'est un chef d'équipe qui supervise ses subalternes et qui identifie les problèmes en proposant des pistes de solution.

**Point d'enseignement 1** — **Discuter des fonctions d'un chef d'équipe dans le cadre d'un exercice en campagne – bivouac – lors d'une fin de semaine**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

En tant que chefs d'équipe, les cadets de l'étoile argent devront exécuter des rôles de chef, superviser, guider et fournir de l'aide aux cadets subalternes.

Durant cette instruction, inculquer aux cadets que leur rôle de chef d'équipe est non seulement de commander mais de seconder, de superviser, de donner des directives et de travailler ensemble pour aider l'instruction.

## FONCTIONS D'UN CHEF D'ÉQUIPE

### Supervision

En tant que chefs d'équipe, les cadets de l'étoile argent travailleront avec leurs pairs durant les activités d'entraînement en campagne. Leur rôle sera de travailler en équipe pour superviser les cadets subalternes durant les activités de routine quotidienne. Pour superviser avec succès, ils auront à partager la responsabilité et cibler l'accomplissement des buts et des résultats particuliers.

Au début d'un EEC, un groupe aura généralement besoin de plusieurs directives supplémentaires de la part du chef d'équipe ainsi que d'un accompagnement continuel et d'une aide constante. Les chefs d'équipe auront à transmettre leur connaissance et leurs expériences à leurs subalternes pour les guider dans leurs défis. À mesure que l'entraînement progressera, le degré de supervision pourra être réduit. Grâce à l'accompagnement du chef d'équipe, les cadets subalternes commenceront à comprendre ce qui est exigé d'eux durant un EEC. La routine quotidienne devient instinctive, réduisant le besoin de directives et d'assistance constante.

**Mise en situation :** Un nouveau groupe de cadets de l'étoile verte participe à son premier EEC. Il arrive au bivouac et reçoit des tentes. Quelques cadets séniors prennent leurs tentes et déterminent l'emplacement idéal pour les tentes; un abri parfait, une vue excellente et un endroit qui donne facilement accès au reste du site.

Lorsqu'ils reviennent vers le groupe et leurs pairs, ils remarquent que les cadets ont toujours de la difficulté à monter leurs tentes. Il n'y a que quelques membres du personnel pour aider les cadets qui ont des problèmes, et les tentes sont finalement érigées bien plus tard que prévu.

En s'occupant d'eux-mêmes en premier et en négligeant leurs fonctions, les cadets séniors ont oublié d'aider leurs subalternes alors que la nécessité d'informer et d'aider les cadets subalternes à propos du montage approprié de leurs tentes était évidente. Pendant que les cadets travaillent à monter leurs tentes, les cadets séniors devraient surveiller et aider leurs subalternes pour accélérer l'exécution des tâches, terminer à temps et avoir des tentes érigées de façon appropriée.

**Nota :** En aidant et en accompagnant les subalternes avant et pendant l'installation des tentes, ils peuvent ainsi apprendre les procédures de routine pour monter efficacement leurs tentes la première fois, et ils auront donc moins besoin d'accompagnement et de supervision la prochaine fois. Il est important de répondre aux besoins des cadets subalternes pour les préparer à de futurs défis.

Les chefs d'équipe doivent planifier et discuter des actions qu'ils feront pour encourager l'apprentissage au sein des cadets durant un EEC. Les cadets subalternes feront face à plusieurs défis durant les activités de routine quotidienne et un consensus et une approche commune par rapport aux tâches rendront ces défis plus faciles. Les activités de routine quotidienne suivantes doivent être supervisées :

- les repas,
- l'heure du coucher et le réveil,
- le temps libre,
- la routine d'hygiène personnelle,
- l'utilisation de l'équipement,
- l'entretien de l'équipement.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Qui supervise les cadets subalternes?

Q2. Est-ce que la supervision est une tâche individuelle?

Q3. Quelles sont les activités de routine quotidienne qui doivent être supervisées?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Le groupe entier de chefs d'équipe.

R2. Non. La supervision des cadets devrait être planifiée et effectuée en équipe.

R3. Les activités de la routine quotidienne qui doivent être supervisées sont les repas, le couvre-feu et le réveil, le temps libre, la routine d'hygiène personnelle, l'utilisation de l'équipement et l'entretien de l'équipement.

**Point d'enseignement 2** **Discuter de la supervision de la préparation des repas**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Les chefs d'équipe seront responsables de surveiller la préparation des repas. Il est fréquent pour les cadets subalternes de vivre de la confusion et de la désorganisation au sein du groupe. Attribuer des tâches et organiser une routine aidera à réduire la confusion durant la préparation de repas. Discuter des types de tâches que les chefs d'équipe peuvent attribuer lors de l'organisation de la préparation des repas. Demander aux chefs d'équipe d'identifier :

- quelles préoccupations ils pourraient avoir s'ils étaient en train de superviser des cadets subalternes préparant un repas;
- quelques-unes des difficultés que les cadets subalternes peuvent rencontrer quand ils préparent un repas;
- comment ils établiraient, en tant qu'équipe, une routine pour les cadets subalternes durant la préparation de repas.

Le but est de faire réaliser aux chefs d'équipe comment ils peuvent venir en aide à l'équipe et rendre la préparation des repas sécuritaire et routinière.

Pendant la préparation de repas, les chefs d'équipe devront superviser de près, et diriger et surveiller une routine comportant des tâches spécifiques pour coordonner la préparation des repas. Les aspects variés de la préparation de repas et le rôle du chef d'équipe incluent les tâches suivantes :

**Allumer les réchauds.** Les cadets de l'étoile rouge peuvent être désignés pour allumer les réchauds. Un réchaud doit être surveillé par une personne en tout temps. Les chefs d'équipe superviseront le remplissage du combustible et approuveront l'emplacement pour l'utilisation. Au moment de l'allumage du réchaud, surveiller pour qu'il n'y ait pas de procédures d'allumage inappropriées ni de feu scintillant. Donner des directives quand c'est nécessaire.

**Bouillir l'eau.** Désigner des cadets pour aller chercher de l'eau à faire bouillir. Les cadets doivent avoir un partenaire lorsqu'ils vont près d'une source d'eau naturelle. L'eau bouillante est à boire et utilisée pour chauffer des RIC. Au moment de faire bouillir l'eau, en déterminer la raison et ajuster le niveau d'eau par marmite. Faire bouillir de l'eau nécessite du combustible – l'eau bouillie inutilisée gaspille du combustible.

**Ouvrir les rations individuelles de campagne (RIC).** Les cadets de l'étoile rouge ont appris comment préparer des RIC. Toutefois, il se peut parfois que les cadets n'aient pas été informés de la façon dont on prépare une RIC. Les chefs d'équipe doivent réunir les cadets en groupe et identifier la méthode appropriée pour préparer une RIC avant de la consommer.

**Préparer la nourriture.** Les heures de repas et la préparation de la nourriture peuvent être simplifiées par la planification. Les chefs d'équipe doivent attribuer au personnel les tâches spécifiques de cuisinier, porteur d'eau, allumeur de réchaud et distributeur de nourriture. L'idée est de rendre la préparation de nourriture aussi organisée que possible.

**Coordonner le nettoyage des déchets.** Suivre les principes du « Ne laissez aucune trace » à toutes les fois que les cadets utilisent un site. C'est notre responsabilité d'essayer de laisser le site propre et sans trace de notre présence. Être proactif, identifier les emplacements d'ordures afin que les cadets y déposent leurs déchets durant les repas. Organiser un ramassage des déchets après chaque repas.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Quelles tâches peuvent être attribuées lors de l'établissement d'une routine pour la préparation de repas?

Q2. Au moment d'allumer les réchauds, que fera un chef d'équipe?

Q3. Qu'est-ce qui devrait être organisé après un repas?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les éléments de la préparation de repas que les chefs d'équipe superviseront sont les suivants :

- allumer les réchauds;
- bouillir l'eau;
- ration individuelle de campagne (RIC);
- préparer la nourriture;
- coordonner le nettoyage des déchets.

R2. Le chef d'équipe approuvera l'emplacement pour l'usage, supervisera le remplissage de combustible et surveillera les procédures d'allumage inappropriées.

R3. Un ramassage des déchets devrait être organisé après un repas.

**Point d'enseignement 3** — **Discuter de la façon dont un chef d'équipe entretient le bivouac**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

Les bivouacs deviennent très occupés et du leadership et de la supervision de la part de tout le personnel sont nécessaires pour s'assurer que la routine se déroule bien. Rappeler aux chefs d'équipe comment ils doivent aller de l'avant et être proactifs, en planifiant et attribuant des tâches pour établir une routine pour le bivouac.

Les bivouacs présentent des défis spécifiques pour un chef d'équipe. Pendant que le personnel utilise les ressources et produit des déchets autour du site, les chefs d'équipe doivent constamment surveiller le site. Les chefs d'équipe entretiendront le bivouac en accomplissant les tâches suivantes :

**Effectuer des inspections de routine des abris.** Une fois que les abris ont été érigés et que les cadets continuent la routine quotidienne, les chefs d'équipe auront à inspecter les abris. Les abris peuvent paraître érigés de façon appropriée. Toutefois, une inspection peut révéler des problèmes. Les problèmes peuvent varier de cordes qui ne sont pas bien attachées et de tentes qui ne sont pas piquées dans la terre de façon sécuritaire, à des fentes ou des trous dans une tente. L'identification et la correction de ces problèmes empêcheront de plus gros problèmes à un moment où ils seraient le moins désirés (durant la nuit sans lumière).

**Faire le suivi et entreposer l'équipement.** L'usage quotidien d'un bivouac dépend des fournitures et de l'équipement qui ont été apportés au site par l'unité. Les chefs d'équipe seront responsables de localiser l'équipement et le matériel. Pour localiser l'équipement et le matériel, faire une liste des individus qui sont en possession des fournitures. L'équipement retourné sera inscrit comme étant retourné. Revoir la liste

quotidiennement pour identifier si des articles sont manquants. Avertir les superviseurs si un équipement est identifié comme étant manquant.

**Réapprovisionner les sources d'eau.** Les bivouacs auront soit une source d'eau naturelle à proximité soit un réservoir pour l'usage du personnel. Les sources naturelles seront toujours abondantes et ne nécessiteront pas de remplissage, toutefois les sources naturelles doivent être régulièrement inspectées pour éviter la contamination. La contamination peut survenir de différentes sources, toutefois les plus importantes sont les eaux usées sanitaires ou les signes naturels tels que des changements dans la couleur de l'eau, des poissons ou des animaux morts.

Les bivouacs qui utilisent un réservoir pour l'eau doivent surveiller le niveau d'eau. Si la consommation est élevée, ce sera nécessaire de planifier des ravitaillements réguliers en eau. On doit éviter de restreindre la consommation pour conserver l'eau sauf lors d'une situation d'urgence qui nécessite le rationnement de l'eau.

**Vider les emplacements de déchets.** Le personnel qui occupe un bivouac utilise des matériaux, consomme rapidement des ressources et de la nourriture. Les déchets générés par le personnel sont disposés dans des emplacements de déchets désignés. Les chefs d'équipe doivent régulièrement surveiller les emplacements d'ordures désignés, vider les conteneurs quand ils sont pleins et préparer ces endroits pour un usage futur.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Comment un chef d'équipe entretient-il un bivouac?

Q2. Comment les chefs d'équipe doivent-ils localiser l'équipement dans un bivouac?

Q3. Pourquoi un chef d'équipe doit-il effectuer des inspections de routine dans les abris?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un chef d'équipe entretient un bivouac en effectuant des inspections de routine des abris, en localisant et en entreposant l'équipement et en remplissant les sources d'eau.

R2. Un chef d'équipe peut localiser l'équipement dans un bivouac en faisant une liste de l'équipement reçu et en révisant l'enregistrement des statuts actuels de l'équipement.

R3. Un chef d'équipe doit diriger des inspections de routine des abris pour trouver les problèmes encourus lors de l'installation ou les dommages subis par les tentes.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que signifie être un chef d'équipe quand les cadets doivent être supervisés?

Q2. Les nouveaux cadets qui participent à un EEC lors d'une fin semaine peuvent avoir des difficultés à suivre une routine quotidienne. Dans quelles parties de la routine quotidienne peut-on s'attendre à voir les cadets avoir le plus de difficulté? Que pouvez-vous faire en tant que chef d'équipe pour aider les nouveaux cadets?

Q3. Au moment de la préparation des repas, que devraient faire les chefs d'équipe pour organiser et s'assurer que le repas se déroule bien?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Être un chef d'équipe signifie que je superviserai mes cadets subalternes en travaillant en équipe avec les pairs, offrant mon accompagnement et transmettant mes connaissances pour aider les cadets subalternes à relever avec succès les défis qui leur sont présentés.

R2. Les réponses sont variables.

R3. Les chefs d'équipe doivent attribuer des rôles particuliers aux cadets pour s'assurer que la préparation du repas est organisée.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les cadets qui se trouvent dans un rôle de chef d'équipe peuvent faire l'expérience de position de pouvoir. Cette position d'autorité peut les amener à croire qu'ils n'ont pas à contribuer à l'accomplissement de certaines tâches. C'est exactement le contraire puisqu'ils sont encouragés à prendre ce rôle comme un d'expérience pour accompagner et aider les cadets subalternes dans les défis auxquels ils font face. La supervision ne consiste pas seulement à chercher des problèmes ou des raisons de s'inquiéter d'un danger mais à transmettre des connaissances et à faire la démonstration d'habiletés à d'autres qui peuvent apprendre d'une situation et faire face avec succès aux défis qui leur sont présentés.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Le cadet doit participer à l'activité et, dans la mesure du possible, exercer les fonctions d'un chef d'équipe.

Le ou les chefs d'équipe doivent recevoir une rétroaction au sujet de leur rendement, comme partie de l'OREN 303 (Exercer le rôle de chef d'équipe, chapitre 3).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

S.O.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM M321.02 – CONSTRUIRE LES ÉLÉMENTS D'UN BIVOUAC

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier l'annexe A pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin d'initier les cadets à la construction d'un bivouac.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 2 et 3, parce ce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la construction des éléments d'un bivouac, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir construit les éléments d'un bivouac.

### IMPORTANCE

Il est important pour les cadets de savoir comment, en tant que chef d'équipe, construire les éléments d'un bivouac car dans un exercice d'entraînement en campagne (EEC) – bivouac – lors d'une fin de semaine, les chefs d'équipe reçoivent de petits rôles de leadership pour construire des éléments spécifiques d'un bivouac.

**Point d'enseignement 1** **Discuter des éléments d'un bivouac**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Distribuer le diagramme d'un exemple de bivouac et identifier chaque caractéristique alors qu'on en discute. Les cadets devraient déjà connaître les éléments mais ils pourraient avoir besoin d'une certaine révision.

**ÉLÉMENTS D'UN BIVOUAC**

Plusieurs éléments composent un bivouac. Chaque élément est caractérisé par ses équipements, les matériaux de construction nécessaires et les exigences de l'emplacement.

Les éléments d'un bivouac sont énumérés ci-dessous accompagnés d'une courte description de l'élément, suivie d'une liste des matériaux de construction nécessaires et des exigences de l'emplacement.

**Quartier général (QG).** Cet aménagement constitue la partie centrale d'un bivouac. Presque toute l'administration se fait ici. Le QG est le lieu pour l'officier responsable (O Resp) et du personnel de soutien. L'équipement de communications et de sécurité peuvent aussi s'y trouver.

Le QG peut être un endroit désigné ou un abri réel. Le QG est généralement construit avec du matériel de tente modulaire. La grandeur de la tente peut varier d'une section à plusieurs sections selon les exigences de l'exercice d'entraînement en campagne (EEC).

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • une section complète du matériel de tente modulaire incluant les panneaux avant et arrière<br>• des piquets<br>• des tables<br>• des chaises, des bancs<br>• un poste d'officier de service<br>• un lit pliant pour l'officier de service et une aire de coucher | • emplacement central<br>• terrain plat<br>• facilement accessible |

**Approvisionnement.** L'approvisionnement est l'endroit où tout l'équipement non-utilisé est entreposé. Cet endroit a un quartier-maître désigné (un cadet sénior, un officier d'approvisionnement, etc.). Cet élément est souvent situé près du QG, ou il est situé à l'intérieur même du QG. Il est considéré comme un lieu sécuritaire et il est interdit à tous sauf au personnel désigné.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • une section complète du matériel de tente modulaire incluant les panneaux avant et arrière<br>• des piquets<br>• une table<br>• une ou des chaises | • près du QG<br>• terrain plat |

**Point de premiers soins.** Le point de premiers soins est toujours situé au centre du bivouac. Dépendant de la grandeur du bivouac, il peut être raisonnable d'aménager plusieurs postes pour fournir un accès rapide à l'équipement de premiers soins.

Un point de premiers soins principal peut être aménagé pour traiter les blessures plus sérieuses. Cet endroit peut se situer à l'intérieur de tentes modulaires érigées et peut contenir une trousse de premiers soins de campagne, une planche dorsale, une minerve, une civière, des couvertures de laine et un lit pliant.

Les éléments qui composent un point de premiers soins sont les suivants :

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • une civière<br>• une trousse de premiers soins d'urgence<br>• 2 couvertures ignifuges<br>• une planche dorsale<br>• une minerve<br>• une table<br>• des chaises | • au centre du bivouac |

**Point d'incendie.** Cet endroit est utilisé pour combattre tout incendie qui survient. Le point d'incendie, comme le point de premiers soins, est un point d'interventions de secours et il doit être centralisé et accessible lors d'une urgence. Les points d'incendie devraient être aménagés près des aires de coucher, des aires de préparation des repas, et du PHL. Si le bivouac est grand et étendu, des points d'incendie supplémentaires doivent être aménagés.

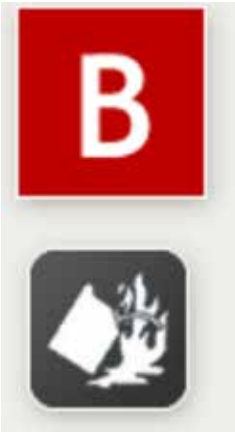
Le point d'incendie doit être muni d'extincteurs d'incendie de classe A, à l'exception du point d'incendie du PHL qui doit être muni d'un extincteur d'incendie de classe B. Les éléments qui composent un point d'incendie sont les suivants :

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • un balai à feu<br>• une pelle<br>• un seau de 13.7 L (3 gallons) rempli de sable<br>• un extincteur d'incendie<br>• phare de point d'incendie<br>• une sirène d'incendie | • centralisé et facilement accessible<br>• plus d'un peuvent être requis |

Il n'est pas rare d'utiliser des sites qui exigent un nombre déterminé de points d'incendie avec un équipement spécifique. S'assurer de vérifier avec les autorités de la propriété utilisée.

Il peut y avoir des directives spécifiques ou des règlements qui doivent être respectés relativement à l'équipement de sécurité-incendie. Ces règlements sont très fréquents sur les bases des Forces canadiennes.

Les extincteurs d'incendie sont étiquetés en fonction de la classe de l'incendie qu'ils peuvent éteindre. Les types d'extincteurs sont les suivants :

| | | | |
|---|---|---|---|
| |  | | |
| Classe A, Combustibles ordinaires :<br>• déchets<br>• bois<br>• papier | Classe B, Liquides inflammables :<br>• huiles<br>• graisse<br>• goudron<br>• essence<br>• diluants pour peintures | Classe C, Électricité :<br>• matériel électrique sous tension | Classe D, Métaux combustibles :<br>• magnésium<br>• titane |

**Poste de PHL.** Le poste de PHL est une zone désignée pour l'entreposage des carburants, des liquides dangereux et inflammables. Cette zone doit être clairement marquée (une tresse blanche fait très bien la

délimitation). Un bac d'écoulement doit être présent pour prévenir tout déversement durant le remplissage des réservoirs. Les éléments qui composent un poste de PHL sont les suivants :

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • une tresse blanche<br>• un bac d'écoulement<br>• un ruban marqueur<br>• un équipement de lutte contre les déversements<br>• une balise d'identification | • à 100 m du bivouac<br>• terrain plat<br>• aire ouverte et dégagée<br>• sans branches surplombantes<br>• à 200 m minimum d'une source d'eau naturelle |

**Route d'entrée et de sortie pour un véhicule de sécurité.** Cet élément est utilisé pour contrôler la circulation routière. Il aide à garder le site sécuritaire, et prévient une usure exagérée et la détérioration de l'environnement. Une signalisation de route d'entrée et de sortie constitue tout le matériel nécessaire pour cet élément.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • signalisation | • la route ne devrait pas traverser les aires d'activités |

**Aire de stationnement.** Cette aire est pour stationner les véhicules de soutien aux exercices et devrait être clairement identifiée. L'aire de stationnement sera pourvue de bacs d'écoulement qui sont placés sous le moteur de chaque véhicule. Les éléments qui composent une aire de stationnement sont les suivants :

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • des bacs d'écoulement<br>• une tresse blanche<br>• un panneau de stationnement | • aire dégagée<br>• espace pour stationner des véhicules supplémentaires<br>• espace pour retourner un véhicule |

**Aire de rassemblement.** Ce point est une grande aire désignée où le personnel se réunit quand il est appelé à se rassembler ou lors d'une urgence. Il est souvent utilisé pour des exposés généraux. Aucun élément n'est requis pour cette aire, toutefois c'est un endroit qui est verbalement identifié au groupe lors de l'exposé sur les mesures de sécurité.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • S.O. | • aire ouverte et dégagée, abritée ou non |

**Point d'eau.** Cet endroit est désigné pour l'entreposage et l'approvisionnement en eau potable. Il est souvent situé dans un endroit centralisé. Il peut aussi être une source d'eau naturelle. Il n'y a pas de matériaux requis pour cette zone. C'est un endroit qui est verbalement identifiée au groupe lors de l'exposé sur les mesures de sécurité.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • des jerricans d'eau | • aire centralisée<br>• facilement accessible si une source naturelle est utilisée |

**Aire des lavabos.** Cette aire est l'endroit désigné pour les toilettes. Les bivouacs auront des toilettes chimiques portables ou des installations désignées à utiliser. Cet endroit sera situé à au moins 60 m (200 pieds) dans la direction du vent des aires de coucher et de repas ainsi que du point d'eau. Aucun élément n'est requis pour cette aire, toutefois c'est un endroit qui est verbalement identifié pour le groupe entier dès son arrivée au bivouac.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • des toilettes chimiques portables ou des installations désignées | • à au moins 60 m (200 pieds) dans la direction du vent des aires de coucher et de repas ainsi que du point d'eau. |

**Aire de cuisson.** Cette aire est désignée pour la préparation de la nourriture. Le meilleur endroit est une surface durable comme un rocher plat ou une zone sablonneuse. L'aire de cuisson ne devrait pas être située à plus de 10 m de l'aire de repas pour éviter que les gens se déplacent inutilement autour des réchauds et de l'eau bouillante. Aucun matériau spécifique n'est nécessaire pour construire l'aire de cuisson, toutefois elle est verbalement identifiée pour le groupe entier dès son arrivée au bivouac.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • S.O. | • surface durable (rocher plat ou zone sablonneuse)<br>• aire ouverte, sans arbres ni branches surplombantes<br>• près de l'aire de repas |

**Aire de repas.** C'est un point central où toute la nourriture sera consommée. Cela aidera au contrôle des pertes et des déchets qui sont des sous-produits de la consommation de nourriture, surtout dans les zones où il y a beaucoup d'animaux. Aucun élément n'est requis pour cette aire, toutefois elle est verbalement identifiée pour le groupe dès son arrivée au bivouac.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • S.O. | • aire abritée |

**L'emplacement des déchets.** C'est le point central pour jeter et entreposer les déchets. Il est situé à l'extérieur du bivouac principal et il est protégé des animaux (les déchets sont entreposés dans des poubelles, des supports à ordures ou des véhicules). Les matériaux et l'équipement qui composent l'emplacement des déchets sont les suivants :

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • des poubelles<br>• benne à ordures<br>• support à ordures | • à 100 m (328 pieds) du bivouac<br>• protégé des animaux |

**Aires de coucher.** Les aires de coucher devraient être situées en amont du vent par rapport à l'aire de préparation des repas, sur un terrain plat. Les aires de coucher seront divisées en deux sections écartées l'une de l'autre, l'une pour les hommes et l'autre pour les femmes. Des indicateurs peuvent être placés pour identifier l'emplacement des tentes des femmes et celles des hommes. Il n'y a pas de matériaux spécifiques requis pour cette zone. Les aires de coucher sont verbalement identifiées pour le groupe dès son arrivée au bivouac.

| Matériaux requis | Exigences d'emplacement |
|---|---|
| • des indicateurs pour la section des femmes et des hommes | • terrain plat<br>• sans débris majeur<br>• séparation entre les femmes et les hommes |

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIONS**

Q1. Nommer cinq éléments du bivouac.

Q2. Où devrait être aménagé un point de premiers soins?

Q3. Quelles sont les exigences d'emplacement pour un poste de PHL?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. N'importe lequel des cinq éléments suivants :

- le quartier général,
- l'approvisionnement,
- le point des premiers soins,
- le point d'incendie,
- le poste de PHL,
- la route d'entrée et de sortie pour les véhicules de sécurité,
- l'aire de stationnement,
- l'aire de rassemblement,
- le point d'eau,
- l'aire de lavabos,
- l'aire de cuisson,
- l'aire des repas,
- l'emplacement des déchets,
- les aires de coucher (pour hommes et femmes).

R2. Le point de premiers soins est toujours situé au centre du bivouac.

R3. Les exigences d'emplacement pour un poste de PHL sont les suivantes :

- à 100 m du bivouac,
- sur un terrain plat,
- dans une aire ouverte et dégagée,
- sans branches surplombantes,
- à 200 m d'une source d'eau naturelle.

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer, démontrer et demander aux cadets d'établir les éléments d'un bivouac**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

Dans cette leçon, les cadets devront établir les éléments spécifiques d'un bivouac.

Les explications et les démonstrations pourront être écourtées puisque la majorité des cadets auront une connaissance pratique de chaque élément grâce à leur participation antérieure à des EEC et à partir des descriptions du PE 1.

Expliquer et démontrer, lorsque nécessaire, comment établir un élément d'un bivouac.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets d'établir et marquer les éléments d'un bivouac.

### RESSOURCES

- un exemple de schéma d'un bivouac,
- une tresse blanche,
- du carton bristol blanc,
- des marqueurs,
- de la ficelle,
- un couteau de poche (un par groupe).

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Les cadets seront responsables de disposer les éléments d'un bivouac.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes d'au plus cinq personnes.
2. Attribuer à chaque groupe un nombre égal d'éléments de bivouac à établir dans la liste suivante :
   - (a) le quartier général,
   - (b) l'approvisionnement,
   - (c) le point des premiers soins,
   - (d) le point d'incendie,
   - (e) le poste de PHL,
   - (f) la route d'entrée et de sortie pour les véhicules de sécurité,
   - (g) l'aire de stationnement,
   - (h) l'aire de rassemblement,

(i) le point d'eau,

(j) l'aire de lavabos,

(k) l'aire de cuisson,

(l) l'aire des repas,

(m) l'emplacement des déchets,

(n) les aires de coucher (pour hommes et femmes).

3. Pour établir un élément d'un bivouac, laisser les cadets identifier chaque élément en utilisant des cartons bristol et des marqueurs.

4. Faire une visite guidée des lieux identifiés avec les groupes.

5. Cinq minutes seront utilisées pour la visite guidée d'un groupe aux lieux identifiés.

6. Faire un compte-rendu de chaque élément avec le groupe.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les cadets exploreront la zone où sera érigé le bivouac. Établir pour les cadets les frontières à utiliser pour le bivouac.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation à l'apprentissage de ce PE.

---

**Point d'enseignement 3** **Expliquer, démontrer et faire construire par les cadets les éléments d'un bivouac**

Durée : 60 min Méthode : Démonstration et exécution

---

Dans cette leçon, les cadets devront construire les éléments spécifiques d'un bivouac.

La majorité des cadets auront une connaissance pratique de chaque élément grâce à leur participation antérieure à des EEC.

Expliquer et démontrer comment construire chaque élément lorsque nécessaire.

L'érection d'une section de tente modulaire est probablement la tâche la plus difficile pour les cadets.

Prendre 20 minutes et démontrer comment ériger une section de tente modulaire.

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de faire construire par les cadets les éléments spécifiques d'un bivouac.

**RESSOURCES**

Les ressources pour les éléments suivants d'un bivouac sont énumérées dans le PE 1 :

- le quartier général,
- l’approvisionnement,
- le point des premiers soins,
- le point d’incendie,
- le poste de PHL.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Les cadets devront physiquement construire les éléments suivants :

- le quartier général,
- l’approvisionnement,
- le point des premiers soins,
- le point d’incendie,
- le poste de PHL.

Dans la dernière activité, chaque élément devrait avoir été préalablement positionné à l’intérieur du bivouac. Les cadets placeront leur élément à son emplacement désigné.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en groupes égaux d’au plus cinq personnes.
2. Faire une démonstration de 20 minutes sur la façon d’ériger une section de tente modulaire.
3. Déterminer un élément à construire pour chaque groupe.
4. Donner 30 minutes à chaque groupe pour construire son élément.
5. Dix minutes seront utilisées pour une visite guidée des éléments construits.
6. Faire un compte-rendu de chaque élément avec le groupe.

## CONFIRMATION DU POINT D’ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l’activité servira de confirmation à l’apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la construction des éléments d’un bivouac servira de confirmation à l’apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D’ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les chefs d'équipe qui ont été nommés pour construire les éléments d'un bivouac devront avoir une bonne connaissance de l'aménagement d'un bivouac et de ses éléments. Pratiquer comment situer l'élément d'un bivouac préparera les chefs d'équipe à diriger un groupe de cadets subalternes dans une tâche similaire.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Des instructeurs supplémentaires peuvent être nécessaires pour aider à la construction de chaque élément du campement dans le PE 3.

Le cadet doit participer à l'activité et, dans la mesure du possible, exercer les fonctions d'un chef d'équipe.

Le ou les chefs d'équipe recevront une rétroaction sur leur performance, s'il y a lieu, qui fait partie de l'OREN 303 (Exercer le rôle de chef d'équipe, chapitre 3).

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-036 A-CR-CCP-121/PT-001 Directeur – Cadets 3. (2000). *Livre de référence des Cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

# OCOM C321.01 – IDENTIFIER LES MÉTHODES D'ÉLIMINATION DES DÉCHETS EN CAMPAGNE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Faire des transparents ou des photocopies des figures 12-3-6 à 12-3-8.

Choisir un endroit où chaque paire de cadets peut trouver des sources de remplacement du papier hygiénique.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2, parce qu'il permet à l'instructeur de présenter les renseignements généraux sur l'hygiène en campagne et l'élimination des déchets en fonction de l'environnement.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 3, parce que c'est une façon interactive d'initier les cadets aux matières naturelles de la campagne qui peuvent remplacer le papier hygiénique.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir identifié les méthodes d'élimination des déchets en campagne.

### IMPORTANCE

Il est important pour les cadets de comprendre comment éliminer les déchets de façon sécuritaire en campagne, puisque les endroits sauvages sont de plus en plus habités et les méthodes traditionnelles d'élimination des déchets sont considérées être nuisibles pour l'environnement.

**Point d'enseignement 1** **Discuter de l'hygiène en campagne**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

En insistant sur ces points, les cadets comprendront l'importance de l'hygiène personnelle en campagne. Les eaux usées sanitaires sont le plus fréquent transporteur de maladies intestinales.

## LA PRATIQUE DES RÈGLES D'HYGIÈNE DE BASE

### Changer régulièrement de vêtements

Il est important de garder tous les vêtements, tout particulièrement les sous-vêtements et les chaussettes aussi propres et secs que possible. Les vêtements, de même que le corps, doivent être propres et secs. Le fait de garder ses vêtements propres diminue le risque d'exposition aux rougeurs cutanées et aux infections. Il faut changer régulièrement de vêtements, surtout les bas et les sous-vêtements. Utiliser de la poudre pour les pieds lorsqu'il y en a.

### Éliminer l'eau usée de façon appropriée

En campagne, il y aura toujours une quantité d'eau usée provenant de la toilette personnelle et de la cuisson. L'élimination appropriée des eaux usées aidera à prévenir l'infestation d'insectes.

Suivre ces étapes pour éliminer correctement les eaux usées :

1. Ramasser toutes les grandes particules avec une passoire ou un linge et les mettre aux déchets.
2. Mettre l'eau usée qui reste dans un contenant.
3. Creuser un petit trou à une distance de 60 mètres ou plus de toute source d'eau.
4. Verser l'eau usée dans le trou.
5. Remplir le trou avec des matières naturelles.

### Se laver régulièrement

En campagne, pour minimiser la propagation de maladies, le lavage des mains est de rigueur. Il existe deux approches communes pour se laver les mains – avec de l'eau et du savon et avec un désinfectant pour les mains.

Il est important de toujours garder les mains propres. Bien que le lavage des mains soit préférable, utiliser un désinfectant pour les mains convient lorsqu'il n'y a pas d'eau et de savon. Se débarrasser de toutes les eaux usées.

Se laver le corps est très important et doit être fait quotidiennement. Prêter une attention toute particulière aux endroits du corps qui sont vulnérables aux rougeurs et mycoses cutanées (le cuir chevelu, l'entrecuisse et entre les orteils).

Toute élimination de déchets (y compris les eaux usées sanitaires) doit se faire à un minimum de 60 m (200 pieds) des sources d'eau.

## DIARRHÉE

Quelqu'un peut avoir la diarrhée pour plusieurs raisons : une infection virale ou bactérienne, de la nourriture contaminée, des allergies alimentaires, et du savon dans la nourriture.

Quand on est en campagne, la préoccupation majeure est la rapidité avec laquelle la diarrhée augmente la perte d'eau.

### La diarrhée qui nécessite une évacuation

Les conditions qui demanderont une évacuation sont les suivantes :

- la fièvre,
- la présence de sang,
- un état de choc,
- une diarrhée ou un vomissement qui dure plus de 24 heures,
- une douleur qui dure plus de 24 heures,
- toute douleur abdominale.

### Traitement pour la diarrhée

Le traitement le plus simple pour la diarrhée est le suivant :

1. Remplacer l'eau perdue oralement avec des liquides limpides. Encourager le patient à boire lentement et à petites gorgées. Si le patient ne reprend pas son eau de cette façon, il continuera à se déshydrater.
2. Une fois que l'eau a été acceptée, donner des hydrates de carbone au patient : du pain, du riz et des rôties (régime antidiarrhéique).
3. Continuer de donner du liquide. Le thé peut être proposé.
4. Revenir tranquillement à la diète normale, et continuer à donner du liquide.

## AGENTS PATHOGÈNES D'EAU

Les agents pathogènes de l'eau sont des micro-organismes qui vivent dans l'eau et qui sont capables de causer une maladie humaine. Ils peuvent être classés en trois types : les bactéries, les virus, et les parasites protozoaires.

Bien que les bactéries soient une partie naturelle de la vie, quelques bactéries (particulièrement dans l'eau) causent des maladies graves telles que la lambliase et la cryptosporidiose.

Les virus et les protozoaires se trouvent dans l'eau de surface qui a été contaminée par des matières fécales animales ou humaines.

Il est crucial de filtrer et/ou de purifier toute eau en milieu sauvage.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

---

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les règles de base de l'hygiène?

Q2. Comment contracte-t-on la diarrhée?

Q3. Que sont les agents pathogènes de l'eau?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les règles de base de l'hygiène sont les suivantes :

- changer régulièrement de vêtements;
- éliminer l'eau usée de façon appropriée;
- se laver régulièrement.

R2. La diarrhée peut se développer à cause d'une infection virale ou bactérienne, de la nourriture contaminée, des allergies alimentaires, et du savon dans la nourriture.

R3. Des agents pathogènes de l'eau sont des micro-organismes qui peuvent causer une maladie humaine.

---

**Point d'enseignement 2** **Discuter du choix des latrines**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

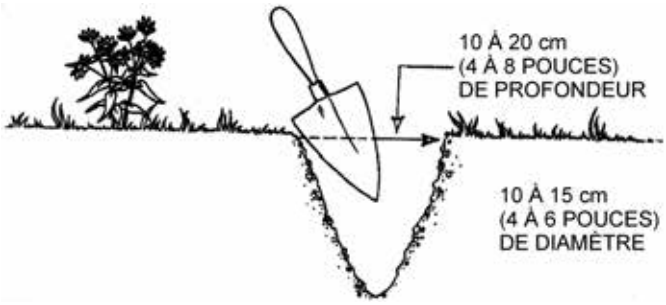
Ce PE est conçu pour familiariser les cadets avec le sujet des toilettes extérieures et pour susciter l'intérêt d'utiliser des formes acceptables.

**ÉLIMINATION EN SURFACE**

L'élimination en surface est la forme d'élimination des déchets la moins acceptée en milieu sauvage. L'élimination en surface devrait être évitée à tout prix. Lors de l'entraînement, les cadets seront informés des formes d'élimination acceptables.

**CHATIÈRES**

Les chatières sont la forme d'élimination des déchets la plus acceptable, autre que de repartir avec ses déchets. Les chatières devraient être situées à au moins 60 m (200 pieds) de toute source d'eau, de tout bivouac ou de tout sentier. La chatière devrait être de 10 à 20 cm (de 4 à 8 pouces) de profondeur et approximativement de 10 à 15 cm (de 4 à 6 pouces) de diamètre. L'emplacement le plus approprié pour une chatière serait dans un sol organique riche en micro-organismes situé dans un endroit humide qui reçoit assez de lumière du soleil.




*A. McGivney, Leave No Trace: A Guide to the New Wilderness Etiquette, Mountaineer Books (page 64)*

Figure 12-3-1 Chatière

Faire la démonstration du creusage d'une chatière.

**LATRINES**

Considérées comme une chatière pour plusieurs personnes, les latrines doivent être construites seulement quand on demeure sur un site plus que deux nuits ou quand il y a plus de dix personnes dans un groupe.

Les latrines doivent être situées à un minimum de 60 m (200 pieds) d'une source d'eau, d'un bivouac, ou d'un sentier. Elles doivent être plus larges que longues et d'un minimum de 30 cm (1 pied) de profondeur. Les latrines doivent être remplacées quand les excréments sont à 10 ou 15 cm (4 ou 6 pouces) de la surface.

Les eaux usées et les excréments peuvent prendre de 1 à 3 années pour se décomposer. Il faut être soucieux de l'endroit où les excréments sont déposés.

L'urine humaine peut causer des dommages aux feuilles et de la brunissure sur certaines plantes. De plus, certains animaux sont attirés par le sel contenu dans l'urine humaine et mangent souvent les plantes qui en sont recouvertes.

**TOILETTES SAUVAGES**

**Toilettes extérieures**

Afin de prévenir la propagation de maladies, plusieurs parcs provinciaux et nationaux construisent de nouvelles toilettes extérieures avec une technologie viable. Les plus vieilles toilettes extérieures dans les parcs devraient être utilisées quand elles sont disponibles, malgré leur apparence parfois repoussante.

*http://blogs.redding.com/redding/mbeauchamp/archives.gif. Extrait le 18 mars 2008 du site http://blogs.redding.com/redding/mbeauchamp/archives.gif*

Figure 12-3-2 Toilette extérieure

**Toilettes de campagne**

Généralement faites simplement d'une boîte avec un trou et un siège, les toilettes de campagne peuvent se trouver dans les endroits sauvages. Les toilettes de campagne sont construites par les randonneurs et les usagers des endroits écologiques pour prévenir qu'il y a des eaux usées et des excréments sur le sol.

*barkingspace.wordpress.com. Extrait le 18 mars 2008 du site http://www.figtography.com/Blog/thunderbox.jpg*

Figure 12-3-3 Toilette de campagne

**Boîtes de munitions**

Traditionnellement utilisées en milieu sauvage où la réglementation exige l'évacuation des eaux usées et des excréments par des pagayeurs et des guides de rivière, les boîtes de munitions, parfois appelées *groovers*, sont étanches à l'eau et scellées. Les boîtes de munitions sont particulièrement utiles sur l'eau puisque la boîte est très durable et elle flotte.

*Surplus & Outdoors. Extrait le 18 mars 2007 du site http://www.surplusandoutdoors.com/shop/877/shopscr89.html*

Figure 12-3-4 Boîte de munitions

**Seaux**

Dans des endroits au-dessus de la limite de la zone arborée, les alpinistes utilisent souvent de grands seaux de plastique comme toilettes. Les seaux sont quelques fois munis d'un sac à ordures quand ils sont utilisés. Lorsque le voyage est terminé, ou quand le seau est plein, le sac est attaché et le seau est ramené en bas, et plus tard, jeté dans les installations appropriées.

**DISPOSITIFS COMMERCIAUX POUR LES DÉCHETS**

**Toilettes à compostage**

La plus populaire unité commerciale sur le marché, la toilette à compostage est offerte en différents modèles et elle se trouve dans la majorité des parcs provinciaux et nationaux au Canada. Les toilettes à compostage les plus simples sont faites de sciure de bois ou de paillis qui est ensuite placé par-dessus un dépôt.

**La toilette Pack-it (Pack-it Toilet).**

Mise en marché comme un kit de toilette personnelle ultra léger, la toilette Pack-it a été conçue pour aider les milieux sauvages. Les gens ne veulent invariablement pas perdre de temps à emballer et repartir avec leurs déchets. Avec la toilette Pack-it, les gens peuvent prendre la responsabilité de leurs déchets de façon convenable.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelle est la forme d'élimination des déchets la plus acceptable?

Q2. Quand les latrines sont-elles utilisées?

Q3. Qu'est-ce qu'une toilette à compostage?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les chatières.

R2. Les latrines devraient être construites seulement quand on demeure à un site plus de deux nuits ou quand il y a plus de dix personnes dans un groupe.

R3. Les toilettes à compostage sont faites de sciure de bois ou de paillis qui est ensuite placé par-dessus un dépôt.

---

**Point d'enseignement 3** — **Choisir du papier hygiénique naturel**

Durée : 10 min — Méthode : Activité pratique

---

Ce PE est conçu pour donner l'opportunité aux cadets de sélectionner des solutions de rechange au papier hygiénique.

On devrait rappeler aux cadets qu'ils n'ont pas besoin d'arracher quoi que ce soit aux arbres vivants ou aux buissons.

Il y avait un temps où il n'y avait pas de papier hygiénique. À cette époque, et dans le monde d'aujourd'hui lors de situations d'urgences, du papier hygiénique naturel peut être utilisé.

Avec tous les choix de papier hygiénique de remplacement, le choix de plantes vivantes devrait être un dernier recours. Prendre une feuille ici, une feuille là; ne pas prendre de touffe.

Ne pas prendre de la végétation ou des feuilles dans les parcs ou les zones réglementées.

**FEUILLES**

Des feuilles larges et douces sont les meilleures. Au besoin, de petites feuilles peuvent être utilisées. Utiliser modérément.

Examiner les feuilles avant de les utiliser. Des feuilles peuvent parfois avoir de la sève et d'autres substances collantes, être recouvertes de poils ou de piques, ou plus sérieusement être recouvertes d'hispides (poils courts et raides) qui peuvent pénétrer dans la peau.

Le feuillage d'automne, de plusieurs couleurs, offre toute une sélection de feuilles, dont quelques-unes resteront flexibles durant les mois d'hiver.

Les arbres et les sources de feuilles les plus courants au Canada sont les suivants :

- aulne,
- hêtre,
- bouleau,
- châtaignier,
- orme,
- caryer,
- érable,
- chêne.

*Ressources Naturelles Canada, 2002, Feuille ronde. Extrait le 22 mars 2007, du site http://www.cfi.scf.rncan.gc.ca/imfec-idecf/hosttrees/deciduous/leaves_round.html*

Figure 12-3-5 La feuille ronde

Revoir les photographies de sumac vénéneux, de sumac de l'ouest, et de sumac à vernis avec les cadets.

Le sumac vénéneux, le sumac de l'ouest, et le sumac à vernis sont à ne pas utiliser comme solution de rechange au papier hygiénique.

*Canadian Weed Science Society. Extrait le 18 mars 2008 du site www.cwss-scm.ca/weeds/images/F22_centralPoidonIvy.jpg*

Figure 12-3-6  Sumac vénéneux

*Agriculture et Agroalimentaire Canada. Extrait le 18 mars 2008 du site http://res2.agr.gc.ca/ecorc/poison/vernix_e.htm*

Figure 12-3-7  Sumac à vernis

*The Coloma Valley: Where the Gold Rush Bega: Coloma Valley Nature Reference.*
*Extrait le 18 mars 2008 du site www.coloma.com/reference/401-1-18-poisonoak.jpg*

Figure 12-3-8 Sumac de l'ouest

**MOUSSE**

Utiliser la mousse a des avantages et des désavantages. L'avantage avec la mousse est la douceur, mais le désavantage est qu'arracher une petite quantité de mousse affectera une grande surface de mousse.

**HERBES**

Les herbes feront bien, mais peuvent présenter un danger à cause des feuilles coupantes. Les herbes peuvent couper la peau comme le fait le papier. Si on utilise du bambou, il faut être extrêmement prudent pour éviter ce genre de blessures.

**PLANTES À FEUILLES PERSISTANTES**

Celles-ci ont des feuilles qui ressemblent à des aiguilles. Les arbres résineux ont généralement un feuillage tenace (feuilles persistantes) qui se compose d'aiguilles ou d'écailles. Trouvées dans certains endroits, les plantes à feuilles persistantes sont souvent le seul choix. Examiner les feuilles avant de les utiliser pour s'assurer qu'il n'y a pas de sève.

Les arbres résineux les plus communs au Canada sont :

- le cèdre,
- le sapin,
- la pruche,
- le mélèze,
- le pin,
- l'épinette,
- le mélèze laricin.

*The Canadian Encyclopedia, 2007, Conifers, Droit d'auteur 2007 par Alberta Forest Service. Extrait le 22 mars 2007 du site http://www.thecanadianencyclopedia.com/index.cfm?PgNm=TCE&Params=A1SEC818695*

Figure 12-3-9 Aiguilles d'arbre conifère

**EAU**

Considérée par certains comme la méthode la plus propre, s'essuyer avec de l'eau est une pratique courante depuis des années.

**S'essuyer avec de l'eau.** Remplir un petit contenant d'eau. Amener le contenant à l'endroit choisi. Quand c'est terminé, simplement faire couler un mince filet d'eau dans la main libre, ne contaminant jamais l'eau fraîche, et l'utiliser pour asperger ou essuyer.

La neige est aussi une excellente solution de rechange au papier hygiénique. Il y a un choc initial à la sensation de la neige sur la zone, mais elle laissera la zone propre.

Dans certains pays, il est coutumier d'essuyer seulement avec la main gauche et de manger avec la main droite.

---

**ACTIVITÉ**

Durée : 5 min

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'identifier quels éléments naturels pourraient être utilisés comme solution de rechange au papier hygiénique.

**RESSOURCES**

S.O.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Choisir un endroit où chaque paire de cadets peut trouver des sources de remplacement du papier hygiénique.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en paires (du même sexe).
2. Informer les cadets des délimitations.
3. Faire identifier par les cadets les sources naturelles de papier hygiénique.
4. Les cadets devraient vérifier la source pour s'assurer que :
   (a) il n'y a pas de substances piquantes attachées à la source;
   (b) il n'y a pas d'insectes;
   (c) la source est appropriée.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Les cadets respectent les limites pour cette activité.
- Les cadets doivent rester en vue de leur partenaire en tout temps.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité du PE 3 servira de confirmation à l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'identification des sources naturelles de papier hygiénique servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

L'élimination des déchets de façon appropriée en campagne est essentielle pour l'hygiène personnelle, prévient de la maladie et protége le milieu sauvage que nous apprécions tous.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-063 A-CR-CCP-107/PT-001 Directeur – Cadets 3. (1978). *Cadets royaux de l'Armée canadienne, plan de cours – Programme d'instruction, mission aventure*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2e éd). Lebanon, New Hampshire, Paul Tawrell.

C2-011 (ISBN 0-89886-910-2) McGivney, A. (2003). *Leave No Trace: A Guide to the New Wilderness Etiquette* (2e éd.). Seattle, Washington, Mountaineer Books.

C2-016 (ISBN 1-4000-5309-9) Curtis, R. (2005). *The Backpacker's Field Manual: A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*. New York, New York, Three Rivers Press.

C2-156 (ISBN 0-89815-627-0) Meyer, K. (1994). *How to Shit in the Woods*. Berkeley, Californie, Ten Speed Press.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

# OCOM C321.02 – IDENTIFIER LES MESURES DE SÉCURITÉ À PRENDRE LORSQU'ON SE DÉPLACE SUR LA NEIGE ET LA GLACE

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de présenter le déplacement sur la neige et la glace et de stimuler l'intérêt des cadets à aller dehors en hiver.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir identifié les mesures de sécurité à prendre lorsqu'on se déplace sur la neige et la glace.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent les mesures de sécurité à prendre lorsqu'on se déplace sur la neige et la glace afin de demeurer en sécurité durant un EEC d'hiver ou la pratique de sports d'hiver.

**Point d'enseignement 1** **Décrire les types de neige et de glace**

Durée : 20 min Méthode : Exposé interactif

La neige et la glace changent avec la chaleur et le refroidissement et sont grandement touchées par la température. Ce PE vise à initier les cadets aux différents types de neige et de glace.

**NEIGE**

**La neige.** Type de précipitation en forme de cristaux d'eau glacée (flocon de neige). La neige est granulaire et a une structure ouverte souple. Elle reste sur le sol jusqu'à ce qu'elle fonde en eau.

**La neige accumulée.** Accumulation de neige dans un endroit.

**TYPES DE NEIGE**

**La neige fraîche.** Très légère et folle. Les flocons de neige ont plusieurs pointes. Ce type de neige est un excellent isolant.

**La neige poudreuse.** Neige folle qui vient de tomber et qui n'a pas encore été touchée. Elle peut donner l'impression de flotter dans un environnement d'impesanteur. La poudreuse peut être compactée en couches épaisses pour former un oreiller naturel. La neige poudreuse a un faible taux d'humidité, elle est composée de près de 97 pour cent d'air et elle est préférée des skieurs pour parfaire leurs habiletés. Dans les régions côtières, où le taux d'humidité est plus élevé, la neige est plus lourde que dans les régions continentales.

**La neige tassée par le vent.** Neige soufflée d'une direction et compactée par la force du vent. La neige est compactée par la pression exercée par le vent, causant ainsi une forme de durcissement froid-chaud. À certains endroits, la surface de la neige est assez forte pour retenir le poids; dans ce cas, les raquettes sont particulièrement utiles.

La neige tassée par le vent est également idéale pour couper des blocs et faire des igloos ou d'autres structures de neige.

**La croûte causée par le soleil.** Neige dont la couche supérieure a fondu et regelé. Généralement située par-dessus la neige poudreuse, la croûte causée par le soleil est plus résistante que la neige poudreuse qui se trouve en dessous à cause du regel.

La croûte causée par le soleil n'est pas très stable sur une pente et peut être dangereuse si elle cède sous un poids.

**La neige granulée.** Après le dégel, la neige devient granulée. La structure de la neige est très granuleuse à ce moment. La neige granulée se forme surtout au printemps et peut être assez forte pour supporter un poids. Elle se forme pendant le cycle de fonte et de regel de la neige accumulée.

La couche de neige qui est devenue une croûte causée par le soleil deviendra de la neige granulée.

**La neige pourrie.** Elle est causée par une fonte et un regel à répétition et se trouve surtout sur le côté sud des pentes ou dans les couches inférieures de neige. L'eau coule vers les couches inférieures et ne gèle pas, car elle est isolée de la température par la couche de neige qui la recouvre. La neige pourrie peut ressembler à de très petits glaçons ou à de la glace en aiguilles. Cette neige est dangereuse en raison du risque de tomber au travers.

**La neige fondante.** Lorsque la température de l'air se réchauffe au-delà du point de congélation, la neige commence à fondre et beaucoup d'eau se forme. La neige fondante absorbe l'eau de la neige qui fond. On reconnaît la neige fondante par les creux dans la neige et les zones plus foncées ou bleutées. Ces zones représentent des trous dans la glace ou une accumulation d'eau sur la surface de la glace.

**GLACE**

Lorsque l'eau se refroidit, elle rétrécit en volume et atteint sa densité la plus élevée à 4 degrés Celsius (39 degrés Fahrenheit) où elle commence son processus de congélation. La glace est une matière très compactée qui est formée de neige sans bulles d'air ou elle est un cristallin solide qui est fragile et transparent.

La glace peut être de l'eau gelée ou de la neige compactée par la chaleur et le froid comme celle des glaciers et des icebergs.

**TYPES DE GLACE**

**La glace de surface.** Elle se trouve sur la terre, sur différentes surfaces, y compris les matériaux artificiels.

**La glace en aiguilles.** Aiguilles de glace verticales suspendues qui n'ont pas de structure solide. Marcher sur de la glace en aiguilles est comme marcher dans la neige fondante.

**La glace de lac.** Couche d'eau gelée qui se forme sur la surface d'un lac. La résistance de la glace dépend souvent des conditions dans lesquelles elle a été formée.

Il est dangereux de marcher sur de la glace de lac de moins de 5 cm (3 pouces) d'épaisseur. Cette épaisseur représente la limite minimale et dépend tout de même du type de glace, de la façon dont elle a été formée et du nombre de couches.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Qu'est-ce que de la neige pourrie?

Q2. Quelle est la meilleure neige pour construire des structures de neige?

Q3. Quels sont les trois types de glace?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La neige pourrie est la neige que l'on retrouve sur le côté sud des pentes ou dans les couches inférieures de la neige. Elle est causée par la fonte et le regel à répétition.

R2. La neige tassée par le vent.

R3. La glace de surface, la glace en aiguilles et la glace de lac.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des caractéristiques de la neige et de la glace**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

**CARACTÉRISTIQUES DE LA NEIGE ET DE LA GLACE**

**Capacité de supporter du poids**

La capacité de supporter du poids se définie comme étant la capacité de la neige à supporter un poids. Lorsque la neige est durement compactée, la capacité de supporter du poids est supérieure et le déplacement est plus facile. La glace est souvent plus résistante, mais le déplacement est plus difficile en raison de la surface glissante.

**Caractéristiques du glissement**

Les caractéristiques du glissement, qui sont importantes pour les skieurs et les surfeurs des neiges, sont liées à la façon dont les matériaux glissent sur la neige. La caractéristique du glissement varie grandement selon le type de neige.

**Capacité à maintenir le poids**

La capacité à maintenir le poids est en fonction de la qualité du fart afin d'éviter le claquement. Le claquement se produit lorsque le ski ne glisse pas sur la neige mais se soulève de la neige, provoquant ainsi un bruit de claquement. La capacité à maintenir le poids varie grandement selon les différents types de neige, rendant nécessaire les différents types de fart.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

**QUESTIONS**

Q1. Qu'est-ce que la capacité de supporter du poids?

Q2. Expliquez les caractéristiques du glissement.

Q3. Donnez la définition de la capacité à maintenir le poids.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La capacité de supporter du poids se définie comme étant la capacité de la neige à supporter un poids.

R2. Les caractéristiques du glissement sont la façon dont les matériaux glissent sur la neige.

R3. La capacité à maintenir le poids est en fonction de la qualité du fart afin d'éviter le claquement.

**Point d'enseignement 3** **Discuter des dangers de l'eau**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à initier les cadets aux dangers liés au déplacement sur la glace et la neige en hiver. Cette introduction ne donne pas aux cadets les compétences ni l'instruction en vue de choisir efficacement un itinéraire pour un groupe.

## DANGERS DE L'EAU

En hiver, la randonnée peut être agréable, mais comme toute autre activité extérieure, elle comporte des dangers qui doivent être pris en considération.

### Déplacement sur une voie navigable gelée

Les étendues d'eau gelées comme les lacs, les rivières et les ruisseaux sont les parcours les plus appropriés pour faire un sentier. Les déplacements sur des voies navigables gelées constituent un avantage, car elles sont relativement plates et elles ont une faible accumulation de neige en raison du vent.

Le principal désavantage des déplacements sur des voies navigables est que le parcours peut devenir instable à cause des changements soudains de température.

### Choix d'un itinéraire sur la glace

Dans le cas des déplacements sur la glace, la personne possédant le plus d'expérience doit choisir l'itinéraire à parcourir.

Les conditions de la glace peuvent changer rapidement et il faut toujours se méfier, car il pourrait y avoir de l'eau sous la surface de la neige (neige pourrie). Les endroits où il y a de la neige pourrie doivent être contournés.

Les rivières ayant un courant fort continuent de couler sous la couche de glace même si les températures sont extrêmement froides.

### Glace peu solide

La solidité de la glace varie selon sa structure et la température. Une couche de neige ou un adoucissement affaiblira la glace. Un dégel soudain peut créer des fissures dans la glace et l'affaiblir encore plus.

Il faut éviter la glace peu solide en tout temps.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

---

### QUESTIONS

Q1. Quel est le principal désavantage des déplacements sur les voies navigables gelées?

Q2. Que doit-on retenir lorsqu'on se déplace sur un itinéraire sur la glace?

Q3. Quand doit-on éviter la glace peu solide?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Le parcours peut devenir instable.

R2. Il peut y avoir de l'eau qui coule sous la surface.

R3. Il faut éviter la glace peu solide en tout temps.

**Point d'enseignement 4** **Discuter des déplacements en hiver**

Durée : 20 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à initier les cadets aux dangers à prendre en considération durant les déplacements en hiver.

Les instructeurs doivent présenter l'information en mettant l'accent sur l'importance d'un déplacement en toute sécurité.

**DÉPLACEMENT EN HIVER**

Les déplacements en hiver sont plus compliqués et plus difficiles que ceux effectués en été. L'accumulation de neige a une incidence sur la mobilité de diverses façons et un équipement pour temps froid est nécessaire l'hiver.

La planification en cas de temps froid et la préparation pour une expédition en hiver ne consistent pas seulement de prévoir ce qu'il se produira. Il est important d'apporter de l'équipement supplémentaire (p. ex., une autre paire de chaussettes, une couverture de secours et un dispositif pour allumer des feux) qui sera utile dans le cas d'un imprévu.

L'épaisse couverture de neige nuit au déplacement en campagne et sur la route. Un parcours qui était praticable le jour peut devenir impraticable la nuit en raison de la température qui baisse et qui fait regeler les environs.

**Règles de base du déplacement en hiver**

Voici quelques règles de base que tous ceux qui se déplacent en hiver doivent suivre :

- Tracer l'itinéraire sur une carte et surligner les points de repères importants.
- S'assurer que tous les membres du groupe sont prêts et qu'ils connaissent l'itinéraire et les difficultés possibles.
- Faire une rotation de la personne qui ouvre le sentier pour qu'elle ne se fatigue pas trop.
- Se déplacer en file simple.
- S'assurer que l'équipement est vérifié et distribué de façon égale.
- S'habiller en fonction de la température afin de réduire la transpiration.
- Arrêter 15 minutes après le départ pour ajuster l'équipement.
- Utiliser le système de surveillance mutuelle dans les climats nordiques.
- Bien surveiller les signes d'engelure.

**Utilisation de raquettes ou de skis**

Les raquettes et les skis permettent tous les deux de se maintenir sur la neige (capacité de rester sur la couche supérieure). Ils sont souvent utiles pour les déplacements en campagne et ils ont gagné en popularité auprès de ceux qui se déplacent l'hiver. La profondeur et le type de neige déterminent le niveau de support et la vitesse de déplacement.

Les raquettes sont particulièrement utiles dans les endroits restreints. Les raquettes sont faciles à transporter étant donné leur taille et leur poids. Toutefois, sur les pentes abruptes, les raquettes ont une traction restreinte et peuvent souvent glisser, ce qui fait perdre pied à la personne qui les porte.

Le ski est souvent plus difficile dans la neige plus profonde; c'est pourquoi il faut souvent remplacer la personne qui ouvre le sentier. Le ski est polyvalent pour la plupart des terrains, particulièrement dans les endroits où il y a des pentes, car les skieurs peuvent prendre de la vitesse sur les pentes de descente.

**TEMPS DE DÉPLACEMENT EN HIVER**

| | Sentier non battu | Sentier battu |
|---|---|---|
| À pied : | | |
| • Jusqu'à 1 pied de neige | 1 à 2 mi/h | 1.5 à 2 mi/h |
| • Plus de 1 pied de neige | 0.24 à 0.75 mi/h | 1.25 à 2 mi/h |
| En raquette | 1 à 2 mi/h | 2 à 2.5 mi/h |
| En ski | 1 à 3.5 mi/h | 3 à 3.5 mi/h |

**Trébucher et tomber dans la neige**

La couverture de neige recouvre plusieurs caractéristiques du terrain et cache les obstacles comme les souches, les buissons, les roches et les fossés, ce qui peut causer un trébuchement ou une chute.

Une longue perche ou un bâton de randonnée doit être apporté et utilisé pour trouver les obstacles. Tous les obstacles, même les plus petits, doivent être contournés pour éviter les blessures.

**Le meilleur moment pour se déplacer**

En hiver, le temps de déplacement peut varier d'une heure à l'autre. En général, le meilleur temps pour se déplacer est tôt le matin après une nuit froide. C'est le moment où la neige et la glace sont les plus stables.

Voici quelques lignes directrices concernant les déplacements :

- Se déplacer dans les endroits ombragés pour éviter de déranger la stabilité de la neige aux endroits ensoleillés.
- Les journées sont plus courtes l'hiver, alors planifier le temps de déplacement de façon à éviter de séjourner dans des endroits dangereux la nuit.
- Éviter de se déplacer dans la neige plus profonde que le mollet. Le déplacement dans la neige profonde fait perdre de l'énergie et il est très difficile de voir les obstacles potentiels.
- Les déplacements à la fin de l'hiver doivent être examinés de plus près, car l'accumulation de neige peut être plus instable en raison de la température plus chaude.

**Choix des sentiers**

Le déplacement en forêt permet d'être protégé du vent. Il est particulièrement important de planifier les itinéraires en hiver afin de s'assurer de suivre un itinéraire sécuritaire et protégé. Il faut porter une attention particulière aux marquages et aux panneaux des sentiers.

**Dangers de se déplacer en hiver**

Les déplacements en hiver sont plus difficiles que ceux en été et les conditions de la neige dictent à quel moment et à quelle distance les groupes se déplacent.

La neige profonde peut cacher les marquages des sentiers et peut être sujette aux avalanches et aux bancs de glaces.

Dans le cas des déplacements dans les montagnes, un cours sur les avalanches doit être suivi et l'équipement nécessaire, tel qu'un appareil de recherche de victime d'avalanche, doit être transporté en tout temps.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

### QUESTIONS

Q1. Quel est le but des raquettes?

Q2. Quel est le meilleur moment de la journée pour se déplacer en hiver?

Q3. Quelles sont les règles de base à suivre pour les déplacements en hiver?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les raquettes permettent de se maintenir sur la neige (capacité de rester sur la couche supérieure).

R2. Le meilleur moment pour se déplacer est tôt le matin après une nuit froide.

R3. Les règles de base à suivre pour les déplacements en hiver sont :

- Tracer l'itinéraire sur une carte et surligner les points de repères importants.
- S'assurer que tous les membres du groupe sont prêts et qu'ils connaissent l'itinéraire et les difficultés possibles.
- Faire une rotation de la personne qui ouvre le sentier pour qu'elle ne se fatigue pas trop.
- Se déplacer en file simple.
- S'assurer que l'équipement est vérifié et distribué de façon égale.
- S'habiller en fonction de la température afin de réduire la transpiration.
- Arrêter 15 minutes après le départ pour ajuster l'équipement.
- Utiliser le système de surveillance mutuelle dans les climats nordiques.
- Bien surveiller les signes d'engelure.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que la neige poudreuse?

Q2. Que faut-il prendre en considération lorsqu'on choisit un itinéraire sur la glace?

Q3. Qu'est-ce qui cause les chutes ou les trébuchements dans la neige?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La neige poudreuse est une neige qui vient de tomber et qui n'a pas encore été touchée.

R2. Les conditions de la glace peuvent changer rapidement et il faut toujours se méfier, car il pourrait y avoir de l'eau sous la surface de la neige. Les endroits où il y a de la neige pourrie doivent être contournés.

R3. La couverture de neige recouvre plusieurs caractéristiques du terrain et cache les obstacles qui pourraient restreindre les déplacements. Les souches, les buissons, les roches, les fossés sont tous couverts et cachent les obstacles potentiels.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Les déplacements sur la neige et la glace peuvent être dangereux pour le personnel et l'équipement. La connaissance des différents types de neige et de glace ainsi que des dangers liés aux déplacements en hiver aidera les cadets à prendre des décisions plus éclairées durant les déplacements en hiver.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

C2-012 (ISBN 0-89886-643-X) Weiss, H. (1988). *Secrets of Warmth for Comfort or Survival*. Seattle, Washington, The Mountaineers.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

# OCOM C321.03 – CONSTRUIRE DES COMMODITÉS DE CAMPAGNE

Durée totale : 180 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Photocopier les documents de cours sur les commodités de campagne qui se trouvent à l'annexe B. Chaque cadet devrait avoir une copie de chaque commodité de campagne.

Une sélection de bouts de bois, de branches et de bûches de tailles différentes doit être ramassées pour d'aider les cadets dans leur construction et de les empêcher d'utiliser des branches vivantes.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les nœuds et les brêlages, tout en donnant aux cadets l'occasion de faire les nœuds et les brêlages sous supervision.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 2 parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets d'avoir l'occasion de construire des commodités de campagne dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences en construction dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet, en tant que membre d'un groupe de quatre, devrait avoir construit deux commodités de campagne.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets comprennent la valeur des commodités de campagne. La construction des commodités de campagne est une façon amusante d'incorporer la façon de faire des nœuds au site d'entraînement en campagne et de rendre le site plus confortable.

Si une situation de survie se présentait, la construction des commodités de campagne serait également une façon de combattre la solitude qui est un des sept ennemis de la survie.

---

**Point d'enseignement 1** — **Expliquer et démontrer la façon de faire des brêlages et demander aux cadets de se pratiquer à les faire**

Durée : 45 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

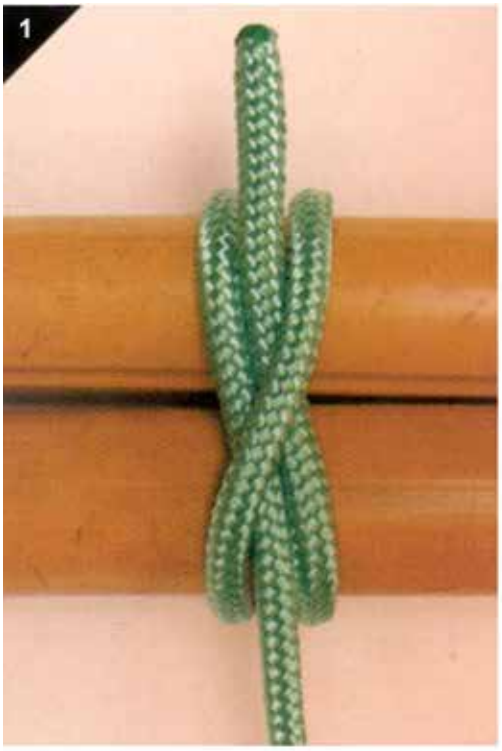
Pour cette leçon sur les compétences, on recommande que l'enseignement se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape.
3. Surveiller la performance des cadets pendant la mise en pratique de la compétence entière.

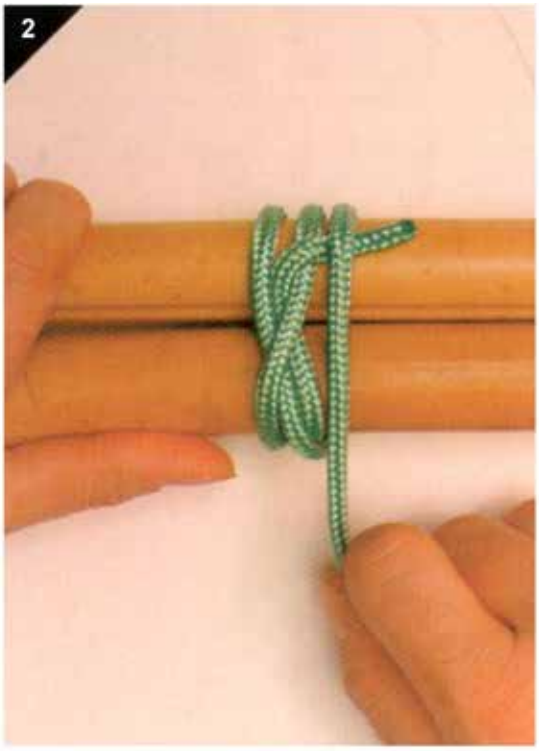
**Nota :** On peut demander à des instructeurs adjoints de surveiller la performance des cadets.

**BRÊLAGE EN ROND**

Parfois appelé brêlage de bigue, le brêlage en rond a deux utilisations distinctes. Premièrement, il peut former une structure en A ou un ensemble de bigue. Deuxièmement, on peut utiliser deux ou trois brêlages en rond pour unir des perches et faire une perche horizontale plus longue.



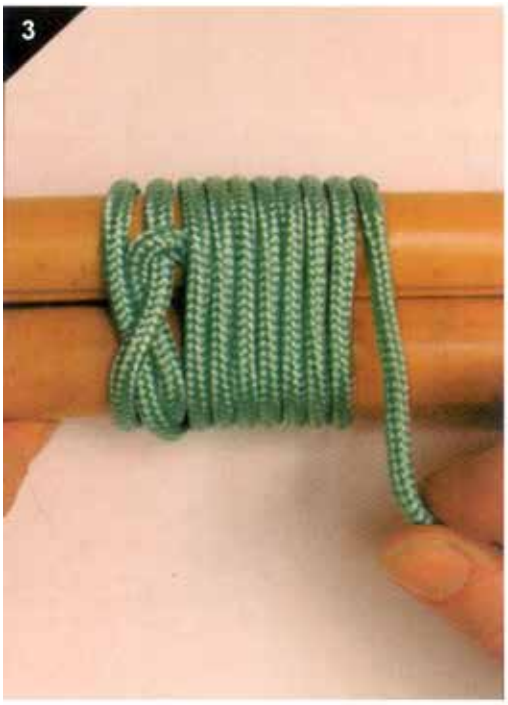

**ÉTAPE UN.** FAIRE UNE DEMI-CLÉ À CAPELER AUTOUR DES DEUX PERCHES.




**ÉTAPE DEUX.** ENROULER LE BOUT FIXE AUTOUR DES DEUX PERCHES, EN INSÉRANT LE BOUT LIBRE DU NŒUD.

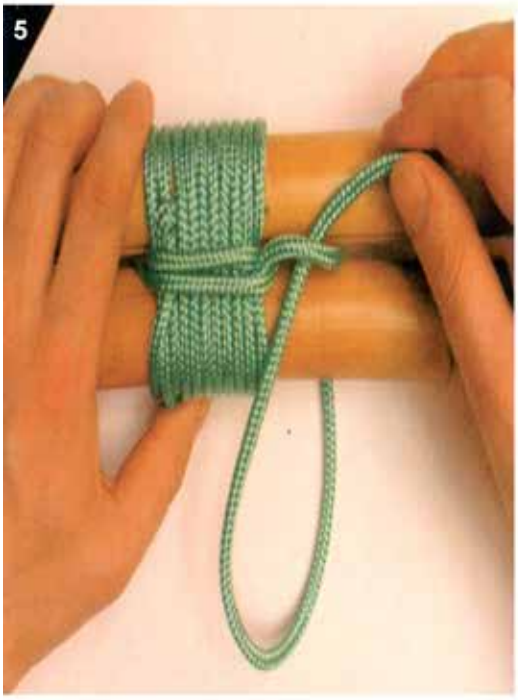
*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 184-185)*

Figure 12-5-1 (feuille 1 de 3) Brêlage en rond




**ÉTAPE TROIS.** FAIRE HUIT À DIX ENROULEMENTS DE PLUS AUTOUR DES PERCHES.

**ÉTAPE QUATRE.** FAIRE PASSER LA CORDE VERS LE HAUT ENTRE LES PERCHES ET FAIRE DEUX TOURS SERRÉS, PARALLÈLES AUX PERCHES.




**ÉTAPE CINQ.** FAIRE UNE DEMI-CLÉ À CAPELER AUTOUR DE L'UNE DES PERCHES.

**ÉTAPE SIX.** S'ASSURER QUE LE BRÊLAGE EST SERRÉ ET BIEN FIXÉ.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 184-185)*

Figure 12-5-1 (feuille 2 de 3) Brêlage en rond

**ÉTAPE SEPT.** OUVRIR LE BRÊLAGE POUR CRÉER UNE STRUCTURE EN A.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 184-185)*

Figure 12-5-1 (feuille 3 de 3) Brêlage en rond

**BRÊLAGE CARRÉ**

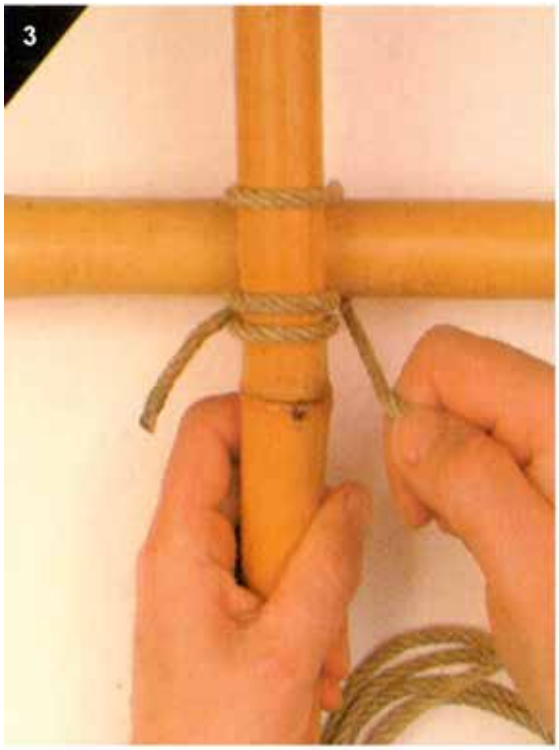
Un brêlage carré permet d'attacher deux perches à un angle de 90 degrés. Le diamètre de la corde utilisée pour faire le brêlage devrait être beaucoup plus petit que celui des perches Pour que le brêlage soit efficace, il faut serrer chaque tour le plus possible au fur et à mesure qu'il est fait.

**ÉTAPE UN.** PLACER LA PERCHE VERTICALE PAR-DESSUS LA PERCHE HORIZONTALE, FAIRE UNE DEMI-CLÉ À CAPELER. LA PERCHE VERTICALE S'ÉTALE DE HAUT EN BAS ET LA PERCHE HORIZONTALE DE GAUCHE À DOITE.

**ÉTAPE DEUX.** RAMENER TOUTE LA CORDE AUTOUR ET DERRIÈRE LA PERCHE HORIZONTALE.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 180 et 181)*

Figure 12-5-2 (feuille 1 de 4) Brêlage carré



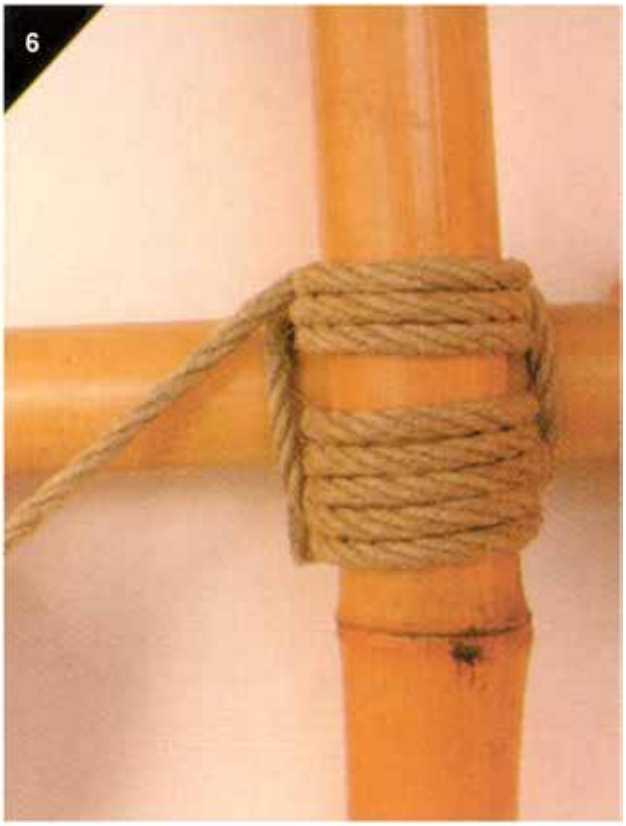

**ÉTAPE TROIS.** FAIRE PASSER LA CORDE SUR LA PERCHE VERTICALE EN SERRANT ET PUIS DERRIÈRE LA PERCHE HORIZONTALE POUR LA RAMENER À LA DEMI-CLÉ À CAPELER.

**ÉTAPE QUATRE.** CONTINUER EN FAISANT TROIS TOURS COMPLETS AUTOUR DES PERCHES, TIRER ET SERRER LA CORDE APRÈS CHAQUE TOUR.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 180 et 181)*

Figure 12-5-2 (feuille 2 de 4) Brêlage carré

**ÉTAPE CINQ.** APRÈS AVOIR DÉPASSÉ LA DEMI-CLÉ À CAPELER, FAIRE PASSER ET SERRER LA CORDE AUTOUR DE LA PERCHE HORIZONTALE EN PARTANT DE L'ARRIÈRE ET COMMENCER À L'ENROULER AUTOUR DES DEUX CÔTÉS DE LA PERCHE. CES ENROULEMENTS SONT APPELÉS DES BRIDURES.




**ÉTAPE SIX.** FAIRE DEUX ENSEMBLES COMPLETS DE BRIDURES.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 180 et 181)*

Figure 12-5-2 (feuille 3 de 4) Brêlage carré

**ÉTAPE SEPT.** FAIRE UNE DEMI-CLÉ À CAPELER AUTOUR DE LA PERCHE HORIZONTALE.

**ÉTAPE HUIT.** TIRER FORT ET SOLIDIFIER.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 180 et 181)*

Figure 12-5-2 (feuille 4 de 4) Brêlage carré

**NŒUD DE BOIS**

Le nœud de bois est inclus parce qu'il est nécessaire pour le brêlage diagonal. Il ne devrait pas prendre trop de temps à faire.

**ÉTAPE UN.** PRENDRE LE BOUT FIXE ET L'ENROULER AUTOUR DE L'OBJET, ENSUITE AUTOUR DU DORMANT DE LA CORDE.

**ÉTAPE DEUX.** TORSADER LE COURANT SUR LUI-MÊME EN L'ENROULANT AUTOUR DU BOUT LIBRE.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (page 139)*

Figure 12-5-3 (feuille 1 de 2) Nœud de bois

**ÉTAPE TROIS.** CONTINUER À FAIRE DES TORSIONS JUSQU'À CE QUE LA CORDE TORSADÉE SOIT ASSEZ LONGUE POUR FAIRE LE TOUR DE L'OBJET. TIRER SUR LE DORMANT POUR SERRER LE NŒUD.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (page 139)*

Figure 12-5-3 (feuille 2 de 2) Nœud de bois

**BRÊLAGE DIAGONAL**

Un brêlage diagonal est utilisé à un point de croisement pour empêcher que les perches se séparent.

**ÉTAPE UN.** FAIRE UN NŒUD DE BOIS AUTOUR DES DEUX PERCHES CROISÉES.

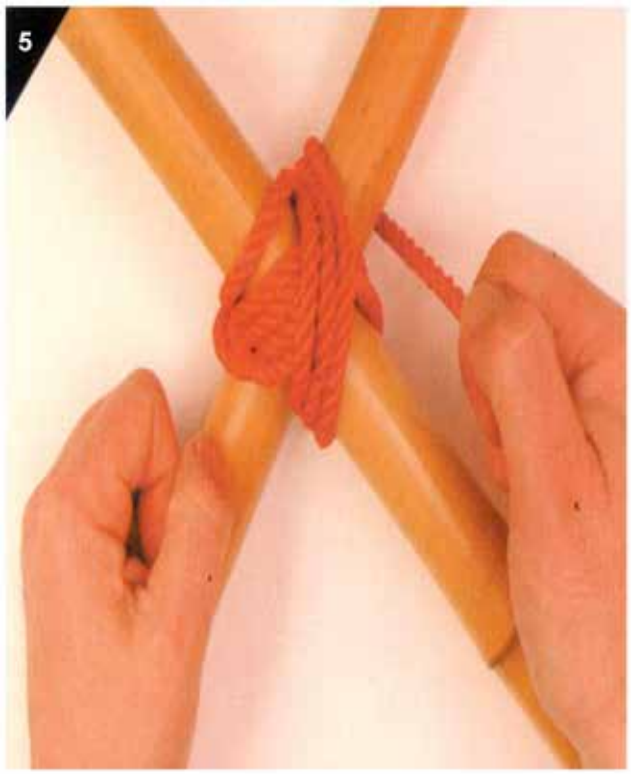
**ÉTAPE DEUX.** FAIRE UN TOUR AUTOUR DES DEUX PERCHES CROISÉES, EN SERRANT LE NŒUD DE BOIS.

**ÉTAPE TROIS.** FAIRE TROIS TOURS COMPLETS DE PLUS DANS LA MÊME DIRECTION, EN LES SERRANT.

**ÉTAPE QUATRE.** CHANGER DE DIRECTION EN PASSANT AUTOUR DE L'UNE DES PERCHES.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 182-183)*

Figure 12-5-4 (feuille 1 de 4) Brêlage diagonal




**ÉTAPE CINQ.** FAIRE QUATRE TOURS COMPLETS AUTOUR DES DEUX PERPENDICULAIREMENT AUX TOURS ORIGINAUX, EN LES SERRANT.

**ÉTAPE SIX.** PRENDRE LE BOUT LIBRE DE LA CORDE AUTOUR DE L'UNE DES PERCHES, EN FAISANT UNE BRIDURE.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 182-183)*

Figure 12-5-4 (feuille 2 de 4) Brêlage diagonal

**ÉTAPE SEPT.** FAIRE DEUX BRIDURES COMPLÈTES.

**ÉTAPE HUIT.** FAIRE UNE DEMI-CLÉ À CAPELER.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 182-183)*

Figure 12-5-4 (feuille 3 de 4) Brêlage diagonal

**ÉTAPE NEUF.** TIRER FORT SUR LE BRÊLAGE AFIN DE LE SOLIDIFIER

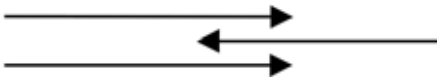
*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 182-183)*

Figure 12-5-4 (feuille 4 de 4) Brêlage diagonal

**BRÊLAGE EN HUIT**

Le brêlage en huit sert à attacher ensemble trois perches pour faire un trépied.

Lorsqu’on fait un brêlage en huit, les perches doivent être décalées.

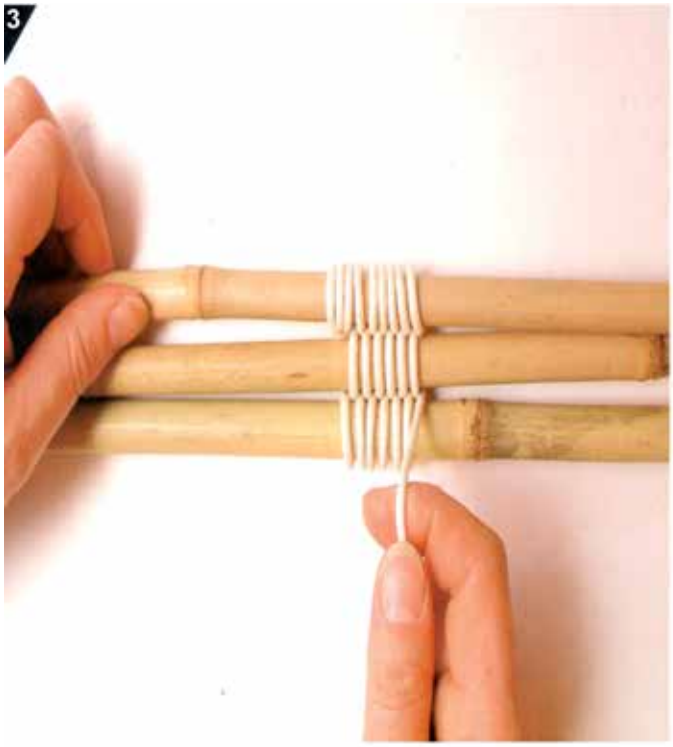


**ÉTAPE UN.** FAIRE UNE DEMI-CLÉ À CAPELER AUTOUR DE L'UNE DES PERCHES EXTÉRIEURES. RAMENER LA CORDE EN DESSOUS ET PAR-DESSUS LES AUTRES PERCHES.

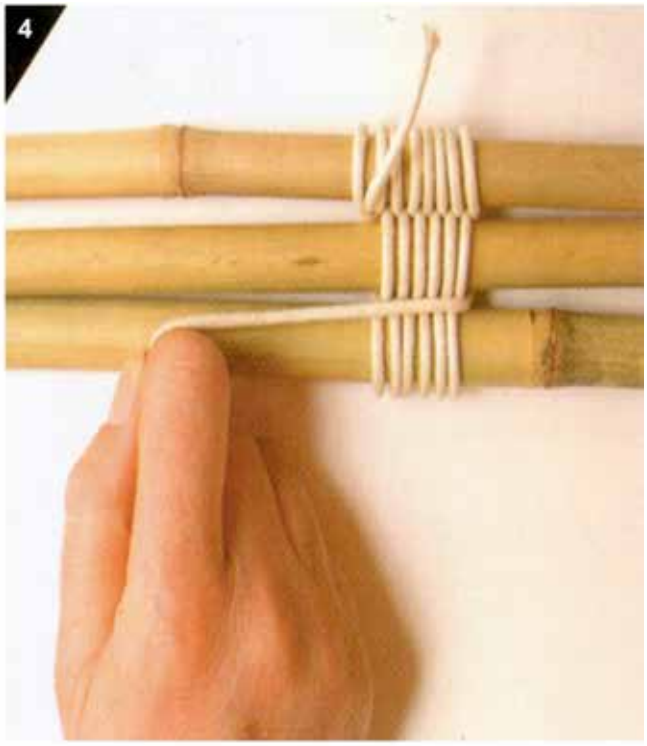
**ÉTAPE DEUX.** PASSER AUTOUR DE LA PERCHE LA PLUS LOIN DU POINT DE DÉPART ET ENTRELACER LA CORDE DE NOUVEAU PAR-DESSUS ET EN DESSOUS.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices,Chartwell Books, Inc. (pages 187-188)*

Figure 12-5-5 (feuille 1 de 4) Brêlage en huit



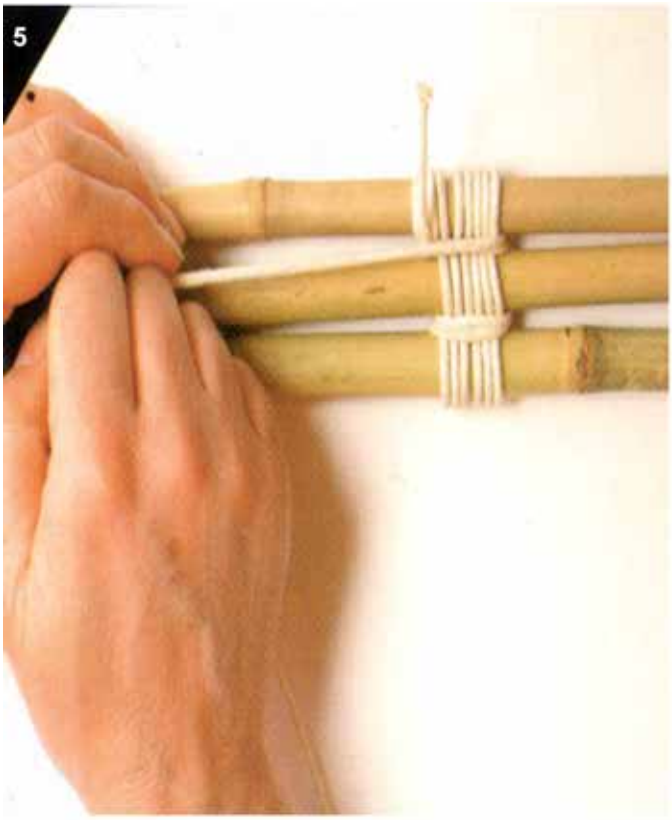

**ÉTAPE TROIS.** CONTINUER D'ENTRELACER LA CORDE EN DESSOUS ET PAR-DESSUS HUIT FOIS. RAMENER LA CORDE VERS LE HAUT ENTRE L'UNE DES DEUX PERCHES.




**ÉTAPE QUATRE.** TIRER LA CORDE PARALLÈLE AUX PERCHES ET FAIRE DEUX BRIDURES.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices,Chartwell Books, Inc. (pages 187-188)*

Figure 12-5-5 (feuille 2 de 4) Brêlage en huit




**ÉTAPE CINQ.** FAIRE TROIS BRIDURES ENTRE LES PERCHES RESTANTES.

**ÉTAPE SIX.** FAIRE UNE DEMI-CLÉ À CAPELER AUTOUR DE LA PERCHE QUI A DÉJÀ UNE DEMI-CLÉ À CAPELER (DU DÉPART) À L'EXTRÉMITÉ OPPOSÉE.

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices,Chartwell Books, Inc. (pages 187-188)*

Figure 12-5-5 (feuille 3 de 4) Brêlage en huit

**ÉTAPE SEPT.** OUVRIR LES PERCHES

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots & Splices,Chartwell Books, Inc. (pages 187-188)*

Figure 12-5-5 (feuille 4 de 4) Brêlage en huit

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

La participation des cadets à nouer des brêlages servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

---

**Point d'enseignement 2** **Demander aux cadets de construire deux commodités de campagne**

Durée : 130 min Méthode : Activité pratique

---

**COMMODITÉS DE CAMPAGNE**

Les commodités de campagne sont choisies des éléments suivants :

- un lit dans un marécage,
- une armature externe de sac à dos;
- un support de séchage pour viande,
- un radeau,
- un râtelier à outils.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de construire des commodités de campagne pour un bivouac, en se servant des nœuds et des brêlages enseignés préalablement.

### RESSOURCES

- une corde de nylon,
- de la ficelle,
- de la corde,
- des ressources naturelles, trouvées sur le terrain,
- une hache de 1.8 kg (4 lb) muni d'un manche de 91 cm (36 pouces),
- une scie à archet de .60 m (24 pouces),
- les schémas décrivant la construction des commodités de campagne.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre personnes.
2. Selon le besoin et la disponibilité des ressources, demander aux cadets de choisir deux commodités de campagne à construire.
3. Distribuer les instructions qui se trouvent à l'annexe B. Demander aux cadets de choisir et utiliser les nœuds et brêlages les plus efficaces pour faire leur commodité de campagne.
4. Lorsque les commodités sont terminées, vérifier toutes les commodités construites.
5. Les ressources supplémentaires pour les commodités de campagne sont énumérées dans les instructions.
6. Selon les règlements locaux, demander aux cadets de redistribuer tout le matériel utilisé dans la construction.

### MESURES DE SÉCURITÉ

- S'assurer que les cadets utilisent les outils de façon sécuritaire en tout temps.
- Le bois choisi pour les commodités de campagne doit être assez fort pour soutenir un poids de 50 kg.
- Il faut respecter les limites établies en tout temps.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la construction des commodités de campagne du PE 2 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Les commodités de campagne améliorent tout camp de base. Elles sont relativement faciles à construire, et il s'agit d'une façon amusante de renforcer l'utilisation des nœuds. Elles peuvent rendre les cadets plus à l'aise en campagne car c'est un second foyer, un second chez soi.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les ressources naturelles trouvées en campagne, comme du bois au sol ou mort, doivent être utilisées pour la construction.

Les instructeurs doivent vérifier auprès des autorités locales qu'ils ont le droit d'utiliser des ressources naturelles pour l'activité.

Chaque cadet doit recueillir trois bâtons ou perches d'environ 2.54 cm (un pouce) de diamètre avant l'enseignement de cette leçon.

Les commodités de campagne doivent être démontées, une fois construites.

La matière de cet OCOM est semblable à la matière du C221.02 (Construire des commodités de campagne, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 11, section 11) et du C121.01 (Construire des commodités en campagne, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 10). Il est recommandé que ces leçons soient données simultanément.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

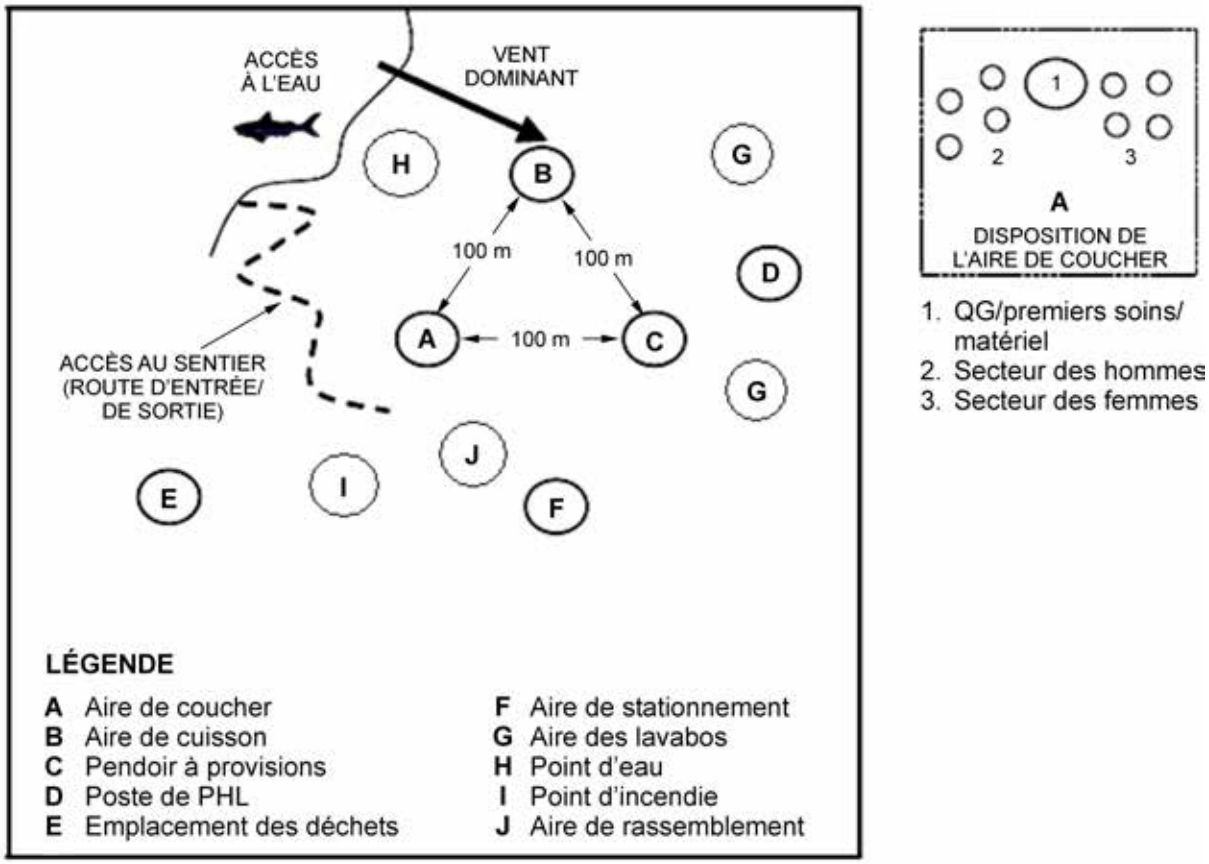
C2-007 (ISBN 0-7858-1446-9) Pawson, D. (2001). *Pocket Guide to Knots and Splices*. Edison, New Jersey, Chartwell Books, Inc.

C2-008 (ISBN 0-00-265314-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-046 PioneeringProjects.org (2004). *PioneeringProjects.org*. Extrait le 20 février 2008 du site http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**DOCUMENT DE COURS – SCHÉMA D'UN BIVOUAC TYPE**




*Directeur – Cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 12A-1 Exemple de bivouac

Les endroits qui serviront après la tombée du jour doivent être éclairés en utilisant des bâtons lumineux, des fanaux ou des lampes de poche.

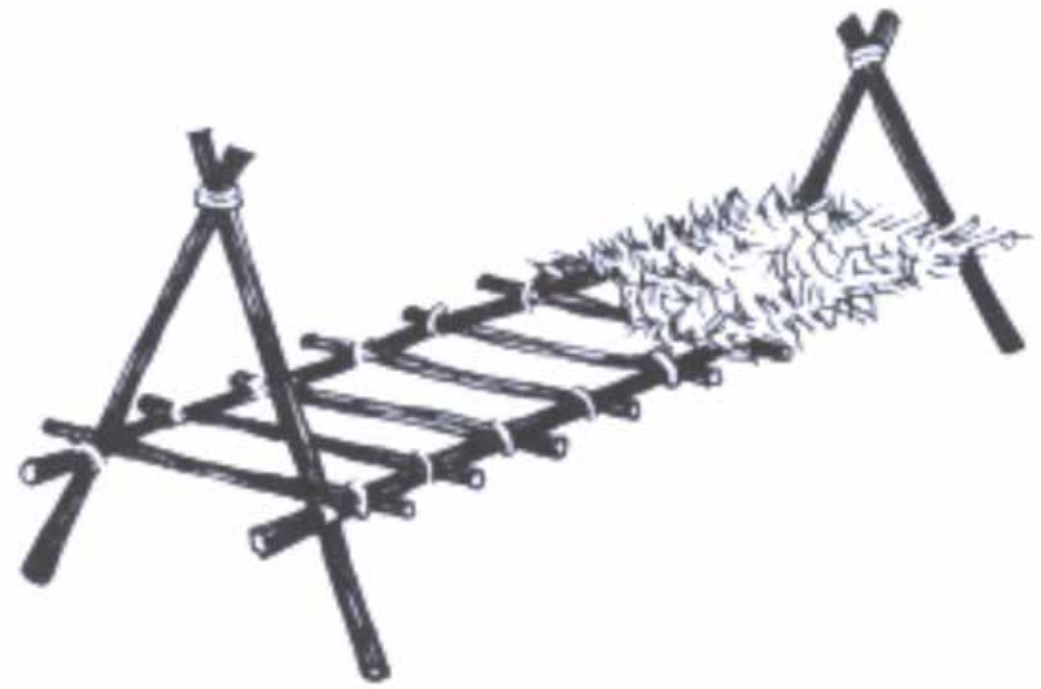
CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## COMMODITÉS DE CAMPAGNE

### LIT DE MARÉCAGE

En utilisant des matériaux naturels et de la corde, on peut construire un lit à échelle. Étapes à suivre pour construire un lit à échelle :

1. Rassembler les matériaux naturels suivants :
   (a) quatre perches de 75 à 100 cm de longueur pour former les supports en A;
   (b) deux perches solides d'environ 180 cm de longueur pour former le cadre. Leur longueur dépendra de la taille de la personne;
   (c) plusieurs traverses de 50 à 60 cm de longueur - aussi flexibles que possible; leur quantité dépendra du gabarit de la personne.
2. Ériger deux supports en A en faisant des brêlages en rond.
3. Attacher les deux perches du cadre aux supports en A, en s'assurant que les nœuds et les morceaux de bois sont solides et qu'ils supporteront le poids de la personne.
4. Attacher les traverses de façon à former une échelle le long du cadre.
5. Étendre du matériel de coucher composé de branchages, de feuilles ou de mousse, au besoin. S'assurer que le matériel de coucher est suffisamment épais pour empêcher la chaleur du corps de s'échapper au cours de la nuit.



*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 309)*

Figure 12B-1 Lit de marécage

**ARMATURE EXTERNE DE SAC À DOS**

En utilisant des matériaux naturels, de la corde et deux courroies, on peut construire une armature externe de sac à dos. Étapes à suivre pour construire une armature externe de sac à dos :

1. Rassembler les matériaux naturels suivants :

   (a) deux perches de 75 à 100 cm de longueur pour former le cadre (leur longueur dépendra de la taille de la personne);

   (b) plusieurs traverses de 50 à 60 cm de longueur (leur longueur et quantité dépendront du gabarit de la personne);

   (c) cinq morceaux de bois (deux de 15 à 20 cm de longueur, deux de 50 cm de longueur et un de 50 à 60 cm de longueur) pour former la plate-forme à angle droit dans le bas du cadre.

2. Construire le cadre en échelle suivant le gabarit de la personne.

3. Construire la plate-forme à angle droit dans le bas du cadre, en s'assurant que les nœuds et les morceaux de bois sont solides et qu'ils ne cèderont pas sous le poids.

4. Attacher des courroies faites de corde ou d'un matériau improvisé, et les ajuster dans une position confortable.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 372)*

Figure 12B-2 Armature de sac à dos

**TRÉPIED POUR LA VIANDE**

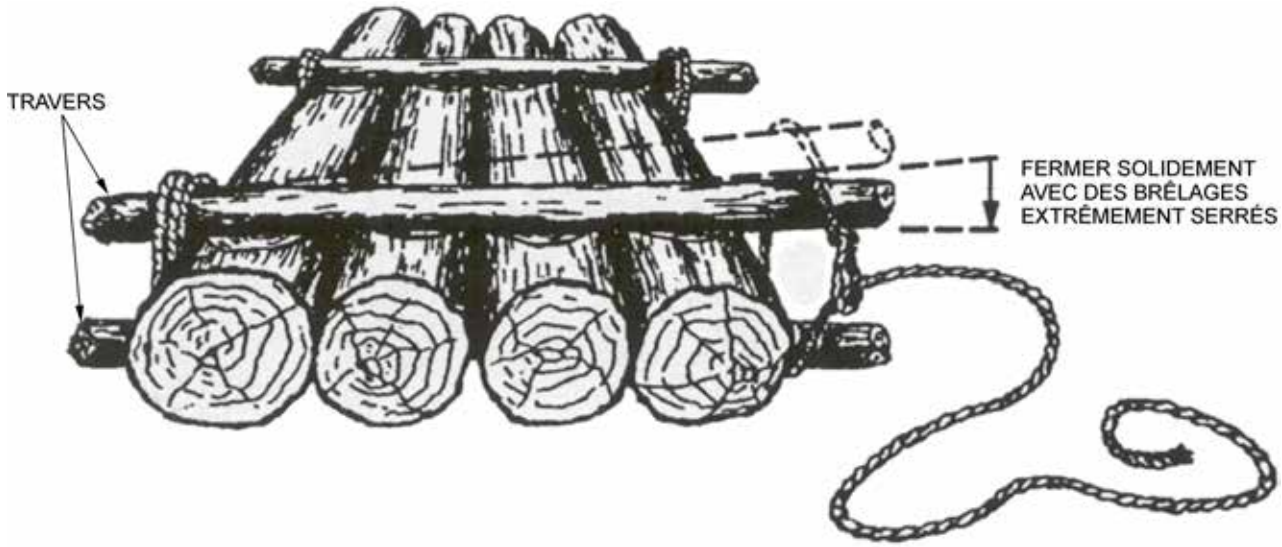
*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 372)*

Figure 12B-3 Trépied pour la viande

En utilisant des matériaux naturels et de la corde, on peut construire un trépied pour la viande (voir figure 12B-3).

1. Rassembler les matériaux naturels suivants :
   - (a) trois perches d'environ 3 m de long;
   - (b) trois perches d'environ 2 m de long;
   - (c) deux perches d'environ 1.5 m de longueur;
   - (d) quatorze perches d'environ 0.5 m de longueur.
2. Faire un brêlage en huit autour des trois morceaux de bois les plus longs, pour former une structure en trépied.
3. Construire l'étendoir, en faisant des brêlages carrés.
4. Attacher l'étendoir aux perches les plus longues en faisant des brêlages carrés.

**RADEAU DE SAUVETAGE**



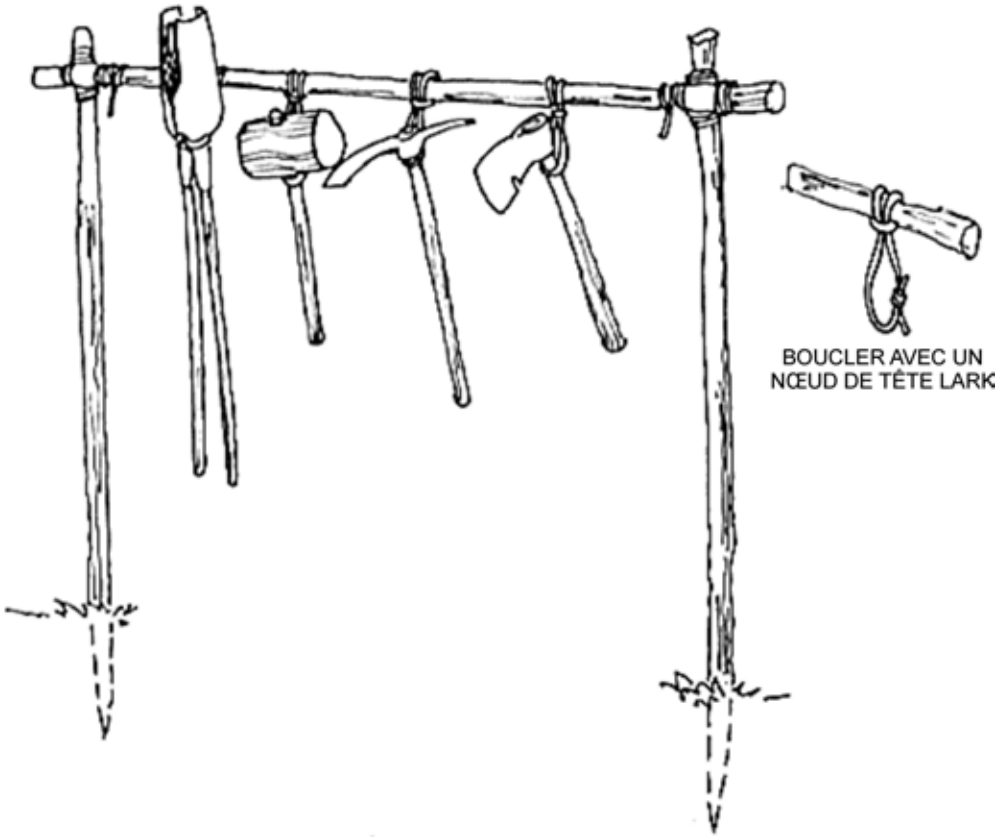

*The Department of the Army, U.S. Army Survival Handbook, The Lyons Press (page 278)*

Figure 12B-4 Radeau

1. Trouver un grand secteur.
2. Obtenir les ressources suivantes :
   (a) trois à six bûches sèches de 3 mètres (9.84 pieds);
   (b) deux plus petites bûches de 1.5 m (7 à 8 pieds);
   (c) beaucoup de ficelle.
3. Commencer par placer trois à cinq bûches parallèles l'une à l'autre.
4. Attacher les bûches ensemble en utilisant un brêlage en huit.
5. Placer les plus petites bûches de façon perpendiculaire à chaque extrémité des bûches. Arrimer les traverses au corps du radeau.

Les arbres secs, morts et toujours debout sont les meilleures bûches pour faire des radeaux.

**RÂTELIER À OUTILS**




*Pioneering Projects.org, par A. Miller, 2004, Projects, Droit d'auteur 2001 tiré de PioneeringProjects.org. Extrait le 5 mars 2008 du site http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm*

Figure 12B-5 Râtelier à outils

Un râtelier à outils servira à ranger les outils ailleurs que sur le sol, tout en les empêchant de rouiller ou de s'émousser trop rapidement. En conservant les outils en un seul endroit, on risque moins de les perdre, tout en rendant le campement plus sécuritaire.

En utilisant des matériaux naturels et de la corde, on peut construire un râtelier à outils. Étapes à suivre pour construire un râtelier à outils :

1. Rassembler trois perches de 180 cm (5.9 pieds) de long à partir de matériaux naturels.
2. Commencer par enfoncer deux montants dans le sol ou utiliser deux arbres.
3. Brêler un faîtage entre les deux montants pour y accrocher les outils.
4. Former des boucles avec des bouts de corde et les attacher avec un nœud plat, puis les passer sur le faîtage (voir figure 12B-5).

On peut aussi utiliser deux traverses en bois pour accroître la stabilité (voir figure 12B-6).

*Scoutmaster, Knots and Pioneering, Droit d'auteur 2007 par Amazon.com, Inc. Extrait le 18 novembre 2007 du site http://scoutmaster.typepad.com/.shared/image.html?/photos/uncategorized/chip5_copy_copy.jpg*

Figure 12B-6 Râtelier à outils 2

# CHAPITRE 13

## OREN 322 – TRACER L'EMPLACEMENT SUR UNE CARTE TOPOGRAPHIQUE À L'AIDE D'UN RÉCEPTEUR GPS

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M322.01 – RÉVISER LA NAVIGATION DE L'ÉTOILE ROUGE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Marquer une distance de 100 mètres pour l'activité de comptage de pas.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de réviser la matière de base et les renseignements généraux traités dans le cadre de la navigation de l'étoile rouge.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit avoir révisé les compétences de navigation de l'étoile rouge, y compris :

- décrire les azimuts;
- identifier les parties d'une boussole,
- régler la déclinaison,
- déterminer une distance sur une carte,
- déterminer une vitesse de marche individuelle;
- orienter une carte à l'aide d'une boussole,
- prendre un azimut magnétique à l'aide d'une boussole.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets participent à une révision des compétences de navigation de l'étoile rouge, parce qu'elle sert de fondement à l'acquisition des compétences de navigation subséquentes. La révision permettra d'éclaircir les domaines visés, tout en donnant l'occasion aux cadets de pratiquer leurs compétences et de limiter la perte graduelle de la compétence. La navigation de l'étoile rouge constitue un aspect important de l'instruction sur les expéditions, c'est pourquoi il faut réviser les compétences qui ont déjà été enseignées avant d'en apprendre de nouvelles. Tous les cadets doivent saisir chaque occasion de pratiquer et de perfectionner ces compétences.

---

**Point d'enseignement 1** **Effectuer une révision de la navigation de l'étoile rouge**

Durée : 25 min Méthode : Exposé interactif

---

Réviser brièvement la navigation de l'étoile rouge sans s'attarder trop longtemps sur un point en particulier.

**POINTS DE LA ROSE DES VENTS**

**Les quatre points cardinaux.** Mesurés à des angles droits dans le sens horaire, ils sont :

1. nord (N),
2. est (E),
3. sud (S),
4. ouest (O).

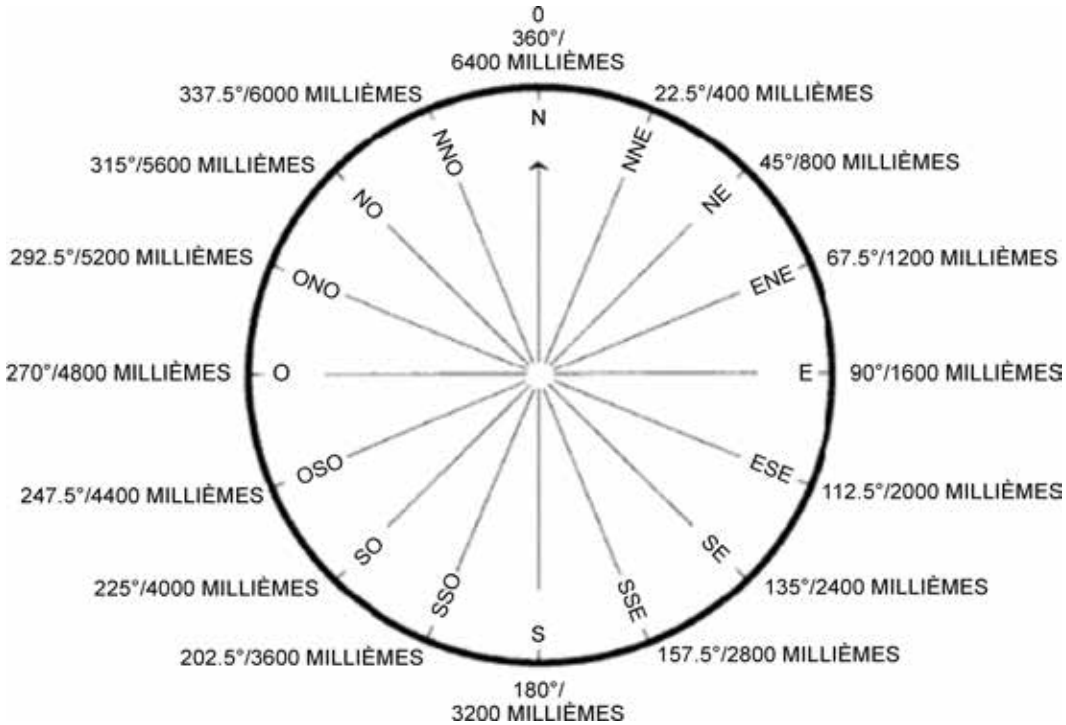
**Les quatre points intercardinaux.** Situés à mi-chemin entre chacun des points cardinaux. Mesurés dans le sens horaire, ils sont :

1. nord-est (NE),
2. sud-est (SE),
3. sud-ouest (SO),
4. nord-ouest (NO).

**Les huit points intermédiaires.** Situés à mi-chemin entre chaque point cardinal et point intercardinal. Mesurés dans le sens horaire, ils sont :

1. nord-nord-est (NNE),
2. est-nord-est (ENE),
3. est-sud-est (ESE),
4. sud-sud-est (SSE),
5. sud-sud-ouest (SSO),
6. ouest-sud-ouest (OSO),
7. ouest-nord-ouest (ONO),

8. nord-nord-ouest (NNO).




*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-1-1 Rose des vents

## ÉCHELLES SUR UNE BOUSSOLE

Pour exprimer la direction de façon exacte et précise, le cercle complet d'une rose des vents est divisé en angle de mesures égales. Cette mesure commence et se termine au nord (en haut) et se déplace toujours en sens horaire. On utilise deux échelles principales pour mesurer un cercle – la méthode en degrés et la méthode métrique milliradian.

**Degrés.** La méthode la plus commune de diviser un cercle. Il y a 360 angles égaux dans un cercle complet et ils sont représentés par le symbole du degré (p. ex., 360°). Sur la rose des vents, le nord est situé à 0 et 360 degrés, l'est est situé à 90 degrés, le sud est situé à 180 degrés et l'ouest est situé à 270 degrés.

**Millièmes.** Lorsqu'une division plus précise du même cercle est nécessaire, la méthode par millièmes est utilisée. La méthode de millièmes a un acquis militaire et est basée sur le système métrique avec 6400 angles égaux dans un cercle complet. Sur la rose des vents, le nord est situé à 0 et 6400 millièmes, l'est est situé à 1600 millièmes, le sud est situé à 3200 millièmes et l'ouest est situé à 4800 millièmes.

Il y a 22.5 degrés ou 400 millièmes entre chaque point sur une rose des vents.

## DÉFINITION D'UN AZIMUT

**Azimut.** Un angle qui est mesuré dans le sens horaire, à partir d'une ligne de zéro fixe; le nord est toujours cette ligne de zéro. Un azimut est tout simplement un autre nom pour un angle.

**TYPES D'AZIMUTS**

Les azimuts sont répartis selon les trois types suivants :

**Azimut de quadrillage.** Un azimut qui est mesuré entre deux points sur une carte. La capacité de mesurer un azimut d'une carte permet à un utilisateur de carte de planifier des itinéraires ou des activités avant de se rendre en campagne et de communiquer facilement de l'information au sujet de l'emplacement ou du déplacement.

**Azimut magnétique.** Un azimut qui est mesuré entre deux points à l'aide d'une boussole. Un azimut magnétique est une méthode rapide et efficace pour décrire un itinéraire prévu. Habituellement, l'azimut seul ne donne pas assez d'information pour naviguer et doit aussi avoir une distance ou un objet cible.

**Contre azimut.** Un azimut qui est dans la direction complètement opposée de l'azimut qui a été mesuré. Un contre azimut peut être utile pour différentes raisons : pour retourner à l'emplacement de départ après une randonnée pédestre ou pour calculer l'azimut d'un objet à son emplacement actuel. Selon le genre de boussole utilisée, les étapes pour calculer un contre azimut sont :

1. Lorsque l'azimut est inférieur à 3200 millièmes ou 180 degrés, ajouter 3200 millièmes ou 180 degrés.
2. Lorsque l'azimut est supérieur à 3200 millièmes ou 180 degrés, soustraire 3200 millièmes ou 180 degrés.

**PARTIES DE LA BOUSSOLE**

Se référer à la figure 13-1-2 ou utiliser une vraie boussole pour identifier les parties d'une boussole avec les cadets.

**A – Viseur.** Situé en haut du boîtier de la boussole, il sert à aligner un objectif ou un azimut.

**B – Boîtier de la boussole.** Protège le cadran de la boussole et loge le miroir de visée.

**C – Miroir de visée.** Utilisé pour voir le cadran de la boussole en réglant un azimut.

**D – Ligne de visée.** Utilisée lors de l'alignement de l'objectif ou de l'azimut.

**E – Point lumineux de direction.** Situé au haut du cadran de la boussole, où un azimut est réglé et lu.

**F – Cadran de la boussole.** Loge l'aiguille magnétique, la flèche d'orientation et l'échelle de déclinaison à l'intérieur et la graduation du cadran à l'extérieur.

**G – Graduation du cadran.** Le cadran de la boussole est gradué en divisions de 50 millièmes de 0 à 6400 millièmes ou en divisions de deux degrés de 0 à 360 degrés. On pivote le cadran manuellement.

**H – Flèche d'orientation.** La flèche d'orientation rouge est située à l'intérieur du cadran de la boussole et sert à aligner l'aiguille magnétique. La flèche d'orientation est toujours réglée à 00 millième ou degré.

**I – Équerre à report de 1:25 000.** Utilisée pour mesurer une coordonnée de quadrillage sur une carte à l'échelle de 1:25 000.

**J – Plateau de la boussole.** Un morceau de plastique plat transparent auquel le boîtier, le cadran et le cordon sont attachés.

**K – Échelle de déclinaison.** Sert à compenser la variation de la déclinaison magnétique entre la boussole et la carte utilisée.

**L – Lignes méridiennes de la boussole.** Il s'agit de lignes noires ou rouges à l'intérieur du cadran de la boussole qui servent à aligner le cadran de la boussole avec les lignes du quadrillage sur une carte.

**M – Aiguille magnétique.** Tourne librement et pointe au nord magnétique. L'extrémité sud de l'aiguille de la boussole est noire et l'extrémité nord, avec une partie lumineuse, est rouge. Quand l'aiguille magnétique est alignée avec les flèches d'orientation rouges, la mnémonique « Rouge sur rouge » sert à se souvenir quelle extrémité de l'aiguille doit se trouver entre les flèches.

**N – Points d'orientation lumineux.** Il y a deux points d'orientation lumineux situés sur un deux côtés de la flèche d'orientation.

**O - Point lumineux de direction.** Le point lumineux de direction au bas du cadran de la boussole est l'endroit où un contre azimut est lu.

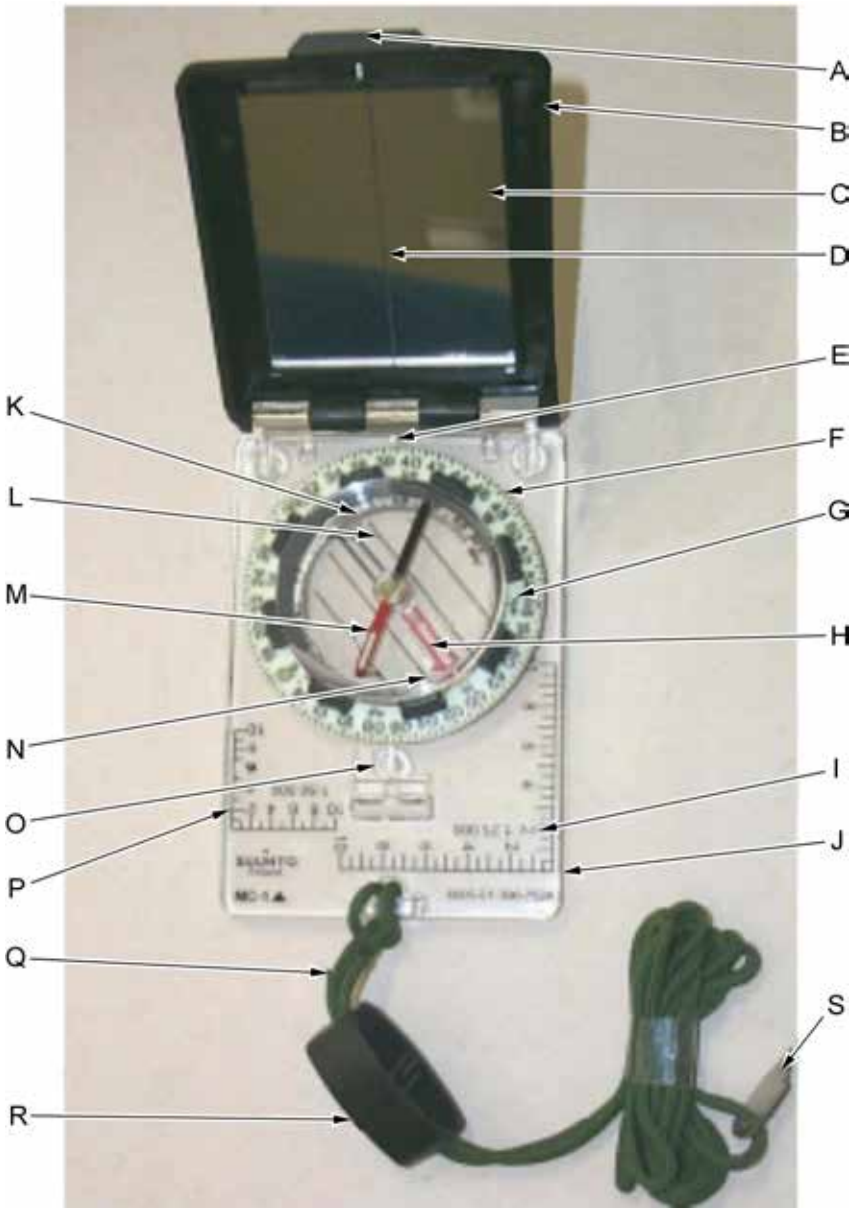
**P – Équerre à report de 1:50 000.** Sert à mesurer une coordonnée de quadrillage sur une carte à l'échelle de 1:50 000.

**Q – Cordon de sécurité ou cordon.** Sert à attacher la boussole au corps.

**R – Dispositif de blocage réglable.** Sert à attacher la boussole au poignet.

**S – Tournevis.** Le petit tournevis au bout du cordon de sécurité sert à tourner la vis pour régler l'échelle de déclinaison.

**T – Vis de réglage de déclinaison.** Située à l'arrière du cadran de la boussole et sert à régler l'échelle de déclinaison (non montrée).




*A-CR-CCP-121/PT-001, Livre de référence des cadets royaux de l'Armée canadienne (page 5-33)*

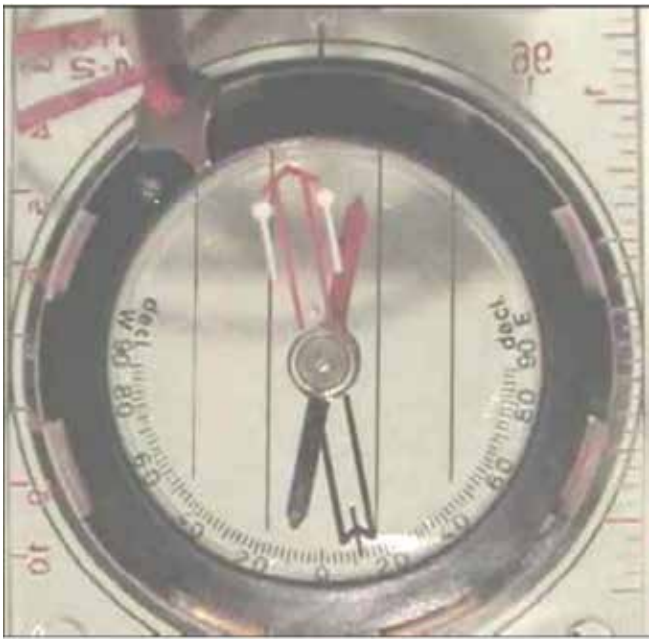
Figure 13-1-2 Boussole

**RÉGLAGE DE LA DÉCLINAISON SUR UNE BOUSSOLE**

L'échelle de déclinaison de la boussole doit être réglée pour compenser la différence entre le nord géographique et le nord magnétique. Pour régler une déclinaison sur une boussole, le total de la déclinaison en degrés vers l'est ou l'ouest est nécessaire. Tourner la boussole et regarder à l'arrière du cadran.

Du point zéro, placer le tournevis à l'extrémité du cordon de sécurité et tourner la vis de déclinaison vers la droite pour la déclinaison vers l'ouest et vers la gauche pour la déclinaison vers l'est. Chaque petite ligne noire représente deux degrés.

Lors du réglage de la déclinaison d'une boussole, il est plus facile de tenir le tournevis et de tourner la boussole, plus particulièrement par temps froid. On ne doit jamais tourner et dépasser la déclinaison de 90 degrés sur l'échelle de déclinaison.



*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-1-3 Vis de déclinaison

## DÉTERMINER LA DISTANCE

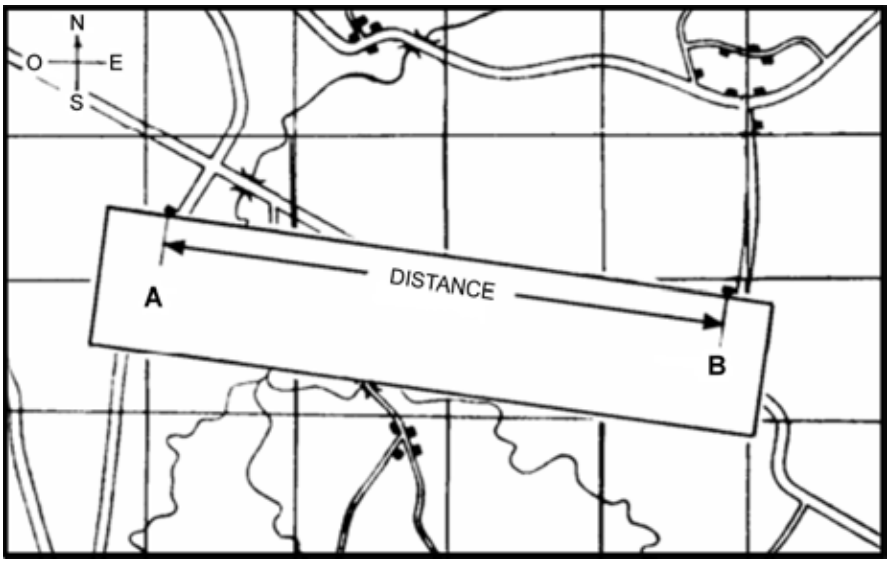
### Déterminer la distance sur une carte

Les cadets peuvent utiliser leurs cartes pour mesurer la distance entre deux points au sol. Toutes les cartes sont dessinées à l'échelle. Par conséquent, une distance précisée sur une carte équivaut à la distance précisée au sol. L'échelle d'une carte est imprimée au haut et au bas de chaque carte (p. ex., l'échelle de 1:50 000). Cela signifie qu'un centimètre sur la carte équivaut à 50 000 cm (500 m) au sol.

Il existe deux façons de déterminer la distance sur une carte topographique : de point à point et le long d'un itinéraire.

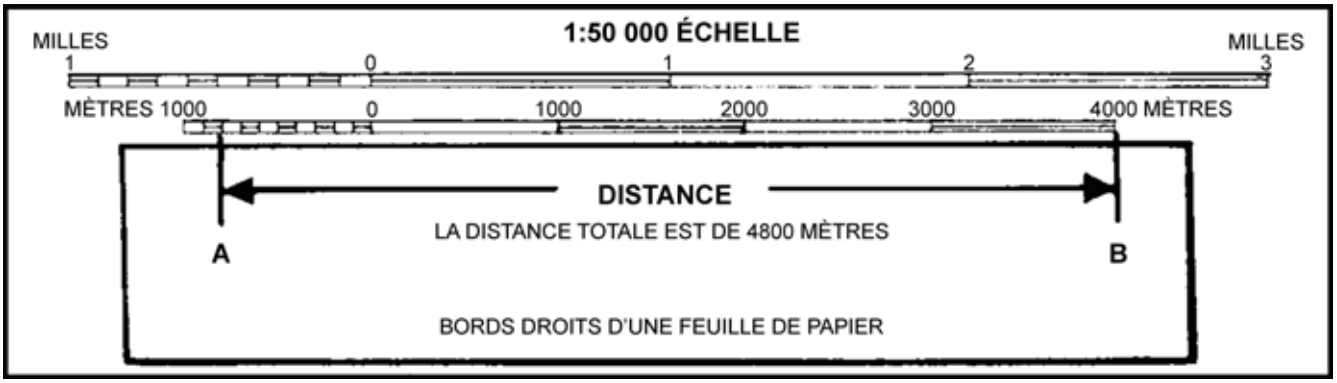
**Mesure de point à point.** Pour mesurer une distance de point à point :

1. Étaler le bord droit d'une feuille de papier sur les deux points.
2. Avec un crayon aiguisé, marquer le papier aux points A (départ) et B (arrivée).
3. Placer le papier juste en dessous de l'échelle de distance (en mètres) et déplacer la marque B vers l'arrière à chaque marque de milliers jusqu'à ce que la marque A se situe dans les milliers sous-divisés (en centaines) à la gauche du zéro.
4. Pour calculer la distance totale, ajouter le nombre de milliers où la marque B se trouve, plus le nombre de centaines sous-divisées là où la marque A se trouve à la gauche du zéro.




*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-24)*

Figure 13-1-4 Mesure de la distance de point à point




*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-25)*

Figure 13-1-5 Calcul de la distance

Pour une distance qui est plus longue que 5000 mètres, mesurer les premiers 5000 mètres et marquer le papier avec une nouvelle ligne et l'identifier comme étant « 5000 mètres ». Placer la nouvelle marque à zéro ou aux marques de milliers jusqu'à ce que la marque A se positionne à l'intérieur de l'échelle de milliers sous-divisés. Ajouter le total de cette distance aux 5000 mètres et le résultat sera la distance totale.

**Mesure le long d'un itinéraire.** Parfois, les cadets ont besoin de trouver la distance entre A et B le long des courbes sur la route ou le long d'un itinéraire prévu. Pour mesurer la distance le long d'un itinéraire entre deux points :

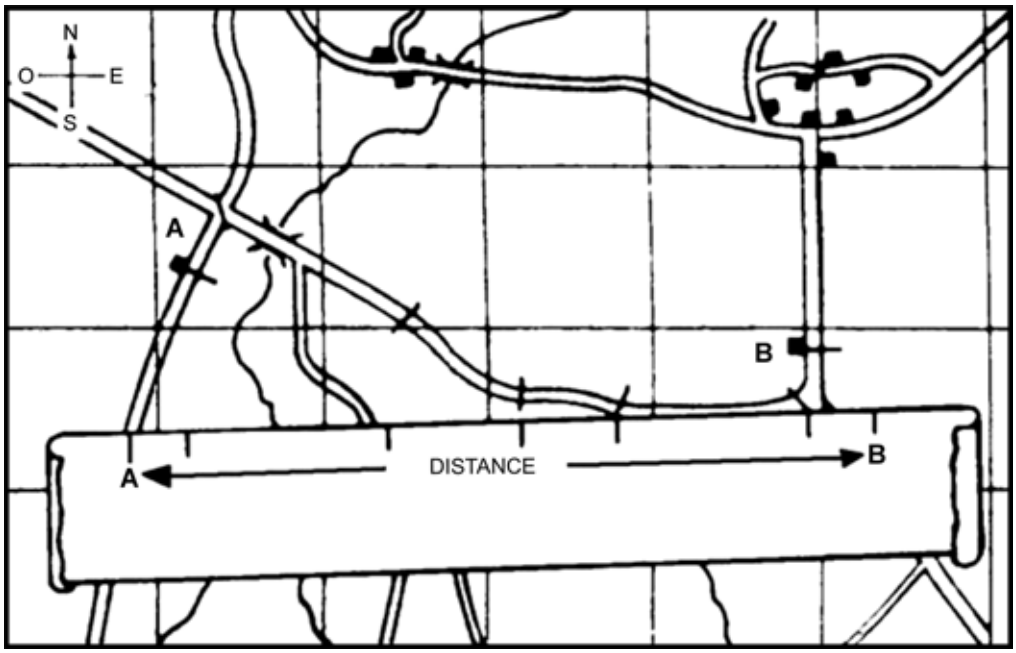
1. Placer le bord droit d'une feuille de papier sur le point A.
2. Avec un crayon aiguisé, marquer le point A sur le papier et la carte.
3. Aligner le papier avec le bord de la route jusqu'à ce qu'il y ait une courbe et faire une autre marque sur le papier et sur la carte.

4. Tourner le papier pour qu'il continue à suivre le bord de la route. Répéter jusqu'à ce que le point B soit atteint.

5. Marquer le papier et la carte au point B.

6. Placer le papier juste en dessous de l'échelle de distance (en mètres) et déplacer la marque B vers l'arrière à chaque marque de milliers jusqu'à ce que la marque A se situe dans les milliers sous-divisés à la gauche du zéro.

7. Additionner le nombre de milliers où la marque B se situe au nombre de milliers sous-divisés où se trouve la marque A à la gauche du zéro pour déterminer la distance totale.



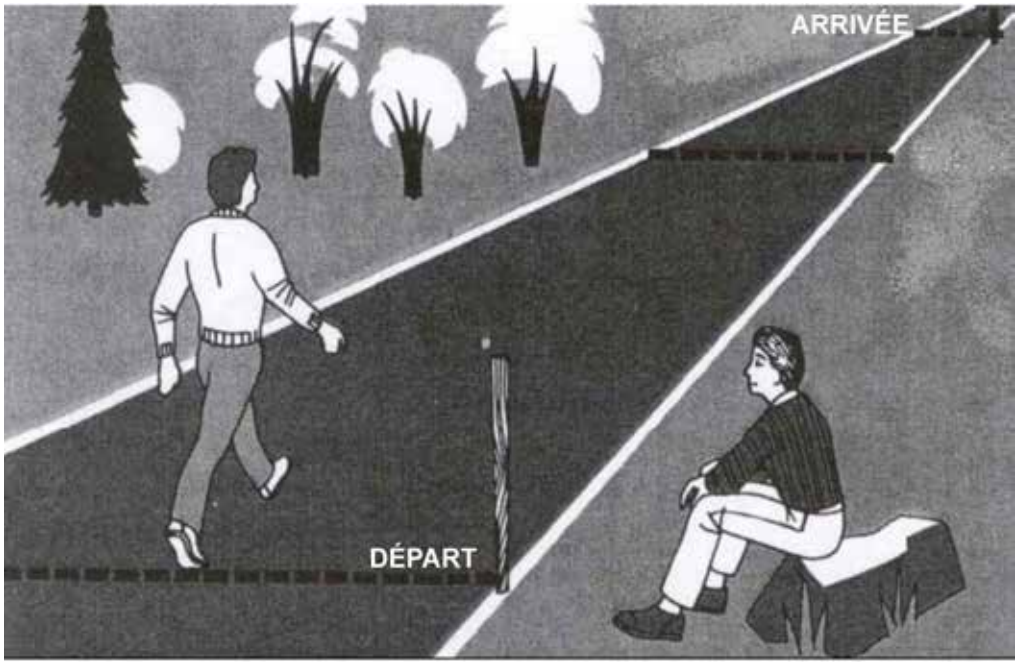

*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-25)*

Figure 13-1-6 Mesure de la distance le long d'un itinéraire

**Déterminer une vitesse de marche individuelle**

**Méthode pour compter les pas à la vitesse de marche (comptage de pas).** Utilisée pour mesurer une distance donnée en comptant chaque deuxième pas. Deux pas équivalent à un pas à la vitesse de marche. Le comptage de pas est une compétence très importante en navigation, puisque chaque personne a une différente vitesse de marche, et elle doit établir sa vitesse de marche avant qu'elle puisse devenir un outil de mesure utile. Le comptage de pas varie pour chaque personne parce qu'il se fait par enjambée naturelle – la vitesse de marche d'un adulte de taille moyenne est d'environ 60 à 70 pas dans 100 mètres.

Pour déterminer une vitesse de marche individuelle, se pratiquer à prendre des pas uniformes, confortables sur une distance mesurée (100 mètres) en comptant chaque deuxième pas du pied dominant. Effectuer cet exercice trois à cinq fois pour obtenir une moyenne. Il s'agira du nombre de son rythme de marche individuel et il faut s'en souvenir.




*B. Kjellstrom, Be Expert With Map & Compass, Hungry Minds, Inc. (page 53)*

Figure 13-1-7 Déterminer la distance en utilisant le comptage de pas

Se souvenir que le comptage de pas est une approximation. Une marge d'erreur de 1 à 2 pour cent est jugée raisonnable (p. ex., 10 à 20 mètres pour chaque kilomètre parcouru).

**Les facteurs qui affectent le comptage de pas**

Le comptage de pas peut être influencé par différents facteurs et les nombres peuvent varier. Quelques-uns des facteurs et des conséquences qui ont une incidence sur le comptage de pas individuel sont énumérés ci-dessous :

- **La topographie.** C'est le facteur le plus commun. Marcher dans la boue, les buissons à feuillage épais et la végétation haute peuvent raccourcir les pas à la vitesse de marche.
- **Pentes.** Gravir une pente raccourcit les pas à la vitesse de marche, alors que descendre une pente peut rallonger les pas à la vitesse de marche.
- **Fatigue.** Le comptage de pas peut être naturel le matin quand les cadets sont reposés et plus court l'après-midi quand ils commencent à être fatigués.
- **Équipement.** L'équipement peut nuire au comptage de pas, tel que le mauvais type de chaussures. Trop ou trop peu de vêtement et la quantité d'équipement transportée peuvent raccourcir les pas à la vitesse de marche.
- **Temps.** Une pluie torrentielle, la vitesse du vent, la température et la neige peuvent raccourcir les pas à la vitesse de marche.

On peut utiliser des billes lors du comptage de pas pour garder un suivi de la distance parcourue. On déplace une bille à tous les 100 mètres parcourus. Si des billes pour le comptage de pas ne sont pas disponibles, on peut utiliser des pierres et les changer d'une poche à l'autre pour compter tous les 100 mètres parcourus.

**ORIENTER UNE CARTE EN UTILISANT UNE BOUSSOLE**

Pour orienter une carte à l'aide d'une boussole :

1. régler la déclinaison actuelle sur la boussole;
2. régler le cadran de la boussole pour lire 00 (zéro) millième ou 0 degré (nord);
3. étendre la boussole à plat sur la carte avec le boîtier ouvert;
4. orienter le miroir vers le nord (le haut de la carte);
5. aligner un côté du plateau de la boussole avec une abscisse;
6. tourner la carte et la boussole ensemble jusqu'à ce que l'extrémité rouge de l'aiguille magnétique soit au-dessus de la flèche d'orientation.

La mnémonique utilisée pour se rappeler de mettre l'aiguille magnétique par-dessus la flèche d'orientation est « Rouge sur rouge ».

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-1-8 Régler la déclinaison

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-1-9 Régler la boussole à 00

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-1-10 Tourner jusqu'à l'obtention de rouge sur rouge

**PRENDRE UN AZIMUT MAGNÉTIQUE**

On peut utiliser une boussole pour identifier les points cardinaux tels que le nord et le sud, la direction du déplacement et l'azimut de son emplacement actuel vers un objet important. Cependant, la capacité de prendre un azimut magnétique d'un objet important et d'utiliser ces données pour aider à identifier son emplacement

général peut sauver des heures lors d'une randonnée en montagne. Un azimut magnétique est une méthode rapide pour déterminer la direction du déplacement.

Il existe deux façons de déterminer l'azimut magnétique.

Pour déterminer l'azimut magnétique d'un objet important :

1. Vérifier et régler la déclinaison prédéterminée sur la boussole.
2. Tenir la boussole à la hauteur des yeux, à une longueur de bras et faire face à l'objet important.
3. Viser l'objet à l'aide du viseur de la boussole, s'assurer que la ligne de visée est en ligne avec le point de direction.
4. Ajuster le boîtier de la boussole pour qu'on puisse voir le cadran de la boussole dans le miroir de visée.
5. Regarder dans le miroir et tourner le cadran de la boussole jusqu'à ce que l'aiguille magnétique soit au-dessus de la flèche d'orientation (rouge sur rouge).
6. Lire le chiffre sur le cadran de la boussole au point lumineux de direction. L'azimut magnétique de l'objet important se lit au point lumineux de direction.

*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-42)*

Figure 13-1-11 Prise d'un azimut magnétique

Pour déterminer un azimut magnétique sur une carte :

1. Régler la déclinaison prédéterminée sur la boussole.
2. Identifier et marquer le point de départ (point A) et le point d'arrivée (point B) sur une carte.
3. Tracer une ligne du point A au point B.
4. Étendre la boussole complètement ouverte avec le bord du plateau de la boussole le long du rayon de pointage, dans la direction du déplacement (point A au point B).
5. Tenir la boussole immobile, tourner le cadran de la boussole pour que les lignes méridiennes de la boussole s'alignent avec les abscisses sur la carte, en s'assurant que le nord sur le cadran indique le nord sur la carte.
6. Lire le chiffre sur le cadran de la boussole au point lumineux de direction.

Avant de déterminer un azimut magnétique sur une carte, on commence généralement par estimer l'azimut en traçant rapidement une rose des vents et en voyant où l'azimut serait situé sur la rose des vents. Il s'agit d'une bonne vérification pour s'assurer que le cadet n'a pas mesuré accidentellement le contre azimut.

Si l'azimut est pris du point B au point A, la boussole pointera à 180 degrés ou 3200 millièmes dans la direction directement opposée du déplacement voulu. Cela se nomme aussi un contre azimut.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à la révision servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la révision servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Une personne a besoin de beaucoup de pratique pour acquérir des compétences de lecture de carte et pour les utiliser efficacement en campagne. Au cours des expéditions, les cadets auront toujours besoin de naviguer sur des routes. Il faut saisir chaque occasion de pratiquer les compétences à utiliser une carte et une boussole, que ce soit pour naviguer un itinéraire ou même pour se déplacer à vélo. Les compétences acquises pendant l'instruction de navigation de l'étoile verte et de l'étoile rouge constituent des éléments de base. Il reste encore beaucoup de compétences de navigation à acquérir.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Des instructeurs adjoints peuvent être nécessaires pour cette leçon.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-002 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-011 Fédération canadienne de course d'orientation. (1985). *Orienteering Level Two Coaching Certification*. Ottawa, Ontario, Fédération canadienne de course d'orientation.

C2-041 (ISBN 0-07-136110-3) Seidman, D., & Cleveland, P. (1995). *The Essential Wilderness Navigator*. Camden, Maine, Ragged Mountain Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM M322.02 – CALCULER LA DÉCLINAISON MAGNÉTIQUE

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier le document de cours qui se trouve à l'annexe A, et en remettre une copie à chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin d'initier les cadets au calcul de la déclinaison magnétique et de leur présenter la matière de base.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de calculer la déclinaison magnétique, tout en donnant aux cadets l'occasion de se pratiquer sous supervision.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 3 parce que c'est une façon interactive de renforcer le calcul de la déclinaison magnétique.

## INTRODUCTION

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait avoir calculé une déclinaison magnétique.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets sachent comment calculer une déclinaison magnétique et comment la régler sur une boussole, car ils pourront ainsi avoir la confiance d'arriver à la destination prévue lorsqu'ils navigueront sur un azimut. Le fait de ne pas tenir compte de la déclinaison peut avoir un effet sur la navigation, car le déplacement des cadets n'est pas toujours effectué sur la route. S'il y a un degré d'erreur dans le réglage de la déclinaison, le cadet pourrait de décaler de sa piste d'environ 52 m par km de déplacement.

**Point d'enseignement 1** | **Conformément à l'OCOM M222.02 (Décrire des azimuts, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 12, section 2), réviser la déclinaison magnétique et les trois nord**

Durée : 5 min | Méthode : Exposé interactif

La déclinaison magnétique a été présentée à l'OCOM M222.03 (Identifier les parties d'une boussole, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 12, section 3) mais on doit en rediscuter pour le calcul de la déclinaison magnétique.

**DÉCLINAISON MAGNÉTIQUE**

La déclinaison magnétique est la différence entre le nord géographique (carte) et le nord magnétique (boussole). Elle est causée par les emplacements différents du pôle nord géographique et du pôle nord magnétique en plus des anomalies locales telles que les dépôts de fer.

Les utilisateurs de cartes identifieront la déclinaison dans l'information qui se trouve dans la marge, symbolisée par un diagramme de déclinaison représentant l'azimut du nord géographique, du nord de quadrillage et du nord magnétique de n'importe quelle ligne qui se trouve sur cette carte.

La déclinaison varie tous les ans à cause du déplacement du pôle magnétique. Il y a seulement deux lignes dans l'hémisphère nord où le nord magnétique et le nord géographique s'alignent de façon à ce que la déclinaison soit de zéro degrés. Une ligne passe au centre du Canada et l'autre en Russie.

**ANGLE MAGNÉTIQUE DU QUADRILLAGE**

L'angle magnétique du quadrillage est la différence angulaire horizontale entre le nord de quadrillage et le nord magnétique. C'est le nombre qui s'applique lors de la conversion entre l'azimut magnétique et l'azimut de quadrillage.

**VARIATION MAGNÉTIQUE ANNUELLE**

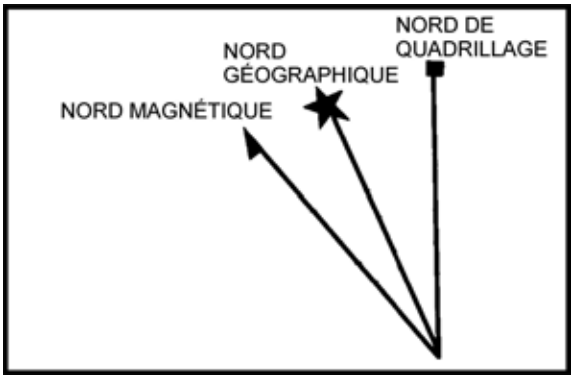
À cause des forces dynamiques sur la terre, le nord magnétique bouge continuellement. Un calcul ou un réglage annuel doit être fait pour obtenir l'angle de quadrillage adéquat à la date d'utilisation. L'ajustement qui doit être fait est fourni dans le diagramme de déclinaison.

Cette variation est assez importante pour qu'un ajustement de la boussole soit fait. Cet ajustement est le réglage de la « déclinaison ». Les azimuts et les orientations pris sur la carte ne seraient pas précis si la variation magnétique n'est pas prise en considération. Toutes les cartes ont l'information requise pour trouver la déclinaison et cette information est habituellement située dans la marge de la carte.

Réviser les trois nord. Cette matière a déjà été discutée dans l'OCOM M222.02 (Décrire des azimuts, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 12, section 2).

En navigation, trois nord différents sont utilisés – le nord géographique, le nord de quadrillage et le nord magnétique. Chaque nord varie l'un par rapport à l'autre et il faut le savoir pour s'en servir en navigation. Un diagramme représentant les trois nord se trouve dans la marge de la carte qui est utilisée.

Dessiner la figure 13-2-1 sur un matériel visuel et dessiner le symbole de chaque nord au fur et à mesure qu'on explique aux cadets.




*B-GL-382-005/PT-002, Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global (page 51)*

Figure 13-2-1 Trois nord

**Nord géographique.** Le nord géographique se trouve en haut de la terre où se trouve le Pôle nord. C'est le point sur lequel la terre tourne sur son axe et où toutes les lignes de longitude se rencontrent. Dans le diagramme sur la carte, le nord géographique est représenté par une étoile (l'étoile Polaire).

**Nord de quadrillage.** Le nord de quadrillage est le nord indiqué par les lignes de quadrillage (abscisses) sur une carte topographique. Les lignes abscisses sont parallèles et ne se rencontrent jamais au pôle Nord; pour cette raison, le nord de quadrillage pointe légèrement à l'écart du nord géographique. Le nord de quadrillage est symbolisé par un carré sur le diagramme de déclinaison.

**Le nord magnétique.** Le nord magnétique est la direction où l'aiguille de la boussole pointe. Cette direction est vers le pôle magnétique qui est situé dans l'Arctique canadien et qui varie légèrement du nord géographique (pôle Nord). Le nord magnétique est symbolisé par une flèche ou une demi-tête de flèche sur le diagramme de déclinaison.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Expliquer le nord géographique.

Q2. Dans un diagramme de déclinaison, quel symbole représente le nord magnétique?

Q3. Qu'est-ce qu'une variation magnétique annuelle?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. C'est le point sur lequel la terre tourne sur son axe. Le pôle nord géographique ou le nord géographique se trouve en au de la terre, où les lignes de longitude convergent. Sur une carte, la direction du nord géographique est indiquée par les lignes de longitude. Le nord géographique est symbolisé par une étoile sur le diagramme de déclinaison.

R2. Le nord magnétique est représenté par une flèche.

R3. À cause des forces dynamiques sur la terre, le nord magnétique bouge continuellement. Un calcul ou un réglage annuel doit être fait pour obtenir l'angle de quadrillage adéquat à la date d'utilisation.

---

**Point d'enseignement 2** **Démontrer et expliquer comment calculer la déclinaison magnétique et demander aux cadets de se pratiquer**

Durée : 20 min Méthode : Exposé interactif

---

Aider les cadets lorsqu'ils apprennent à calculer la déclinaison magnétique. Suivre les étapes fournies et les exemples de calculs indiqués ci-dessous.

## CALCUL DE LA DÉCLINAISON MAGNÉTIQUE

### Trouver la flèche de déclinaison et les renseignements

Le calcul de la déclinaison actuelle utilise l'information fournie par le diagramme de déclinaison sur une carte et l'information imprimée directement en dessous. Le diagramme se trouve le plus souvent sur le côté droit de la carte, avec l'information en marge.

### Calculer la déclinaison

Pour calculer la déclinaison, utiliser l'angle entre le nord magnétique et le nord de quadrillage, et ignorer le nord géographique. On l'ignore car les azimuts relevés sur une carte utilisent le nord de quadrillage comme point de référence. La variation annuelle notée sous le diagramme sera soit « croissante » (la déclinaison augmente) ou « décroissante » (diminue). La variation annuelle totale sera donc ajoutée ou soustraite de la déclinaison imprimée sur la carte, pour obtenir la déclinaison actuelle.

Le système de degré des azimuts partage la structure et la terminologie avec les unités de temps. Il y a :

- 360 degrés dans un cercle, que l'on écrit **360°**,
- 60 minutes dans un degré, que l'on écrit **60'**,
- 60 secondes dans une minute, que l'on écrit **60".**

Il est habituel de diviser les degrés en minutes au lieu des secondes (p. ex., 1.5' au lieu de 1'30").

On calcule la déclinaison magnétique à l'aide des étapes suivantes :

**1re étape.** Identifier le temps écoulé depuis que les renseignements qui sont sur la carte ont été imprimés, soit :

1. **Identifier l'année courante.** C'est l'année du calendrier actuel.
2. **Identifier l'année de la carte.** Cette date se trouve sous le diagramme de déclinaison et est définie par la « déclinaison moyenne approximative ».
3. **Inscrire la différence en années.** Soustraire l'année de déclinaison moyenne approximative de l'année en cours.

**2e étape.** Déterminer la variation de déclinaison depuis que les renseignements de la carte ont été imprimés, soit :

4. **Multiplier la différence en années par la variation annuelle.** Prendre la différence en années et la multiplier par la variation annuelle.

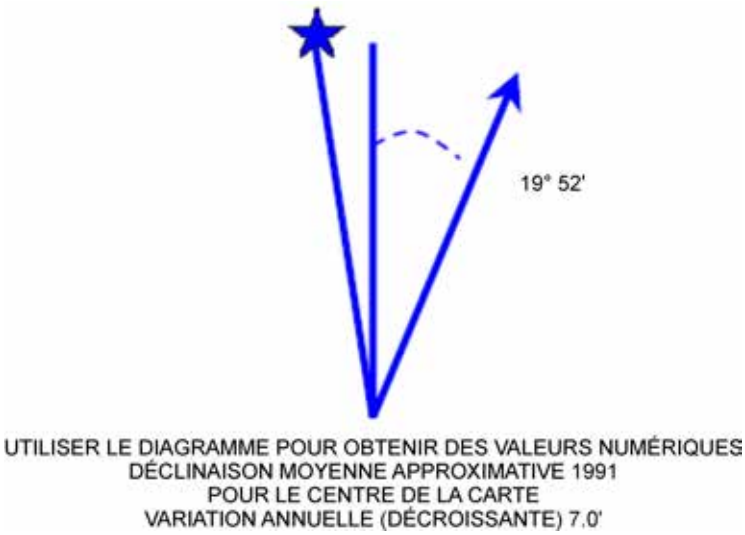
**3e étape.** Mettre à jour la déclinaison de la carte avec la variation calculée, soit :

5. **Déterminer si la variation annuelle est croissante ou décroissante.** La variation annuelle qui se trouve sous le diagramme de déclinaison indique également si la variation annuelle augmente ou diminue en degrés et minutes.
6. **Ajouter ou soustraire la variation annuelle de la déclinaison initiale.** La déclinaison initiale se trouve sur le diagramme de déclinaison. Il s'agit des chiffres indiquée en minutes et en degrés entre le nord de quadrillage et le nord magnétique. Lorsque la variation augmente, ajouter à la déclinaison de la carte, lorsque la variation diminue, soustraire de la déclinaison de la carte.

**4e étape.** Régler la déclinaison actuelle sur la boussole, soit :

7. **Déterminer si la déclinaison est vers l'est ou vers l'ouest.** Pour déterminer dans quelle direction la déclinaison doit être réglée sur la boussole. On détermine si c'est vers l'est ou l'ouest en regardant le diagramme de déclinaison et en identifiant le nord géographique et le nord magnétique. Le côté où se trouve le nord magnétique représente le côté de la déclinaison. Le côté droit signifie l'est, le côté gauche, l'ouest.
8. **Régler la déclinaison calculée sur une boussole.** À l'endos d'une boussole se trouve une vis de réglage de la déclinaison, il s'agit de régler la vis de réglage de déclinaison à la déclinaison calculée vers l'est ou l'ouest.

La ligne de déclinaison zéro (ligne agonale) se trouve à l'ouest de la baie d'Hudson, près de Churchill au Manitoba. Donc, on peut présumer que les cartes à l'est de cette ligne auront une déclinaison vers l'est et les cartes à l'ouest de cette ligne auront une déclinaison vers l'est.




*Ministère de la Défense nationale, Guide pédagogique EP1 – Cadre des instructeurs de cadets (CIC) – Exigences de rendement en milieu terrestre, Ministère de la Défense nationale (page 84)*

Figure 13-2-2 Exemple de diagramme de déclinaison

Lorsque la déclinaison est notée par écrit, elle est écrite en degrés et en minutes. Les degrés sont représentés par un chiffre suivi d'un petit symbole circulaire (p.ex., 19°). C'est la même chose pour les minutes, sauf que le chiffre est suivi d'un apostrophe p.ex., 52').

**Exemple de déclinaison vers l'est (figure 13-2-2).** La déclinaison en 1991 était de 19° 52' est et la variation annuelle décroit de 7.0'. La déclinaison magnétique se calcule comme suit :

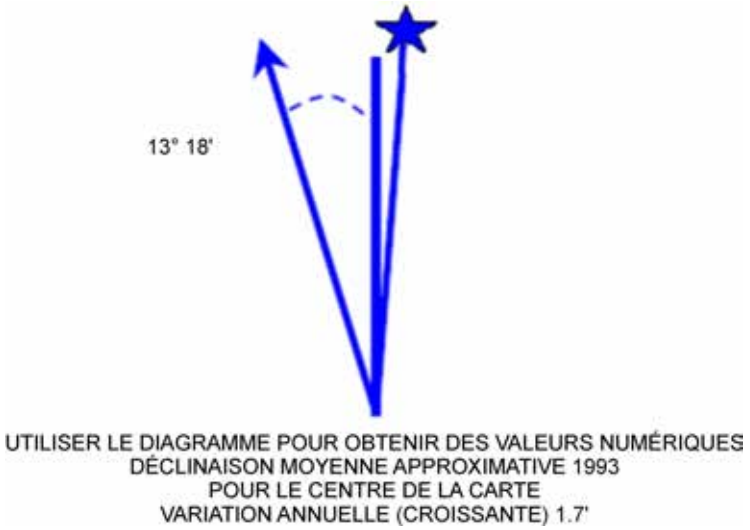
| | |
|---|---|
| Année courante : | 2010 |
| Année de la carte : | - 1991 |
| Différence en années : | 19 |
| | |
| Différence en années : | 19 |
| Variation annuelle : | x 7.0' |
| Variation totale : | 133' ou 2°13' |

La variation totale est convertie de 133' minutes à 2°13' car il y a 60' dans un degré.

La variation annuelle est décroissante donc elle est soustraite de la déclinaison d'origine :

| | |
|---|---|
| Déclinaison d'origine : | E 19° 52' |
| Variation totale : | - 2° 13' |
| Déclinaison actuelle : | E 17° 39' |

Cela nous dit que l'aiguille magnétique d'une boussole pointera à l'est du nord de quadrillage à 17 degrés et 39 minutes pour la zone représentée par cette carte en 2010.




*Ministère de la Défense nationale, Guide pédagogique EP1 – Cadre des instructeurs de cadets (CIC) – Exigences de rendement en milieu terrestre, Ministère de la Défense nationale (page 84)*

Figure 13-2-3 Exemple de diagramme de déclinaison

Convertir les degrés et les minutes lorsqu'ils y a 60' (minutes) ou plus.

**Exemple de déclinaison vers l'ouest (figure 13-2-3).** La déclinaison en 1993 était de 13° 18' ouest et la variation annuelle augmente de 1.7'. La déclinaison magnétique se calcule comme suit :

| | |
|---|---|
| Année courante : | 2010 |
| Année de la carte : | - 1993 |
| Différence en années : | 17 |
| Variation annuelle : | |
| Variation totale : | 17 |
| | x 1.7' |
| | 28.9' |

La variation annuelle est croissante donc elle est ajoutée à la déclinaison d'origine :

| | | |
|---|---|---|
| Déclinaison d'origine : | O 13° 18' | |
| Variation totale : | + 28.9' | |
| Déclinaison actuelle : | O 13° 46.9' | (arrondie à 47) |

Arrondir les minutes à la hausse ou à la baisse selon le cas pendant les calculs. (P.ex., à 0.5 minutes ou plus, arrondir vers le haut, à moins de 0.5 minutes, arrondir vers le bas).

Cela nous dit que l'aiguille magnétique d'une boussole pointera à l'ouest du nord de quadrillage à 13 degrés et 47 minutes pour la zone représentée par cette carte en 2010.

Il est possible d'avoir une très petite déclinaison d'origine et une variation annuelle totale plus importante, de sorte que lorsqu'elle est calculée, la déclinaison actuelle varie de ce qu'elle était à l'origine, soit une déclinaison de l'ouest à l'est ou vice versa.

Pour soustraire, il se peut qu'une équation ne puisse être calculée sans emprunter du chiffre suivant sur de la même ligne.

13° 12'

- 45'

Pour effectuer cette équation, un degré (soixante minutes) doit être emprunté du 13° pour pouvoir soustraire de 12'. Pour emprunter un degré (1° équivaut à 60'), soustraire un du nombre des degrés et ajouter 60' aux minutes.

12° 72'

- 45'

= 12° 27'

L'équation peut maintenant être calculée comme elle est indiquée ci-dessus.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Où se trouve le diagramme de déclinaison sur une carte topographique?

Q2. Combien y a-t-il de minutes dans un degré?

Q3. Lorsque la variation annuelle diminue, quelle sera la différence dans vos calculs?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Le diagramme de déclinaison se trouve sur le côté doit de la carte, avec l'information en marge.

R2. Il y 60 minutes.

R3. Lorsque la variation annuelle est décroissante, elle est soustraite de la déclinaison d'origine.

**Point d'enseignement 3** | **Demander aux cadets de calculer la déclinaison magnétique en utilisant les exemples de déclinaison vers l'est et vers l'ouest**

Durée : 30 min | Méthode : Activité en classe

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de se pratiquer à calculer la déclinaison magnétique.

### RESSOURCES

Une feuille de travail comportant des problèmes de déclinaison se trouve à l'annexe A.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Distribuer une feuille de calcul à chaque cadet.
2. Demander aux cadets de compléter individuellement autant de problèmes qu'ils peuvent en 20 minutes.
3. Corriger la feuille de calcul des déclinaisons avec tout le groupe en utilisant la feuille de réponses qui se trouve à l'annexe B.
4. Répondre aux questions et calculer les déclinaisons en utilisant un matériel visuel pour aider à clarifier les questions.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité en classe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux calculs de la déclinaison magnétique servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Encourager les cadets à refaire les problèmes qu'ils ont trouvés difficiles.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément à l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 5 (COREN 322).

**OBSERVATIONS FINALES**

La connaissance de la façon dont on calcule une déclinaison magnétique rehausse les compétences de base en lecture de carte et de boussole et permet aux cadets de planifier des routes et naviguer avec confiance pendant les exercices d'entraînement en campagne. Le calcul de la déclinaison magnétique ajoute une valeur aux compétences de navigation essentielles requises d'un cadet au cours d'une expédition.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les cadets peuvent se servir d'une calculatrice pour calculer la déclinaison.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-041 B-GL-382-005/PT-002 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

# OCOM M322.03 – IDENTIFIER LES COMPOSANTS D'UN SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS)

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin d'initier les cadets aux composants du GPS et de présenter les renseignements généraux.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir identifié les éléments d'un système de positionnement global.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables d'identifier les éléments d'un système de positionnement global (GPS) pour qu'ils aient les connaissances préalables et l'information requise pour faire fonctionner efficacement un récepteur GPS lors de la navigation.

**Point d'enseignement 1** **Discuter du GPS**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

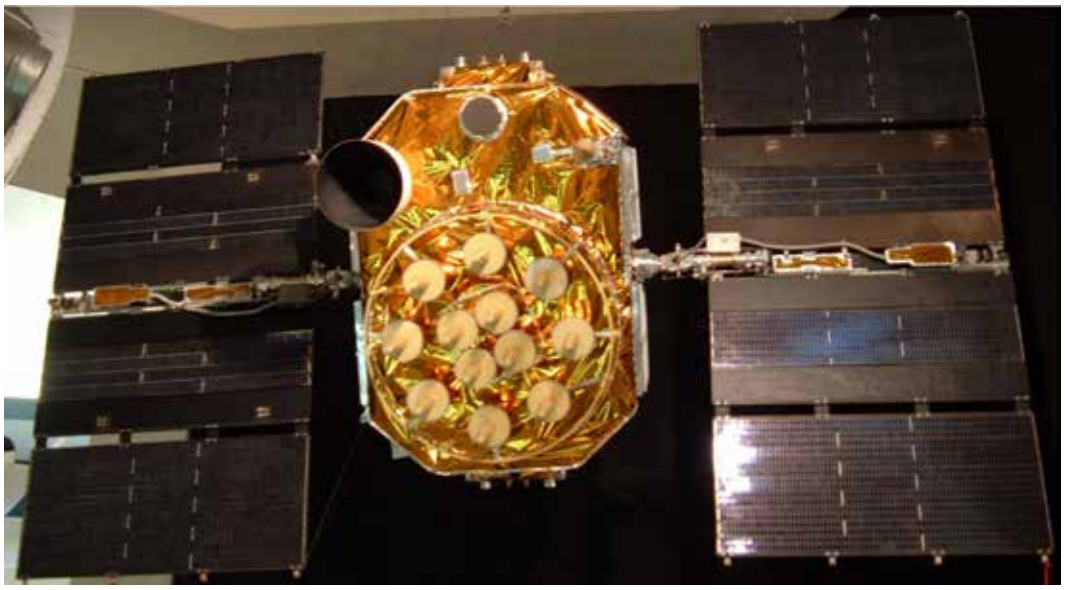
Déterminer le niveau de compréhension qu'ont les cadets par rapport au GPS en tenant une courte discussion.

On s'attend à ce que la plupart des cadets supposent que le GPS est l'appareil qu'une personne regarde pour déterminer le positionnement. Avant de passer au PE 2, s'assurer que les cadets comprennent que le GPS est une constellation de satellites et qu'il est constitué de plusieurs éléments.

**DESCRIPTION DU GPS**

Géolocalisation et navigation par un système de satellites (GNSS) est le terme générique pour les systèmes de navigation par satellite qui donnent le positionnement géospatial autonome avec couverture mondiale. Le système de positionnement global (GPS) est une constellation de satellites, de stations au sol et de récepteurs créés, exploités et appartenant aux États-Unis. Ce système est utilisé pour la navigation et pour permettre à ceux qui possèdent un récepteur GPS de savoir où ils sont 24 heures par jour, peu importe les conditions atmosphériques.

Le GPS représente un groupe de 21 satellites (plus trois en réserve) qui orbitent autour de la Terre et qui envoient des signaux de leur position à la surface de la Terre. Un récepteur GPS est un appareil électronique qui détecte les signaux des satellites et qui calcule la position du récepteur sur la Terre. Il peut donner la position, la vitesse, l'heure et l'altitude.



*« Wikipedia », Global Positioning System. Extrait le 27 mars 2008 du site http://en.wikipedia.org/wiki/Image:Global_Positioning_System_satellite.jpg*

Figure 13-3-1 Satellite GPS

Le GPS des États-Unis n'est pas le seul système de navigation par satellite actuellement déployé dans l'espace. D'autres nations ont commencé à déployer ou ont déployé des systèmes de navigation par satellite semblables :

- Union européenne – système de radionavigation par satellite GALILEO
- Russie – le système de positionnement GLONASS,
- Chine – système de navigation par satellite BEIDOU.

**COMMENT FONCTIONNE LE GPS**

Le système est composé de trois parties ou segments : le segment spatial, le segment cheminement par triangulation et le segment utilisateur. Le segment spatial compte 24 satellites qui orbitent à 20 200 km au-dessus de la Terre et qui envoient des signaux vers cette dernière. Les signaux émettent la position de chaque satellite dans le ciel à l'aide d'un code électronique.

Chaque satellite accomplit une tâche primaire relativement simple : il transmet un signal de temporisation à partir d'une horloge atomique intégrée. Lorsqu'un appareil au sol reçoit ce signal, il peut déterminer sa distance par rapport au satellite.

Cette seule mesure n'est pas très utile, mais lorsqu'un récepteur GPS reçoit des signaux de temporisation de trois satellites différents, il peut déterminer deux coordonnées précises : la latitude et la longitude. Avec quatre signaux satellites, le récepteur GPS peut également déterminer l'altitude.

Un récepteur GPS peut aussi déterminer plus que la latitude, la longitude et l'altitude. Il peut aussi déterminer d'autres variables telles que la vitesse et la direction.

**PARTIES DU GPS**

**Satellites**

Le GPS et ses satellites possèdent les caractéristiques suivantes :

- Le nombre minimum de satellites requis pour couvrir toute la Terre est de 18, cependant le nombre de satellites en orbite varie entre 24 et 29 satellites à cause des satellites de réserve et des satellites plus modernes.
- Les satellites orbitent de façon semi-synchrone (les orbites sont coordonnées, mais pas identiques).
- Chaque satellite complète une orbite toutes les 12 heures.
- Les satellites orbitent autour de la Terre à 20 200 km (12 552 milles) (les avions volent habituellement entre 11 et 13 km [37 000 pieds] d'altitude, la navette spatiale orbite à 370 km [230 milles] d'altitude).
- Chaque satellite possède trois principaux composants matériels :
    - **L'ordinateur.** Contrôle ses fonctions de vol et de commande.
    - **L'horloge atomique.** Calcule le temps à trois nanosecondes près (approximativement trois milliardièmes de secondes).
    - **L'émetteur radio.** Envoie les signaux à la Terre.

**Les stations au sol**

Le segment cheminement par triangulation du GPS est constitué de cinq stations au sol qui suivent les satellites, vérifient leur état et apportent les ajustements nécessaires pour assurer la précision du système. Le système entier fonctionne et est contrôlé par le ministère de la Défense des États-Unis. L'information venant des stations est acheminée vers une station de commande principale – le Centre commun d'opérations spatiales (CSOC) à la base aérienne de Schriever (Schriever Air Force Base) au Colorado où les données

sont traitées et les ajustements sont faits. Les cinq stations au sol sont à Hawaï, au Colorado, à Diego Garcia, sur l'île de l'Ascension et à Kwajalein.

**Récepteurs**

Les récepteurs GPS composent le segment utilisateur. C'est le récepteur GPS, qu'il s'agisse d'un avion, un camion, un bateau ou la main d'un randonneur pédestre, qui détecte les signaux radioélectriques des satellites et qui calcule la position du récepteur.

Quand on allume un récepteur, il interprète les signaux radioélectriques et extrait l'information sur la position du satellite. Le signal GPS émet l'information qui indique au récepteur la position de chaque satellite dans le système. Le récepteur interprète ensuite le signal radioélectrique pour calculer l'heure exacte. Cette opération est nécessaire pour calculer la position.

Les orbites des satellites GPS assurent qu'il y aura un minimum de quatre satellites qui couvriront toutes les régions de la Terre en tout temps. Le récepteur utilise le signal d'un satellite pour surveiller et synchroniser continuellement les horloges des autres satellites. Le récepteur reçoit les signaux des autres satellites et calcule la différence entre eux. Ce calcul donne la distance du récepteur par rapport à chaque satellite et, par triangulation, donne précisément sa position. Le récepteur, qui capte les signaux de quatre satellites, pourra déterminer le positionnement en donnant la latitude, la longitude et l'altitude de l'utilisateur (on peut seulement déterminer l'altitude avec les signaux de quatre satellites).

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Que signifie l'acronyme GPS?

Q2. De quoi sont responsables les stations au sol?

Q3. Comment un récepteur calcule-t-il votre position?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'acronyme GPS, de l'anglais *Global Positioning System*, signifie système de positionnement global.

R2. Les stations au sol ont la responsabilité de repérer les satellites, vérifier leur état et d'apporter les ajustements nécessaires pour assurer la précision du système.

R3. Le récepteur utilise le signal d'un satellite pour surveiller et synchroniser continuellement les horloges des autres satellites. Le récepteur reçoit les signaux des autres satellites et calcule la différence entre eux. Ce calcul donne la distance du récepteur par rapport à chaque satellite et, par triangulation, donne précisément sa position. Ce positionnement donne la latitude, la longitude et l'altitude de l'utilisateur.

---

**Point d'enseignement 2** **Expliquer la terminologie du GPS**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Au moment où les cadets se familiarisent avec les récepteurs GPS, ils peuvent tomber sur les termes qui suivent. Expliquer la terminologie aux cadets et leur donner des exemples lorsque c'est possible.

**GPS.** Le système de positionnement global est une constellation de 21 satellites (et trois de réserve) qui servent à déterminer la position, la vitesse, l'heure et l'altitude.

**Positionnement en trois dimensions (3D).** Nécessite les signaux de quatre satellites et donne la position telle que déterminée par la latitude, la longitude et l'altitude.

**GPS assisté (A-GPS).** Un GPS enrichi par la technologie cellulaire. Se retrouve surtout sur les nouveaux téléphones GPS. Le GPS assisté utilise les réseaux cellulaires pour l'aider à faire la localisation parce que les signaux GPS ne pénètrent pas à l'intérieur des bâtiments.

**GPS différentiel (DGPS).** Un récepteur fixe qui fonctionne conjointement avec les satellites pour corriger les erreurs de signaux de synchronisation, ce qui permet d'améliorer la précision de la mesure de positionnement.

**Latitude.** Lignes parallèles imaginaires et horizontales qui encerclent la Terre et qui s'étendent sur 90 degrés au Nord et 90 degrés au Sud de l'équateur. La ligne à l'équateur représente zéro degré de latitude.

**Longitude.** Lignes parallèles imaginaires et verticales qui descendent du pôle Nord au pôle Sud. Le premier méridien (zéro degré de longitude) passe par Greenwich, en Angleterre, et agit comme ligne de référence pour la mesure de la longitude. La latitude et la longitude forment une grille qui couvre la planète à partir de laquelle une personne peut extrapoler des coordonnées.

**Triangulation.** Ce que font les GPS pour déterminer la position à l'aide de données recueillies par au moins trois satellites GPS.

**Système de renforcement à couverture étendue (WAAS).** Améliore la précision et la disponibilité du GPS. Le WAAS a été conçu avec l'aviation en tête parce qu'il améliore la précision du récepteur GPS jusqu'à moins de trois mètres.

**Point de passage.** Une position intermédiaire entre les points de départ et d'arrivée le long d'une route de navigation. Si quelqu'un effectue trois arrêts le long de la route avant sa destination finale, le récepteur GPS va considérer chacun de ces trois arrêts comme un point de passage.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

---

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'un positionnement en trois dimensions?

Q2. Qu'est-ce que la triangulation?

Q3. Qu'est-ce qu'un point de passage?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un positionnement en trois dimensions est la position, telle qu'elle est déterminée par la latitude, la longitude et l'altitude.

R2. La triangulation c'est ce que fait le récepteur GPS pour déterminer la position à l'aide de données recueillies par au moins trois satellites GPS.

R3. Un point de passage est une position intermédiaire entre les points de départ et d'arrivée le long d'une route de navigation.

---

**Point d'enseignement 3** — **Discuter des récepteurs GPS et des renseignements qu'ils fournissent**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

---

Le récepteur GPS est une pièce d'équipement qui traite les signaux émis par les satellites. L'information émise par les signaux qui est traitée par le récepteur peut être utilisée de plusieurs façons.

**PRÉCISION**

La précision d'un récepteur GPS dépend du nombre de satellites qui lui envoient des signaux et de l'utilisation d'un système de renforcement. Un récepteur GPS sans WAAS mesure avec une précision de 5 m (16,4 pieds) 95 % du temps, et un récepteur GPS avec WAAS mesure à une précision de 3 m (9,8 pieds).

Le WAAS se trouve le plus souvent sur les récepteurs GPS des avions. Atterrir en toute sécurité dans le brouillard est difficile sans avoir le positionnement précis de la piste d'atterrissage.

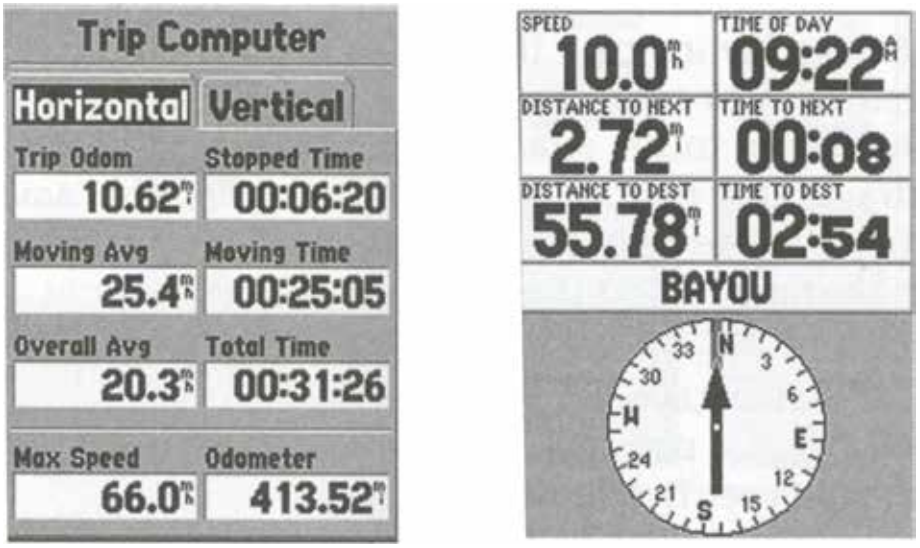
**DURÉE**

Un récepteur GPS reçoit de l'information temporelle à partir d'horloges atomiques, donc il est plus précis qu'une montre-bracelet. Les récepteurs fournissent une variété d'information temporelle, telle que les statistiques de navigation suivantes :

- **Heure d'arrivée prévue (HAP).** L'heure d'arrivée prévue (HAP) est l'heure à laquelle il est estimé que la personne arrivera à destination (par exemple, 12h30).
- **Durée prévue en route (ETE).** La durée prévue en route (ETE) indique le temps de voyage estimé avant l'arrivée à destination et elle est mesurée en minutes ou en heures.

Les HAP et ETE sont utiles seulement si on voyage en droite ligne, comme en bateau ou en avion. Par contre, si un itinéraire est planifié avec des points de passage pour se guider, la HAP et l'ETE pourront être assez précis pour que l'on puisse les suivre.

- **Durée du voyage.** Aussi connu sous le terme temps écoulé, l'indicateur de temps écoulé mesure le temps depuis la dernière remise en marche. On peut l'utiliser pour calculer la vitesse moyenne parce qu'il continue de compter le temps même si une personne est en mouvement ou non.
- **Temps en mouvement.** La durée de temps où la vitesse n'est pas zéro. Le chronomètre arrête de compter lorsque le mouvement est arrêté. Le temps en mouvement est utilisé pour calculer la vitesse moyenne en mouvement.
- **Temps en arrêt.** Le chronomètre de temps en arrêt compte seulement le temps en position immobile. C'est le temps qui passe sans bouger. Les temps calculés sur le chronomètre en mouvement et le chronomètre en arrêt devraient, une fois additionnés, correspondre à l'indicateur de temps du voyage.
- **Heure du jour.** Tous les récepteurs donnent l'heure du jour. Les satellites GPS donnent ce que l'on appelle l'heure GPS.




*L. Letham, GPS Made Easy, The Mountaineers (pages 54 et 55)*

Figure 13-3-2 Écran de temps

**ENDROIT**

Le GPS donne la position en trois dimensions :

- latitude (coordonnée en x),
- longitude (coordonnée en y),
- l'altitude.

La position peut-être donnée à l'aide de différents systèmes de coordonnées (par exemple, latitude et longitude, projection cartographique de Mercator transverse universelle [MTU]).

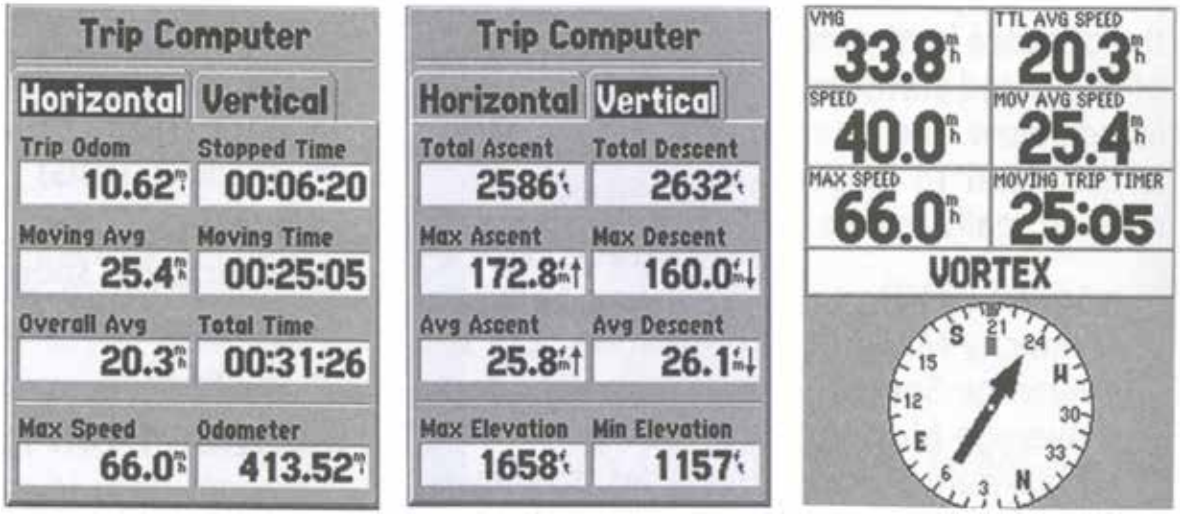
Le calcul de l'altitude sur un récepteur GPS pour utilisation personnelle n'est pas très précis (+/- 15 m [49.2 pieds]).

**VITESSE**

Un récepteur mesure le temps et la distance entre le point où une personne se trouve et le point où la personne se trouvait précédemment, puis divise la distance par le temps nécessaire pour se rendre à cet endroit (vitesse = distance/temps). Les statistiques pour la vitesse sont les suivantes :

- **Vitesse.** La vitesse, aussi connue sous le nom de vitesse rapportée au sol, est pareille à la vitesse affichée par l'indicateur de vitesse dans une auto. Elle mesure la vitesse à laquelle le véhicule se déplace à ce moment. La vitesse n'a rien à voir avec la trajectoire. C'est une mesure de vitesse qui ne tient pas compte de la direction.
- **Vitesse de déplacement (VMG).** La vitesse à laquelle on s'approche de la destination. La vitesse de déplacement (VMG) tient compte de la trajectoire et de la destination.
- **Vitesse moyenne.** On obtient la vitesse moyenne en divisant la distance par le temps nécessaire pour couvrir cette distance.

- **Vitesse moyenne en mouvement.** La vitesse moyenne sans calculer le temps où le récepteur est immobile.
- **Vitesse maximale.** La plus grande vitesse atteinte pendant le voyage.
- **Vitesse verticale.** La vitesse instantanée mesurée pour les mouvements vers le haut et vers le bas seulement.
- **Vitesse moyenne d'ascension et de descente.** Comme la vitesse moyenne, la vitesse moyenne d'ascension et de descente représente la distance de mouvement vertical divisée par la durée de temps nécessaire pour faire le mouvement. C'est la mesure moyenne des changements de l'altitude.
- **Ascension et descente maximale.** La mesure maximale de changement vertical en position.




*L. Letham, GPS Made Easy, The Mountaineers (pages 54 et 55)*

Figure 13-3-3 Écrans de vitesse

**DIRECTION DE DÉPLACEMENT**

Un récepteur GPS peut afficher le sens du mouvement, si le récepteur est en mouvement. Si l'appareil est stationnaire, il ne peut utiliser les signaux satellites pour déterminer dans quelle direction une personne se dirige.

Certains appareils GPS possèdent une boussole électronique qui montre la direction dans laquelle le récepteur est pointé, qu'il soit en mouvement ou non. Toutes les directions calculées par un récepteur peuvent être exprimées en azimut ou en degrés.

**EMPLACEMENT ENREGISTRÉ**

Les positionnements peuvent être mis en mémoire dans un récepteur GPS. Il peut garder en mémoire l'endroit où une personne est allée et où elle désire aller. Ces positionnements sont des points de passage. Un récepteur GPS peut donner à une personne les indications et l'information pour se rendre à un point de passage.

**DONNÉES CUMULATIVES**

Un récepteur GPS peut retenir une multitude d'informations comme le chemin parcouru, la distance totale parcourue, la vitesse moyenne, le temps écoulé, et le temps d'arrivée à un endroit précis.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Quel est le degré de précision d'un récepteur GPS sans le dispositif WAAS?

Q2. Quelles sont les trois dimensions dans lesquelles le récepteur GPS donnera le positionnement?

Q3. Comment un récepteur GPS calcule-t-il la vitesse?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un récepteur GPS sans WAAS mesure la position avec une précision de 5 m, 95 % du temps.

R2. Un récepteur GPS donne le positionnement dans les trois dimensions suivantes :

- latitude (coordonnée en x),
- longitude (coordonnée en y),
- altitude.

R3. Un récepteur mesure le temps et la distance entre le point où une personne se trouve et le point où la personne se trouvait précédemment, puis divise la distance par le temps nécessaire pour se rendre à cet endroit (vitesse = distance/temps).

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que le GPS?

Q2. Qu'est-ce que la triangulation?

Q3. Qu'est-ce qu'un point de passage?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Le GPS est une constellation de 24 satellites qui orbitent autour de la Terre, de récepteurs et de stations au sol. Ils servent à déterminer le positionnement, la vitesse et l'heure.

R2. La triangulation est ce que font les GPS pour déterminer leur position à l'aide de données recueillies par au moins trois satellites GPS.

R3. Un point de passage est une position intermédiaire entre les points de départ et d'arrivée le long d'une route de navigation. Si quelqu'un effectue trois arrêts le long de la route avant sa destination finale, le récepteur GPS va considérer chacun de ces trois arrêts comme un point de passage.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

## OBSERVATIONS FINALES

L'instruction sur les GPS fera découvrir aux cadets un nouvel outil pour la navigation. Le GPS est une avancée technologique qui ne cesse d'évoluer vers de nouvelles techniques et méthodes de navigation. Comme ces avancées deviennent disponibles dans le programme des cadets, ils seront mis au défi de les apprendre et de les mettre en pratique pendant la navigation.

## COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Il est recommandé que cet OCOM soit enseigné à l'extérieur.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-142 (ISBN 0-7645-6933-3) McNamara, J. (2004). *GPS for Dummies*. Hoboken, New Jersey, Wiley Publishing, Inc.

C2-143 (ISBN 1-58923-145-7) Featherstone, S. (2004). *Outdoor Guide to Using Your GPS*. Chanhassen, Minnesota, Creative Publishing International, Inc.

C2-144 (ISBN 0-07-223171-8) Broida, R. (2004). *How to Do Everything With Your GPS*. Emerville, Californie, McGraw-Hill.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

# OCOM M322.04 – IDENTIFIER LES CARACTÉRISTIQUES D'UN RÉCEPTEUR DU SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS)

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

S'assurer que les récepteurs GPS sont disponibles et prêts à être utilisés (p.ex. les piles sont chargées).

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin d'initier les cadets aux parties du récepteur GPS et de présenter les renseignements généraux.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de faire défiler les divers écrans de navigation d'un récepteur, tout en donnant aux cadets l'occasion de se pratiquer sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

Choisir de trois à cinq questions parmi celles proposées pour la révision de la matière couverte dans l'OCOM M322.03 (Identifier les composants d'un système de positionnement global [GPS], section 3). Si une révision plus en profondeur est nécessaire pour confirmer la compréhension de la leçon, poursuivre avec les questions. Prendre en considération le temps qu'il reste pour compléter cette leçon.

### QUESTIONS

Q1. Que signifie l'acronyme GPS?

Q2. De quoi sont responsables les stations au sol?

Q3. Comment un récepteur calcule-t-il votre position?

Q4. Qu'est-ce qu'un positionnement en trois dimensions?

Q5. Qu'est-ce que la triangulation?

Q6. Qu'est-ce qu'un point de passage?

Q7. Quel est le degré de précision d'un récepteur GPS sans le dispositif WAAS?

Q8. Quelles sont les trois dimensions dans lesquelles le récepteur GPS donnera le positionnement?

Q9. Comment un récepteur GPS calcule-t-il la vitesse?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'acronyme GPS, de l'anglais *Global Positioning System*, signifie système de positionnement global.

R2. Les stations au sol ont la responsabilité de repérer les satellites, vérifier leur état et d'apporter les ajustements nécessaires pour assurer la précision du système.

R3. Le récepteur utilise le signal d'un satellite pour surveiller et synchroniser continuellement les horloges des autres satellites. Le récepteur reçoit les signaux des autres satellites et calcule la différence entre eux. Ce calcul donne la distance du récepteur par rapport à chaque satellite et, par triangulation, donne précisément sa position. Ce positionnement donne la latitude, la longitude et l'altitude de l'utilisateur.

R4. Un positionnement en trois dimensions est la position, telle qu'elle est déterminée par la latitude, la longitude et l'altitude.

R5. La triangulation c'est ce que fait le récepteur GPS pour déterminer la position à l'aide de données recueillies par au moins trois satellites GPS.

R6. Un point de passage est une position intermédiaire entre les points de départ et d'arrivée le long d'une route de navigation.

R7. Un récepteur GPS sans WAAS mesure la position avec une précision de 5 m, 95 % du temps.

R8. Un récepteur GPS donne le positionnement dans les trois dimensions suivantes :

- latitude (coordonnée en x),
- longitude (coordonnée en y),
- altitude.

R9. Pour calculer la vitesse, un récepteur GPS mesure le temps et la distance entre le point où une personne se trouvait précédemment et le point où la personne se trouve maintenant, puis divise la distance par le temps nécessaire pour se rendre à cette vitesse (vitesse = distance/temps).

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devra avoir identifié les caractéristiques d'un récepteur GPS.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets connaissent les caractéristiques des récepteurs GPS parce qu'ils seront utilisés pour la navigation et la planification des expéditions de navigation. Le GPS est une aide à la navigation qui sera utilisée de façon courante.

**Point d'enseignement 1** **Identifier et décrire brièvement les parties d'un récepteur GPS**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Distribuer les récepteurs GPS. S'il n'y a pas assez de récepteurs pour chaque cadet, répartir les cadets en groupes pour qu'ils puissent partager les récepteurs.

Laisser le soin aux cadets de trouver l'information et les pages dont il est question.

Les deux termes « point d'intérêt » et « point de passage » signifient la même chose – une position intermédiaire sur une carte de navigation. Le terme « point d'intérêt » sera utilisé pour la présente leçon.

**PARTIES D'UN RÉCEPTEUR GPS**

**Antenne.** Permet au récepteur GPS de recevoir les signaux reçus par satellites.

**Écran.** L'endroit où tous les renseignements sont affichés.

Certains récepteurs GPS sont munis de flèches (pavé directionnel) qui agissent comme une souris et permettent une utilisation conviviale de l'interface.

**Compartiment à piles.** Garde en réserve l'alimentation électrique du récepteur.

Les boutons de la liste qui suit sont ceux que l'on retrouve sur le récepteur GPS Magellan eXplorist 200. Les autres marques et modèles de récepteurs GPS peuvent être munis de boutons de fonctions différents. Consulter les guides d'utilisateurs pour connaître les boutons de fonctions d'un récepteur GPS.

**BOUTONS**

**Marche/Arrêt.** Met en marche et arrête le récepteur.

**Éclairage arrière.** Allume et éteint le dispositif d'éclairage arrière et modifie l'intensité de l'éclairage.

**Entrer.** Touche utilisée pour avoir accès aux éléments du menu mis en évidence ou aux options du menu d'une page mises en évidence.

**Échappement [ESC].** Annule l'entrée des données. Le bouton d'échappement ferme la fonction en cours d'utilisation et affiche l'écran précédent; il permet aussi d'afficher les écrans de navigation précédents.

**Zoom avant [IN]**. Utilisé sur l'écran de la carte pour faire un zoom avant sur la carte affichée. Il est possible de faire un zoom avant de 35 m (100 pieds) sur la carte affichée. Le bouton est aussi utilisé pour parcourir la liste des points de passage lors d'une recherche en mode alphabétique.

**Zoom arrière [OUT].** Utilisé sur l'écran pour faire un zoom arrière sur la carte affichée. Il est possible de faire un zoom arrière de 2 736 km (1 700 milles) sur la carte affichée. Le bouton peut aussi être utilisé pour parcourir la liste des points de passage lors d'une recherche en mode alphabétique.

**Menu [MENU].** Affiche le menu et les options offertes. Les options peuvent être sélectionnées en utilisant les flèches (pavé directionnel) pour mettre en évidence l'option, puis en appuyant sur le bouton « Entrer » pour y avoir accès.

**Naviguer [NAV].** Parcourt les écrans de navigation (écran de carte, écran de boussole, écran de position, écran de satellite).

**Marquer [MARK].** Utilisé pour enregistrer la position actuelle comme point de passage. Les points de passage sont enregistrés et stockés en mémoire dans « Mes points d'intérêt ».

**Aller vers [GOTO].** Cette fonction permet de créer une route qui va de la position actuelle à une destination choisie sur la base de données POI. On peut aussi créer une route en utilisant le curseur sur la carte en arrière plan en appuyant sur le bouton GOTO sur un point de la carte.

**Flèches (pavé directionnel).** Déplacent le curseur sur l'écran de la carte. Elles font aussi déplacer la barre de mise en évidence pour sélectionner les options du menu et les champs d'entrée de données.

*Thales Navigation, Inc., Manuel de référence Magellan eXplorist 200, Thales Nav, Inc. (page 1)*

Figure 13-4-1 Récepteur GPS Explorist 200

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Nommer trois parties d'un récepteur GPS.

Q2. À quoi sert le bouton NAV sur le récepteur GPS?

Q3. À quoi sert le bouton GOTO sur le récepteur GPS?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les parties d'un récepteur GPS sont :

- l'antenne,
- l'écran,
- le compartiment à piles,

- les boutons, y compris :
  - le bouton Marche/Arrêt,
  - l'éclairage arrière,
  - le bouton Entrer,
  - le bouton Échappement [ESC],
  - le zoom avant [IN],
  - le zoom arrière [OUT],
  - le menu [MENU],
  - le bouton Naviguer [NAV],
  - le bouton Marquer [MARK],
  - le bouton Aller vers [GOTO],
  - les flèches (pavé directionnel).

R2. Le bouton NAV permet de parcourir les écrans de navigation (écran de carte, écran de boussole, écran de position, écran de satellite).

R3. Le bouton GOTO permet de créer une route qui va de la position actuelle à une destination choisie sur la base de données POI ou en utilisant le curseur sur la carte en arrière plan.

---

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer et demander aux cadets de faire défiler les écrans de navigation sur un récepteur GPS**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Les récepteurs GPS peuvent présenter l'information de façons différentes, selon les modèles. Trouver les écrans qui sont semblables à ceux contenus dans ce PE, puis demander aux cadets de trouver les différentes pages et l'information qu'elles contiennent.

Laisser le temps aux cadets de se familiariser avec le récepteur GPS et ses fonctions.

**Nota :** Le terme « Page » se rapporte aux différents écrans que l'utilisateur peut faire défiler pour trouver divers renseignements sur le récepteur GPS.

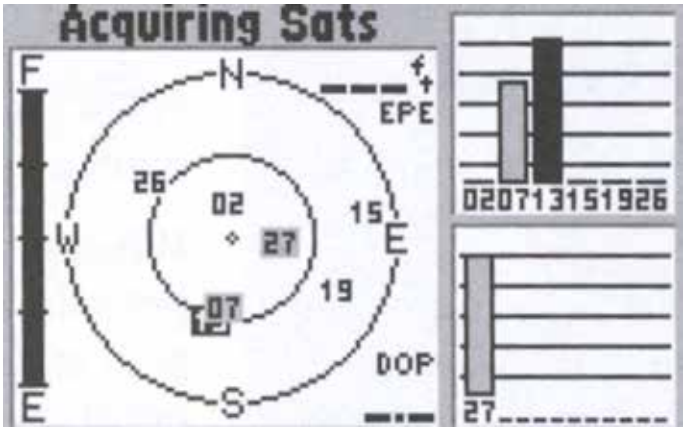
**ÉTAT DU SATELLITE**

L'écran « état de satellite » affiche l'acquisition de satellites (la force du signal et la géométrie des satellites) et la progression du transfert de données venant du satellite. Le récepteur cherche toujours les satellites. L'affichage de la page d'état de satellite donne une image graphique de l'activité.

Quand de nouveaux satellites font leur apparition, une nouvelle barre apparaît dans le graphique. Les barres qui étaient pleines il y a quelques minutes disparaissent au fur et à mesure que les satellites passent au-dessus de l'horizon. Si un satellite est suivi, mais non utilisé, la barre sera vide. Sur les récepteurs GPS munis du Système de renforcement à couverture étendue (WAAS), la force du signal satellite WAAS est indiquée sur sa propre barre sur le graphique. Les récepteurs GPS affichent habituellement sur cette page l'information suivante :

- les puissances des signaux reçus par satellite,

- la puissance de la pile,
- l'erreur de position estimée.




*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 45)*

Figure 13-4-2 Page d'état du satellite

**MENU**

Cette page permet de personnaliser le récepteur GPS. Tous les champs de données peuvent être modifiés pour donner à l'utilisateur l'information qu'il souhaite obtenir : points de passage, routes, temps et vitesse, etc. Les récepteurs GPS affichent habituellement l'information suivante sur cette page :

- les options de personnalisation pour le récepteur GPS,
- les points de passage et les itinéraires,
- les données cartographiques.

*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 54)*

Figure 13-4-3 Page d'index

**POSITION**

La page de position sert à confirmer les coordonnées, les données cartographiques, l'heure, la date et l'erreur de position estimée. Cette page n'est pas souvent utilisée, seulement pour de courts instants lors de la

planification ou après avoir enregistré un point de passage. Aucun graphique « faciles à comprendre », tel que la boussole, ne sont affichés. Cette page n'est pas conçue idéalement pour la navigation conviviale.

Après avoir fait l'acquisition d'un nombre suffisant de satellites pour pouvoir naviguer, plusieurs récepteurs GPS affichent automatiquement la page de positionnement ou la page de la carte. En plus de l'information énoncée ci-dessus, un utilisateur peut trouver la vitesse actuelle, la direction et un totaliseur partiel. Il est possible de modifier l'information affichée sur certains récepteurs GPS.

*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 46)*

Figure 13-4-4 Page de positionnement

**NAVIGATION À LA BOUSSOLE**

Cette page montre la direction actuellement suivie (route) par rapport à la direction vers le point de destination (l'azimut). La page affiche la distance et le temps qu'il reste à parcourir avant d'arriver à destination. Cette page est utilisée plus fréquemment pour la navigation d'un point à l'autre ou pour la navigation autour d'un obstacle.

Il ne faut pas confondre le graphique d'une boussole numérique avec une vraie boussole. Malgré leur grande ressemblance, elles peuvent donner une lecture différente parce que le récepteur GPS ne peut afficher la direction s'il n'y a pas de mouvement. Se reporter au guide de l'utilisateur pour voir si la boussole est une boussole électronique capable d'identifier l'azimut en position immobile.

*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 47)*

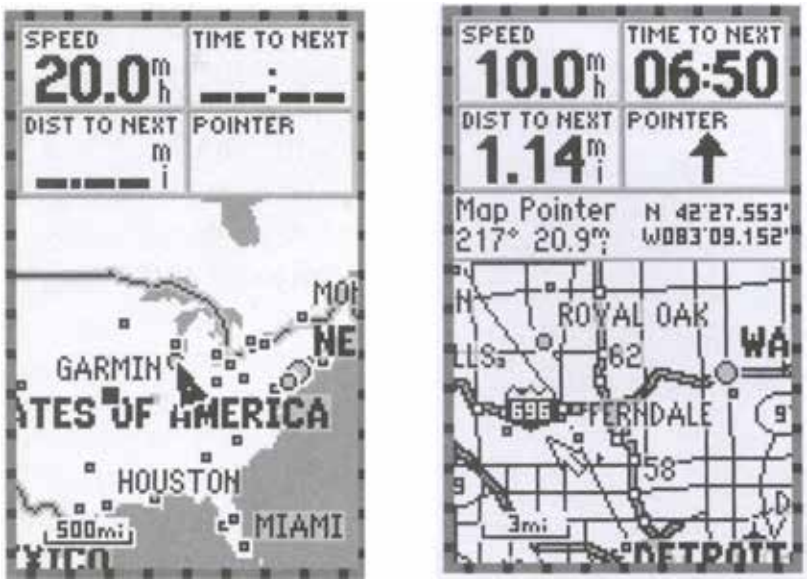
Figure 13-4-5 Page de navigation à la boussole

**CARTE**

Cette page donne la position. Un GPS sans carte intégrée donne la position d'une personne par rapport à un autre point de passage. Un récepteur GPS muni d'une carte intégrée donne la position d'une personne par rapport à un point de repère, tel que des routes, des villes et des plans d'eau. Un récepteur GPS avec des cartes téléchargeables donne la position d'une personne par rapport aux rues des villes et aux détails topographiques.

L'avantage d'une telle représentation est qu'elle permet d'identifier la position actuelle en se basant sur les détails topographiques de la carte plutôt que sur des coordonnées seulement. Selon le niveau de zoom, illustré au bas de la page, ces détails peuvent être des routes, des villes ou des continents entiers.

La page de la carte permet à l'utilisateur de localiser avec précision où il se situe et de créer un point de passage sur la carte. En plaçant le curseur sur un détail et en appuyant sur le bouton « Entrer » ou « Marquer », l'utilisateur peut facilement se créer une route. La page de la carte peut aussi servir de carnet d'adresses. Il est possible d'afficher de l'information (numéros de téléphone, adresses, information de navigation), en déplaçant le curseur sur un certain point de passage et en appuyant sur le bouton « Entrer ».




*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 50)*

Figure 13-4-6 Page de carte

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Où se trouve l'information sur la puissance de la pile?

Q2. Quel problème peut surgir avec l'utilisation d'une boussole numérique GPS pour la navigation?

Q3. Quel écran donne les coordonnées et données cartographiques du GPS?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La page d'état du satellite donne l'information sur la puissance de la pile.

R2. Le problème qui peut surgir avec l'utilisation d'une boussole numérique GPS pour la navigation est que si le navigateur est immobile, certains récepteurs GPS ne peuvent indiquer la direction. Ils peuvent seulement donner la direction lorsqu'ils sont en mouvement.

R3. La page de positionnement affiche les coordonnées et les données cartographiques.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que le bouton Menu affiche sur le récepteur GPS?

Q2. Quelle information peut-on trouver sur la page de navigation à la boussole d'un récepteur GPS?

Q3. Quelle information peut-on trouver sur la page d'état de satellite d'un récepteur GPS?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le bouton Menu affiche un menu avec les options offertes. Les options peuvent être sélectionnées en utilisant les flèches (pavé de commande) pour mettre l'option en évidence, puis en appuyant sur le bouton « Entrer » pour y avoir accès.

R2. Sur la page de navigation à la boussole, une personne peut trouver l'information suivante :

- la direction de déplacement,
- l'azimut,
- la distance jusqu'à la destination,
- le CDI;
- la durée pour arriver à la destination.

R3. Sur la page d'état de satellite, une personne peut trouver l'information suivante :

- les puissances des signaux reçus par satellite,
- la puissance de la pile,
- l'EPE.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 5 (COREN 322).

**OBSERVATIONS FINALES**

Les récepteurs GPS sont devenus des outils d'aide à la navigation très communs. Les récepteurs varient d'une marque à l'autre; chaque modèle possède ses propres modes d'utilisation. En identifiant les caractéristiques communes offertes sur un récepteur GPS, les cadets pourront se familiariser avec l'information que peut fournir un récepteur GPS. Les cadets qui comprennent bien cette information devraient être capables de retrouver l'information nécessaire à la navigation sur n'importe quel modèle de récepteur GPS.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-142 (ISBN 0-7645-6933-3) McNamara, J. (2004). *GPS for Dummies*. Hoboken, New Jersey, Wiley Publishing, Inc.

C2-143 (ISBN 1-58923-145-7) Featherstone, S. (2004). *Outdoor Guide to Using Your GPS*. Chanhassen, Minnesota, Creative Publishing International, Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

# OCOM M322.05 – ENTRER DES DONNÉES CARTOGRAPHIQUES DANS LE RÉCEPTEUR GPS

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier et créer des diapositives des figures qui se trouvent aux annexes C et D.

Remettre à chaque cadet une photocopie de l'annexe E.

S'assurer qu'il y a un récepteur GPS et une carte topographique de l'endroit pour chaque groupe pour le PE 2.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 3 afin d'initier les cadets aux données cartographiques.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon d'entrer une donnée cartographique, tout en donnant aux cadets l'occasion de se pratiquer sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir identifié une donnée cartographique sur une carte topographique et l'avoir réglée dans un récepteur GPS.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets apprennent comment entrer des données cartographiques, car si les mauvaises données sont entrées dans un récepteur GPS et que l'utilisateur lit les coordonnées du récepteur sur une carte, il obtiendra un positionnement erroné.

---

**Point d'enseignement 1** **Expliquer les données cartographiques**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

**PROJECTION DE MODÈLE DE LA TERRE**

La Terre est représentée sous différentes formes tel que les globes, les cartes, les atlas, etc. Lorsque l'on conçoit l'un de ces objets, on utilise un point de référence appelé donnée cartographique.

**Donnée cartographique.** Le point de référence utilisé pour dessiner une carte.

Toutes les cartes sont dessinées à partir d'un point de référence. Un quadrillage est une série de lignes sur une carte qui aide à donner le positionnement par rapport au point de référence. Une carte peut avoir plusieurs quadrillages, mais une seule donnée cartographique. Si quelqu'un s'imaginait une carte comme étant la représentation en deux dimensions du sol couvert par un quadrillage, la donnée cartographique permettrait d'aligner le quadrillage sur la carte. Le quadrillage représenterait les lignes de latitude et de longitude utilisées pour définir un emplacement sur la carte.

La plupart des données cartographiques ne couvrent qu'une partie de la Terre. Le Système géodésique nord-américain de 1927 (NAD27) ne couvre que l'Amérique du Nord. Il existe différents types de données cartographiques dans le monde et chaque pays peut utiliser un système différent pour dessiner des cartes. Les pays peuvent dresser des cartes créées à partir de systèmes de données cartographiques différentes pour décrire leur propre territoire.

Les coordonnées qui sont lues peuvent varier de presque 200 m, selon le système de référence utilisé.

Les données cartographiques sont très importantes pour les utilisateurs parce que si celle du récepteur GPS ne correspond pas à celle de la carte, les coordonnées se ressembleront, mais elles décriront deux positions différentes sur la carte.

Lorsque l'on utilise un récepteur GPS, chaque fois qu'une coordonnée est relevée au moyen d'une carte ou entrée manuellement à partir d'une autre source, il faut changer la donnée cartographique du récepteur GPS afin qu'il concorde à celle de la carte. La donnée cartographique de la carte se trouve dans la légende.

**Ellipsoïde.** L'ellipsoïde est un solide pour lequel toutes les sections planes reliées à un axe sont des cercles et toutes les autres sections planes sont des ellipses.

**NAD27**

Le NAD27 est une donnée cartographique basée sur l'ellipsoïde de Clarke de 1866. La référence est située au ranch Meades au Kansas. Il existe plus de 50 000 bornes de repérage utilisées comme point de référence pour l'arpentage local et la cartographie. Ce système de référence est progressivement remplacé par la donnée cartographique nord-américaine de 1983 (NAD83).

**NAD83**

Le NAD83 est une donnée cartographique géocentrique basée sur le système de référence géodésique de 1980. Il a été créé pour fournir une plus grande précision. La taille et la forme de la Terre ont été déterminées à l'aide de mesures faites par des satellites et d'autres équipements électroniques sophistiqués. Les mesures donnent une image précise de la Terre à deux mètres près.

**LE SYSTÈME GÉODÉSIQUE MONDIAL DE 1984 (WGS-84)**

Le WGS-84 est le modèle de représentation physique normal de la Terre utilisé pour les applications de GPS. Le système unifié est devenu essentiel dans les années 50 pour plusieurs raisons :

- le début de la science spatiale internationale et de l'astronautique;
- le manque d'information géodésique intercontinentale;
- l'incapacité pour les systèmes de référence géodésique importants de fournir une base de données cartographique internationale;
- la nécessité d'une carte mondiale pour la navigation, l'aviation et la géographie.

La géodésie est une branche des sciences de la Terre. C'est la science qui a pour objet l'étude de la dimension et de la représentation de la Terre ainsi que de son champ de gravitation dans un espace tridimensionnel à variation temporelle.

d'autres systèmes géodésiques mondiaux étaient en vigueur auparavant, le WGS60, le WGS66, le WGS72 et le WGS84 qui est présentement utilisé. Un nouveau modèle est en cours d'élaboration pour remplacer le WGS84. On l'a provisoirement surnommé Earth Gravity Model 1996 ou EGM96.

Utiliser l'annexe C (simulation du système de référence des cartes) et l'annexe D (calque topographique), pour illustrer un système de référence.

- Placer les deux diapositives sur un rétroprojecteur en superposant la grille sur la carte.
- Identifier un point fixe fictif (montagne, lac, rocher) comme donnée cartographique (point de référence, par exemple, NAD27).
- Discuter comment le point de référence détermine le point de référence de la grille.
- Créer une autre donnée cartographique fictive (par exemple, le point de référence WGS-84).
- Illustrer comment l'utilisation de deux données cartographiques différentes donne deux positions différentes selon les points de référence utilisés. Cet exemple devrait renforcer l'importance d'installer la bonne donnée cartographique avant d'identifier sa position sur un récepteur GPS.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'une donnée cartographique?

Q2. Qu'est-ce que le NAD27?

Q3. Qu'est-ce que le WGS84?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Une donnée cartographique est le point de référence utilisé pour dessiner une carte.

R2. Le NAD27 est le système géodésique nord-américain de 1927 basé sur l'ellipsoïde de Clarke de 1866. La référence est située au ranch Meades au Kansas.

R3. Le WGS84 est le modèle de représentation physique normal de la Terre utilisé pour les applications GPS. Le système unifié est devenu essentiel dans les années 50.

**Point d'enseignement 2** **Discuter du système de grille de Mercator transverse universelle (MTU)**

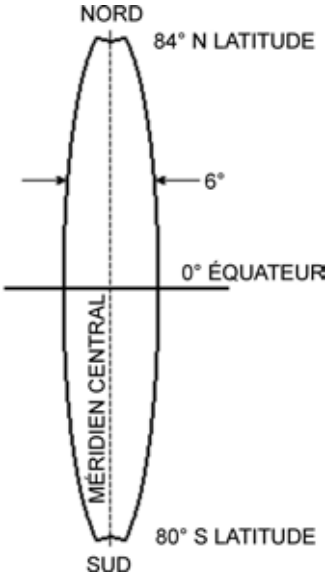
Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Parce que la Terre est ronde, tout type de représentation de sa surface sur une feuille de papier présentera des distorsions. Ces distorsions ne sont pas importantes sur des cartes qui représentent des petites parties de la Terre, comme les cartes de villes ou les cartes à l'échelle 1:50 000, mais elles sont considérables pour les cartes de pays ou de continents.

### GRILLE MTU

#### Projection cartographique

La projection cartographique est une méthode géométrique pour réduire la distorsion sur une carte plate. Dans les très grands pays comme le Canada, les cartographes divisent le pays en bandes du nord au sud, qui s'appellent zones, et projettent chaque zone. Un système de zone projetée est une projection MTU. Toutes les cartes du Système national de référence cartographique (SNRC) utilisent ce système.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-5-1 Forme d'une zone MTU – Largeur de longitude de six minutes

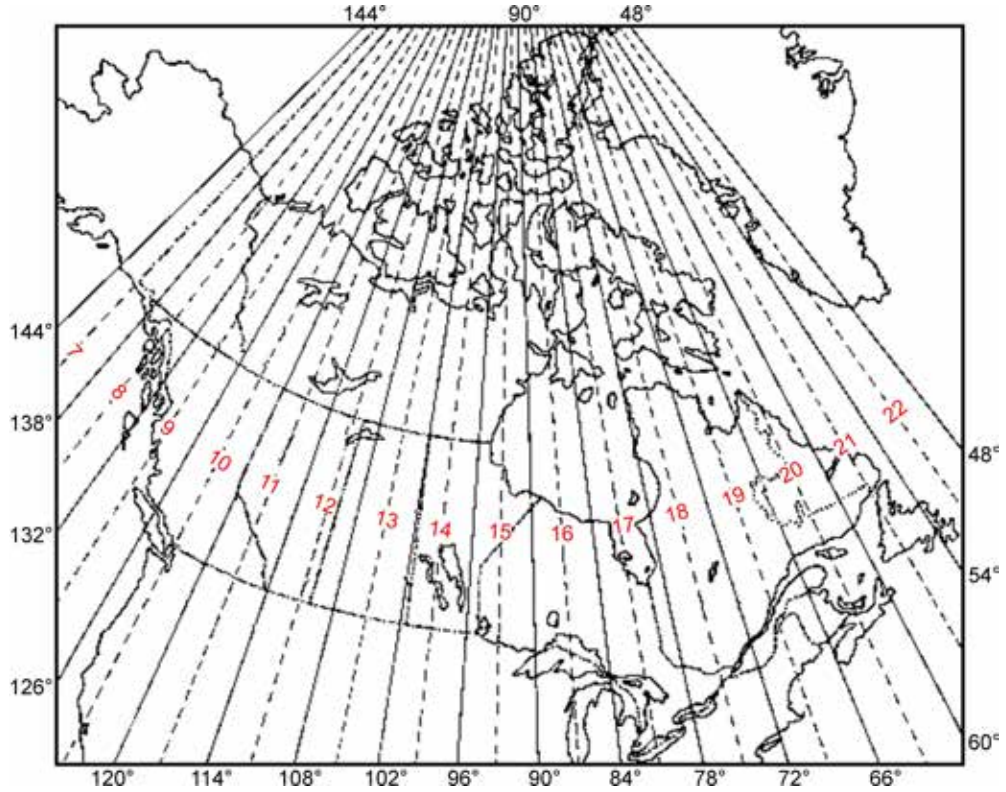
**ZONE MTU**

Pour se faire une image d'une zone MTU, imaginer que la Terre est une orange. Tous les traits topographiques sont dessinés sur la pelure. Prendre un couteau et après avoir découpé deux cercles sur chaque pôle, couper la pelure en plusieurs bandelettes étroites d'un pôle à l'autre. Prendre ensuite une bandelette de pelure et la presser sur une surface lisse. Même si les détails du milieu de la pelure peuvent paraître un peu tordus, la bandelette est assez étroite pour que les détails demeurent assez précis pour les utilisateurs de cartes ordinaires.

**PROJECTION MTU**

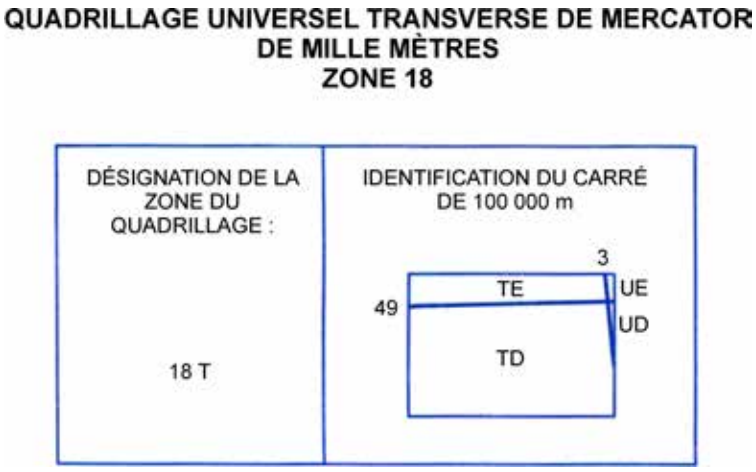
Pour la projection MTU, la surface de la Terre a été divisée en 60 zones. Seize de ces zones, numérotées de 7 à 22, couvrent le Canada d'ouest en est. Ci-dessous se trouvent les zones numérotées avec leur méridien central tracé par une ligne pointillée. Chaque zone est divisée en sections, et ces sections sont publiées sur des cartes à l'échelle 1:250 000 par le SNRC. Chaque carte à l'échelle 1:250 000 peut ensuite être divisée en zones plus petites, comme des cartes à l'échelle 1:50 000. Le numéro de zone de la carte topographique peut être retrouvé dans les informations de la marge, dans la case de désignation de la zone du quadrillage, tel qu'il est présenté dans la figure 13-5-3.

Demander aux cadets de déterminer leur position dans le Canada à l'aide du document de l'annexe E et de déterminer dans quelles zones ils se trouvent.




*« Ressources naturelles Canada », Le quadrillage universel transverse de Mercator, Droit d'auteur 1969 par le ministère de l'Énergie, des Mines et des Ressources du Canada, Direction des levés et de la cartographie, Ottawa, Ontario. Extrait le 4 avril 2008 du site http://maps.nrcan.gc.ca/topo101/utm2_f.php.*

Figure 13-5-2 Zones MTU du Canada




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

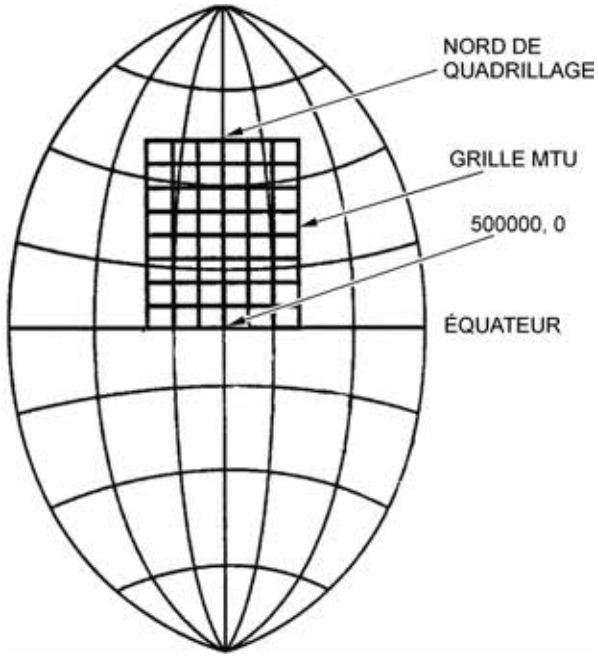
Figure 13-5-3 Identificateur de la zone de quadrillage

## SYSTÈMES DE QUADRILLAGE DE RÉFÉRENCE

Lorsqu'un cartographe a projeté une zone et l'a divisée en sections, il place un quadrillage rectangulaire au-dessus de la projection comme on peut le voir à la figure 13-5-4. Ces lignes sont illustrées en bleu sur une carte topographique. Les lignes du quadrillage sont parfaitement parallèles l'une à l'autre. Les lignes de quadrillage verticales sont parallèles au méridien de la zone et les lignes de quadrillage horizontales sont parallèles à

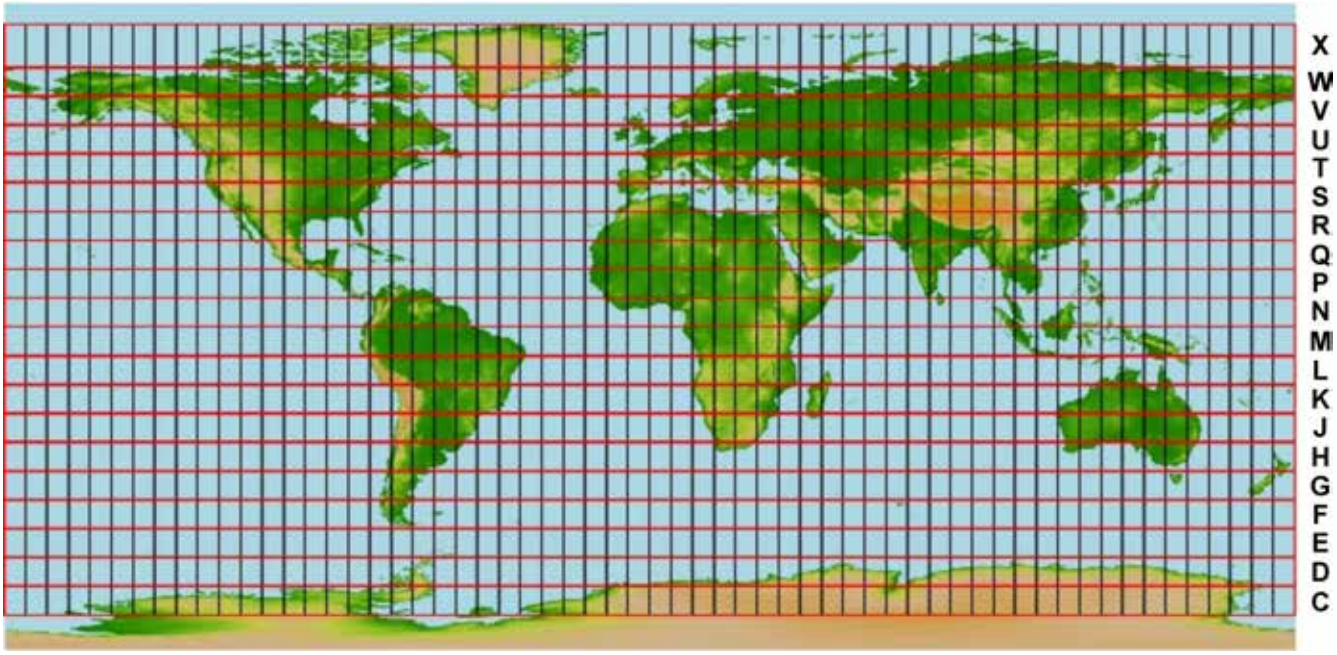
l'équateur. Les lignes horizontales parallèles à l'équateur constituent les sous-zones de quadrillage MTU, tel qu'il est illustré à la figure 13-5-4.

Les plus gros quadrillages sont des carrés de 100 km par 100 km. Chacun de ces carrés de 100 km est identifié par une lettre inscrite après le numéro de la zone MTU. Dans la figure 13-5-5, la désignation de la zone de quadrillage est 18 T. Chaque grand carré est à nouveau divisé en carrés plus petits de 10 km, puis en carrés de 1 km. Ce sont ces carrés de 1 km par 1 km (1 000 m par 1 000 m) que l'on retrouve sur les cartes topographiques à l'échelle 1:50 000.



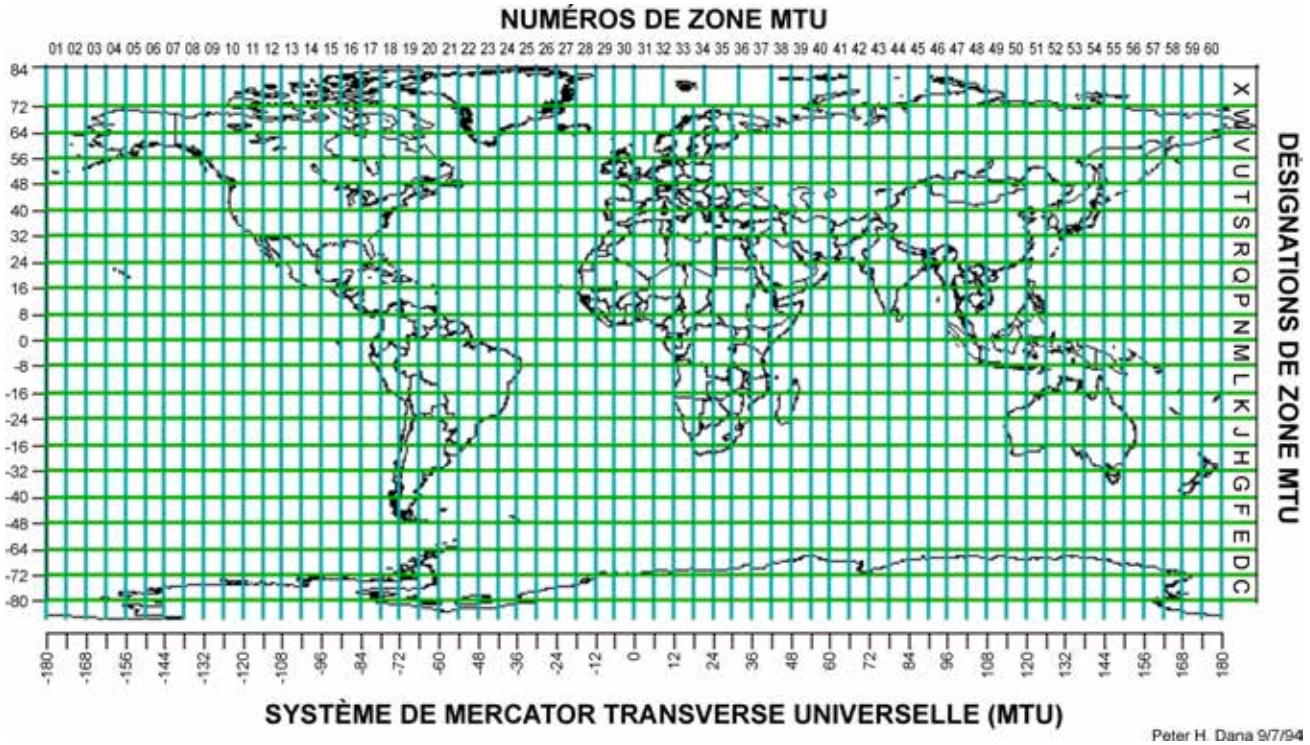

*« Geology 350y – Field Studies », Geological Mapping. Extrait le 1er mai 2008 du site http://instruct.uwo.ca/earth-sci/350y-001/acadimages/utm2.jpg*

Figure 13-5-4 Feuille de quadrillage




*« Warner College of Natural Resources », UTM Sub Zones, Droit d'auteur 2007 Colorado State University. Extrait le 2 mai 2008 du site http://welcome.warnercnr.colostate.edu/class_info/nr502/lg3/datums_coordinates/utm.html*

Figure 13-5-5 Sous-zones MTU




*« Department of Geography, The University of Colorado at Boulder », The Geographer's Craft Project, Droit d'auteur 1999 par Peter H. Dana. Extrait le 1er mai 2008 du site http://w3.impa.br/~pcezar/cursos/GIS/mapproj.htm*

Figure 13-5-6 Numéros de zone MTU

Chaque ligne de quadrillage à tous les 1 000 m est numérotée.

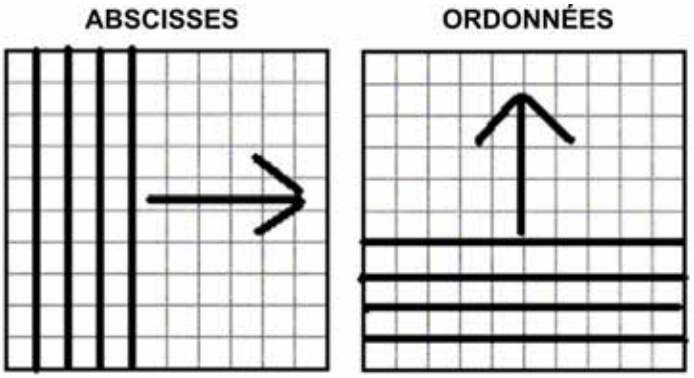
Préparer une carte topographique pour présenter l'information sur les abscisses et les ordonnées.

**Abscisses**

Les lignes verticales sont numérotées à partir d'une ligne imaginaire située à 500 000 m à l'ouest du méridien central de la zone. Chaque zone débute donc avec la valeur zéro à l'ouest et chaque ligne à 1 000 m en allant vers l'est est numérotée. Chaque numéro de ligne de quadrillage verticale, habituellement un nombre de deux chiffres situé aux extrémités de la ligne, se retrouve dans les marges du bas et du haut. Le numéro complet, représenté avec un E à la fin, est situé dans le coin inférieur gauche. Ce nombre indique à combien de mètres à l'est se trouve la ligne de quadrillage par rapport au point de départ. Ces lignes ou abscisses s'appellent ESTINGS (vers l'est en anglais) parce qu'elles sont numérotées de l'ouest vers l'est.

**Ordonnées**

La ligne horizontale est numérotée en commençant par la valeur zéro à l'équateur. Dans les marges de gauche et de droite, à la fin de chaque ligne horizontale, il y a deux nombres de deux chiffres. Le nombre complet de mètres à partir de l'équateur, suivi de la lettre N, se trouve en bas à gauche. Ces lignes ou ordonnées s'appellent NORTHINGS (vers le nord en anglais) parce qu'elles sont numérotées de l'équateur vers le nord.

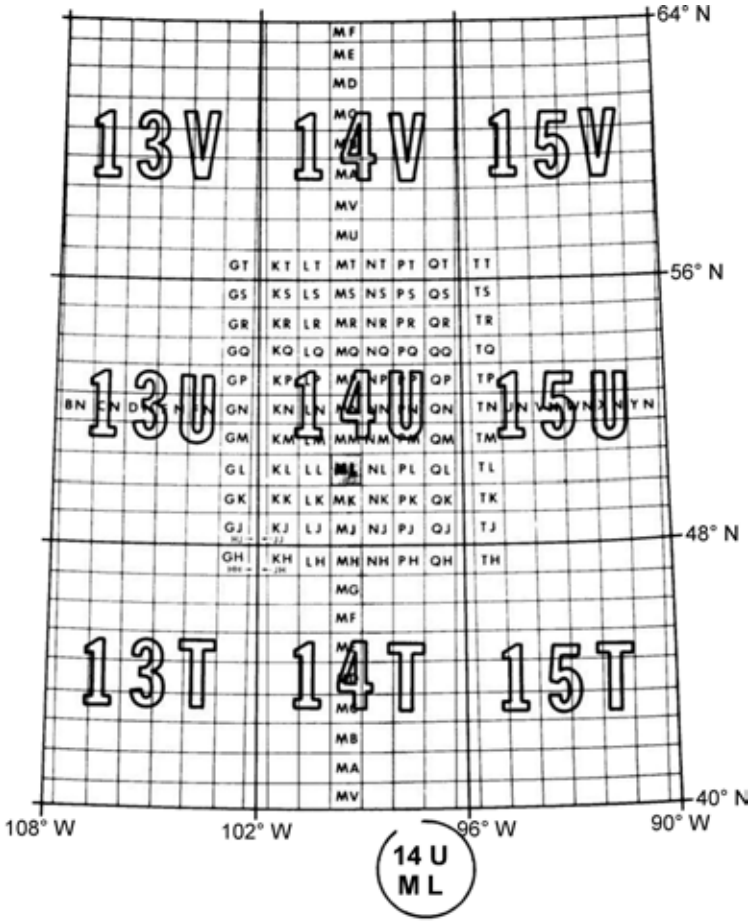



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-5-7 Abscisses et ordonnées

**Système de référence de la grille militaire (SRGM).** Les militaires désignent traditionnellement les lignes de quadrillage en énumérant la forme écourtée des deux nombres de deux chiffres des numéros de ligne de quadrillage. Parce que ces deux numéros de deux chiffres se répètent sur une grande zone (tous les 100 km), les militaires ont établi un code pour chaque carré de 100 km par 100 km. Les codes du Système de référence de la grille militaire proviennent de la projection MTU réduite à des carrés de 100 000 m (comme dans la figure 13-5-8). Le code du Système de référence de la grille militaire se trouve dans la marge de droite sous le numéro de la zone UTM.

Demander aux cadets d'identifier le code SRGM sur la carte topographique.




*Ministère de la Défense nationale, Instructions militaires, volume 8 – cartes, dessins topographiques et boussoles, Ministère de la Défense nationale (page 75)*

Figure 13-5-8 Disposition du SRGM

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. La projection MTU divise le Canada en bandelettes du nord au sud. Qu'est-ce que ces bandelettes représentent?

Q2. La surface de la Terre est divisée en combien de zones MTU?

Q3. Où se trouve l'identificateur du carré de 100 000 m sur une carte topographique?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La projection MTU qui divise le Canada en bandelettes du nord au sud représente les zones UTM.

R2. La surface de la Terre est divisée en 60 zones.

R3. L'identificateur du carré de 100 000 m se trouve dans l'information en marge.

**Point d'enseignement 3** | **Discuter de l'utilisation d'un récepteur GPS en conjonction avec une carte topographique**

Durée : 15 min | Méthode : Exposé interactif

Le PE suivant permettra aux cadets d'acquérir les connaissances sur l'utilisation du récepteur GPS en conjonction avec une carte topographique.

Les exemples fournis correspondent à la carte Trenton, Ontario 1:50 000, n° 31 C/4. Le système de référence pour cette carte est NAD27.

Ces exemples devraient être reproduits à l'aide d'un récepteur GPS et une carte topographique locale de l'endroit. Les cadets auront donc des exemples réalistes et une expérience concrète.

S'assurer que le système de coordonnées du récepteur GPS est réglé au système de référence de la grille militaire.

**IDENTIFIER UN SYSTÈME DE GRILLE DE SRGM SUR UN RÉCEPTEUR GPS**

Les récepteurs GPS identifieront les coordonnées SRGM lorsqu'ils reconnaîtront l'emplacement, y compris :

- la désignation de zone quadrillée,
- l'identificateur du carré de 100 000 m,
- les coordonnées de quadrillage (coord).

Les récepteurs GPS, selon la marque et le modèle, sont capables de choisir des coordonnées de quadrillage dans un système de référence de la grille militaire précis de 4, 6, 8 et 10 chiffres. Si le récepteur GPS utilisé pour ce PE peut le faire, on suggère de le régler à 6 chiffres.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-5-9 Coordonnées d'un récepteur GPS

Les coordonnées affichées sur les récepteurs GPS de la figure 13-5-9 sont réglés à MRGS. Chaque récepteur GPS est réglé à une donnée cartographique différente pour le même endroit.

| **Donnée cartographique du récepteur GPS réglée à NAD27** | **Système de référence du récepteur GPS réglé à NAD83** |
|---|---|
| Les coordonnées sont les suivantes :<br>• désignation de zone de quadrillage – 18 T,<br>• identificateur du carré de 100 000 m – TD,<br>• coord à 10 chiffres – 96785 86748 | Les coordonnées sont les suivantes :<br>• désignation de zone de quadrillage – 18 T,<br>• identificateur de 100 000 m carré – TP,<br>• coord à 10 chiffres – 96830 86973 |

Prendre note de la différence entre les coordonnées de la même position obtenue au moyen d'un système de référence différent.

**PROCESSUS POUR CONFIRMER LES BONNES COORDONNÉES SRGM**

Discuter de l'utilisation d'un récepteur GPS pour fonctionner conjointement avec une carte topographique. Pour confirmer que les coordonnées SRGM correspondent à la carte topographique, l'utilisateur devra :

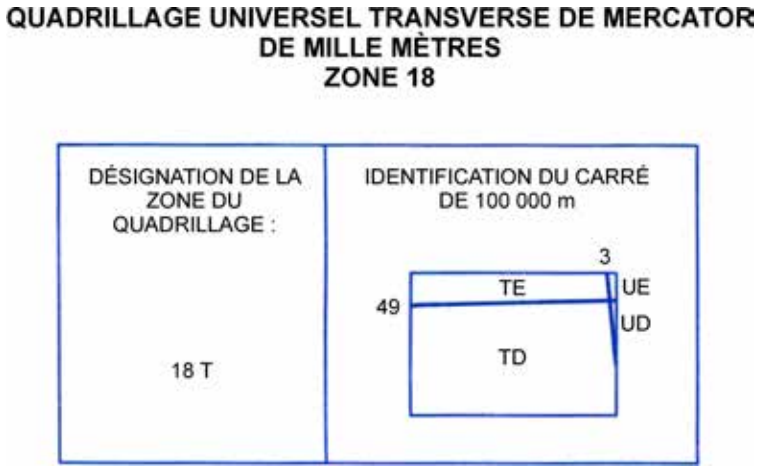
1. Identifier le système de grille de SRGM sur la carte topographique.
2. Trouver la désignation de la zone de quadrillage.
3. Confirmer l'identification du carré de 100 000 m.

**Identifier le système de grille de SRGM sur une carte topographique**

La situation du système de grille de SRGM sur les cartes topographiques permet au navigateur d'avoir une autre méthode pour confirmer que le récepteur GPS indique bien les coordonnées qui correspondent à la carte utilisée. Si les coordonnées sont différentes, le navigateur saura que le récepteur GPS est réglé à un autre système de référence et devra l'ajuster pour qu'il donne les bonnes coordonnées.

**Trouver la désignation de la zone de quadrillage**

L'emplacement de la désignation de la zone de quadrillage se trouve dans l'information qui est dans la marge. La zone pour l'exemple de la figure 13-5-10 est 18 T.

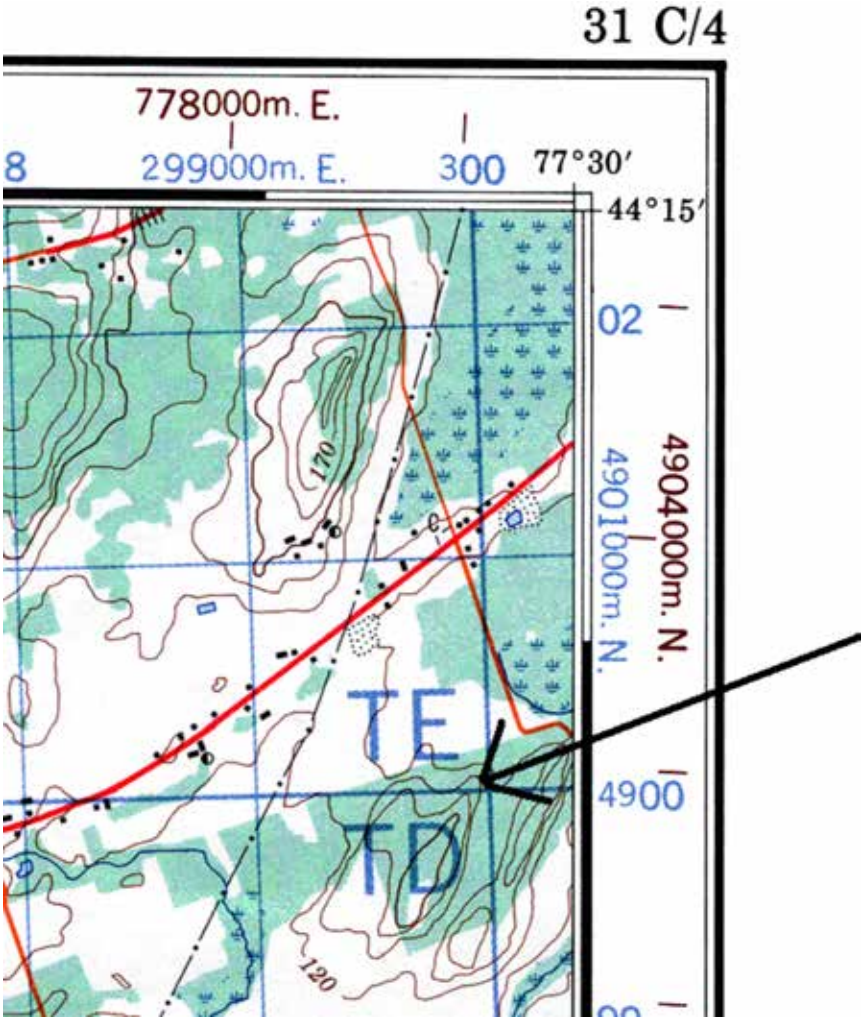



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-5-10 Désignation de la zone de quadrillage

**Confirmer l'identificateur du carré de 100 000 m**

L'identificateur de 100 000 m carré se trouve dans la même information de la marge que la désignation de la zone de quadrillage. L'exemple de la figure 13-5-10 énonce que la carte est adjacente aux identifications 100 000 m carré UE et UD. De plus, lorsque l'identificateur de 100 000 m carré sur une carte topographique rejoint une zone de quadrillage adjacente, l'identificateur sera noté sur la carte, dans le carré de quadrillage 00 00. Ceci est illustré dans la figure 13-5-11.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-5-11 Identificateur du carré de 100 000 m sur une carte topographique

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles coordonnées SRGM sont identifiées par un récepteur GPS?

Q2. Quelle est la procédure pour confirmer les bonnes coordonnées SRGM?

Q3. Où se trouve l'identificateur du carré de 100 000 m sur une carte topographique?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le récepteur GPS identifie :

(a) la désignation de zone quadrillée,

(b) l'identificateur du carré de 100 000 m,

(c) les coordonnées de quadrillage (coord).

R2. La procédure pour confirmer les bonnes coordonnées SRGM est :

(a) Identifier le système de grille de SRGM sur la carte topographique.

(b) Trouver la désignation de la zone de quadrillage.

(c) Confirmer l'identification du carré de 100 000 m.

R3. L'identificateur du carré de 100 000 m se trouve dans l'information en marge sur la carte topographique.

---

**Point d'enseignement 4** — **Expliquer et démontrer aux cadets comment régler la donnée cartographique sur le récepteur GPS et demander aux cadets de se pratiquer**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

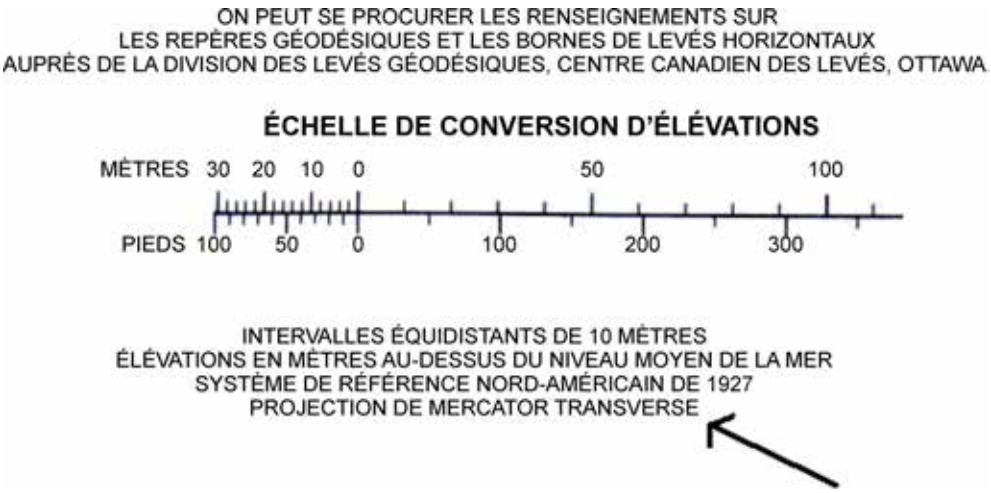
1. Expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape.
3. Surveiller la performance des cadets pendant qu'ils pratiquent la compétence entière.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

Diviser les cadets en groupes selon le nombre de récepteurs GPS et de cartes topographiques disponibles. Remettre un récepteur GPS et une carte topographique à chacune des équipes.

**IDENTIFIER LE SYSTÈME DE RÉFÉRENCE D'UNE CARTE TOPOGRAPHIQUE**

La donnée cartographique d'une carte topographique se situe dans le coin inférieur droit de l'information en marge, sous l'échelle de conversion pour les élévations.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-5-12 Système de référence des cartes

Demander aux cadets de localiser la donnée cartographique sur une carte topographique.

**ENTRER UNE DONNÉE SUR UN GPS**

Pour entrer une donnée sur un GPS :

1. Identifier les données cartographiques de la carte topographique utilisée comme données de référence.
2. Avec le GPS, parcourir le menu « set-up », puis le menu « navigation », et enfin le menu « system » ou « units ».
3. Mettre en évidence la boîte de données de la carte.
4. Faire défiler la liste des données et trouver les données de la carte qui est utilisée.
5. Régler les données exactes.

Pour entrer des données sur le récepteur GPS eXplorist 200 :

1. Mettre le récepteur sous tension.
2. Appuyer sur la touche ENTER.
3. Appuyer sur la touche MENU.
4. Sélectionner les préférences et appuyer sur la touche ENTER.
5. Sélectionner les unités cartographiques et appuyer sur la touche ENTER.
6. Sélectionner le système de référence des cartes et appuyer sur la touche ENTER.
7. Sélectionner le bon système de référence et appuyer sur la touche ENTER.

---

**ACTIVITÉ**

Durée : 10 min

---

**OBJECTIF**

L’objectif de cette activité est de faire pratiquer les cadets à régler la donnée cartographique de la carte sur un récepteur GPS.

**RESSOURCES**

- une carte topographique (une par groupe),
- des récepteurs GPS (un par groupe).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en groupes selon le nombre de récepteurs GPS et de cartes topographiques disponibles.
2. Remettre un récepteur GPS et une carte topographique à chacune des équipes.
3. Demander aux cadets d'identifier la donnée cartographique sur la carte topographique.
4. Demander à chaque cadet du groupe de mettre sous tension le récepteur GPS et d'entrer la donnée cartographique.
5. Choisir au hasard une donnée cartographique à partir de la liste fournie avec le récepteur GPS et demander à chaque cadet dans le groupe d'entrer une donnée cartographique différent.
6. Si l'exercice se déroule à l'extérieur et qu'il est effectué avec une carte de la région, demander aux cadets d'entrer la bonne donnée cartographique et d'identifier leur position sur cette dernière en utilisant les coordonnées fournies par le récepteur GPS.
7. Une fois qu'ils auront défini leur position, demander aux cadets d'entrer une donnée cartographique différente et de noter la différence de position.
8. Discuter de l'importance d'avoir le bon réglage de la donnée cartographique sur le récepteur GPS lorsque des cartes sont utilisées.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'entrée d'une donnée cartographique sur le récepteur GPS servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément à l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 5 (COREN 322).

**OBSERVATIONS FINALES**

L'entrée de la bonne donnée cartographique dans un récepteur GPS assure que la position identifiée sur le GPS va correspondre aux données de la carte utilisée. Le simple fait d'utiliser une différente donnée cartographique lorsque l'on tente d'identifier une position sur un GPS entraînera une erreur au moment de trouver son positionnement sur une carte.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-036 A-CR-CCP-121/PT-001 Directeur – Cadets 3. (2003). *Livre de référence des Cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-143 (ISBN 1-58923-145-7) Featherstone, S. (2004). *Outdoor Guide to Using Your GPS*. Chanhassen, Minnesota, Creative Publishing International, Inc.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 6**

# OCOM M322.06 – IDENTIFIER UN EMPLACEMENT À L'AIDE D'UN RÉCEPTEUR DU SYSTÈME DE POSITIONNEMENT GLOBAL (GPS)

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 120 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

S'assurer que les piles des récepteurs du système de positionnement global (GPS) sont complètement rechargées.

Préparer un itinéraire de navigation de six circuits.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets d'identifier un emplacement à l'aide d'un récepteur GPS.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision de cette leçon est tirée de l'OCOM M322.05 (Entrer des données cartographiques dans le récepteur GPS, section 5). Réviser comment utiliser le récepteur GPS pour identifier la position de la façon suivante :

1. confirmer que les données cartographiques exactes sont réglées sur le récepteur GPS;
2. localiser la page de la position géographique sur le récepteur GPS;
3. lire les coordonnés de quadrillage à 10 chiffres et extraire les coordonnées de quadrillage à 6 chiffres des coordonnées de quadrillage à 10 chiffres;
4. tracer les coordonnées de quadrillage à six chiffres sur la carte topographique du secteur.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devra avoir identifié son emplacement à l'aide d'un récepteur GPS.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets soient capables d'identifier l'emplacement avec un récepteur GPS car il permet d'obtenir une position plus précise. Le fait que le cadet soit capable d'identifier la position sur un récepteur GPS et transfère cette position sur une carte topographique servira à confirmer son emplacement et lui fournira une référence de secours si le récepteur GPS fait défaut.

---

**Point d'enseignement 1** — **Demander aux cadets de naviguer sur un itinéraire prédéterminé en utilisant une carte topographique**

Durée : 110 min — Méthode : Activité pratique

---

**RENSEIGNEMENTS DE BASE**

---

Les cadets ont appris la matière suivante dans l'OCOM M322.03 (Identifier les composants d'un système de positionnement global [GPS], section 3), l'OCOM M322.04 (Identifier les caractéristiques d'un récepteur du système de positionnement global [GPS], section 4) et l'OCOM M322.05 (Entrer des données cartographiques dans un récepteur GPS, section 5).

Au besoin, effectuer une révision rapide sur :

- les composants d'un récepteur GPS,
- les écrans de navigation du récepteur GPS,
- l'identification des données cartographiques d'une carte topographique;
- l'installation de données cartographiques sur un récepteur GPS.

**PARTIES D'UN RÉCEPTEUR GPS**

**Antenne.** Permet au récepteur GPS de recevoir les signaux reçus par satellites.

**Écran.** L'endroit où tous les renseignements sont affichés.

Certains récepteurs GPS sont munis de flèches (pavé directionnel) qui agissent comme une souris et permettent une utilisation conviviale de l'interface.

**Compartiment à piles.** Garde en réserve l'alimentation électrique du récepteur.

Les boutons de la liste qui suit sont ceux que l'on retrouve sur le récepteur GPS Magellan eXplorist 200. Les autres marques et modèles de récepteurs GPS peuvent être munis de boutons de fonctions différents. Consulter les guides d'utilisateurs pour connaître les boutons de fonctions d'un récepteur GPS.

**Marche/Arrêt.** Met en marche et arrête le récepteur.

**Éclairage arrière.** Allume et éteint le dispositif d'éclairage arrière et modifie l'intensité de l'éclairage.

**Entrer.** Touche utilisée pour avoir accès aux éléments du menu mis en évidence ou aux options du menu d'une page mises en évidence.

**Échappement [ESC].** Annule l'entrée des données. Le bouton d'échappement ferme la fonction en cours d'utilisation et affiche l'écran précédent; elle permet aussi d'afficher les écrans de navigation précédents.

**Zoom avant [IN]**. Utilisé sur l'écran de la carte pour faire un zoom avant sur la carte affichée. Il est possible de faire un zoom avant de 35 m (100 pieds) sur la carte affichée. Le bouton est aussi utilisé pour parcourir la liste des points de passage lors d'une recherche en mode alphabétique.

**Zoom arrière [OUT].** Utilisé sur l'écran pour faire un zoom arrière sur la carte affichée. Il est possible de faire un zoom arrière de 2 736 km (1 700 milles) sur la carte affichée. Le bouton peut aussi être utilisé pour parcourir la liste des points de passage lors d'une recherche en mode alphabétique.

**Menu [MENU].** Affiche le menu et les options offertes. Les options peuvent être sélectionnées en utilisant les flèches (pavé directionnel) pour mettre en évidence l'option, puis en appuyant sur le bouton « Entrer » pour y avoir accès.

**Naviguer [NAV].** Parcourt les écrans de navigation (écran de carte, écran de boussole, écran de position, écran de satellite).

**Marquer [MARK].** Utilisé pour enregistrer la position actuelle comme point de passage. Les points de passage sont enregistrés et gardés en mémoire dans « Mes points d'intérêt ».

**Aller vers [GOTO].** Cette fonction permet de créer une route qui va de la position actuelle à une destination choisie sur la base de données POI. On peut aussi créer une route en utilisant le curseur sur la carte en arrière plan en appuyant sur le bouton GOTO sur un point de la carte.

**Flèches (pavé directionnel).** Déplacent le curseur sur l'écran de la carte. Elles font aussi déplacer la barre de mise en évidence pour sélectionner les options du menu et les champs d'entrée de données.

*Thales Navigation, Manuel de référence Magellan eXplorist 200, Thales Nav, Inc. (page 1)*

Figure 13-6-1 Récepteur GPS eXplorist 200

## ÉCRANS DE NAVIGATION DU RÉCEPTEUR GPS

Les récepteurs GPS peuvent présenter l'information de façons différentes, selon les modèles. Identifier les écrans qui sont semblables à ceux compris dans ce PE.

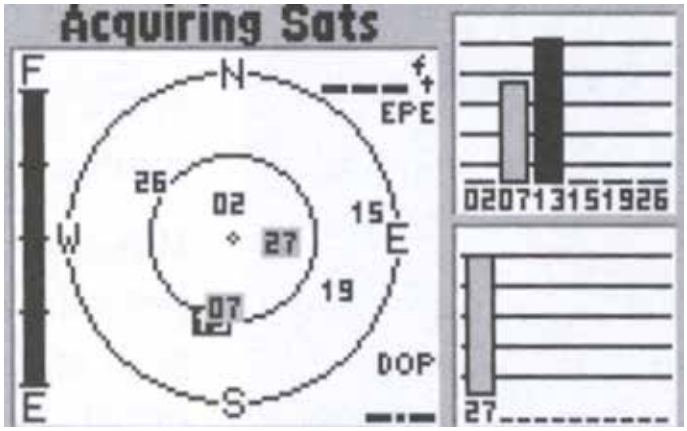
**Nota :** Le terme « Page » se rapporte aux différents écrans que l'utilisateur peut faire défiler pour trouver divers renseignements sur le récepteur GPS.

**État du satellite.** L'écran « état de satellite » affiche l'acquisition de satellites (la force du signal et la géométrie des satellites) et la progression du transfert de données venant du satellite. Le récepteur cherche toujours les satellites. L'affichage de la page d'état de satellite donne une image graphique de l'activité.

Quand de nouveaux satellites font leur apparition, une nouvelle barre apparaît dans le graphique. Les barres qui étaient pleines il y a quelques minutes disparaissent au fur et à mesure que les satellites passent au-dessus de l'horizon. Si un satellite est suivi, mais non utilisé, la barre sera vide. Sur les récepteurs GPS munis du Système de renforcement à couverture étendue (WAAS), la force du signal satellite WAAS est indiquée

sur sa propre barre sur le graphique. Les récepteurs GPS affichent habituellement sur cette page l'information suivante :

- les puissances des signaux reçus par satellite,
- la puissance de la pile,
- l'erreur de position estimée.




*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 45)*

Figure 13-6-2 Page d'état du satellite

**Menu [MENU].** Cette page permet de personnaliser le récepteur GPS. Tous les champs de données peuvent être modifiés pour donner à l'utilisateur l'information qu'il souhaite obtenir : points de passage, routes, temps et vitesse, etc. Les récepteurs GPS affichent habituellement l'information suivante sur cette page :

- les options de personnalisation pour le récepteur GPS,
- les points de passage et les itinéraires,
- les données cartographiques.

*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 54)*

Figure 13-6-3 Page d'index

**Position.** La page de position sert à confirmer les coordonnées, les données cartographiques, l'heure, la date et l'erreur de position estimée. Cette page n'est pas souvent utilisée, seulement pour de courts instants lors

de la planification ou après avoir enregistré un point de passage. Aucun graphique « faciles à comprendre », tel que la boussole, ne sont affichés.

Après avoir fait l'acquisition d'un nombre suffisant de satellites pour pouvoir naviguer, plusieurs récepteurs GPS affichent automatiquement la page de positionnement ou la page de la carte. En plus de l'information énoncée ci-dessus, un utilisateur peut trouver la vitesse actuelle, la direction et un totaliseur partiel. Il est possible de modifier l'information affichée sur certains récepteurs GPS.

*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 46)*

Figure 13-6-4 Page de position

**Navigation à la boussole.** Cette page montre la direction actuellement suivie (route) par rapport à la direction vers le point de destination (l'azimut). La page affiche la distance et le temps qu'il reste à parcourir avant d'arriver à destination. Cette page est utilisée plus fréquemment pour la navigation d'un point à l'autre ou pour la navigation autour d'un obstacle.

Il ne faut pas confondre le graphique d'une boussole numérique avec une vraie boussole. Malgré leur grande ressemblance, elles peuvent donner une lecture différente parce que le récepteur GPS ne peut afficher la direction s'il n'y a pas de mouvement. Se reporter au guide de l'utilisateur pour voir si la boussole est une boussole électronique capable d'identifier l'azimut en position immobile.

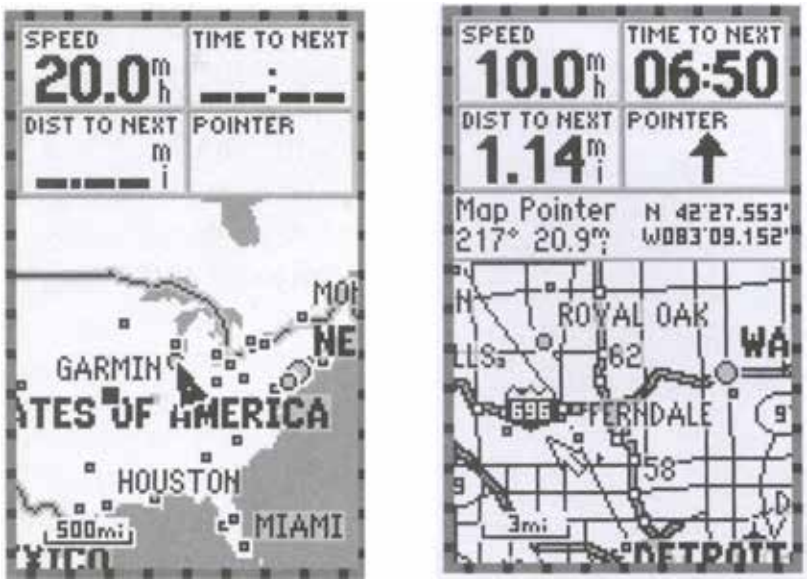
*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 47)*

Figure 13-6-5 Page de navigation à la boussole

**Carte.** Cette page donne la position. Un GPS sans carte intégrée donne la position d'une personne par rapport à un autre point de passage. Un récepteur GPS muni d'une carte intégrée donne la position d'une personne par rapport à un point de repère, tel que des routes, des villes et des plans d'eau. Un récepteur GPS avec des cartes téléchargeables donne la position d'une personne par rapport aux rues des villes et aux détails topographiques.

L'avantage d'une telle représentation est qu'elle permet d'identifier la position actuelle en se basant sur les détails topographiques de la carte plutôt que sur des coordonnées seulement. Selon le niveau de zoom, illustré au bas de la page, ces détails peuvent être des routes, des villes ou des continents entiers.

La page de la carte permet à l'utilisateur de localiser avec précision où il se situe et de créer un point de passage. En plaçant le curseur sur un détail et en appuyant sur le bouton « Entrer » ou « Marquer », l'utilisateur peut facilement se créer une route. La page de la carte peut aussi servir de carnet d'adresses. Il est possible d'afficher de l'information (numéros de téléphone, adresses, information de navigation), en déplaçant le curseur sur un certain point de passage et en appuyant sur le bouton « Entrer ».

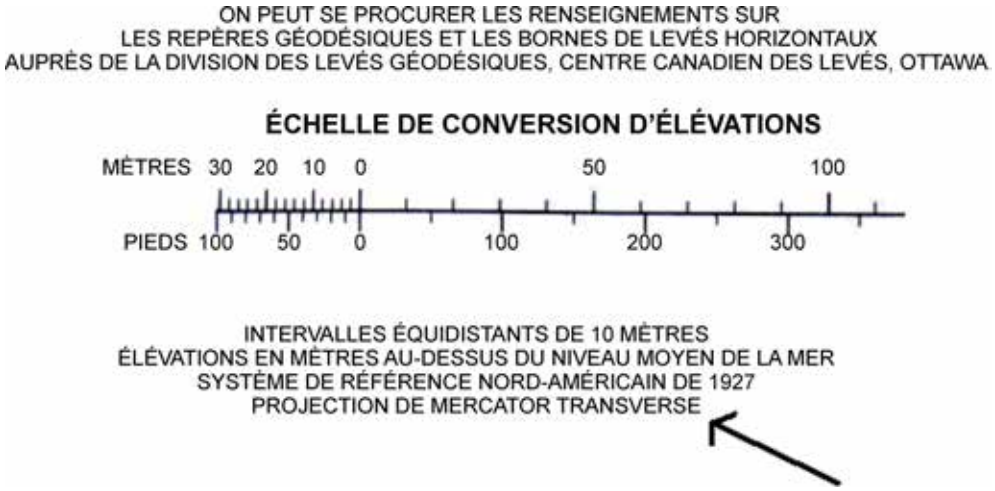



*S. Featherstone, Outdoor Guide to Using Your GPS, Creative Publishing International, Inc. (page 50)*

Figure 13-6-6 Page de carte

**IDENTIFIER LES DONNÉES CARTOGRAPHIQUES D'UNE CARTE TOPOGRAPHIQUE**

Les données cartographiques d'une carte topographique se situent dans le coin inférieur droit de l'information en marge, sous l'échelle de conversion pour les élévations.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-6-7 Données cartographiques

Demander aux cadets de localiser les données cartographiques sur une carte topographique.

**ENTRER DES DONNÉES SUR UN GPS**

Pour entrer des données sur un GPS :

1. Identifier les données cartographiques de la carte topographique utilisée comme données de référence.
2. Avec le GPS, parcourir le menu « set-up », puis le menu « navigation », et enfin le menu « system » ou « units ».
3. Mettre en évidence la boîte de données de la carte.
4. Faire défiler la liste des données et trouver les données de la carte qui est utilisée.
5. Régler les données exactes.

Pour entrer des données sur le récepteur GPS eXplorist 200 :

1. Mettre le récepteur sous tension.
2. Appuyer sur le bouton ENTRER.
3. Appuyer sur le bouton MENU.
4. Sélectionner les préférences et appuyer sur le bouton ENTRER.
5. Sélectionner les unités cartographiques et appuyer sur le bouton ENTRER.
6. Sélectionner les données cartographiques et appuyer sur le bouton ENTRER.
7. Sélectionner les bonnes données cartographiques et appuyer sur le bouton ENTRER.

**EXTRAIRE DES COORDONNÉES DE QUADRILLAGE À SIX CHIFFRES DES COORDONNÉES DE QUADRILLAGE À 10 CHIFFRES**

Les coordonnées de quadrillage à 10 chiffres données par un récepteur GPS sont précises à 1 m. Pour extraire les 6 chiffres des coordonnées de quadrillage à 10 chiffres, il faut comprendre comment fonctionnent les chiffres.

| CHIFFRES INDIQUÉS DES COORDONNÉES DE QUADRILLAGE | | |
|---|---|---|
| **Définition** | **Abscisse** | **Ordonnée** |
| Des coordonnées de quadrillage de 10 chiffres précis au mètre près sont indiquées de la façon suivante : | 96779 | 86744 |
| Des coordonnées de quadrillage de 8 chiffres précis à 10 mètres près sont indiquées de la façon suivante : | 9677 | 8674 |
| Des coordonnées de quadrillage de 6 chiffres précis à 100 mètres près des mêmes coordonnés seraient indiquées de la façon suivante : | 967 | 867 |
| Des coordonnées de quadrillage de 4 chiffres précis à 1000 mètres près des mêmes coordonnés seraient indiquées de la façon suivante : | 96 | 86 |

Comme il est indiqué dans le tableau ci-dessus, les coordonnées de quadrillage de 10 chiffres comprennent deux ensembles de chiffres. Les cinq premiers chiffres correspondent aux abscisses et les cinq derniers correspondent aux ordonnées. Lorsque des coordonnées de quadrillage sont prises d'un récepteur GPS, il est important d'identifier les 10 chiffres et d'extraire les trois premiers chiffres de la partie des abscisses et les

trois premiers chiffres de la partie des ordonnées (p. ex., **967**70 **867**44). Les coordonnées de quadrillage à 6 chiffres peuvent ensuite être relevées sur une carte en tant que coordonnées de quadrillage 967 867.

**IDENTIFIER LE SYSTÈME DE QUADRILLAGE DES COORDONNÉES SUR LA PROJECTION DE MERCATOR SUR UN RÉCEPTEUR GPS**

Les exemples fournis correspondent à la carte Trenton, Ontario 1:50 000, n° 31 C/4. Les données cartographiques pour cette carte sont NAD27.

Ces exemples devraient être reproduits à l'aide d'un récepteur GPS et une carte topographique locale de l'emplacement. Les cadets auront donc des exemples réalistes et une expérience concrète.

S'assurer que le système de coordonnées du récepteur GPS est réglé au système de référence de la grille militaire (SRGM).

Les récepteurs GPS identifieront les coordonnées sur la projection de Mercator lorsqu'ils reconnaîtront l'emplacement, y compris :

- la désignation de zone quadrillée,
- l'identificateur de carré de 100 000 m,
- les coordonnées de quadrillage.

Les récepteurs GPS, selon la marque et le modèle, sont capables de sélectionner un SRGM précis de 4, 6, 8 et 10 chiffres. Si le récepteur GPS utilisé pour ce PE peut le faire, on suggère de le régler à 6 chiffres.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-6-8 Coordonnées du récepteur GPS

Les coordonnées affichées sur les récepteurs GPS à la figure 13-6-8 sont réglés au MRGS. Chaque récepteur GPS est réglé avec des données cartographiques différentes pour le même emplacement.

| **Données cartographiques du récepteur GPS réglées à NAD27** | **Données cartographiques du récepteur GPS réglées à NAD83** |
|---|---|
| Les coordonnés sont les suivantes :<br>• désignation de zone quadrillée – 18T<br>• identificateur de carré de 100 000 m – TD,<br>• coordonnées de quadrillage à 10 chiffres – 96785 86748 | Les coordonnés sont les suivantes :<br>• désignation de zone quadrillée – 18T<br>• identificateur de carré de 100 000 m – TP,<br>• coordonnées de quadrillage à 10 chiffres – 96830 86973 |

Remarquer la différence entre les coordonnées du même emplacement en utilisant des données différentes.

**PROCESSUS DE CONFIRMATION DES COORDONNÉES ADÉQUATES SUR LA PROJECTION DE MERCATOR**

Discuter de l'utilisation d'un récepteur GPS pour fonctionner conjointement avec une carte topographique. Pour confirmer que les coordonnées sur la projection de Mercator correspondent avec la carte topographique, l'utilisateur devra :

1. Identifier le système de quadrillage des coordonnées sur la projection de Mercator sur la carte topographique.

2. Trouver la désignation de la zone de quadrillage.

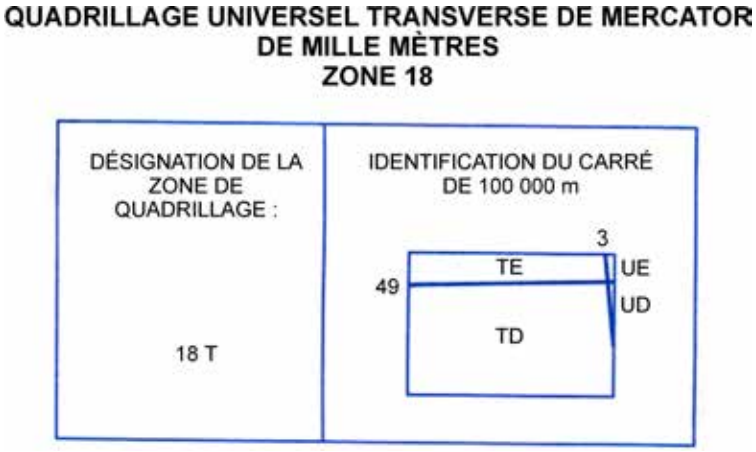
3. Confirmer l'identificateur du carré de 100 000 m.

**Identifier le système de quadrillage des coordonnées sur la projection de Mercator sur une carte topographique**

L'emplacement du système de quadrillage des coordonnées sur la projection de Mercator sur les cartes topographiques permet au navigateur d'avoir une autre méthode pour confirmer que le récepteur GPS indique bien les coordonnées qui correspondent à la carte utilisée. Si les coordonnées sont différentes, le navigateur saura que le récepteur GPS est réglé à d'autres données et devra l'ajuster pour qu'il donne les bonnes coordonnées.

**Trouver la désignation de la zone de quadrillage**

L'emplacement de la désignation de la zone de quadrillage se retrouve dans l'information qui se trouve dans la marge. La zone pour l'exemple de la figure 13-6-10 est 18 T.

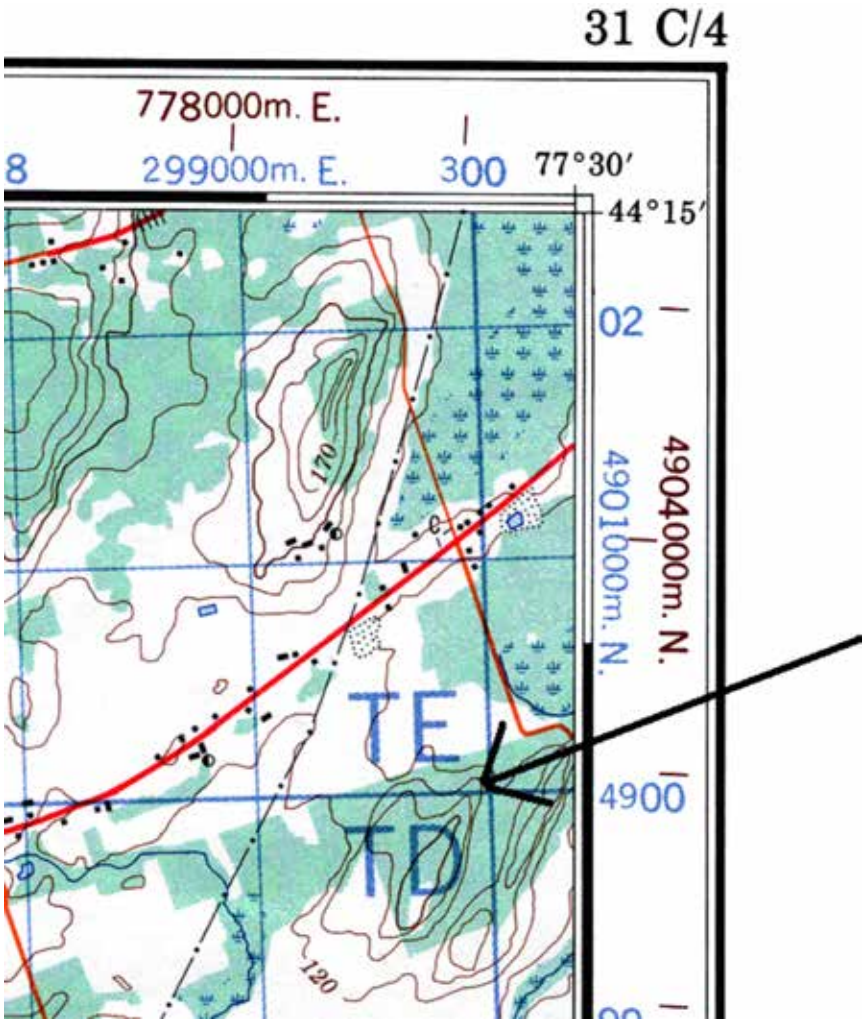



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-6-9 Désignation de la zone de quadrillage

**Confirmer l'identificateur du carré de 100 000 m.**

L'identificateur du carré de 100 000 m se trouve dans la même information en marge que la désignation de la zone de quadrillage. L'exemple de la figure 13-6-9 indique que la carte est adjacente aux identifications du carrée de 100 000 m UE et UD. De plus, lorsque l'identificateur du carré de 100 000 m sur une carte topographique rejoint une zone de quadrillage adjacente, l'identificateur sera noté sur la carte, dans le carré de quadrillage 00 00. Ceci est illustré à la figure 13-6-10.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-6-10 Identificateur du carré de 100 000 m sur une carte topographique

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est que les cadets identifient un emplacement à l'aide d'un récepteur GPS et transfèrent cette position sur une carte topographique.

**RESSOURCES**

- un récepteur GPS,
- une carte topographique du secteur,
- une boussole,
- des stylos et des crayons,
- une trousse de premiers soins,
- l'équipement de communication.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

1. Préparer un itinéraire ne dépassant pas 6 km (3.7 milles) le long d'un terrain de classe 1 ou 2.
2. Le long de l'itinéraire, marquer six points de référence spécifiques. Noter les coordonnées de quadrillage à six chiffres de la carte topographique et les coordonnées de quadrillage de dix chiffres du récepteur GPS pour chaque point.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en groupes d'au plus six personnes.
2. Attribuer à chaque cadet du groupe l'un des six points de contrôle.
3. Demander à chaque cadet de diriger le groupe vers le point de contrôle qui lui est attribué en naviguant avec une carte topographique.
4. Avant d'avancer vers le prochain point de référence de la séquence, demander au cadet désigné d'identifier son emplacement actuel en utilisant les coordonnées de quadrillage à six chiffres d'une carte topographique.
5. Au point de contrôle, demander au cadet d'identifier la position à l'aide d'un récepteur GPS, y compris :
   (a) confirmer que les données cartographiques exactes sont réglées sur le récepteur GPS;
   (b) localiser la page de la position géographique sur le récepteur GPS et confirmer :
      (1) que la zone de quadrillage est la même que celle imprimée sur la carte topographique,
      (2) que les identificateurs du carré de 100 000 m sont les mêmes;
   (c) lire les coordonnées de quadrillage courantes à dix chiffres et extraire les coordonnées de quadrillage à six chiffres;
   (d) tracer les coordonnées de quadrillage à six chiffres sur la carte topographique du secteur.
6. Confirmer que les coordonnées de quadrillage à six chiffres tracées correspondent au point de référence attribué.

Ne pas oublier que les coordonnées de quadrillage à six chiffres sont précises à 100 m près. Les coordonnées de quadrillage doivent être dans les 100 m de l'emplacement réel du groupe.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Du matériel de communication et de premiers soins doit être transporté par chaque groupe en cas d'urgence.

---

**CONCLUSION**

---

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 5 (COREN 322).

**OBSERVATIONS FINALES**

Être capable d'utiliser un récepteur GPS pour identifier une position et tracer cette position sur une carte donne aux cadets un autre moyen de confirmer la position et atteste l'emplacement des cadets dans le cas d'une défaillance du récepteur GPS.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Le COREN 322 doit être prévu la même fin de semaine que l'EEC sur la survie et sur le campement lors d'une fin de semaine.

L'itinéraire doit comprendre un terrain de catégorie 1 ou 2 et ne doit pas dépasser une distance de 4 km (2.5 milles).

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-036 A-CR-CCP-121/PT-001 Directeur – Cadets 3. (2003). *Livre de référence des Cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-143 (ISBN 1-58923-145-7) Featherstone, S. (2004). *Outdoor Guide to Using Your GPS*. Chanhassen, Minnesota, Creative Publishing International, Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 7**

# OCOM C322.01 – PRATIQUER LA NAVIGATION À TITRE DE MEMBRE D'UN PETIT GROUPE

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Réviser les activités du PE 2 pour confirmer les ressources locales requises et préparer l'itinéraire à utiliser y compris les coordonnés de quadrillage et les azimuts.

Préparer un itinéraire en fonction de la région et de l'activité.

Si des instructeurs adjoints ne sont pas disponibles, déterminer un azimut de sécurité à un emplacement connu.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin d'expliquer les procédures et de montrer l'application des règles de l'exercice de navigation.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 2, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de pratiquer la navigation dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue à une bonne condition physique et au perfectionnement des compétences et des connaissances en navigation dans un environnement amusant et stimulant.

La discussion de groupe été choisie pour le PE 3, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur l'instruction de navigation.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir pratiqué la navigation en tant que membre d'un petit groupe.

**IMPORTANCE**

Il est important pour les cadets de pratiquer les compétences de navigations enseignées dans l'étoile argent à l'aide d'une carte, une boussole et un récepteur GPS. La participation dans ces activités contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances de la navigation dans un environnement amusant et stimulant. Les cadets dépendent de ces compétences tout au long de l'instruction sur les expéditions et la navigation.

---

**Point d'enseignement 1** **Assister à une séance d'information sur la sécurité**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

Ce briefing est donné en vue de communiquer des renseignements indispensables et de répondre aux questions relativement à la conduite sécuritaire d'une activité de navigation, y compris :

- les mesures qu'on peut prendre si ces renseignements se perdent, les mesures peuvent comprendre :
  - retourner au dernier poste de contrôle;
  - utiliser une radio, s'il y en a de disponible;
  - suivre un azimut de sécurité à un emplacement connu;
- un temps limite de 55 minutes pour l'activité;
- des limites établies pour la conduite de l'activité;
- des règles et des procédures de sécurité pour l'activité;
- un exposé des faits portant sur l'activité en cours.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles mesures doit-on prendre si un groupe se perd?

Q2. Quel est le temps limite de cette activité?

Q3. Quelles sont les limites de cette activité?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Si un groupe se perd, il doit retourner au point de repère précédent, utiliser une radio, s'il y en a de disponible ou suivre un azimut de sécurité jusqu'à un emplacement connu.

R2. Cette activité ne durera pas plus de 55 minutes.

R3. Les réponses à cette question varient selon le secteur local utilisé.

**Point d'enseignement 2** **Demander aux cadets de participer à une activité de navigation**

Durée : 55 min Méthode : Activité pratique

Diriger une des activités suivantes dans le temps alloué. Si le temps le permet, diriger toutes les activités. Se préparer à l'avance pour chaque activité en utilisant les ressources disponibles.

**SENTIER DE NAVIGATION**

Les cadets recevront une carte, une boussole et un récepteur GPS. À l'arrivée à chaque point, les cadets recevront des directives d'un membre du personnel voyageant avec le groupe ou attendant le groupe à un poste de contrôle. (azimut magnétique ou azimut de quadrillage et distance en mètres ou en pas) pour poursuivre d'un poste de contrôle au suivant. Le parcours consistera en un minimum de six circuits, d'environ 100 à 200 mètres de long. Lorsqu'un groupe arrive à un poste de contrôle, il compare les coordonnées de quadrillage (coord) sur la carte avec ceux qui sont sur le récepteur GPS, détermine la distance jusqu'au poste de contrôle et reçoit des directives pour se rendre au prochain poste de contrôle. Le groupe ayant les coordonnées de quadrillage et la distance les plus précises et le temps le plus rapide entre les postes de contrôle est le groupe gagnant.

**ÉNIGME DE NAVIGATION**

À l'aide d'une carte, d'une boussole et d'un récepteur GPS, les cadets navigueront vers des points prédéterminés sur la carte. Le parcours consistera en un minimum de six circuits, d'environ 100 à 200 mètres de long. En suivant les indices fournis, lorsque chaque groupe arrive au poste de contrôle, il enregistre les coordonnés de quadrillage sur le récepteur GPS (pour s'assurer d'être allés à chaque poste de contrôle) et reçoit des indices (azimut magnétique, coord, ou distance) le conduisant vers un autre poste de contrôle. Les indices devraient faire penser aux cadets d'utiliser leurs habiletés de navigation pour trouver le prochain poste de contrôle. Le groupe qui trouve le plus de postes de contrôle en prenant le moins de temps possible est le groupe gagnant.

**PHOTO D'ARRIVÉE**

Créer une feuille avec de 12 à 20 points de repère proéminents mais relativement petits à l'intérieur de la zone immédiate du secteur d'entraînement des cadets. À chaque point de repère devrait être attribuée une valeur en pointage basée sur la difficulté de trouver l'objet. Les instructions doivent comprendre le Repère (NAD 83) et le système de référence (SRGM) à mettre sur le GPS. Les groupes de cadets iront ensuite chercher le point de repère terrestre et dès qu'ils en trouveront un, ils enregistreront les coordonnées de quadrillage SRGM de 10 chiffres de l'objet. Le groupe qui donne les bonnes coordonnés de quadrillage des points de repère pour accumuler le plus haut pointage dans le temps alloué gagne.

Dépendant du terrain sélectionné et de la complexité des instructions de navigation, un sentier de navigation peut être aussi facile ou aussi difficile que vous souhaitiez le faire.

## ACTIVITÉ 1 – SENTIER DE NAVIGATION

### OBJECTIF

L'objectif de l'activité du sentier de navigation est que les cadets, en tant que membre d'un petit groupe, utilisent l'instruction de navigation enseignée lors du programme d'étoile argent.

### RESSOURCES

- des récepteurs GPS (un par groupe),
- des cartes topographiques de la région (une par groupe),
- des boussoles (une par groupe),
- un itinéraire de navigation prédéterminé.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Marquer clairement les lignes de départ et d'arrivée.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Pour maintenir l'intérêt, changer le type d'azimut et les directives de distance pour chaque poste de contrôle (p. ex., magnétique ou grille, en pas ou en mètres).

1. Diviser les cadets en autant de groupes qu'il y a de récepteurs GPS disponibles.
2. Remettre à chaque groupe une carte, une boussole et un récepteur GPS.
3. Faire tracer l'azimut et la distance sur la carte par le cadet qui est le chef du groupe.
4. Faire partir les groupes à des intervalles de deux minutes et inscrire les temps de départ.
5. Faire enregistrer par les cadets les coordonnés de quadrillage et la distance pour chaque circuit.
6. Demander aux cadets d'être chef du groupe à tour de rôle, pour que chacun puisse en être le chef au moins une fois.
7. Noter le temps d'arrivée de chaque groupe.
8. Comparer les résultats des groupes.
9. Le groupe ayant les coordonnées de quadrillage et la distance entre les postes de contrôle les plus précises et le temps le plus rapide est le groupe gagnant.

Selon la disponibilité, employer un instructeur adjoint à chaque poste de contrôle pour répondre aux questions et empêcher que les groupes se suivent ou qu'ils partagent les réponses.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## ACTIVITÉ 2 – ÉNIGME DE NAVIGATION

### OBJECTIF

L'objectif de l'activité de l'énigme de navigation est de demander aux cadets, en tant que membres d'un petit groupe, d'utiliser leurs habiletés de navigation pour trouver autant de postes de contrôle que possible.

### RESSOURCES

- des récepteurs GPS (un par groupe),
- des cartes topographiques (une par groupe),
- des boussoles (une par groupe),
- un itinéraire de navigation prédéterminé.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Marquer clairement les lignes de départ et d'arrivée.
- Placer un indice à chaque point pour orienter les groupes vers le prochain point.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Pour maintenir l'intérêt, les indices ne devraient pas être trop faciles ni trop difficiles pour que les cadets trouvent chaque poste de contrôle. Disposer les indices de façon à éviter que les groupes se suivent ou qu'ils partagent des réponses.

1. Diviser les cadets en autant de groupes qu'il y a de récepteurs GPS disponibles.
2. Remettre à chaque groupe une carte, une boussole et un récepteur GPS.
3. Remettre l'indice du premier poste de contrôle au cadet qui dirige le groupe.
4. Faire partir les groupes à des intervalles de deux minutes et inscrire les temps de départ.
5. Sur une feuille de papier, demander aux cadets d'inscrire les indices dans l'ordre qu'ils passent les postes de contrôle.
6. Demander aux cadets d'être le chef du groupe à tour de rôle, pour que chacun puisse en être le chef au moins une fois.
7. Ramasser les feuilles et inscrire le temps d'arrivée de chaque groupe.
8. Le groupe qui trouve le plus de postes de contrôle en prenant le moins de temps possible est le groupe gagnant.

Si possible, utiliser un instructeur adjoint à chaque poste de contrôle pour donner l'indice suivant aux cadets et répondre aux questions.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## ACTIVITÉ 3 – PHOTO D'ARRIVÉE

**OBJECTIF**

L'objectif de l'activité de la photo d'arrivée est que les cadets, en tant que membres d'un petit groupe, utilisent un GPS pour trouver une série de coordonnés de quadrillage de 10 chiffres.

**RESSOURCES**

- des récepteurs GPS (un par groupe),
- des feuilles de l'activité de recherche-photo qui comprend de 12 à 20 photos de point de repère et de l'information sur la programmation du GPS (une par groupe),

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

- Créer une feuille d'activité pour l'activité de recherche-photo qui comprend de 12 à 20 photos de points de repère proéminents dans la région où se déroule l'entraînement. Les points de repère devraient être assez petits pour que des coordonnées de quadrillage précises puissent être obtenues pour l'emplacement (+/- 15 mètres), par ex., une affiche d'intersection de rues, un cénotaphe de la Légion, une enseigne publicitaire, etc. Les points de repère ne doivent pas se trouver sur des propriétés privées sans l'autorisation expresse du propriétaire. La feuille doit aussi comprendre la bonne information de programmation du GPS, p. ex., le Repère (NAD 83) et le système de grille (SRGM).
- Créer une feuille-réponse en utilisant un GPS avec la même information de programmation que celle inscrite sur la feuille d'activité de l'activité de recherche-photo.
- Déterminer un temps limite pour l'activité, y compris un système de pénalité de pointage pour les arrivées tardives.
- S'assurer que les récepteurs GPS ne sont pas programmés avec la même information que celle inscrite sur la feuille d'activité de l'activité de recherche-photo.
- Déterminer un lieu d'arrivée.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

Pour maintenir l'intérêt, la difficulté de trouver les points de repère devrait varier et la valeur du pointage devrait être basée sur la difficulté, p. ex., la distance ou l'obscurité à distinguer le point de repère.

1. Diviser les cadets en autant de groupes qu'il y a de récepteurs GPS disponibles.
2. Remettre à chaque groupe une feuille d'activité pour l'activité de recherche-photo et un récepteur GPS.
3. Demander aux cadets de choisir un pair qui sera le chef du groupe.
4. Les groupes peuvent commencer en même temps ou avec des intervalles, selon le nombre de groupes.
5. Demander aux cadets d'inscrire sur une feuille de papier les coordonnés de chaque point de repère lorsqu'ils le trouvent.
6. Demander aux cadets d'utiliser le GPS à tour de rôle pour identifier les coordonnés de quadrillage.

7. Recueillir les feuilles et noter le pointage en déduisant s'il y a lieu les pénalités de temps pour chaque groupe.

8. Le groupe qui a le plus haut pointage est le groupe gagnant.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Les cadets doivent être informés des limites dont ils doivent tenir compte pour éviter tout obstacle ou passage dangereux. Si des radios sont disponibles, chaque groupe devrait en avoir une.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

La participation des cadets à ces activités de navigation servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** **Donner une rétroaction**

Durée : 15 min Méthode : Discussion de groupe

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

**DISCUSSION DE GROUPE**

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Quelles étaient les compétences de navigation requises pour faire l'activité?

Q2. Quelle était la partie de cette activité la plus difficile à faire?

Q3. Quelle était la partie la plus intéressante de cette activité?

Q4. Comment cette activité vous aidera-t-elle avec la navigation plus tard?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux activités de navigation et à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Naviguer en utilisant un récepteur GPS ou une carte et une boussole sont des habiletés qui peuvent aussi être utilisées dans des situations à l'extérieur du programme de cadet. La vraie maîtrise de la compétence utilisée pendant ces activités ne sera atteinte que par la pratique. Ces activités donnent aux cadets l'occasion de perfectionner leurs compétences et connaissances en navigation dans un environnement amusant et stimulant.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Cette activité vise à donner aux cadets l'expérience de la navigation avec une carte et une boussole, l'expérience à déterminer la distance et à suivre un azimut de point à point.

Cette activité peut être réalisée à l'aide de n'importe quelle carte disponible convenant à l'activité.

Cette activité complémentaire peut se dérouler jusqu'à trois fois durant les journées complémentaires assistées ou les séances. Toutefois, la participation se limite à un maximum de neuf périodes.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-002 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 8**

# OCOM C322.02 – IDENTIFIER LES FACTEURS QUI ONT UNE INCIDENCE SUR LA NAVIGATION EN HIVER

Durée totale : 120 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour le PE 1, parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion et susciter l'intérêt sur les facteurs qui ont une incidence sur les caractéristiques de terrain en hiver.

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 2 et 3 afin de présenter aux cadets les renseignements généraux sur les facteurs qui ont une incidence sur la visibilité et les conditions météorologiques pouvant avoir un effet sur la navigation en hiver.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE 4, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments en ce qui a trait à la navigation en hiver.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 5, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de la navigation en hiver. Cette activité contribue au développement des compétences en navigation en hiver dans un environnement amusant et stimulant et sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier les facteurs qui ont une incidence sur la navigation en hiver.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets comprennent l'incidence de la météo sur les compétences de navigation en hiver. La navigation en hiver peut devenir très déroutante quand l'environnement et les conditions météorologiques changent de façon inattendue. La mise en pratique de quelques techniques de navigation simples assurera que les cadets demeurent sur le parcours lorsqu'ils sont en route vers la destination de leur choix.

---

**Point d'enseignement 1** — **Diriger une activité de remue-méninges où les cadets doivent discuter des facteurs qui ont une incidence sur les caractéristiques de terrain en hiver**

Durée : 15 min — Méthode : Activité en classe

---

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

Les conditions météorologiques hivernales ont une incidence directe sur la façon dont les gens voyagent durant les mois d'hiver. Lors de la participation à une activité de randonnée pédestre hivernale, il faut prendre en considération quelques facteurs clés.

**SENTIERS OU ALLÉES**

Les sentiers populaires sont plus faciles à suivre en hiver que les sentiers peu utilisés, parce que demeurer sur un sentier non battu peut être extrêmement exigeant. Quelques pouces de neige suffisent pour obscurcir l'allée pour piétons et cela peut être aussi déconcertant que de parcourir une forêt ou une prairie dégagée. Bien qu'on pense ou qu'on sache que le sentier est là quelque part, il n'y a pas vraiment de différence à l'œil.

**MARQUAGE DE SENTIER**

Un sentier comporte des détails particuliers qui indiquent aux randonneurs pédestres qu'ils se trouvent sur le sentier. Le sentier présente des signes de voyages antérieurs, un corridor à travers les arbres, des marques, des cairns et d'autres repères. Lorsqu'on suit un sentier en hiver, que ce soit sur une piste que d'autres randonneurs pédestres ont déjà battue dans la neige ou sur un sentier qu'on est en train de battre, il faut demeurer vigilant afin de suivre les signes du sentier.

**Les cairns.** Les cairns sont de petits monticules de pierres. Leur dimension varie; il peut s'agir d'un petit monticule de trois ou quatre pierres ou d'un gros monticule visible même lorsqu'il y a du brouillard épais. En hiver, lorsque la neige couvre le sol, les sentiers marqués de cairns peuvent nécessiter plus de concentration à trouver que les balises affichées au niveau des yeux. En effet, il est facile de manquer les cairns.

*K. Berger, Backpacking and Hiking, DK Publishing, Inc. (page 158)*

Figure 13-8-1 Exemple de cairn

**Les marques de peinture.** Les marques de peinture sont des marquages faits sur des arbres, des morceaux de bois, des rochers, etc. Ces marquages diffèrent d'un sentier à l'autre. Un sentier peut avoir son propre logo, comme un rectangle, un cercle ou un triangle. Les marques de peinture sont les balises de sentier les plus utilisées, mais l'hiver la poudrerie peut coller sur les arbres et couvrir ces marques.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-8-2 Exemple de marque de peinture

**POINTS DE REPÈRE IMPORTANTS**

Les conditions hivernales changent l'apparence que les entités topographiques ont en été. La neige masque et couvre les entités topographiques habituelles de la route en recouvrant les passages piétinés, en masquant les changements de niveau légers et en recouvrant les ruisseaux, les marécages et les vallées. Les navigateurs doivent recourir à l'utilisation d'entités topographiques plus importantes et parfois plus éloignées pour orienter la carte, trouver leur position et suivre la route requise. Les entités topographiques importantes peuvent être des crêtes, des pics et des tours de transmission.

**Crêtes.** Il s'agit d'un sommet de colline long et étroit, d'une chaîne de montagnes ou d'un bassin hydrographique qui peut être identifié facilement sur une carte et facile à voir durant les conditions d'hiver.

**Pics.** Il s'agit des sommets de montagne qui forment une pointe. Les pics de montagnes sont bien définis et faciles à voir durant la randonnée en montagne et peuvent être de bons points de repère importants pour orienter la carte durant les déplacements en hiver.

**Tours de transmission.** Les tours de transmission cellulaire et radio se trouvent sur la majorité des cartes topographiques et sont de bonnes aides pour orienter une carte durant la navigation hivernale.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets discutent en groupe des facteurs qui ont une incidence sur les caractéristiques de terrain en hiver.

### RESSOURCES

- des feuilles de tableau de papier;
- des marqueurs.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre personnes.
2. Donner une feuille de tableau de papier et un marqueur à chaque groupe.
3. Lire aux cadets la mise en situation qui se trouve dans la boîte d'information.

**Mise en situation**

Votre corps de cadets a décidé de mener une expédition de trois jours à la fin de l'automne. Avant le départ, les prévisions météorologiques pour une grande partie du séjour sont une température fraîche et partiellement ensoleillée, mais au-dessus du point de congélation.

Débutant la randonnée, le groupe se déplace durant le premier jour. Le campement est aménagé pour la nuit et, avant le coucher, quelques précipitations commencent à tomber. C'est une nuit fraîche et tous les membres décident qu'ils sont fatigués et vont se coucher tôt.

En se réveillant le lendemain matin, le groupe est surpris de trouver 20 cm de neige sur le sol. Par chance, tous les membres sont préparés pour une température fraîche, et ni l'habillement ni l'équipement ne causeront problème. Il est décidé de continuer la randonnée.

Avant le départ du camp de base le deuxième jour, il est visible que la neige pend des arbres et qu'il y en a une couche solide sur le sol. Pendant la navigation, quelques membres trouvent difficile d'identifier les entités topographiques pour orienter la carte.

4. Poser la question suivante aux cadets et leur demander d'inscrire leurs réponses en abrégé sur la feuille de tableau de papier, assez gros pour pouvoir les lire de loin.

   (a) Pendant la navigation, on utilise des entités topographiques particulières pour s'orienter et guider son itinéraire de voyage. Si vous participiez à la randonnée énoncée dans la mise en situation,

quelles entités topographiques accrocheurs seraient difficiles, sinon impossibles, à utiliser en raison de la couche de neige tombée?

5. Demander aux cadets de faire un remue-méninges de 10 minutes, puis demander à chaque groupe d'afficher leur feuille de tableau de papier sur le mur et de présenter leur travail au groupe. Demander à un cadet de chaque groupe d'expliquer les conséquences de la neige sur chacune de leurs réponses.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des trois facteurs les plus communs qui peuvent réduire la visibilité**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

**VISIBILITÉ**

La visibilité est la portée ou la possibilité de vision, tel que déterminé par les conditions de la lumière et de l'atmosphère. En hiver, les gens ont une perte de visibilité dans des situations de blizzard et durant la nuit.

**Obscurité.** La plupart des gens ne naviguent généralement pas après la tombée de la nuit, mais peuvent décider de le faire dans les cas où ils doivent rattraper le temps. Les nuits durant lesquelles la lune n'est pas visible, l'environnement devient sans ombre, l'horizon et les entités topographiques éloignées se confondent dans l'obscurité et la neige absorbe la lumière. La navigation sous un ciel couvert durant la nuit est très difficile, sinon impossible.

**Poudrerie.** Dans cette condition, le vent soulève la neige et la fait tourbillonner. La force du vent combinée à la neige crée une épaisse barrière qui limite la visibilité.

**Chute de neige.** La chute de neige peut parfois être si lourde que la couleur laiteuse de l'air se confond à la couleur également laiteuse et sans caractère du sol couvert de neige. Lorsqu'il y a une chute de neige sur un terrain qui manque d'arbres ou d'autre végétation, des conditions de visibilité nulle surviennent. Cette condition est amplifiée par le vent, créant une condition de voile blanc. Dans des conditions de voile blanc dans des régions montagneuses, il se peut qu'une personne ne voie pas les dénivellations abruptes et soudaines.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

**QUESTIONS**

Q1. Quels sont les trois facteurs les plus communs qui réduisent la visibilité?

Q2. Comment la poudrerie a-t-elle une incidence sur la visibilité?

Q3. Qu'est-ce qui peut créer des conditions de voile blanc?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les trois facteurs les plus communs qui réduisent la visibilité sont l'obscurité, la poudrerie et la chute de neige.

R2. La poudrerie a une incidence sur la visibilité quand le vent soulève la neige et la fait tourbillonner. La force du vent combinée à la neige crée une épaisse barrière qui limite la visibilité.

R3. Des conditions de voile blanc peuvent être causées par la chute de neige qui est parfois si lourde que la couleur laiteuse de l'air se confond à la couleur également laiteuse et sans caractère du sol couvert de neige.

---

**Point d'enseignement 3** **Identifier les conditions météorologiques et discuter de leurs incidences sur la navigation en hiver**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

**Le vent.** Le vent combiné à des températures froides est une combinaison d'éléments dangereux qui peut rendre pénible un exercice de navigation. Le vent transporte l'humidité dans une tempête à la surface du sol et dans l'air, ce qui permet à la tempête de s'intensifier et de continuer avec la même intensité. Par conséquent, le vent a une incidence sur la navigation en contribuant à la formation de poudrerie, de blizzards avec chute de neige et de voiles blancs.

**Le brouillard.** Le brouillard survient quand l'air n'est plus capable de retenir d'humidité et se forme quand la température atteint le point de rosée. Durant ces conditions météorologiques, une brume d'un blanc laiteux se forme au-dessus de la surface du sol. Le brouillard est fréquent tôt le matin, quand le soleil se lève, et ne se dissipe pas tant que le soleil n'a pas réchauffé la surface de la terre, causant ainsi une hausse de la température de l'air. Le brouillard a une incidence sur la navigation en réduisant la visibilité et en obscurcissant les entités topographiques de navigation.

**La neige.** La neige est un type de précipitation ayant la forme de l'eau cristalline qui tombe des nuages. Quand la neige tombe, elle s'accumule sur le sol. Avec le temps, cette accumulation a une incidence sur la navigation en :

- recouvrant les allées et les parcours bien définis;
- réduisant la visibilité durant une chute de neige.

**La poudrerie.** La poudrerie survient quand le vent est assez fort pour soulever la neige des surfaces à ciel ouvert et la faire tourbillonner dans l'air, causant ainsi des conditions aveuglantes. En général, ce genre de poudrerie se retrouve dans l'air jusqu'à une hauteur de 9 à 12 mètres (de 30 à 40 pieds). Il est en fait possible de regarder dans les airs et de voir un ciel bleu parfaitement clair au-dessus de soi.

La poudrerie peut avoir une incidence négative sur la navigation en :

- réduisant la visibilité au point qu'il n'est seulement possible de voir qu'à 100 mètres en avant.
- réduisant la visibilité des points de repère importants ou des entités topographiques visibles qui permettent de déterminer efficacement la position et la direction grâce à l'orientation de la carte;
- forçant le navigateur à être plus prudent et plus vigilent lors de la lecture de la carte. À cause de ces conditions, la concentration requise réduit la vitesse et augmente la durée du déplacement.

**Les blizzards avec chute de neige.** Les blizzards avec chute de neige surviennent quand une quantité importante de neige tombe. La chute de neige peut parfois être si lourde que la couleur laiteuse de l'air se confond avec la couleur également laiteuse et sans caractère du sol couvert de neige. Ces conditions sont amplifiées avec le vent et créent des conditions de voile blanc.

Les blizzards avec chute de neige peuvent avoir une incidence négative sur la navigation en :

- créant des situations dangereuses de très faible visibilité au point qu'il n'est seulement possible de voir que quelques mètres en avant;

- rendant impossible de voir les points de repère importants ou les entités topographiques des environs pour la navigation. On ne peut alors se fier qu'à un GPS ou une boussole;
- forçant le navigateur à être plus prudent et plus vigilent lors de la lecture de la carte. À cause de ces conditions, la concentration requise réduit la vitesse et augmente la durée du déplacement de façon exponentielle.

**Voiles blancs.** Les voiles blancs sont des conditions météorologiques caractérisées par de lourdes tempêtes de neige poussées par le vent qui masquent tous les points de repère naturels et qui ne sont pas rares dans les montagnes. La visibilité et les contrastes de la végétation sont réduits drastiquement par la neige et la lumière diffuse causée par un ciel couvert d'une couche de nuages.

Les voiles blancs peuvent avoir une incidence négative sur la navigation en :

- créant des situations dangereuses de très faible visibilité au point qu'il n'est seulement possible de voir qu'à quelques mètres en avant;
- en rendant impossible de voir les points de repère importants ou les entités topographiques des environs pour la navigation. On ne peut alors se fier qu'à un GPS ou une boussole;
- forçant le navigateur à être plus prudent et plus vigilent lors de la lecture de la carte. À cause de ces conditions, la concentration requise réduit la vitesse et augmente la durée du déplacement de façon exponentielle.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que la poudrerie et quelle incidence a-t-elle sur la navigation?

Q2. Qu'est-ce qui cause un voile blanc?

Q3. Quelle incidence le vent a-t-il sur la navigation?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La poudrerie survient quand le vent est assez fort pour soulever la neige des surfaces à ciel ouvert et la faire tourbillonner dans l'air, causant ainsi des conditions aveuglantes. En général, ce genre de poudrerie se retrouve dans l'air jusqu'à une hauteur de 9 à 12 mètres (de 30 à 40 pieds). La poudrerie peut avoir une incidence négative sur la navigation en :

- réduisant la visibilité au point qu'il n'est seulement possible de voir qu'à 100 mètres en avant.
- réduisant la visibilité des points de repère importants ou des entités topographiques qui servent à déterminer la position et la direction grâce à l'orientation de la carte;
- forçant le navigateur à être plus prudent et plus vigilent lors de la lecture de la carte. À cause de ces conditions, la concentration requise réduit la vitesse et augmente la durée du déplacement.

R2. Un voile blanc est causé par des conditions météorologiques caractérisées par de lourdes tempêtes de neige poussées par le vent qui masquent tous les points de repère naturels. La visibilité et le contraste sont réduits drastiquement par la neige et la lumière diffuse causée par un ciel couvert d'une couche de nuages.

R3. Le vent a une incidence sur la navigation en contribuant à la formation de poudrerie, des blizzards avec chute de neige et des voiles blancs.

**Point d'enseignement 4** — **Discuter de la mise en pratique des compétences en navigation individuelle en hiver**

Durée : 20 min — Méthode : Discussion de groupe

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

### UTILISER UNE CARTE TOPOGRAPHIQUE

Les conditions hivernales masquent, déforment et confondent ensemble de nombreuses entités topographiques importantes qu'un navigateur pourrait utiliser pour orienter une carte. Durant la navigation dans des conditions hivernales, un navigateur doit être plus perspicace pour trouver des entités topographiques, telles que le sentier à suivre, un ruisseau qui passe près ou un amas de rochers qui se trouve devant. Toutes ces entités topographiques qui sont couvertes de neige se confondent avec les environs et cela les rend indiscernables. Voici les entités topographiques à utiliser :

- les montagnes qui se trouvent à distance (courbes de niveau),
- les grands plans d'eau (espaces dégagés qui sont couverts de glace),
- les lignes de crêtes,
- les couloirs voûtés de sentiers connus,
- les changements de végétation définissables (des champs qui se changent en forêt).

Pour orienter la carte, le navigateur doit regarder au-delà de l'environnement immédiat et identifier des entités topographiques importantes dans le paysage lointain.

### IDENTIFIER LES OBJETS AU SOL AVEC LES OBJETS SUR LA CARTE

Les conditions hivernales déforment les entités topographiques de navigation. Une île bien définie dans un lac en été peut se confondre avec l'arrière-plan et ressembler à un continent en hiver. Vu à distance, un groupe de petites îles se confondent et semblent faire partie du continent ou d'une grosse île qui n'apparaît pas sur la carte.

Dans une situation où les entités topographiques deviennent difficiles à identifier, les bonnes habitudes peuvent aider. Dans le cas des endroits compliqués où il y a de nombreuses entités topographiques déconcertantes, continuer de vérifier la position et avancer en alignant, isolant et vérifiant les caractéristiques du terrain avec la carte. Prédire ce qui devrait apparaître ensuite; si les prédictions sont erronées, arrêter et localiser la position.

### PRENDRE DES AZIMUTS

Avant de s'avancer sur un grand plan d'eau gelé, un champ dégagé, une vallée ou dans d'épaisses broussailles, prendre un azimut du prochain poste de contrôle ou de la destination à partir de la présente position connue. Faire cela même en temps clair, chaque fois qu'il est possible d'appuyer la direction du déplacement. Si le vent se lève pendant la traversée d'un endroit dégagé ou que la température change, un groupe peut devenir désorienté.

Prendre un azimut avant de faire le voyage à travers une vallée permettra de s'assurer que le groupe atteint la destination requise. Si on devient désorienté à la suite d'un changement soudain des conditions météorologiques, le fait de prendre un azimut d'un objet qu'on ne voit presque pas ne fonctionnera pas si on ne peut pas identifier où on se trouve.

**Déviation.** La déviation est une méthode pour s'assurer que le navigateur ne se désoriente pas ou qu'il ne se perd pas en planifiant une erreur de direction délibérée.

En prenant un azimut, le navigateur identifie la destination requise (p. ex., un sentier au bout d'un grand champ dégagé) et choisit un point pour capter l'azimut, quelques degrés à gauche ou à droite du sentier. Si le navigateur capte un azimut directement sur la destination requise (le sentier au bout d'un grand champ dégagé) et suit l'azimut dans des conditions de faible visibilité et qu'il se déplace légèrement hors du parcours, il se trouvera dans une position inconnue à l'arrivée au bout du champ. Il sera impossible d'identifier de quel côté du sentier il se situe et il devra deviner.

Si le navigateur suit l'azimut directement vers un point à gauche de la destination requise, il sait où l'emplacement du sentier se situe (à la droite de l'emplacement présent). La déviation est utilisée lorsque le navigateur perd de vue le lieu de la destination finale ou qu'une perte soudaine de visibilité est prévue en raison des conditions météorologiques. Même si quelques erreurs sont commises durant le voyage, le navigateur peut être assuré de trouver la destination requise (allée, sentier, chaussée, etc.) en se déplaçant dans une direction.

## COMPTAGE DE PAS

La méthode pour compter les pas à la vitesse de marche (comptage de pas) est utilisée pour mesurer une distance donnée en comptant chaque deuxième pas. Deux pas équivalent à un pas à la vitesse de marche. Le comptage de pas est une habileté très importante en navigation, puisque chaque personne a une différente vitesse de marche et doit établir sa vitesse de marche avant qu'elle puisse devenir un outil de mesure utile. Le comptage de pas varie pour chaque personne parce qu'il se fait par enjambée naturelle – la vitesse de marche d'un adulte de taille moyenne est d'environ 60 à 70 pas dans 100 mètres.

Lors de la navigation sur un terrain couvert de neige, utiliser le comptage de pas pour aider à tenir compte des distances parcourues. Pour déterminer une vitesse de marche individuelle semblable à celle des randonnées estivales, se pratiquer à faire des pas uniformes et confortables sur une distance enneigée mesurée (100 mètres) en comptant chaque deuxième pas du pied dominant. Effectuer cet exercice trois à cinq fois pour obtenir une moyenne. Ce nombre représente sa vitesse de marche individuelle que l'on doit retenir.

## PLANIFIER UN ITINÉRAIRE

Pour planifier un itinéraire en hiver, le navigateur doit prendre en considération les changements qu'apporte l'hiver. La vitesse du déplacement, les entités topographiques importantes et l'abri requis varient tous selon ces changements. Les itinéraires peuvent aussi être modifiés et même l'arrivée au point de départ. Tenir compte des éléments suivants :

- Où se situe la destination?
- Combien de neige est tombée et s'est accumulée sur le parcours?
- Quelles sont les conditions de la neige?
- Est-ce un sentier bien défini et souvent utilisé?
- Est-ce que le sentier est entretenu?
- Est-ce que le parcours comporte des entités topographiques de navigation facilement identifiables (lacs, montagnes, vallées, etc.)?
- Quelles sont les prévisions météorologiques?
- Est-ce que la distance à parcourir jusqu'à la destination est un objectif réaliste en tenant compte des conditions?
- Quel est le niveau de compétence du groupe?
- Quel est le mode de transport (à pieds, en skis ou en raquettes)?

- Quelle sera la vitesse de déplacement prévue du groupe?
- Est-ce qu'il y a des abris le long du parcours en cas de tempête?

## APPLIQUER LES TECHNIQUES DE DÉPLACEMENT EN GROUPE

Lorsque le déplacement se fait sous un ciel clair, il est facile de maintenir la direction et de rester à la vue des membres du groupe. Toutefois, si on doit marcher une distance de 5 km (3 milles) sur un lac lors d'un blizzard lorsqu'il n'y a que quelques mètres de visibilité et que l'on doit tenter de maintenir la direction sans se perdre ni perdre de vue les membres du groupe, cela peut être très difficile. Par contre, les techniques suivantes peuvent rendre une telle randonnée un peu plus facile :

- **Rester en vue l'un de l'autre.** Dans un groupe bien dirigé et attentionné, les membres doivent adapter leur pas à celui du membre le plus lent. Si le groupe se fait prendre dans une tempête, il est préférable de mettre la personne la plus lente en avant. De cette façon, une vitesse et un rythme de marche normaux permettront de garder le groupe ensemble.
  Chaque personne dans le rang doit être responsable de rester en vue, avec une personne derrière et une personne devant. Personne ne doit se déplacer tant que la dernière personne n'est pas en vue de l'avant-dernière, et ainsi de suite jusqu'à l'avant du rang. Quand chaque personne est en vue de la suivante, tout le rang peut continuer à se déplacer. En suivant cette règle, le rang avance même lorsque la visibilité est si faible que chaque personne peut voir seulement une personne dans chaque direction.
- **Attribuer des numéros.** Des groupes qui voyagent peuvent trouver réconfortant d'utiliser des numéros pour identifier chaque membre du groupe. Une fois que l'ordre est établi, on attribue le premier numéro à la dernière personne du groupe. On suit ce processus de façon séquentielle jusqu'à la personne en tête. À n'importe quel moment, un des membres du groupe peut demander de faire la séquence des numéros; les membres du groupe doivent dire leur numéro en commençant avec la dernière personne. Tout numéro qui n'est pas entendu indique une personne manquante. Le groupe doit alors s'arrêter et régler le problème.
- **Prendre des pauses au besoin.** Pendant la randonnée le long d'un itinéraire, le chef peut planifier des arrêts de repos réguliers. Pendant ces arrêts, on doit compter les membres du groupe. Cela assure la présence de tous les membres et permet d'aborder d'autres problèmes.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

## QUESTIONS SUGGÉRÉES

Q1. Comment l'utilisation d'une carte topographique en hiver est-elle différente qu'en été?

Q2. Quelles entités topographiques sont plus visibles durant les mois d'hiver?

Q3. Vous arrivez dans un champ dégagé qui s'étend sur une longueur de 5 km (3 milles). Votre destination est une petite entrée le long de la limite de végétation directement à l'autre bout du champ. Il y a des montagnes définissables tout autour qui rendent facile l'orientation de la carte. Une neige légère tombe et la visibilité est bonne pour le moment. Si on vous remet la carte et que l'on vous demande de mener le groupe de l'autre côté du champ jusqu'à l'entrée, comment procéderiez-vous pour traverser le champ de façon sécuritaire afin d'atteindre votre destination?

Q4. Quels facteurs ont une incidence sur la vitesse de marche en hiver? Comment doit-on évaluer sa vitesse de marche avant de partir pour une randonnée en hiver?

Q5. Quelles sont certaines techniques qu'un groupe peut utiliser pour s'assurer que les membres ne se séparent pas du groupe quand il y a une tempête? Nommez d'autres méthodes que vous avez déjà utilisées.

## RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'utilisation d'une carte topographique en hiver est différente, car le navigateur doit regarder au-delà de l'environnement immédiat et identifier des entités topographiques importantes dans le paysage lointain pour orienter la carte.

R2. Les entités topographiques les plus visibles durant les mois d'hiver sont :

- les montagnes qui se trouvent à distance (courbes de niveau),

- les grands plans d'eau (espaces dégagés qui sont couverts de glace),
- les lignes de crêtes,
- les couloirs voûtés de sentiers connus,
- les changements de végétation définissables (des champs qui se changent en forêt).

R3. La méthode la plus sécuritaire pour naviguer à travers le champ est de capter un azimut décalé vers un des deux côtés de la destination. Une fois arrivé à la limite de végétation, suivre le bord opposé à celui qui a été capté (à la gauche ou à la droite) vers la destination. À tout moment, le vent peut se lever et si on n'a pas d'azimut, il peut être difficile de savoir dans quelle direction se déplacer.

R4. Les facteurs qui ont une incidence sur la vitesse de marche en hiver sont les différentes conditions d'un terrain couvert. Les conditions de la neige, son épaisseur et l'équipement personnel utilisé ont tous une incidence sur la vitesse de marche.
Pour déterminer une vitesse de marche individuelle semblable à celle des randonnées estivales, se pratiquer à faire des pas uniformes et confortables sur une distance enneigée mesurée (100 mètres) en comptant chaque deuxième pas du pied dominant. Effectuer cet exercice trois à cinq fois pour obtenir une moyenne. Ce nombre représente sa vitesse de marche individuelle que l'on doit retenir.

R5. Les techniques qui peuvent être utilisées pour s'assurer qu'aucun membre ne se sépare du groupe sont de s'assurer que les membres restent en vue les uns des autres, d'attribuer des numéros et de prendre les pauses prévues.

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 5** — **Diriger une activité où les cadets doivent pratiquer la navigation en hiver**

Durée : 60 min — Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de pratiquer la navigation en hiver.

**RESSOURCES**

- des cartes topographiques (une par cadet),
- des boussoles magnétiques (une par cadet),
- un itinéraire de navigation préparé.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

L'activité de navigation doit avoir lieu dans un endroit avec des environs enneigés et loin de la majorité des entités topographiques artificielles.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Fournir une carte topographique et une boussole à chaque cadet.
2. Demander aux cadets de naviguer un itinéraire prédéterminé de courte distance qui traverse un terrain dégagé.
3. Demander aux cadets de mettre en pratique la méthode de déviation vers les destinations pendant une randonnée à travers un espace dégagé.
4. Demander aux cadets de mettre en pratique les techniques de déplacement en groupe.
5. Arrêter les cadets à l'occasion et leur demander d'orienter leurs cartes. Montrer les entités topographiques contradictoires et les divergences entre les entités visuelles et les entités cartographiques. Identifier les entités topographiques importantes qui identifient la position.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Un équipement de premiers soins et un appareil pour communiquer avec le camp de base doivent être apportés en cas d'urgence.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité de navigation servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les cadets qui participent à une randonnée en hiver peuvent faire l'expérience d'une dégradation rapide des conditions météorologiques. L'utilisation des compétences de navigation en hiver peut assurer que le groupe demeure sur le parcours et arrive à sa destination de façon sécuritaire.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les corps de cadets ont le choix d'enseigner seulement les PE 1 à 4.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-158 (ISBN 0-07-136417-X) Conover, G., & Conover, A. (2001). *The Winter Wilderness Companion: Traditional and Native American Skills for the Undiscovered Season*. Camden, Maine, Ragged Mountain Press.

C2-160 (ISBN 0-89886-947-1) Lanza, M. (2003). *Winter Hiking and Camping: Managing for Comfort and Safety*. Emmaus, Pennsylvanie, The Mountaineers Books.

C2-161 (ISBN 1-878239-09-0) Gorman, S. (1991). *AMC Guide to Winter Camping: Wilderness Travel and Adventure in the Cold-Weather Months*. Boston, Massachusett, Appalachian Mountain Club Books.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 9**

# OCOM C322.03 – IDENTIFIER LES PRINCIPES DE CRÉATION D'UNE CARTE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Recueillir des exemples de différents types de cartes.

Si possible, photocopier la carte d'un des premiers explorateurs de l'emplacement local comme document de cours.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de présenter les renseignements généraux sur les cartes et la façon de les créer.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure d'identifier les principes de création d'une carte.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables d'identifier les principes de création d'une carte car l'utilisation de cartes est un élément intégral des activités d'expédition. Les cadets devront utiliser une variété de cartes pendant leur carrière de cadet. La connaissance de la façon dont les cartes sont faites donnera aux cadets des renseignements généraux supplémentaires qu'ils pourront utiliser pour s'aider à naviguer. De plus, les cartes sont utilisées dans la vie de tous les jours, soit pour les déplacements entre sa maison et celle d'un parent,

soit pour la marche dans un parc provincial. Les cartes montrent à un utilisateur où il s'en va et le chemin qu'il devra emprunter pour y arriver.

**Point d'enseignement 1** **Discuter des cartes**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE est une révision de la matière présentée dans des niveaux d'étoile précédents. Les cadets devraient déjà avoir une bonne compréhension de ce qu'est une carte. Guider les cadets, en posant des questions orientées, pour s'assurer qu'ils comprennent bien les principaux concepts.

Une fois qu'une personne comprend le « langage » d'une carte, il pourra aller n'importe où.

**QU'EST-CE QU'UNE CARTE**

Une carte est une échelle de mesure ou une représentation proportionnellement plus petite du sol qui utilise des symboles acceptés internationalement pour représenter des détails naturels et artificiels trouvés au sol.

**TYPES, CARACTÉRISTIQUES ET ENTITÉS TOPOGRAPHIQUES**

Il y a plusieurs types de cartes, et chaque type détermine le but pour lequel elle est conçue.

**Une carte topographique.** La carte topographique est la carte utilisée le plus souvent par les militaires. La carte topographique a pour but de présenter une image du terrain tel qu'il est réellement. Les cartes topographiques indiquent autant de détail que l'échelle permet, généralement 1:25 000, 1:50 000, ou 1 : 250 000. Les caractéristiques qui se trouvent sur une carte topographique sont les caractéristiques physiques du sol telles que les rivières, les boisées, les contours, les routes, les immeubles, etc., ainsi que les noms des caractéristiques spécifiques telles que les villes, les villages, les rivières, etc.

**Carte d'orientation.** Par le biais de la Fédération internationale de course d'orientation (IOF), des règles et des normes précises ont été établies pour la production de cartes d'orientation, y compris la couleur, les symboles et les échelles. Elles sont plus détaillées que les cartes topographiques, les deux faisant référence à la végétation et à la forme du relief. Elles sont habituellement produites à une échelle plus petite que 1:10 000.

**La carte routière et le plan des rues.** Les plans de rues et les cartes routières sont conçus pour aider les banlieusards et les touristes à localiser des endroits clés tels que les routes et les autoroutes, les postes de police, les services d'incendie, les hôpitaux, les écoles et les parcs.

**Carte de relief.** Les cartes de relief sont une représentation tridimensionnelle, habituellement de terrain. L'altitude du terrain est habituellement exagérée d'un facteur entre cinq et dix. Ceci aide à reconnaître les détails du terrain.

**Carte numérique.** Les cartes numériques, telles que celles qui se trouvent dans les programmes d'ordinateur et dans les GPS, sont utiles en tant qu'outil de référence puisqu'elles sont mises à jours régulièrement. Les cartes numériques sont donc une référence plus précise que les autres types de cartes.

**Carte politique.** Les cartes politiques montrent les pays, les provinces et autres frontières politiques – par ex., les globes et les atlas.

**Carte statistique.** Les cartes statistiques montrent l'information statistique telle que la population, et les niveaux de production des récoltes ou les minéraux à travers un pays.

**Carte à grandes lignes.** Les cartes à grandes lignes montrent les frontières, les rivières, les littoraux, etc.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'une carte?

Q2. Quel type de carte est le plus couramment utilisé par les forces armées?

Q3. Quel type de carte fournit une représentation en trois dimensions du terrain?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Une carte est une échelle de mesure ou une représentation proportionnellement plus petite du sol qui utilise des symboles acceptés internationalement pour représenter des détails naturels et artificiels.

R2. La carte topographique est la carte utilisée la plus souvent par les militaires.

R3. Les cartes de relief sont une représentation tridimensionnelle, habituellement de terrain.

**Point d'enseignement 2** **Discuter de la cartographie**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

La cartographie sera un nouveau concept pour la plupart des cadets. Avoir un tableau de papier avec le détail des principaux titres du PE comme matériel visuel pour les cadets.

### CARTOGRAPHIE

La cartographie, telle qu'elle est définie par l'Association Cartographique Internationale, est une discipline qui traite de la conception, de la production, de la diffusion et de l'étude des cartes. Essentiellement, la cartographie est un processus où l'on représente un endroit sur une carte. La cartographie est également une discipline académique qui, en plus d'être le domaine des gens qui dessinent les cartes, elle est aussi celui de ceux qui font l'enseignement sur les cartes et font des recherches sur les cartes. C'est un domaine continuellement en changement et complexe qui a comme centre le processus de création d'une carte et toutes les fonctions qui l'entourent.

### DEUX CARACTÉRISTIQUES ESSENTIELLES DE LA CARTOGRAPHIE

#### Le niveau d'importance en fonction d'une société

La Société canadienne de cartographie énonce que les cartes jouent un rôle fondamental et indispensable en tant qu'élément clé de la civilisation. Peu d'activités, s'il y en a, en lien avec la surface de la terre, soit le droit de propriété, la construction routière, l'intervention en cas d'urgence et la navigation, seraient possibles sans les cartes.

#### La nature dynamique

La discipline de cartographie évolue continuellement. La création d'une carte a toujours été influencée par le changement technologique, cependant la vitesse à laquelle la technologie avance a d'énormes implications. Bien qu'il y ait encore des gens qui utilisent les techniques au crayon et à l'encre pour créer des cartes, la plupart des cartes sont dressées à l'aide d'ordinateurs et de logiciels de pointe. Les images d'aujourd'hui sont générées plus rapidement et à moindre coût, et la technologie ne fera que s'améliorer avec le temps.

**RÔLE D'UN CARTOGRAPHE**

La plupart des cartographes occupent des emplois de développement de cartes, mais cela ne signifie pas qu'ils font tous le même travail. Le travail d'un cartographe dépend de la spécialité et du domaine d'intérêt personnel.

Les tâches suivantes sont des tâches de base qui sont généralement effectuées par tous les cartographes :

**Travailler en liaison.** Les cartographes ne travaillent pas seuls. Une des exigences est qu'ils travaillent avec des agences externes. Ils ont la responsabilité de discuter et d'établir avec le client, les lignes directrices pour le projet.

**Réviser.** La révision englobe plusieurs tâches, dont l'évaluation et le traitement de données, la sélection d'échelles et de projections, la prise de décision du design, le dessin des graphiques et des spécifications, la préparation des compilations et la vérification du produit final.

**Dessiner.** Il s'agit du processus de construction de l'image cartographique. Elle se fait à l'aide en combinant plusieurs méthodes, soit le travail au crayon et à l'encre, le tracé sur couche et la méthode avec l'ordinateur.

**Faire de la recherche.** Un cartographe devra faire de la recherche : chercher des données convenables pour une carte précise, analyser les données du Système d'information géographique (SIG), étudier scientifiquement les cartes et les processus de création et de lecture des cartes, et élaborer de nouvelles techniques pour la création des cartes.

**Enseigner.** Plusieurs cartographes travaillent comme enseignant dans les collèges et les universités.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelle est la définition de cartographie?

Q2. Quelles activités seraient impossibles sans cartes?

Q3. Quel est le travail du cartographe qui traite du processus de construction cartographique?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La cartographie, telle qu'elle est définie par l'Association Cartographique Internationale, est une discipline qui traite de la conception, de la production, de la diffusion et de l'étude des cartes.

R2. N'importe quelle activité en lien avec la surface de la terre, soit le droit de propriété, la construction routière, l'intervention en cas d'urgence et la navigation, seraient impraticables sans les cartes.

R3. L'ébauche est le processus de construction de l'image cartographique.

---

**Point d'enseignement 3** — **Identifier les principes de création d'une carte**

Durée : 15 min — Méthode : Activité pratique

---

La création de cartes est devenue une compétence reposant sur la technologie. La compréhension des principes de création d'une carte à la main est tout de même toujours très important. Les cadets auront la présentation des quatre étapes utilisées pour élaborer une carte pendant ce PE.

Avant que les gens commencent à prendre des photos à bord des avions, les cartes étaient dessinées par quelqu'un qui parcourait le terrain et la dessinait à la main. Avec la venue des photographies aériennes, la création de cartes est devenue beaucoup plus facile, mais demande toujours beaucoup de travail de la part du cartographe.

Le Canada a presque tout été cartographié à la main par des explorateurs européens comme Champlain, Tyrel, MacKenzie et Thompson.

Si possible, distribuer une copie de la carte de l'emplacement local qui a été créée par un des premiers explorateurs.

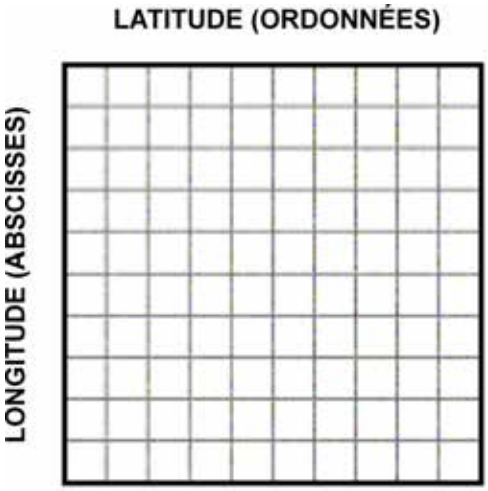
**1RE ÉTAPE – DÉTERMINER L'EMPLACEMENT**

La première étape pour préparer une carte est de déterminer l'emplacement actuel où la personne se trouve. L'emplacement de n'importe quel point ou endroit sur la surface de la terre peut être compris seulement par sa distance par rapport à'un autre point ou endroit.

La meilleure façon de déterminer un emplacement est d'utiliser des points de repères. Les points de repères peuvent être de fabrication humaine, soit des maisons, des immeubles, des chemins de fer, des églises, ou des points naturels, soit des rivières, des lacs, des forêts.

Demander aux cadets d'énumérer ce qui pourrait servir de point de repère dans la salle de classe. Parmi ceux-ci, on retrouve les bureaux, les chaises, les fenêtres, le tableau, la porte, les tables, le rétroprojecteur, etc.

L'emplacement exact d'un objet doit être déterminé pour assurer que l'utilisateur de la carte peut trouver facilement le site identifié sans dépendre d'une autre personne pour le guider. Pour que ce soit possible, la surface de la terre a été divisée en lignes imaginaires, les lignes de longitude (abscisses) et les lignes de latitude (ordonnés) qui permettent aux cartographes de placer et situer des points de repères avec précision.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-9-1 Représentation des lignes de longitude et de latitude

## 2E ÉTAPE – DÉTERMINER LA PROJECTION ET L'ÉCHELLE

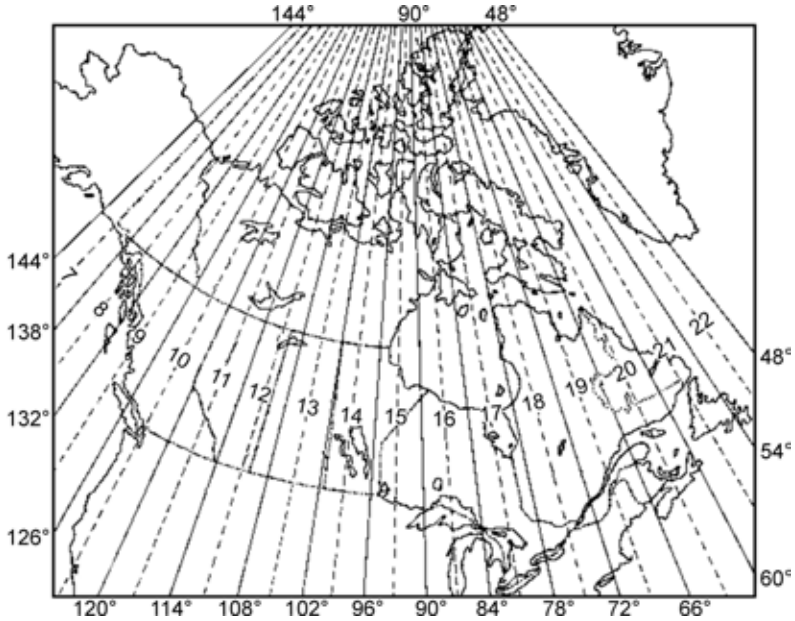
N'importe quel type de représentation de la surface de la terre sur un papier plat comportera des distorsions car la terre est ronde. Elles sont relativement insignifiantes sur les cartes qui présentent seulement une petite partie de la terre, comme sur les cartes routières ou à une échelle de 1:50 000, mais sont considérables pour les cartes de pays et de continents.

Les cadets n'auront pas à déterminer la projection lorsqu'ils élaboreront une carte. Il est important qu'ils connaissent le concept, surtout le Mercator transverse universelle (MTU).

### La projection cartographique

La projection cartographique est une méthode géométrique pour réduire la distorsion sur une carte plate. Dans les très grands pays comme le Canada, les cartographes divisent le pays en bandes du nord au sud, qui s'appellent zones, et projettent chaque zone.

**MTU.** Le MTU est un système de projection de bande qui est utilisée par toutes les cartes du système national de référence cartographique. Pour la projection du MTU, la surface de la terre a été divisée en 60 zones. Le seizième de ces zones, numérotés de 7 à 22, couvre le Canada d'ouest en est.




*« Ressources naturelles Canada », Le quadrillage universel transverse de Mercator, Droit d'auteur 1969 par le ministère de l'Énergie, des Mines et des Ressources du Canada, Direction des levés et de la cartographie, Ottawa, Ontario. Extrait le 4 avril 2008 du site http://maps.nrcan.gc.ca/topo101/utm2_f.php.*

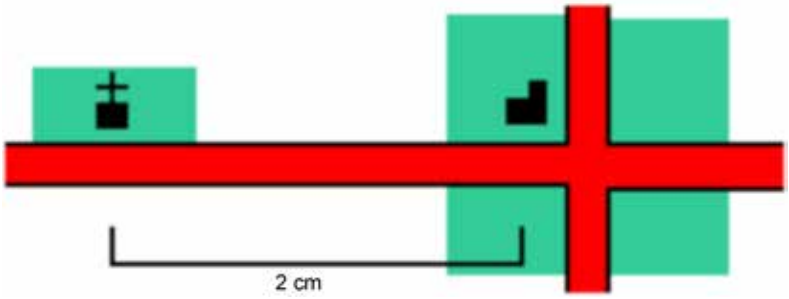
Figure 13-9-2 Zones MTU du Canada

**Échelle**

Les cartes modernes ont toutes une chose en commun, elles sont toutes dessinées à l'échelle, ce qui signifie qu'elles sont la représentation exacte de l'endroit qu'elles illustrent. L'échelle d'une carte est une expression du rapport entre une unité sur la carte et la distance que cette même unité couvre sur le terrain.

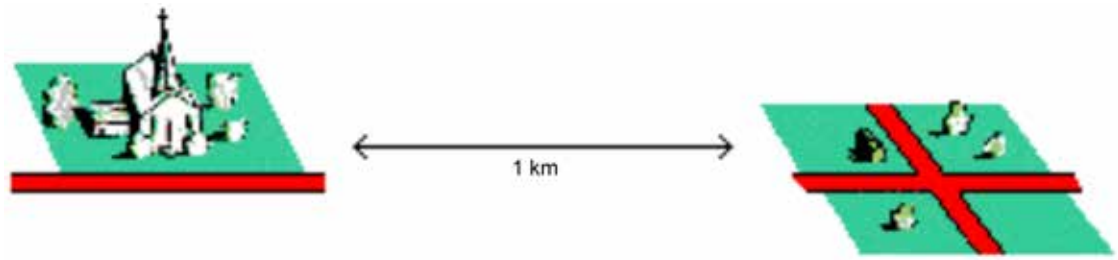
Par exemple :

Si 2 cm sur une carte représente 1 km sur le terrain, l'échelle est de 2 cm = 1 km.




*« Ressources naturelles Canada », Échelle cartographique, Droit d'auteur 1969 par le ministère de l'Énergie, des Mines et des Ressources du Canada, Direction des levés et de la cartographie, Ottawa, Ontario. Extrait le 4 avril 2008 du site http://maps.nrcan.gc.ca/topo101/scale_f.php.*

Figure 13-9-3 Échelle cartographique




*« Ressources naturelles Canada », Échelle cartographique, Droit d'auteur 1969 par le ministère de l'Énergie, des Mines et des Ressources du Canada, Direction des levés et de la cartographie, Ottawa, Ontario. Extrait le 4 avril 2008 du site http://maps.nrcan.gc.ca/topo101/scale_f.php.*

Figure 13-9-4 Échelle – Distance réelle

Une autre façon de représenter l'échelle serait :

$$\frac{\text{DISTANCE SUR LA CARTE}}{\text{DISTANCE RÉELLE}} = \frac{2\text{ cm}}{1\text{ km}} = \frac{2\text{ cm}}{100\,000\text{ cm}}$$

$$= \frac{1}{50\,000}$$

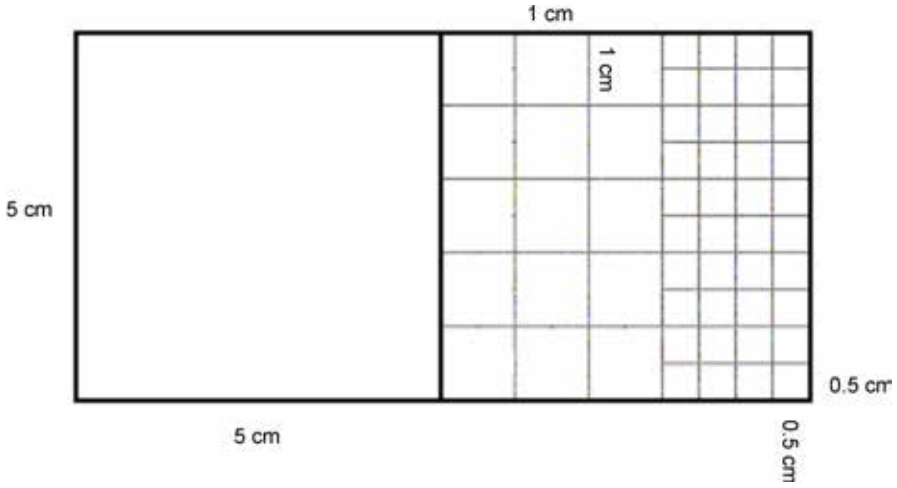
$$= \textbf{ÉCHELLE 1:50 000}$$

*« Ressources naturelles Canada », Échelle cartographique, Droit d'auteur 1969 par le ministère de l'Énergie, des Mines et des Ressources du Canada, Direction des levés et de la cartographie, Ottawa, Ontario. Extrait le 4 avril 2008 du site http://maps.nrcan.gc.ca/topo101/scale_f.php.*

Figure 13-9-5 Représentation de l'échelle

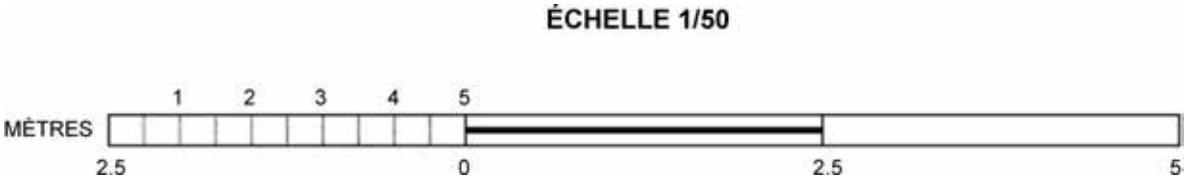
Demander aux cadets quelle échelle devrait être utilisée pour dessiner une carte de la salle de classe. L'échelle devrait être en cm, selon la taille de la salle de classe. Le rapport de l'échelle sera très petit car la carte présentera beaucoup de détail. Les figures 13-9-6 et 13-9-7 sont des exemples d'échelle.

Pour la carte de la salle de classe, l'échelle sera de 1:50. Cela signifie qu'un centimètre sur la carte équivaut à 0.5 m (50 cm) au sol.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-9-6 Carreau de grille




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-9-7 Échelle cartographique

**3E ÉTAPE – IDENTIFIER LES ENTITÉS TOPOGRAPHIQUES ET AJOUTER LES SYMBOLES**

Une fois que la projection et l'échelle de la carte sont déterminés, l'étape suivante est d'ajouter les détails du terrain qui représenteront le plus précisément et de façon très nette l'endroit cartographié. Cela se fait en simplifiant les détails à l'aide des symboles et des couleurs.

**Symboles cartographiques.** Les symboles cartographiques sont des images graphiques qui représentent quelque chose d'autre. Ils peuvent être représentés par des images graphiques, des combinaisons abstraites de points et lignes ou des ombrages teintés et des teintes de couleurs.

Préparer une sélection de cartes pour que les cadets puissent voir les types de symboles utilisés.

Les cartographes utilisent une légende pour indiquer ce que les symboles représentent. Sur les cartes topographiques, cette légende est indiquée à l'endos de la carte et parfois dans la marge de la carte.

Demander aux cadets de penser aux symboles qui correspondent aux détails qu'ils ont préalablement identifiés dans la salle de classe. Par exemple, un « x » pour symboliser une chaise.

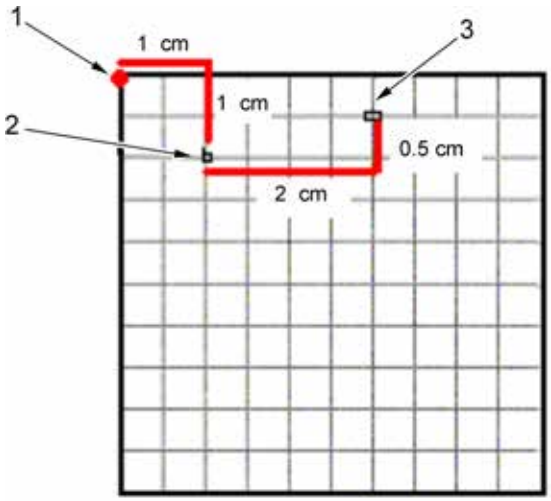
**Placer les symboles sur la carte**

Une fois que les symboles adéquats ont été identifiés, le cartographe doit les placer sur la carte. Cette étape s'exécute de la façon suivante :

1. mesurer la distance de l'endroit qui doit être cartographié et l'indiquer sur le papier quadrillé;
2. sélectionner un point de référence. Celui-ci pourrait être le centre de l'endroit cartographié, un des quatre coins, etc.;
3. sélectionner et relever le premier détail en plaçant le symbole sur la carte. Ce premier détail doit être quelque chose de connu qui se transpose facilement du terrain à la carte;

> Toutes les cartes sont dessinées à partir d'un point de référence. Le point de référence s'appelle aussi donnée élémentaire. La plupart des points de référence couvrent une partie de la terre, comme le repère nord-américain de 1927 (NAD-27) qui couvre seulement le continent de l'Amérique du Nord.

4. sélectionner le détail suivant, mesurer la distance et la direction entre celui-ci et le détail initial et placer ensuite le symbole sur la carte;




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13-9-8 Ajout de symboles sur la carte

> Dans l'exemple de la figure 13-9-8, le cartographe :
>
> 1. a choisi le point de référence, le coin nord-est de la salle de classe;
> 2. a mesuré la position réelle (0.5 m horizontalement, 0.5 m verticalement), a ensuite tracé le symbole au bon endroit en utilisant l'échelle (1 cm horizontalement, 1 cm verticalement);
> 3. a sélectionné le détail suivant, le bureau et a mesuré la distance horizontale réelle de la chaise et ensuite verticalement vers le bureau (1 m [2 cm] par 0.25 m [0.5 cm]).

5. pour chaque nouveau détail ajouté sur la carte, mesurer sa position en relation à ceux déjà ajoutés.

Le cartographe doit ajouter des symboles un carreau de grille à la fois.

**4E ÉTAPE – ATTRIBUER LES NOMS GÉOGRAPHIQUES AUX ENTITÉS TOPOGRAPHIQUES**

La dernière étape pour faire une carte est le choix des noms géographiques qui identifient les détails pertinents, les points de repère et les endroits. Les noms géographiques sont des éléments essentiels d'une carte.

En ce moment, la plupart des points de repère naturels ont déjà un nom.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

**QUESTIONS**

Q1. Déterminer l'emplacement est la première étape pour dessiner une carte. Quelle est la meilleure façon de le faire?

Q2. Qu'est-ce que la projection cartographique?

Q3. L'échelle d'une carte est une expression de quel type de rapport?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La meilleure façon de déterminer un point d'emplacement est d'utiliser des points de repères. Les points de repères peuvent être de fabrication humaine, soit des maisons, des immeubles, des chemins de fer, des églises, ou des points naturels, soit des rivières, des lacs, des forêts.

R2. La projection cartographique est une méthode géométrique pour réduire la distorsion sur une carte plate. Dans les très grands pays comme le Canada, les cartographes divisent le pays en bandes du nord au sud, qui s'appellent zones, et projettent chaque zone.

R3. L'échelle d'une carte est une expression du rapport entre une unité sur la carte et la distance que cette même unité couvre sur le terrain.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

**QUESTIONS**

Q1. Qu'est-ce qu'une carte?

Q2. Quelles sont les cinq tâches de base qui sont généralement effectuées par tous les cartographes?

Q3. Qu'est-ce que le MTU?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Une carte est une échelle de mesure ou une représentation proportionnellement plus petite du sol qui utilise des symboles acceptés internationalement pour représenter des détails naturels et des détails artificiels.

R2. Les cinq tâches de base qui sont généralement effectuées par tous les cartographes sont le travail en liaison, la mise au point, l'ébauche, la recherche et l'enseignement.

R3. Le MTU est un système de projection de bande qui est utilisée par toutes les cartes du système national de référence cartographique. Pour la projection du MTU, la surface de la terre a été divisée en 60 zones. Le seizième de ces zones, numérotés de 7 à 22, couvre le Canada d'ouest en est.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Être capable d'identifier les principes de création d'une carte est un concept important à comprendre car l'utilisation des cartes est un élément intégral du programme d'instruction des cadets de l'Armée. La connaissance de la façon dont une carte est élaborée et dessinée aidera les cadets à lire une carte.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les cadets auront l'occasion de créer leur propre carte à l'OCOM C322.04 (Dessiner la carte d'un endroit à l'intérieur du lieu d'instruction locale, section 10).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-166 Geomatics Yukon Kids. (2002). *Cartography*. Extrait le 21 février 2008 du site http://www.geomaticsyukpn.ca/kids/cartography1.html.

C2-168 EdGate. (2006). *Cartography Concepts: A Student's Guide to Mapmaking*. Extrait le 21 février 2008 du site http://www.edgate.com/lewisandclark/cartography.html.

C2-170 Gorman, J., & Morris, M. (éd.). (avril 1998). *You Are Here*. The Backpacker, pages 74 à 81.

C2-190 L'Association canadienne de cartographie. (2008). *Brochure numérique : carrières en cartographie*. Extrait le 3 avril 2008 du site http://www.cca-acc.org/careers.asp.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 10**

# OCOM C322.04 – DESSINER LA CARTE D'UN ENDROIT À L'INTÉRIEUR DU LIEU D'INSTRUCTION LOCALE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier l'annexe F pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de créer une carte dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences de création d'une carte dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

Ce qui suit est la révision de l'OCOM C322.03 (Identifier les principes de création d'une carte, section 9).

### QUESTIONS

Q1. Quels sont les quatre principes pour dessiner une carte?

Q2. Déterminer l'emplacement est la première étape pour dessiner une carte. Quelle est la meilleure façon de le faire?

Q3. L'échelle d'une carte est une expression de quel type de rapport?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les quatre principes pour dessiner une carte sont :

- déterminer le point d'un emplacement;

- déterminer la projection et l'échelle;
- identifier les entités topographiques et ajouter les symboles;
- attribuer les noms géographiques aux entités topographiques.

R2. La meilleure façon de déterminer un point d'emplacement est d'utiliser des points de repères. Les points de repères peuvent être créés par l'homme, soit des maisons, des immeubles, des chemins de fer, des églises, ou être des points naturels, soit des rivières, des lacs, des forêts.

R3. L'échelle d'une carte est une expression du rapport entre une unité sur la carte et la distance qu'une unité couvre sur le terrain.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir dessiné la carte d'un endroit à l'intérieur du lieu d'instruction locale à l'aide des principes de création d'une carte.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets soient capables de dessiner une carte d'un endroit à l'intérieur des locaux d'instruction locale car la compréhension du concept de dessin de carte améliorera la capacité qu'auront les cadets à lire une carte. L'utilisation des cartes est un élément intégral du programme d'instruction des cadets de l'Armée et il est essentiel qu'un cadet soit capable de les utiliser de façon efficace. Dessiner une carte en utilisant les principes de dessin d'une carte, fournira au cadet l'opportunité de voir une carte comme étant un objet comportant plus que des lignes et des symboles.

---

**Point d'enseignement 1** — **Demander aux cadets de dessiner la carte d'un endroit à l'intérieur du lieu d'instruction locale**

Durée : 25 min — Méthode : Activité pratique

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est que le cadet dessine la carte d'un endroit à l'intérieur du lieu d'instruction locale.

**RESSOURCES**

- du papier quadrillé qui se trouvent à l'annexe F,
- du papier (format lettre),
- du ruban à mesurer (un par groupe),
- une règle (une par groupe),
- des stylos et des crayons,
- des marqueurs et des crayons,
- un bloc-notes.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en groupes de trois ou moins.
2. Désigner un endroit pour chaque groupe à l'intérieur des installations d'instruction locale.
3. Demander à chaque groupe de dessiner une carte qui comprend :
   (a) le nom de la carte,
   (b) l'échelle de la carte,
   (c) la légende de symboles.
4. Ensuite, leur demander de présenter leurs cartes à la classe.
5. Conclure l'activité en discutant avec les cadets du côté pratique de la conception d'une carte à la main, des difficultés encourues et de l'apprentissage qu'ils ont fait.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Si les cadets font une carte à l'extérieur, un superviseur adulte doit se trouver avec le groupe en tout temps.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité pratique servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité pratique de conception d'une carte servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Pour lire une carte, il ne suffit pas seulement de regarder les symboles et les lignes. La participation à la conception d'une carte fournira au cadet l'opportunité de mieux comprendre comment chaque symbole et ligne représentent les vraies caractéristiques du terrain.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Cet OCOM doit être prévu à la suite de l'OCOM C322.03 (Identifier les principes de création d'une carte, section 9).

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

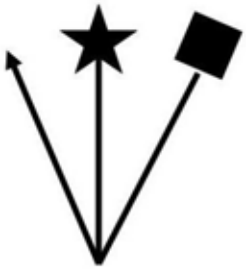
C2-168 EdGate. (2006). *Cartography Concepts: A Student's Guide to Mapmaking*. Extrait le 21 février 2008 du site http://www.edgate.com/lewisandclark/cartography.html.

**FEUILLE DE TRAVAIL SUR LE PROBLÈME DE DÉCLINAISON**

1. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2010,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 1998,
   - la variation annuelle est croissante de 10.0'?

   12°22'

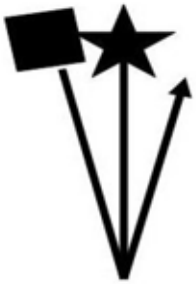


Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

2. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2011,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 2001,
   - la variation annuelle est décroissante de 7.0'?

   7°17'

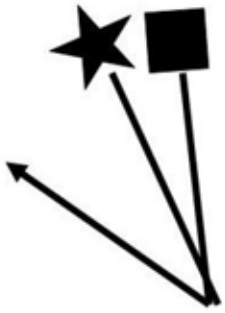


Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

3. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2015,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 2004,
   - la variation annuelle est croissante de 8.32'?

   5°53'

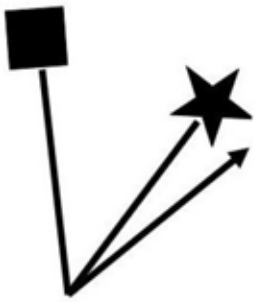


Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

4. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2012,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 1998,
   - la variation annuelle est croissante de 9.57'?

   10°24'

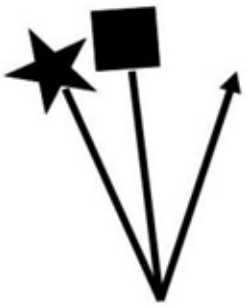


Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

5. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2014,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 2001,
   - la variation annuelle est décroissante de 18.0'?

9°30'

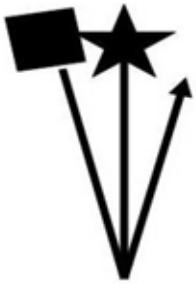


Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

6. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2015,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 2003,
   - la variation annuelle est croissante de 2.0'?

17°45'



Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

7. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2015,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 2003,
   - la variation annuelle est décroissante de 11.0'?

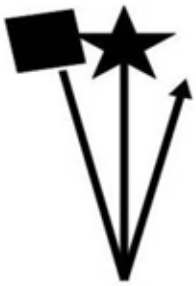
14°12'

Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

8. Quelle est la déclinaison pour la carte suivante où :

   - l'année courante est 2016,
   - la déclinaison moyenne approximative est pour 2009,
   - la variation annuelle est décroissante de 2.7'?

7°39'



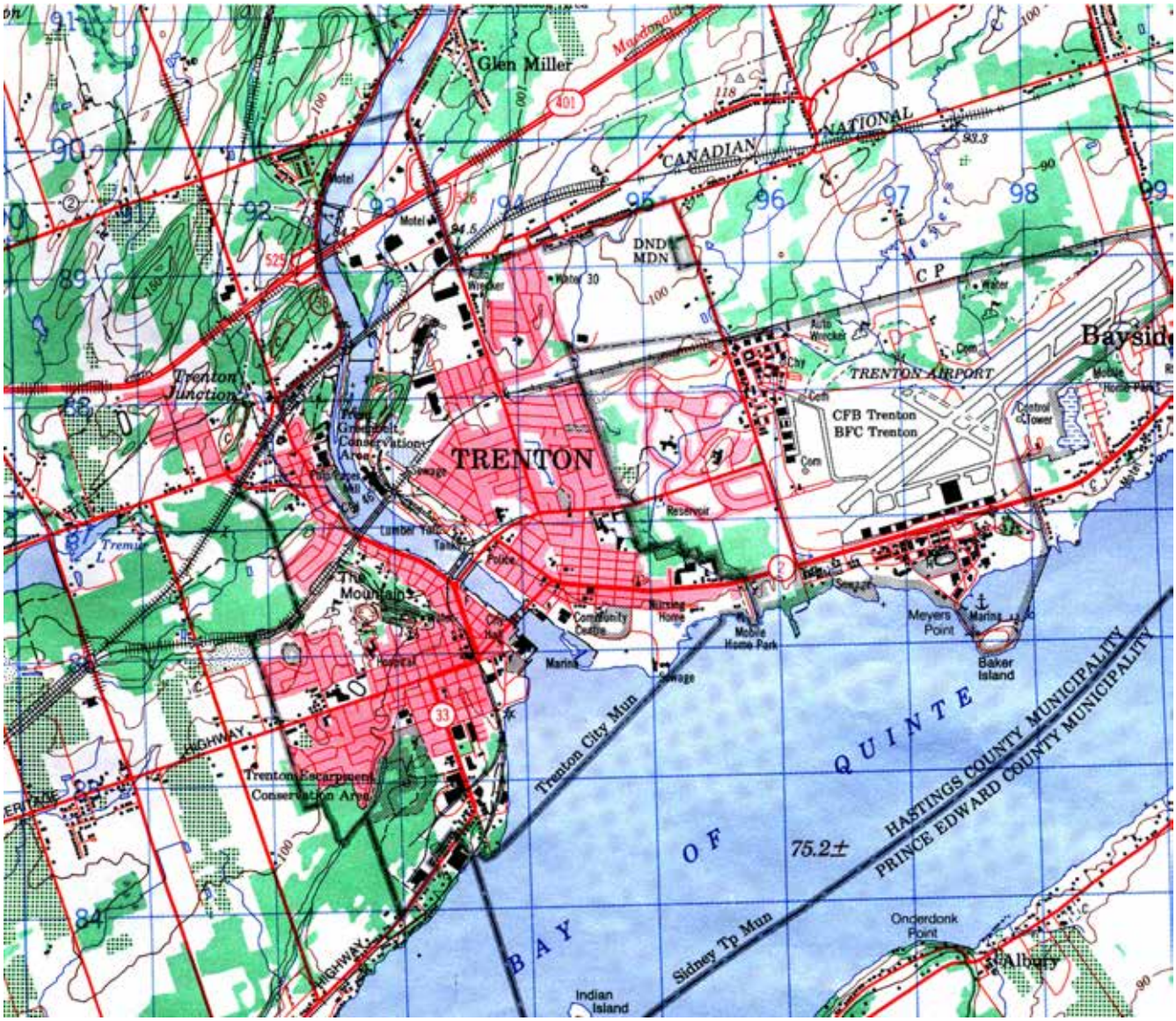
Réponse : _____ est/ouest (encercler une seule direction).

**FEUILLE DE RÉPONSE POUR LA FEUILLE DE TRAVAIL SUR LE PROBLÈME DE DÉCLINAISON**

| Calcul de la déclinaison | | | | Réponse |
|---|---|---|---|---|
| 1. | 2010 - 1998 = 12 | 12 x 10 = 120°<br><br>120 ÷ 60 = 2° | 12°22' + 2° = 14° 22' | **14°22' O** |
| 2. | 2011 - 2001 = 10 | 7° x 10 = 70'<br><br>70 ÷ 60 = 1°10' | 7°17' - 1°10' = 6°07' | **6°07' E** |
| 3. | 2015 - 2004 = 11 | 11 x 8.32 = 91.52 | 5° 53' + 91'52" = 5°144'52"<br><br>5°144'.52" + 7°24'52" = 7°25' | **7°25' O** |
| 4. | 2012 - 1998 = 14 | 14 x 9.57' = 133.98<br><br>133.98 ÷ 60=2°13'98" | 10°24' + 2°13.98' = 12°37.98" | **12°38' E** |
| 5. | 2014 - 2001 = 13 | 13 x 18' = 234<br><br>234 ÷ 60 = 3° 54' | 9°30' - 3°54' = 5°36' | **5°36' E** |
| 6. | 2015 - 2003 = 12 | 12 x 2' = 24' | 17°45' + 24' = 18°09' | **18°09' E** |
| 7. | 2015 - 2003 = 12 | 12 x 11' = 132'<br><br>132' ÷ 60 = 2°12' | 14°12' - 2°12' = 12° | **12° O** |
| 8. | 2016 - 2009 = 7 | 7 x 2.7' = 18.9' | 7°39' - 18.9' = 7°20' | **7°20' O** |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**DONNÉE CARTOGRAPHIQUE SIMULÉE**

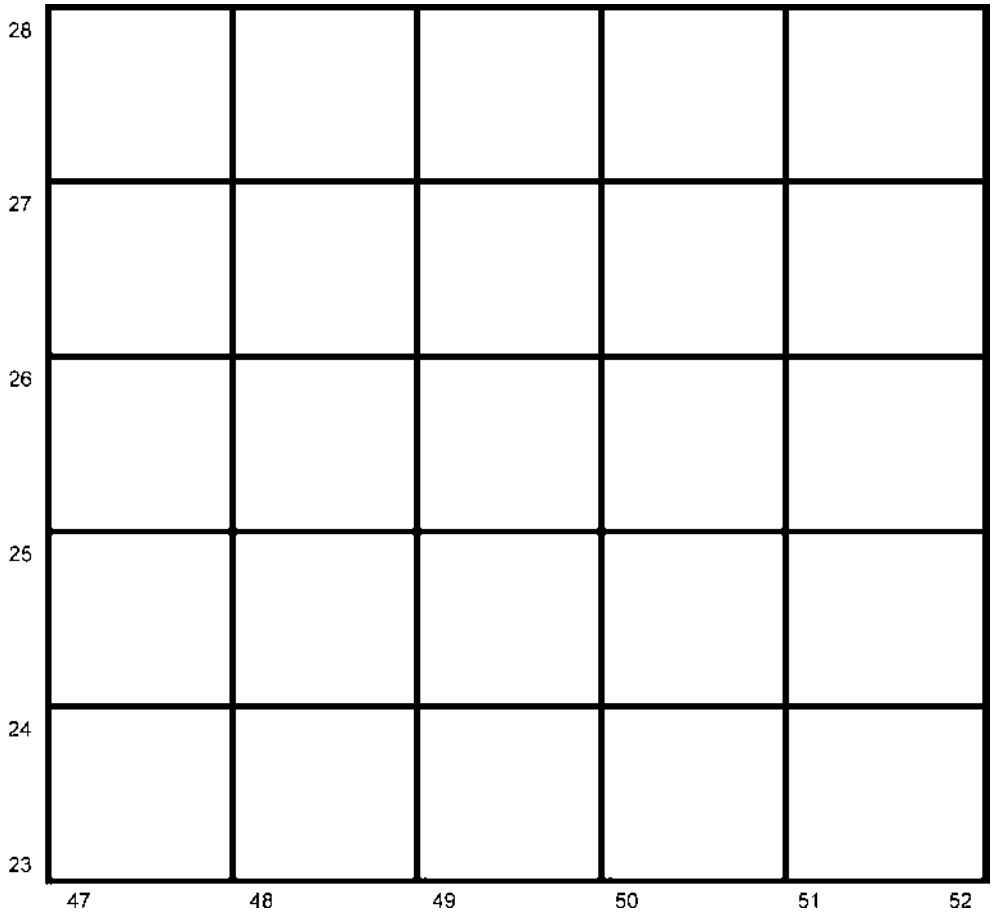



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13C-1 Carte fictive pour créer un système de référence

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**FEUILLE DE QUADRILLAGE**

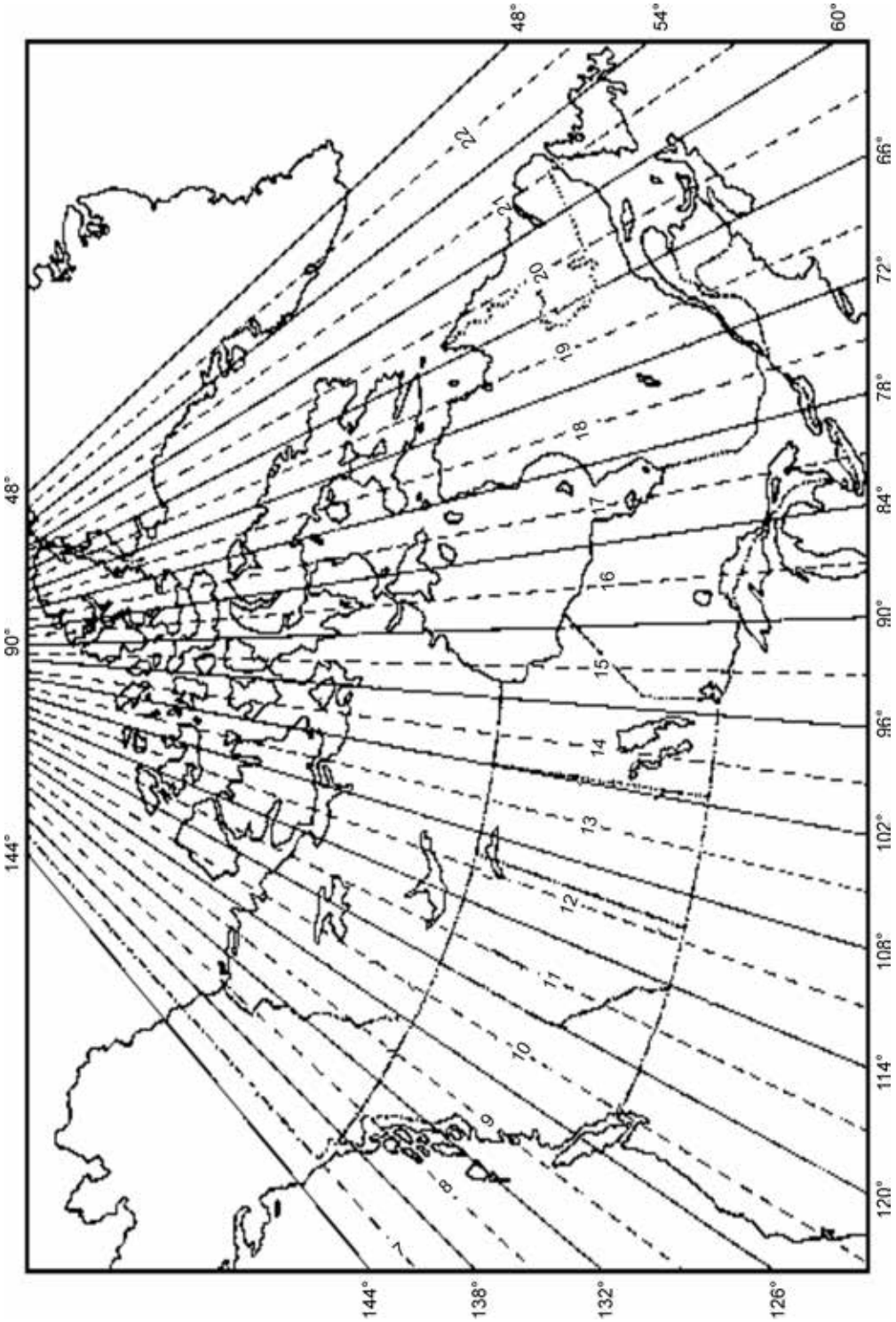



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13D-1 Feuille de quadrillage

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**ZONES MTU DU CANADA**




*« Ressources naturelles Canada », Le quadrillage universel transverse de Mercator, Droit d'auteur 1969 par le ministère de l'Énergie, des Mines et des Ressources du Canada, Direction des levés et de la cartographie, Ottawa, Ontario. Extrait le 4 avril 2008 du site http://maps.nrcan.gc.ca/topo101/utm2_f.php*

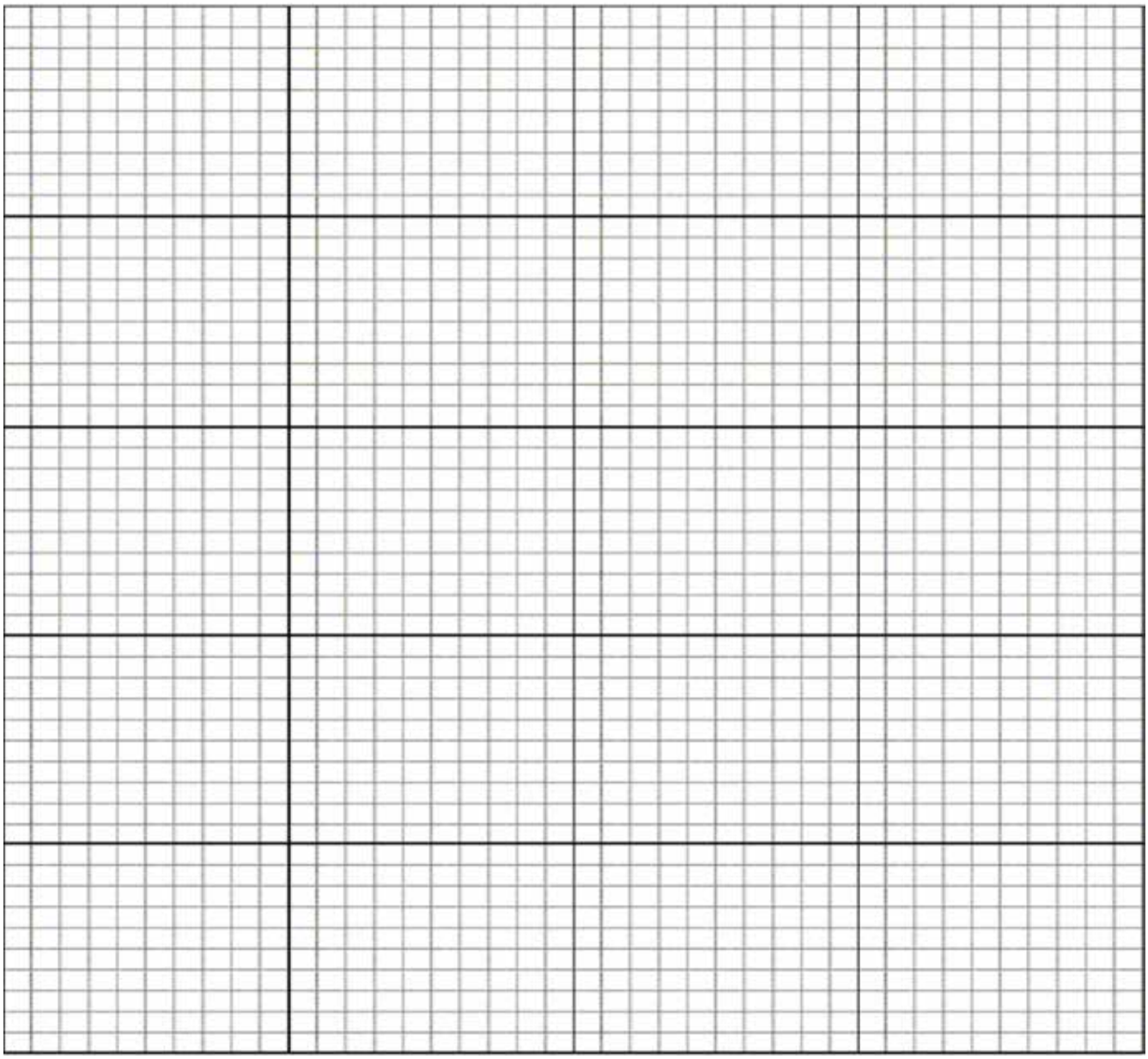
Figure 13E-1 Zones MTU du Canada

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**PAPIER QUADRILLÉ**

Carte de _____

Échelle _____



*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 13F-1 Papier quadrillé

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 14

# OREN 324 – SURVIVRE LORSQU'ON EST PERDU

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M324.01 – CONSTRUIRE UN ABRI IMPROVISÉ

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Construire un exemple de chaque type d'abri. Si des matériaux adéquats ne sont pas disponibles, faire un dessin pour illustrer l'abri.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter les facteurs à prendre en considération au moment de choisir un emplacement pour construire un abri improvisé et de présenter les renseignements généraux.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de construire des abris de survie, tout en donnant aux cadets l'occasion de se pratiquer sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision de cette leçon sera tirée de l'OCOM M224.01 (Décrire les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 1).

### CINQ ÉLÉMENTS DE SURVIE

Après avoir réalisé avec succès les mesures à prendre de « S.T.O.P. » (Stopper, Traiter, Observer et Planifier) et reconnu une situation de survie, la personne perdue doit faire l'inventaire de la nourriture et de l'équipement en main et entreprendre de se procurer les cinq éléments de survie. Ces éléments sont énumérés en ordre de priorité :

1. **Attitude.** Maintenir une attitude positive est essentiel. On peut survivre en restant calme, en utilisant les ressources disponibles et en priorisant les besoins personnels.

2. **Abri.** Un abri est conçu pour protéger contre les intempéries, et selon les conditions météorologiques, protéger une personne contre les températures chaudes ou froides. L'hypothermie et l'hyperthermie sont deux des plus grands dangers dans une situation de survie. Un abri approprié peut aider à empêcher ces conditions de survenir. Dans un milieu désertique, par exemple, le but est de rester sous un abri protégé des effets du soleil. Dans des situations de temps froid, l'abri procure de l'isolation.

3. **Eau.** L'eau est le nutriment essentiel aux humains. Même quand la soif n'est pas extrême, elle peut amortir l'esprit. Le manque d'eau diminuera lentement la capacité de survivre. Avec un abri approprié et suffisamment d'eau, on peut survivre des semaines.

4. **Feu.** Dans une situation de survie, le feu procure de la chaleur et de la lumière et des signaux pour les sauveteurs. Le temps froid réduit non seulement la capacité de penser, mais il a aussi tendance à diminuer la motivation à faire quelque chose. Même une baisse de quelques degrés de la température du corps peut réduire la capacité de prendre des décisions raisonnables.

5. **Nourriture.** Les personnes en bonne condition physique peuvent fonctionner pendant plusieurs jours ou même des semaines sans nourriture. Le but d'une personne dans une situation de survie en milieu sauvage est d'être retrouvée dans le plus court délai possible, parce que dans la plupart des cas, une personne est retrouvée bien avant que la nourriture devienne une question de survie. Cependant, il est toujours important de se préparer pour le pire et de trouver les moyens pour s'alimenter de substances, comme des baies, du poisson, des animaux, des oiseaux, etc.

**QUESTIONS**

Q1. Quels sont les cinq éléments de survie?

Q2. Quel est l'unique nutriment essentiel dont le corps a besoin pour fonctionner?

Q3. Qu'est-ce qu'un abri procure?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'attitude, un abri, de l'eau, du feu et de la nourriture.

R2. De l'eau.

R3. L'abri offre une protection contre les intempéries, et selon les conditions météorologiques, protège une personne contre les températures chaudes ou froides.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de construire un abri improvisé.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets sachent comment construire des abris improvisés, parce que cela leur servira de méthode pour prévenir l'ennui et les aider à combattre les sept ennemis de la survie. Le fait d'avoir un abri qui offre une protection contre les éléments et qui est une source de motivation augmentera les chances de survie.

**Point d'enseignement 1** **Choisir un emplacement pour l'abri**

Durée : 25 min Méthode : Exposé interactif

Le secteur d'instruction pour cette leçon doit remplir les critères de choix de l'emplacement tels que décrits dans le PE 1, dans la section traitant des considérations du terrain et de l'emplacement.

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de construire un abri improvisé. Commencer ce PE en présentant une mise en situation aux cadets où ils se sont perdus en campagne et où ils ne leur restent que quelques heures de lumière du jour.

Leur première préoccupation est de s'abriter. L'endroit choisi pour faire la démonstration du choix d'un emplacement devrait respecter la plupart sinon tous les critères. Demander aux cadets ce qu'ils pensent de l'emplacement. Ces questions devraient les faire réfléchir sur les facteurs à considérer lors du choix d'un emplacement.

Continuer cette leçon en identifiant le reste des facteurs et des éléments tels que décrits dans le PE 1.

Pendant les mois d'été, la nécessité d'avoir un abri n'est pas considérée comme étant une préoccupation majeure. Cela devrait pourtant l'être, parce que le temps pourrait changer du tout au tout, particulièrement en régions montagneuses. En hiver, un survivant peut être tenté de faire un feu en premier plutôt que de se mettre à l'ouvrage et de construire ou trouver un abri. Lorsqu'on discute des cinq éléments de survie, l'abri est le deuxième élément. Un abri offre une protection contre les éléments, tout particulièrement contre le vent et les précipitations. Les abris remontent le moral en procurant confort, sécurité et un sens d'accomplissement.

## LES CONSIDÉRATIONS DU TERRAIN

Plusieurs facteurs sont à considérer lorsqu'on choisit un emplacement. Les endroits où construire un abri doivent remplir certains critères pour éviter qu'on ne soit réveillé la nuit par un problème résultant d'une omission.

**Choisir un endroit assez grand pour l'abri.** Les emplacements possibles qui sont parfaits dans leur forme naturelle peuvent être trop petits pour accueillir une personne. S'assurer que l'emplacement est confortable pour une personne, compte tenu de la situation, pour la durée de la situation de survie.

**Choisir un endroit qui est élevé et permet un bon drainage.** Un emplacement doit permettre de garder les pieds au sec et un bon drainage en cas de pluie. S'éloigner des rivières ou des lacs qui peuvent inonder après une averse de pluie.

**Identifier les endroits abrités qui protègent contre le vent, la pluie et le soleil.** On peut chercher un abri contre le vent, la pluie et le soleil près des rochers, des versants, des arbres ou autres sources disponibles. En été, une légère brise réduira le nombre d'insectes et peut garder au frais pendant les journées chaudes. En hiver, un abri protège le corps du vent et de la neige et procure de la chaleur. Si l'entrée de l'abri est sous le vent (à l'écart du vent), la pluie ou la neige tourbillonnera par-dessus et tombera à l'intérieur. Si elle est orientée face au vent, la fumée et les cendres du feu entreront dans l'abri. Orienter l'arrière de l'abri face au vent.

## LES CONSIDÉRATIONS DE L'EMPLACEMENT

**La proximité d'une source d'eau.** La disponibilité d'une source d'eau à proximité réduit la quantité d'énergie dépensée à recueillir de l'eau. Une source d'eau peut aussi servir de lieu de pêche, où on pourra s'alimenter.

**La proximité d'une source de combustible.** En plaçant un abri près d'une source de combustible, on réduit la quantité d'énergie nécessaire pour rassembler du combustible pour le feu.

**La proximité des matériaux de construction.** Bien que l'abri soit un refuge d'urgence, on cherche toujours à rendre ce qui est naturel plus habitable. Placer l'abri près des matériaux de construction réduit la quantité d'énergie nécessaire pour bâtir et fixer l'abri.

**La proximité des sentiers ou des tanières d'animaux.** Dans un milieu sauvage, la chaîne alimentaire est active. Faire attention de ne pas situer l'abri près des sentiers naturels que les animaux créent. Où il y a des animaux, il peut y avoir du danger.

**Un emplacement qui est visible des airs.** Lorsqu'on est perdu dans un milieu sauvage, il est important d'établir contact avec l'équipe de recherche et de sauvetage ou d'attirer leur attention. En restant à un emplacement bien en vue des airs, on augmente nos chances d'être secouru.

**Une entrée qui est à l'abri du vent et qui, de préférence, fait face au sud.** En situant l'abri de façon à ce que le vent dominant souffle à l'arrière, on s'assure que l'occupant conserve un minimum de chaleur à l'intérieur. Si possible, orienter l'entrée vers le soleil pour laisser entrer la lumière du soleil dans l'abri. Cela procurera de la chaleur à l'occupant.

### TEMPS REQUIS À LA CONSTRUCTION DE L'ABRI

Selon le temps disponible, on peut choisir de construire un abri d'urgence simple pour la nuit. Évaluer combien il reste de lumière du jour lors de la construction d'un abri en regardant à l'horizon. Si le soleil est près de l'horizon, il ne reste pas beaucoup de lumière du jour. Une méthode consiste à mesurer le nombre de largeurs de main qu'il y a entre le soleil et l'horizon. Chaque main représente environ une heure.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

---

### QUESTIONS

Q1. Quels sont les facteurs concernant le terrain dont il faut tenir compte lors du choix d'un emplacement d'abri?

Q2. Quels sont trois facteurs concernant l'emplacement dont il faut tenir compte?

Q3. Dans quelle direction l'entrée d'un abri devrait-elle être orientée?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Choisir un endroit assez grand et élevé pour l'abri, qui permet un bon drainage et qui offre une protection contre le vent la pluie et le soleil.

R2. L'emplacement doit se trouver à proximité d'une source d'eau, de combustible et de matériaux de construction et être visible des airs. Il doit aussi être loin des sentiers ou des tanières d'animaux.

R3. L'entrée doit faire face au côté sous le vent (protégé du vent).

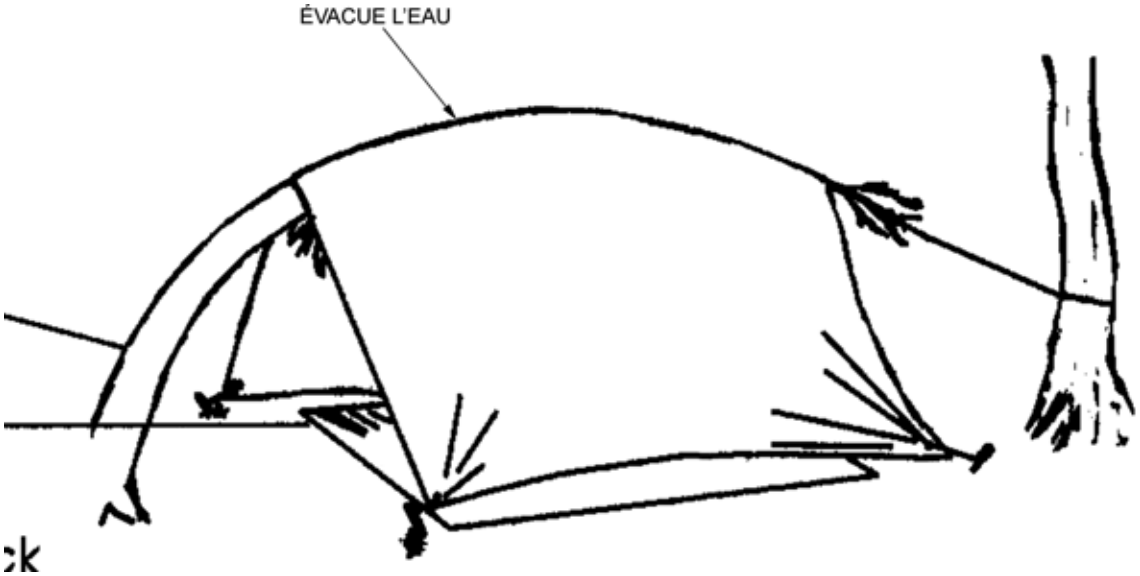
**Point d'enseignement 2** **Démontrer la façon de construire un abri de survie pour deux personnes et demander au cadet et à son partenaire d'en construire un**

Durée : 60 min Méthode : Démonstration et exécution

Les cadets doivent construire l'abri choisi en se servant d'un tapis de sol au lieu d'un toit de branchages.

## ABRI FAIT D'UN ARBRE PLIÉ

On construit l'abri fait d'un arbre plié en utilisant un jeune arbre doté d'une courbure naturelle. Plier l'arbre et l'attacher à un autre arbre ou le fixer au sol avec des piquets. Placer un tapis de sol par-dessus l'arbre pour protéger l'emplacement des intempéries. La courbure de l'arbre permettra d'évacuer l'eau loin de l'abri.

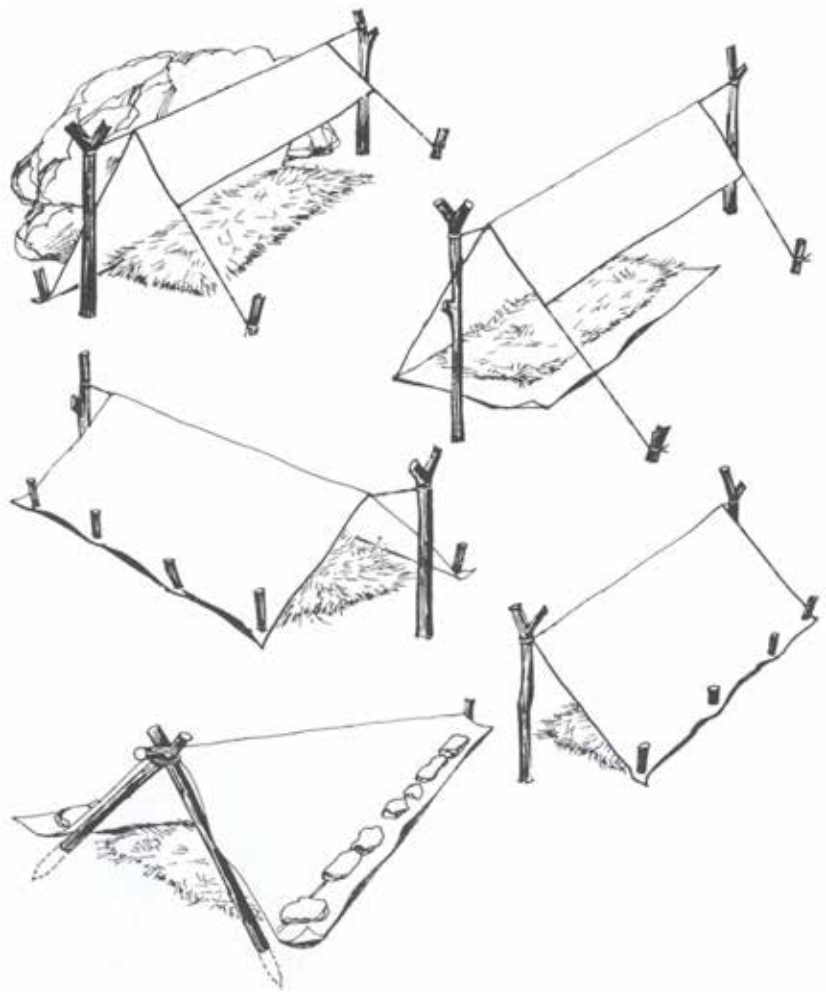



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 98)*

Figure 14-1-1 Abri fait d'un arbre plié

## ABRI EN APPENTIS FAIT D'UN PONCHO

Un poncho ou un tapis de sol est idéal pour construire un abri en appentis. Il existe diverses variantes de cet abri. L'abri en appentis le plus simple est fixé au sol et est assez élevé pour permettre à l'occupant le plus grand de s'asseoir. Le tapis de sol doit être bien tendu entre deux arbres ou deux supports.

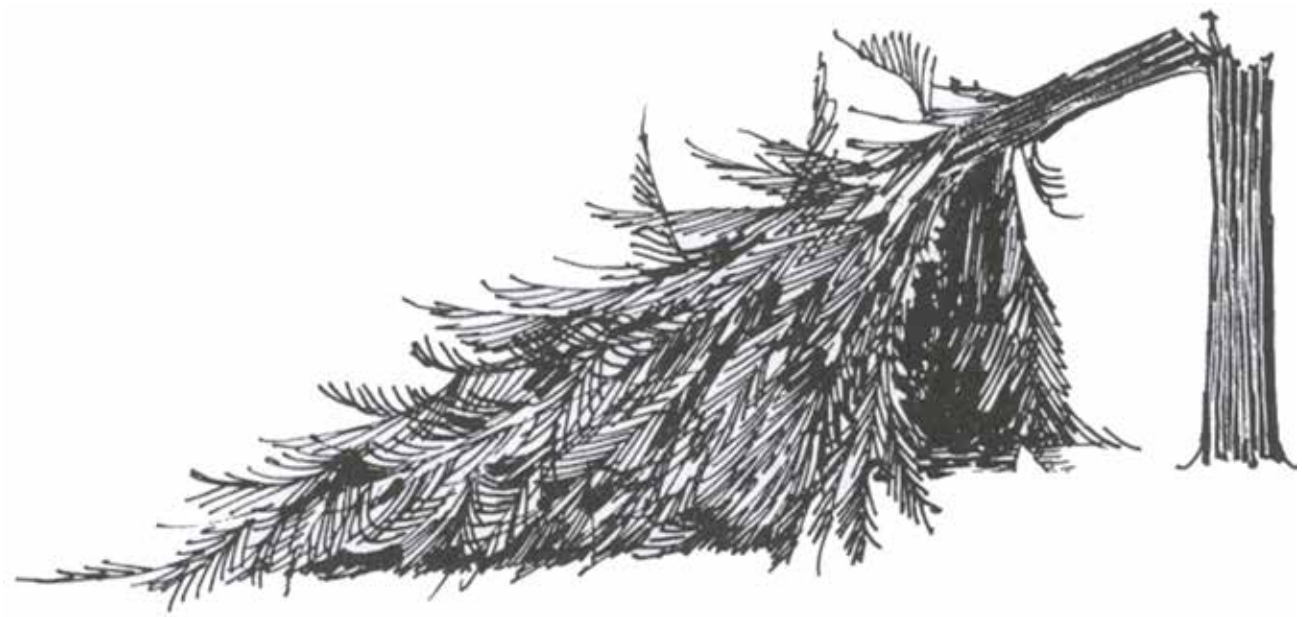


*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 245)*

Figure 14-1-2 Abri en appentis fait d'un poncho

**ABRI DE BRANCHAGES**

L'abri de branchages, aussi appelé « abri d'arbre ébranché », est fait d'un arbre tombé naturellement. Avec un peu de préparation, cet abri offre une bonne protection contre les éléments. Les branches d'un arbre tombé sont coupées du centre de l'arbre, ce qui crée un creux pour un abri. Les branches excédentaires sont tissées à travers les branches d'arbre restantes, cela rend l'abri à l'épreuve des intempéries.



*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 245)*

Figure 14-1-3 Abri de branchages

**ABRI DE RACINES**

Les racines saillantes servent de structure pour l'abri. Les racines rampantes et la terre servent de pare-vent. Un abri de racines devrait idéalement être perpendiculaire au vent. On peut rendre l'abri plus efficace en creusant dans le système racinaire restant ou en colmatant les côtés entre les racines.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 98)*

Figure 14-1-4 Abri de racines

## ACTIVITÉ

Durée : 40 min

Au début de l'activité, prendre le temps de montrer aux cadets les abris improvisés construits au préalable.

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de construire un abri improvisé.

### RESSOURCES

- un tapis de sol (un par cadet),
- de la ficelle,
- un couteau de poche (un pour deux cadets),
- des bâtons en guise de piquets.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Un endroit où chaque paire de cadets peut construire un abri improvisé.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en paires (du même sexe).
2. Assigner les ressources nécessaires à chaque paire.
3. Demander aux cadets de rassembler les matériaux pour construire un abri.
4. Demander aux cadets de construire un abri. Les cadets doivent vérifier leur abri pour s'assurer de ce qui suit :
   (a) il y a assez d'espace pour que deux personnes puissent se coucher et s'asseoir droit,
   (b) les cordes sont solidement fixées,
   (c) il est étanche.
5. Inspecter l'abri des cadets pour s'assurer qu'il est bien construit et qu'on peut y dormir en toute sécurité.
6. Démonter les abris et retourner les matériaux d'où ils proviennent.

### MESURES DE SÉCURITÉ

- Les cadets doivent respecter les limites pour cette activité.
- Les cadets doivent s'assurer d'utiliser les outils de façon sécuritaire en tout temps.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La construction d'un abri improvisé par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 6 (COCOM-01 de l'OREN 324).

### OBSERVATIONS FINALES

Le fait de savoir comment construire un abri improvisé dans une situation de survie aidera les cadets à renforcer leur confiance en soi et à combattre les sept ennemis de la survie.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Avant de donner cette leçon, l'instructeur doit trouver un exemple de chaque type d'abri.

Il est entendu que les différences saisonnières et l'emplacement peuvent restreindre la capacité de construire tous les abris mentionnés. Il faut donc fournir aux cadets autant d'exemples visuels que possible.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM M324.02 – RECUEILLIR DE L'EAU POTABLE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 3 afin de donner les renseignements généraux et de présenter aux cadets les méthodes de collecte de l'eau.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la collecte de l'eau, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de recueillir l'eau des précipitations, de la rosée ou de la condensation provenant des plantes.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent l'importance de savoir comment recueillir de l'eau en situation de survie, parce que la soif est l'un des sept ennemis de la survie. Puisqu'il peut être difficile d'avoir accès à de l'eau douce, les cadets devront utiliser d'autres moyens pour en trouver.

**Point d'enseignement 1** **Identifier les méthodes pour trouver de l'eau**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à présenter aux cadets les diverses méthodes pour trouver de l'eau.

L'eau est une denrée que la plupart des gens tiennent pour acquis. Il nous suffit d'ouvrir le robinet pour avoir accès à une source inépuisable d'eau. Jusqu'à ce qu'il y ait des pénuries d'eau ou des sécheresses, l'eau sera rarement au centre de nos préoccupations. L'eau est universellement importante et doit être respectée. Elle est essentielle à la vie et toute forme de vie en est composée.

Dans une situation de survie, il est important de conserver l'eau potable et de chercher une source d'eau douce.

**Eau potable.** Eau de grande qualité, propre à la consommation.

**OBSERVER LES INSECTES, LES AMPHIBIENS, LES MAMMIFÈRES ET LES OISEAUX**

Dans une situation de survie, la meilleure façon de trouver des sources d'eau est d'observer le comportement des mammifères.

**Insectes**

Les insectes sont de bons indicateurs de la proximité d'un point d'eau. La présence d'abeilles indique habituellement qu'il existe un point d'eau à moins de quelques kilomètres d'où on se trouve. Les abeilles s'éloignent d'au plus 6.5 km (4 mi) de leurs nids ou ruches. Elles ne boivent pas toujours aux mêmes moments, mais elles boivent quand elles ont soif.

Les fourmis sont dépendantes de l'eau. Une fourmilière se trouvera souvent près d'une source d'eau. Une colonne de fourmis qui monte un arbre se dirige habituellement vers un petit réservoir d'eau piégée.

La plupart des mouches se tiennent dans un rayon de 90 m (100 verges) d'un point d'eau. La présence d'une nuée de moustiques ou de mouches indique qu'il existe probablement une bonne source d'eau à proximité.

**Amphibiens**

Les amphibiens ne sont pas des indicateurs de la proximité d'un point d'eau. Ils recueillent la rosée et absorbent l'humidité de leur proie.

**Mammifères**

La plupart des mammifères doivent boire de l'eau régulièrement. Les mammifères herbivores restent habituellement près d'un point d'eau. Les sentiers convergents utilisés par le gibier mènent souvent à un point d'eau; il faut les suivre en descendant.

**Oiseaux**

Les oiseaux granivores, comme les pinsons et les pigeons, ne sont jamais loin d'un point d'eau. Ils boivent à l'aube et au crépuscule. Lorsqu'ils volent en ligne droite et à basse altitude, c'est qu'ils se dirigent vers un point d'eau. Lorsqu'ils reviennent du point d'eau, ils volent d'arbre en arbre, en se reposant fréquemment. On peut trouver le point d'eau en relevant leurs allées et venues.

Les oiseaux aquatiques peuvent parcourir de grandes distances sans s'arrêter pour se nourrir ou boire; leur présence n'indique pas nécessairement qu'il y a de l'eau à proximité.

Les faucons, les aigles et autres rapaces absorbent l'eau de leurs victimes et leur présence n'indique pas qu'il y a de l'eau à proximité.

**CHERCHER DES PLANTES**

Examiner les plantes et les arbres à feuilles vertes qui nécessitent beaucoup d'eau. Parmi ses plantes on retrouve les quenouilles, les joncs, les aulnes et les roseaux. Parmi les arbres, on retrouve les peupliers deltoïdes, les peupliers, les sarcobatus vermiculés et les saules. Ce type de végétation indique la présence d'une nappe phréatique élevée. Ces plantes pourraient se trouver sur un lit de rivière à sec. Pour atteindre l'eau, creuser un trou de 30 à 60 cm (1 à 2 pieds) dans le sol; l'eau s'accumulera dans le fond du trou.

On peut aussi chercher de l'eau au bas des falaises où il y a de la végétation.

**CHERCHER AU FOND DES VALLÉES**

Chercher au fond des vallées où l'eau s'écoule naturellement. En l'absence de cours d'eau ou de plan d'eau apparent, chercher des carrés de végétation riche et creuser à cet endroit. Il pourrait y avoir de l'eau juste sous la surface qui s'accumulera dans le trou. On pourrait découvrir une source sous la surface en creusant dans une ravine ou un lit de cours d'eau asséché, particulièrement dans des sols graveleux. Dans les vallées en montagne, chercher l'eau piégée dans des crevasses.

Il y a de forts risques que les plans d'eau ou les cours d'eau qui sont exempts de végétation soient contaminés par des minéraux ou des produits chimiques en forte concentration qui proviennent de l'eau infiltrée dans la roche de fond ou près de la surface.

L'eau recueillie dans les plans d'eau doit toujours être bouillie avant d'être consommée.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIONS**

Q1. Quel type d'oiseaux n'indique pas nécessairement qu'il y a un point d'eau à proximité?

Q2. Quels sont les meilleurs indicateurs de la présence d'un point d'eau?

Q3. Quels types de plantes doit-on rechercher quand on cherche une source d'eau?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les oiseaux aquatiques peuvent parcourir de grandes distances sans s'arrêter pour se nourrir ou boire; leur présence n'indique pas nécessairement qu'il y a de l'eau à proximité. Les faucons, les aigles et autres rapaces absorbent l'eau de leurs victimes et leur présence n'indique pas qu'il y a de l'eau à proximité.

R2. Les mammifères.

R3. Chercher des plantes et des arbres à feuilles vertes qui nécessitent beaucoup d'eau. Parmi ses plantes on retrouve les quenouilles, les joncs, les aulnes et les roseaux. Parmi ses arbres on retrouve les peupliers deltoïdes, les peupliers, les sarcobatus vermiculés et les saules.

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer et démontrer les méthodes pour recueillir de l'eau et en faire la démonstration**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration

Pour chaque méthode mentionnée, l'expliquer aux cadets et en faire la démonstration.

Parce que la collecte d'eau peut s'avérer difficile, il est important de prendre en considération le temps de l'année et les conditions météorologiques lorsqu'on cherche et recueille de l'eau.

**CREUSER DES PUITS**

On creuse des puits dans l'espoir de trouver une source fiable et abondante d'eau. Si un survivant creuse un puits en situation de survie, il doit le faire quand il lui reste encore beaucoup de force et d'endurance.

Les puits ne peuvent pas être creusés plus profondément que la nappe phréatique parce qu'ils se rempliront continuellement d'eau. En saison sèche, lorsque la nappe phréatique baisse, on peut creuser plus profondément.

**Nappe phréatique.** Limite supérieure de l'eau souterraine qui existe naturellement.

Une fosse d'humidité au sol est un exemple de puits simple.

**Fosse d'humidité au sol**

1. Creuser un trou (fosse) de 2 m x 2 m de profondeur x 1 m (6.5 pi x 6.5 pi x 3.2 pi).
2. Couper le haut d'une bouteille d'eau vide.
3. Faire un petit trou au centre du plastique pour la bouteille.
4. Couvrir la fosse d'une pellicule de plastique.
5. Placer une petite roche sur la pellicule de plastique couvrant la bouteille d'eau.
6. Laisser le soleil faire son œuvre.

La bouteille se remplira d'eau au moins une fois par jour, ce qui est suffisant pour assurer la survie. Cette méthode ne fonctionnera probablement pas par temps froid.

**RECUEILLIR LES PRÉCIPITATIONS**

Les précipitations peuvent prendre la forme de pluie, de neige, de grêle, de grésil, de rosée ou de givre.

L'eau de pluie recueillie dans des contenants propres ou sur des plantes est habituellement potable. Cependant, l'eau des lacs, des étangs, des marais, des sources ou des cours d'eau, notamment l'eau trouvée près des régions peuplées ou dans les tropiques, doit être purifiée.

Bien que les pluies acides ou polluées puissent contaminer le sol, l'eau de pluie est généralement potable.

Utiliser autant de contenants que possible. On peut se servir de morceaux de plastique, de bois ou d'écorce ou encore de trous creusés dans l'argile pour recueillir l'eau.

**RECUEILLIR LA ROSÉE**

Même si la rosée ne procure pas une grande quantité d'eau, elle reste une bonne source d'eau. Elle s'accumule sur l'herbe, les feuilles, les roches et l'équipement à l'aube et au crépuscule. C'est aussi à ces moments que la rosée devrait être recueillie avant qu'elle ne gèle ou ne s'évapore.

Une rosée abondante peut procurer de l'eau. Nouer des chiffons ou des touffes d'herbe fine autour des chevilles et marcher dans l'herbe couverte de rosée avant le lever du soleil. Au fur et à mesure que les chiffons ou les touffes d'herbe absorbent la rosée, en extraire l'eau dans un contenant. Répéter ces étapes jusqu'à obtenir une bonne quantité d'eau ou jusqu'à ce qu'il ne reste plus de rosée. Les aborigènes d'Australie peuvent parfois recueillir jusqu'à un litre d'eau à l'heure de cette façon.

**RECUEILLIR LA CONDENSATION**

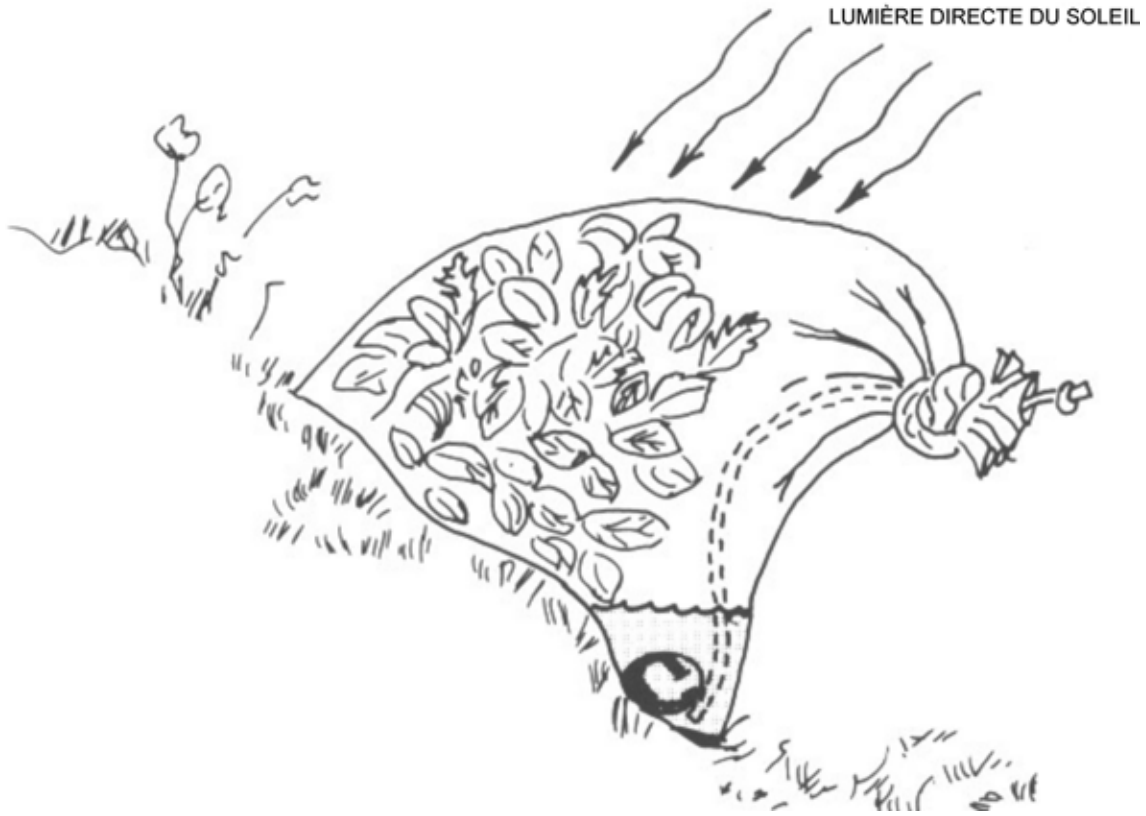
**Condensation.** Processus par lequel la vapeur d'eau contenue dans l'air se liquéfie. Les gouttes sur la surface externe d'un verre froid sont de l'eau condensée. La condensation est le phénomène inverse de l'évaporation.

**Sacs de plantes**

Le sac de plantes est simplement un contenant servant à recueillir la condensation des plantes. Une section d'un buisson, d'un arbuste ou d'un arbre est enfermée dans un sac de plantes, et la condensation due au soleil est recueillie dans le sac.

Pour fabriquer un sac de plantes, on a besoin d'un sac en plastique transparent et d'une bonne quantité de végétaux non toxiques et en santé. Un bout de tube chirurgical de 1 à 2 m (4 à 6 pi) de longueur est également utile.

1. Ouvrir le sac de plastique et le remplir d'air.
2. Le remplir ensuite de plantes vertes très feuillues jusqu'à la moitié ou aux trois quarts. Prendre soin de ne pas perforer le sac.
3. Mettre une petite roche ou un objet similaire dans le sac. Si vous disposez d'un tube chirurgical, en glisser une extrémité dans le sac jusqu'au fond. Faire un demi-nœud avec l'autre extrémité.
4. Fermer le sac et l'attacher aussi près que possible de l'ouverture.
5. Mettre le sac sur une pente ensoleillée de façon à ce que son ouverture soit légèrement plus élevée que le point le plus bas du sac.
6. Placer la roche et le tube chirurgical au point le plus bas du sac.
7. Pour obtenir les meilleurs résultats, remplacer les plantes tous les deux à trois jours.
8. Si l'on utilise un tube chirurgical, défaire simplement le nœud et boire l'eau qui s'est condensée dans le sac. Si l'on n'utilise pas de tube, desserrer l'attache et vider le liquide condensé. S'assurer de vider tout le liquide chaque jour, avant le coucher du soleil, sinon il sera réabsorbé par les plantes.




*G. Davenport, Wilderness Survival, Stackpole Books (page 144)*

Figure 14-2-1 Sac de plantes

**Sacs à transpiration**

**Transpiration.** Processus par lequel l'eau absorbée par les plantes, habituellement par les racines, s'évapore dans l'atmosphère à partir de la surface plantes, comme les pores des feuilles.

Un sac à transpiration donne de meilleurs résultats qu'un sac de plantes parce qu'on peut réutiliser la même plante après lui avoir laissé assez de temps pour se régénérer. Les sacs à transpiration sont avantageux parce qu'ils sont productifs, faciles à assembler et produisent de l'eau qui a bon goût.

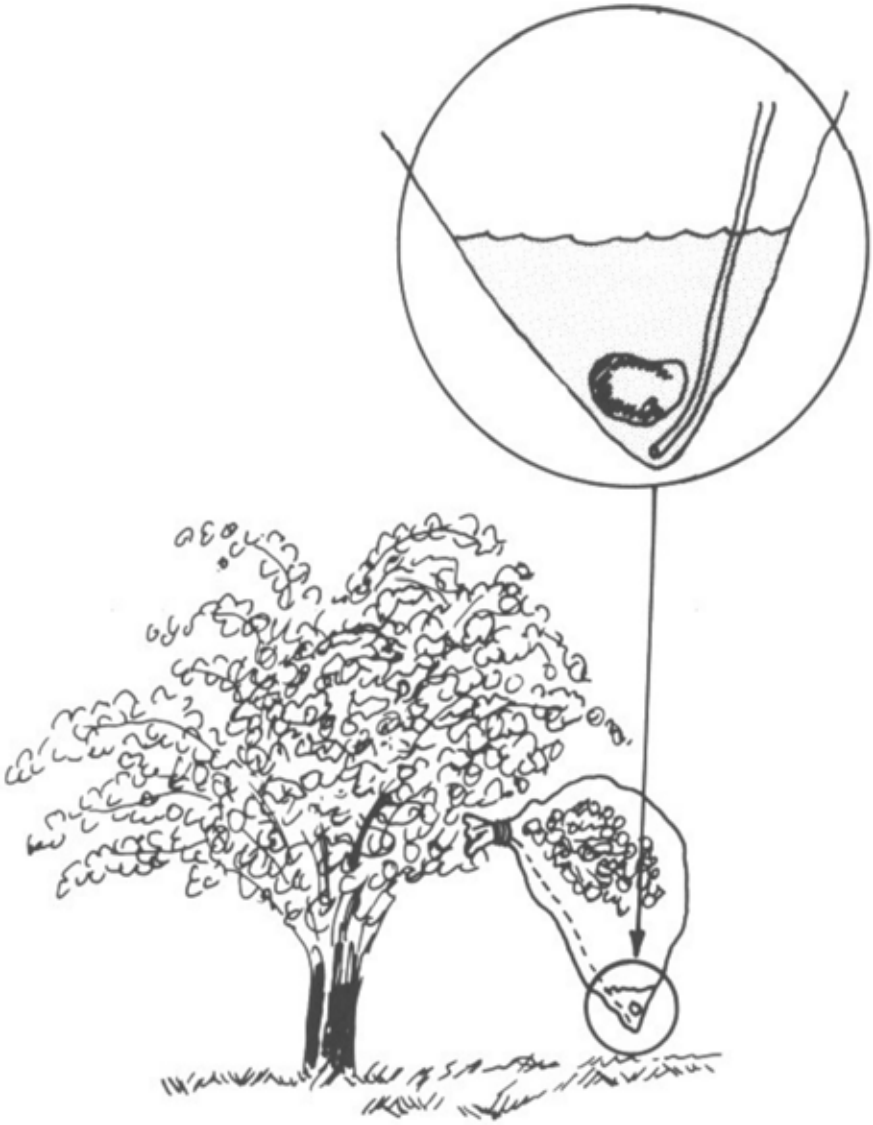
Pour fabriquer un sac à transpiration, on a besoin d'un sac en plastique transparent et d'un buisson ou d'un arbre non toxique.

Un bout de tube chirurgical de 1 à 2 m (4 à 6 pi) de longueur est également utile.

1. Ouvrir le sac de plastique et le remplir d'air.
2. Placer le sac sur des branches très feuillues d'un arbre ou d'un buisson, en prenant soin de ne pas le perforer. S'assurer que le sac se trouve sur le côté de l'arbre ou du buisson qui est le plus exposé au soleil.
3. Mettre une petite roche ou un objet similaire dans le sac à son point le plus bas, et, si vous disposez d'un tube chirurgical, en insérer une extrémité au fond du sac près de la roche.
4. Faire un demi nœud avec l'autre extrémité du tube.
5. Fermer le sac et l'attacher aussi près que possible de l'ouverture.

6. Changer l'emplacement du sac tous les deux ou trois jours pour optimiser les résultats et pour laisser au feuillage déjà utilisé le temps de se régénérer pour être réutilisé plus tard.

7. Si l'on utilise un tube chirurgical, défaire simplement le nœud et boire l'eau qui s'est condensée dans le sac. S'assurer de vider tout le liquide chaque jour, avant le coucher du soleil, sinon il sera réabsorbé par l'arbre ou le buisson.



*G. Davenport, Wilderness Survival, Stackpole Books (page 144)*

Figure 14-2-2 Sac à transpiration

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelle influence la nappe phréatique a-t-elle sur la profondeur du puits?

Q2. Comment recueille-t-on la rosée?

Q3. Quels sont les avantages du sac à transpiration?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les puits ne peuvent pas être bien plus profonds que la nappe phréatique.

R2. On recueille la rosée en nouant des chiffons ou des touffes d'herbe fine autour de ses chevilles et en marchant dans l'herbe couverte de rosée avant le lever du soleil.

R3. Les sacs à transpiration sont avantageux parce qu'ils sont productifs, faciles à assembler et produisent de l'eau qui a bon goût.

---

**Point d'enseignement 3** **Expliquer les méthodes pour transporter l'eau**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Ce PE vise à présenter aux cadets les diverses méthodes pour transporter de l'eau dans une situation de survie.

Dans une situation de survie, il peut être nécessaire de transporter de l'eau d'un endroit à un autre. Idéalement, on doit avoir ou trouver un contenant pouvant contenir au moins un litre d'eau et doté d'un large goulot.

Il est parfois nécessaire d'improviser des contenants pour l'eau. Tout contenant solide peut être utilisé.

**BOÎTE DE RANGEMENT**

On peut utiliser tout type de contenant, y compris l'étui d'une trousse de survie. Les boîtes de rangement des allumettes, les sacs de nourriture et les boîtes métalliques peuvent contenir de l'eau.

**PRÉSERVATIF**

Les préservatifs sont idéaux pour entreposer l'eau, à condition qu'ils ne soient ni lubrifiés ni spermicides. Ils devront cependant être soutenus par une écharpe ou autre structure pour les renforcer.

**PONCHO**

Le poncho est fait d'un matériau imperméable qui est idéal pour transporter l'eau. Il peut être plié ou roulé pour obtenir une forme permettant de recueillir et de transporter l'eau. Former un bol avec le poncho en attachant les coins à des branches d'arbre.

**CONTENANT NATUREL**

Les contenants naturels, comme des morceaux de bois évidés, sont excellents pour entreposer l'eau. Le bois dans le contenant procurera résistance et stabilité pour de grandes quantités d'eau. De grandes feuilles peuvent être pliées et tenues dans la main pour les petites quantités d'eau.

**SAC DE PLASTIQUE**

Les sacs de plastique sont des pièces d'équipement utiles en situation de survie. On peut utiliser un grand sac de plastique, comme un grand sac de polyéthylène d'environ 200 cm sur 60 cm (7 pi sur 2 pi), pour divers usages, notamment pour recueillir de grandes quantités d'eau.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les différentes façons de transporter l'eau?

Q2. Quel est l'avantage d'utiliser un poncho pour transporter l'eau?

Q3. Donner des exemples de contenants naturels.

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. On peut transporter l'eau en utilisant une boîte de rangement, un préservatif, un poncho, un contenant naturel ou un sac de plastique.

R2. L'avantage d'utiliser un poncho pour transporter l'eau est qu'il est déjà étanche.

R3. Parmi les contenants naturels, on retrouve les morceaux de bois évidés et les grandes feuilles.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce que de l'eau potable?

Q2. Qu'est-ce que la nappe phréatique?

Q3. Comment construit-on un sac à transpiration?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Eau de grande qualité, propre à la consommation.

R2. Limite supérieure de l'eau souterraine qui existe naturellement.

R3. Pour construire un sac à transpiration :

(1) Ouvrir le sac de plastique et le remplir d'air.

(2) Placer le sac sur des branches très feuillues d'un arbre ou d'un buisson, en prenant soin de ne pas le perforer. S'assurer que le sac se trouve sur le côté de l'arbre ou du buisson qui est le plus exposé au soleil.

(3) Mettre une petite roche ou un objet similaire dans le sac à son point le plus bas, et, si vous disposez d'un tube chirurgical, en insérer une extrémité au fond du sac près de la roche.

(4) Faire un demi-nœud avec l'autre extrémité du tube.

(5) Fermer le sac et l'attacher aussi près que possible de l'ouverture.

(6) Changer l'emplacement du sac tous les deux ou trois jours pour optimiser les résultats et pour laisser au feuillage déjà utilisé le temps de se régénérer pour être réutilisé plus tard.

(7) Si l'on utilise un tube chirurgical, défaire simplement le nœud et boire l'eau qui s'est condensée dans le sac. S'assurer de vider tout le liquide chaque jour, avant le coucher du soleil, sinon il sera réabsorbé par l'arbre ou le buisson.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 6 (COCOM-02 de l'OREN 324).

### OBSERVATIONS FINALES

La collecte d'eau peut faire la différence entre survivre et mourir. Le fait de savoir comment et où recueillir l'eau aidera les cadets à combattre les ennemis de la survie et les gardera en santé et hydratés pendant l'expérience.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les cadets doivent recueillir de l'eau pendant l'EEC de campement.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2002). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

C3-002 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C3-150 (ISBN 978-0-8117-3292-5) Davenport, G. (2006). *Wilderness Survival* (2e éd.). Mechanicsburg, Pennsylvanie, Stackpole Books.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

# OCOM M324.03 – ALLUMER UN FEU SANS ALLUMETTES

Durée totale : 120 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier les instructions qui se trouvent aux annexes A à D, pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 pour initier les cadets aux méthodes pour allumer un feu sans allumettes et pour susciter leur intérêt à ce sujet.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur de démontrer et d'expliquer les diverses méthodes pour allumer un feu sans allumettes.

La méthode d'instruction par exécution a été choisie pour le PE 3, parce qu'elle permet aux cadets de se pratiquer à allumer un feu sans allumettes, sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision de cette leçon est tirée de l'OCOM M224.05 (Préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 5).

Avant de conduire l'instruction dans les parcs provinciaux et nationaux, on doit confirmer que les feux sont permis. En général, les feux en plein air sont permis seulement dans des endroits désignés. Ces types de feux ne sont pas contenus dans des structures ou enceintes qui empêchent le feu de se propager (par ex., baril ou foyer).

Chaque parc énonce clairement ses règlements et restrictions relatifs au feu.

Les parcs suivent communément l'indice forêt-météo, lequel procure une évaluation de la possibilité relative de feu qui est basée uniquement sur des observations météorologiques. Quand on prévoit allumer des feux dans les limites d'un parc, on doit vérifier avec le bureau d'administration du parc pour connaître les règles et règlements à ce sujet.

## MÉTHODE CANADIENNE D'ÉVALUATION DES DANGERS D'INCENDIE DE FORÊT (MCEDIF)

La MCEDIF est le système national du Canada pour évaluer les dangers d'incendie de forêt. Le système évalue et intègre les données pour aider les gestionnaires à prédire les possibilités de feu en régions boisées.

La MCEDIF fournit un indice (voir la figure 14-3-1) sur la facilité relative à l'inflammabilité de la forêt, à la difficulté de contrôle d'un feu et du niveau de dommage qu'un feu peut causer.

| BLEU | VERT | JAUNE | ORANGE | ROUGE |
|---|---|---|---|---|
| FAIBLE | MODÉRÉ | ÉLEVÉ | TRÈS ÉLEVÉ | EXTRÊME |

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 14-3-1 Indice de danger de feu MCEDIF

**Faible.** Une possibilité faible que des feux se produisent. Les feux qui surviennent s'éteignent habituellement d'eux-mêmes et il est rare qu'ils se rallument.

**Modéré.** Une possibilité modérée que des feux s'allument. Ces feux sont rampants ou sont des feux de surface modérés. Ils sont facilement circonscrits par des équipes au sol munies de pompes à eau.

**Élevé.** Une possibilité élevée qu'un feu s'allume. Ces feux posent des défis aux équipes au sol chargées de les combattre et les équipements lourds (camions-citernes à eau et aéronefs) sont souvent requis pour contenir l'incendie.

**Très élevé.** Une possibilité très élevée qu'un feu s'allume. Ces feux se propagent vite et sont de forte intensité. Ils sont difficiles à contrôler et nécessitent un soutien aéroporté.

**Extrême.** L'environnement est très sec et les risques de feu sont extrêmement élevés. Ces feux se propagent rapidement, sont de forte intensité et très difficiles à contrôler.

Réviser cette information en consultant la MCEDIF sur l'Internet au site https://nofc1.cfsnet.nfis.org/mapserver/cwfis/index.phtml.

## MAINTENIR UN EMPLACEMENT DE FEU SÉCURITAIRE

Avant d'allumer un feu, s'assurer que le matériel d'incendie et de secours est disponible.

**Pelle.** Une pelle fournit un moyen d'étouffer le feu. Pelleter de la terre, du gravier ou du sable sur un feu réduit l'apport d'oxygène, et a ainsi pour effet de l'éteindre.

**Râteau.** Un râteau permet de disperser la braise du feu. On peut aussi l'utiliser pour ramasser de la terre, du gravier ou du sable sur le feu afin de l'étouffer.

**Seau rempli d'eau ou de sable.** Si un feu devient hors de contrôle, on peut y renverser immédiatement un seau d'eau ou de sable. On peut aussi remplir celui-ci autant de fois que c'est nécessaire.

**Extincteur.** Un extincteur est conçu pour contrôler un feu pour une courte durée. Il est très efficace pour éteindre un petit feu qui devient hors de contrôle.

## CHOISIR UN EMPLACEMENT DE FEU SÉCURITAIRE

Avant de commencer à construire un feu, penser à l'emplacement. Il doit être placé de façon à procurer le maximum de chaleur et de confort sans renoncer à la sécurité. Quand on choisit un emplacement de feu sécuritaire, il faut tenir compte des éléments suivants :

- l'emplacement du feu doit être haut et sec;
- la zone doit être à l'abri et éloignée des endroits exposés au vent pour réduire les flambées;
- l'emplacement ne doit pas se trouver sous des broussailles et branches pendantes;
- tout matériel combustible doit être enlevé de l'emplacement du feu;
- l'emplacement doit être situé à 1.8 m (4 à 6 pi) de l'entrée de l'abri.

## OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit suivre la procédure pour allumer un feu sans allumettes.

## IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables d'allumer un feu sans allumettes. Le deuxième élément du modèle de survie est le feu, qui procure chaleur, éclairage et réconfort. Un feu constitue aussi un moyen de cuire la nourriture, de faire fuir les animaux et de signaler les sauveteurs si le cadet se perd et qu'il est dans une situation de survie sans trousse de survie.

---

**Point d'enseignement 1** — **Identifier les méthodes pour allumer un feu sans allumettes**

Durée : 20 min — Méthode : Exposé interactif

---

L'information présentée dans ce PE représente des renseignements de base sur les différentes méthodes pour allumer un feu sans allumettes.

## AUTRES MÉTHODES POUR ALLUMER UN FEU

Dans une situation de survie, on peut ne pas disposer d'allumettes pour allumer un feu. Dans ces situations, on doit trouver d'autres méthodes.

### Archet et baguette

La méthode de l'archet et de la baguette utilise le frottement et la pression pour chauffer un morceau de bois et générer une fine poudre noire qui allumera l'amadou. Elle demande de la pratique, mais peut être facilement répétée et ne nécessite que des matériaux trouvés dans l'environnement.

### Scie à feu

La méthode de la scie à feu consiste à frotter le bord biseauté d'un bâton dans une encoche faite dans une planche. Elle est couramment utilisée dans la jungle ou en milieu humide.

### Pierre à feu et acier

Il s'agit de la meilleure méthode pour allumer l'amadou, à part les allumettes. Elle consiste à utiliser les copeaux de la pierre à feu râpés à l'aide d'un couteau tranchant pour allumer le bois.

La méthode de l'allume-feu de magnésium est similaire à celle de la pierre à feu et acier, sauf que l'allume-feu contient un morceau de magnésium dans de l'aluminium qu'on peut râper pour produire des copeaux qui aideront à l'allumage. Râper ou gratter l'allume-feu pour produire des copeaux, puis les enflammer en frappant l'allume-feu avec le dos d'un couteau. Le magnésium génère une énorme quantité de chaleur. S'assurer de ne pas laisser tomber les copeaux sur la peau ou les vêtements.

**Soleil et verre**

Pour allumer l'amadou à l'aide du soleil, on peut utiliser une lentille convexe (lentille dont le centre forme saillie) de jumelles, un objectif d'appareil photo ou de télescope, le fond d'une vieille bouteille à boisson gazeuse ou d'une canette à onglet, un morceau de glace ou une loupe.

On peut aussi allumer un feu à l'aide d'une canette à onglet et d'une tablette de chocolat. Le fond de la canette a la forme d'une lentille qui n'est cependant pas très réfléchissante. Polir le fond de la canette avec du chocolat, comme pour polir une paire de bottes, jusqu'à l'obtention d'un fini miroir. Faire converger les rayons du soleil sur l'amadou. Cette méthode prend beaucoup de temps, mais elle fonctionne.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les diverses méthodes pour allumer un feu?

Q2. Comment fonctionne la méthode de l'archet et de la baguette?

Q3. Comment fonctionne la méthode de la pierre à feu et de l'acier?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Archet et baguette, scie à feu, pierre à feu et acier, soleil et verre.

R2. La méthode de l'archet et de la baguette utilise le frottement et la pression pour chauffer un morceau de bois et générer une fine poudre noire qui allumera l'amadou.

R3. Elle consiste à utiliser les copeaux de la pierre à feu râpés à l'aide d'un couteau tranchant pour allumer le bois.

**Point d'enseignement 2** — **Démontrer les diverses méthodes pour allumer un feu**

Durée : 30 min — Méthode : Démonstration

Faire une démonstration des diverses méthodes suivantes pour allumer un feu. Il n'est pas nécessaire de construire un feu, mais chaque méthode doit être expliquée et faire l'objet d'une démonstration.

**Archet et baguette (mandrin)**

Suivre les étapes suivantes pour allumer un feu par cette méthode :

1. Rassembler les matériaux suivants :

(a) une tige de bois dur de 2 cm d'épaisseur sur 30 cm de longueur,

(b) une planchette de bois mou de 5 cm de largeur sur 20 cm de longueur sur 2 cm d'épaisseur,

(c) un bloc d'appui ou une embase,

(d) un bâton de 60 à 90 cm de longueur pour fabriquer l'archet (l'idéal est d'utiliser du bois vert provenant d'un jeune arbre),

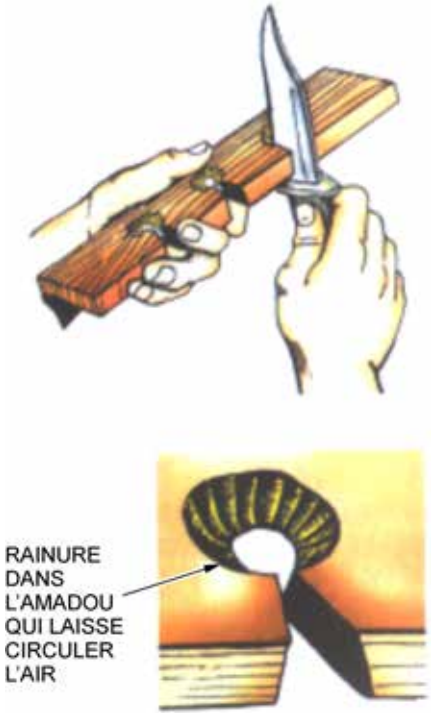
(e) un bout de corde.

2. Aménager un creux dans le bloc d'appui ou l'embase de 3 à 5 cm de profondeur pour accueillir la tige de bois dur (voir figure 14-3-2).

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

Figure 14-3-2 Bloc d'appui

3. Aménager une rainure dans la planchette de bois mou dans laquelle tournera la tige de bois dur. La rainure doit être ouverte à une extrémité pour laisser s'échapper la chaleur et la braise (voir figure 14-3-3).

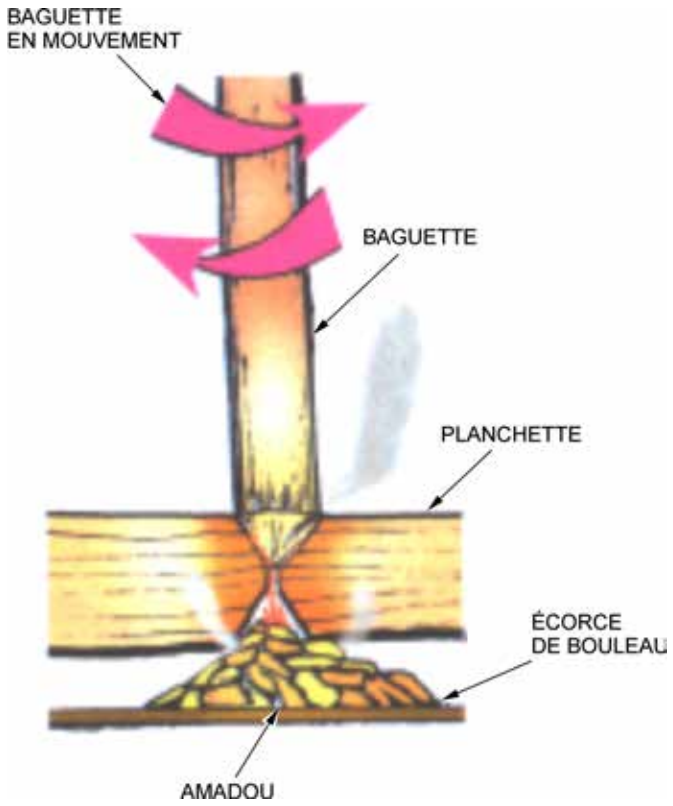



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

Figure 14-3-3 Planchette de bois mou

4. Appointer une extrémité de la tige de bois dur.

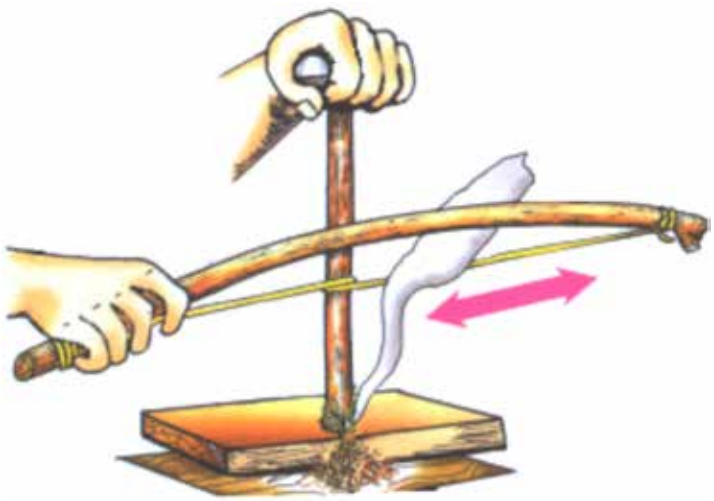
5. Placer l'amadou dans l'ouverture, par laquelle tombera la braise.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

Figure 14-3-4 Baguette

6. Enrouler la corde de l'archet autour de la tige de bois dur et placer celle-ci sur la planchette de bois mou.
7. Appuyer le bloc d'appui contre l'extrémité supérieure de la tige.
8. Déplacer lentement l'archet dans un mouvement de va-et-vient pour que la tige de bois dur tourne dans un sens et dans l'autre.



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

Figure 14-3-5 Archet et baguette

9. Exécuter un mouvement régulier de va-et-vient; la régularité compte plus que la vitesse.

10. À l'apparition de fumée, augmenter la vitesse et observer l'apparition de braise.

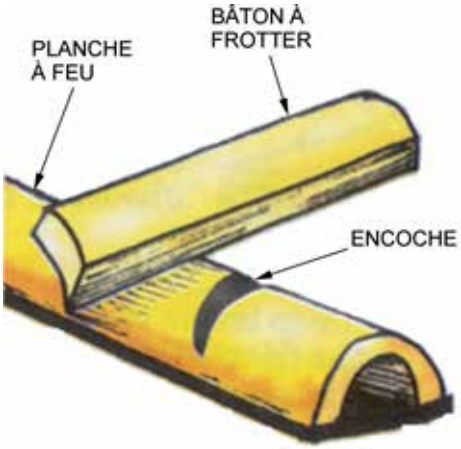
11. Lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement dessus pour l'enflammer.

12. Lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.

**SCIE À FEU**

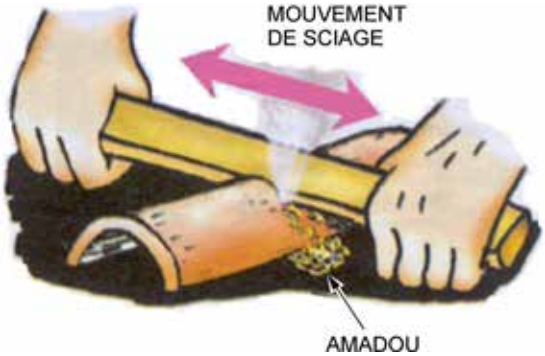
La scie à feu consiste en deux morceaux de bois sec, dont l'un morceau est frotté vigoureusement contre l'autre dans un mouvement de sciage.

Utiliser la moitié d'un morceau de bois fendu en guise de planche et un morceau de bois mou en guise de bâton à frotter. Un matériau léger, comme de la mousse séchée, ou encore du lichen, comme de la mousse espagnole, est un excellent amadou.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

Figure 14-3-6 Scie à feu

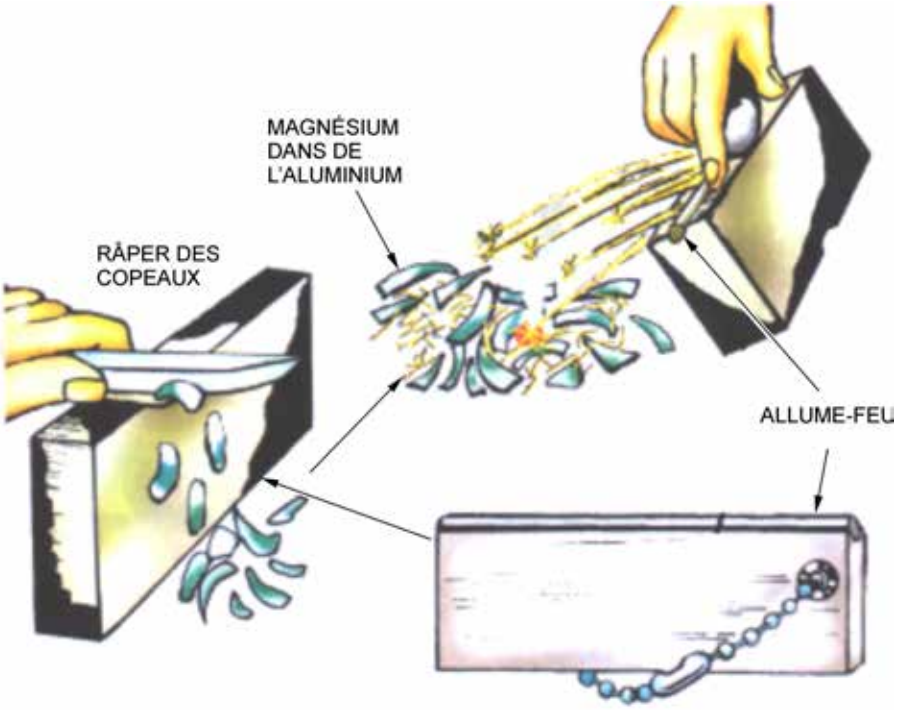



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

Figure 14-3-7 Scie à feu en mouvement

**PIERRE À FEU ET ACIER**

Tenir la pierre à feu aussi près que possible de l'amadou et la frapper avec le dos d'une lame de couteau ou d'un petit morceau d'acier ordinaire. La frapper vers le bas pour que les étincelles tombent sur l'amadou. Lorsque l'amadou commence à fumer, souffler doucement sur l'amadou ou l'éventer pour l'envoyer sur la flamme.

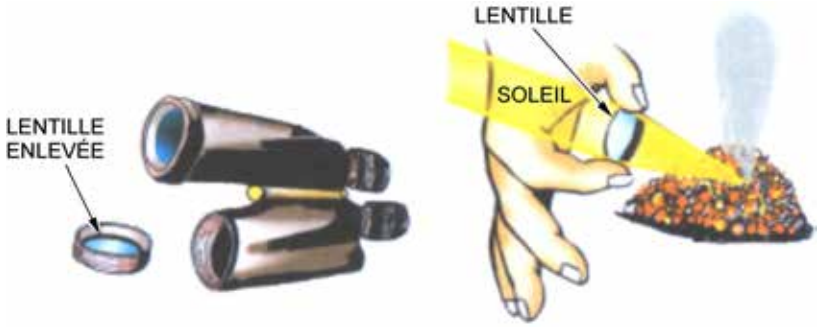



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 436)*

Figure 14-3-8 Pierre à feu et acier

**SOLEIL ET VERRE**

À l'aide d'un morceau de verre convexe, concentrer les rayons du soleil sur l'amadou et maintenir cette position jusqu'à l'apparition de fumée.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 437)*

Figure 14-3-9 Soleil et verre

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

La participation des cadets à l'activité du PE 3 servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** **Demander aux cadets de se pratiquer à allumer un feu**

Durée : 60 min Méthode : Rendement

Les cadets se pratiqueront à allumer un feu sans allumettes. Il n'est pas nécessaire que les cadets construisent un feu.

Si le temps le permet, une autre méthode devrait être essayée.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de construire un feu et de se pratiquer à l'allumer sans allumettes.

### RESSOURCES

- Une pierre à feu et un morceau d'acier,
- du verre,
- une hache de 1.8 kg (4 lb) muni d'un manche de 91 cm (36 pouces),
- une scie à archet de 60 cm (24 pouces),
- un seau rempli d'eau ou de sable,
- de l'amadou,
- du petit bois,
- un couteau,
- une tige de bois dur de 2 cm d'épaisseur sur 30 cm de longueur,
- une planchette de bois mou de 5 cm de largeur sur 20 cm de longueur sur 2 cm d'épaisseur,
- un bloc d'appui ou une embase,
- un bâton de 60 à 90 cm de longueur pour fabriquer l'archet (l'idéal est d'utiliser du bois vert provenant d'un jeune arbre),
- de la corde,
- de l'eau,
- une pelle.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de tenter d'allumer un feu sans allumettes en utilisant l'une des méthodes suivantes :

   (a) archet et baguette,

(b) scie à feu,

(c) pierre à feu et acier,

(d) soleil et verre.

2. Demander aux cadets de choisir une méthode parmi la liste ci-dessus.

3. Distribuer les documents de cours contenant les instructions qui se trouvent aux annexes A à D.

4. Distribuer les matériaux aux cadets.

Il n'est pas nécessaire que les cadets allument un feu, puisqu'il s'agit d'une compétence difficile à maîtriser. Ils ne sont tenus que de construire et d'utiliser une méthode, mais ils peuvent en essayer une autre, si le temps le permet.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- De l'équipement de lutte contre les incendies doit être sur les lieux pendant l'allumage des feux.
- D'autres instructeurs peuvent être nécessaires, si tous les cadets tentent de faire cette activité simultanément.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'exercice d'allumage de feu servira de confirmation d'apprentissage de cette leçon.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'exercice d'allumage d'un feu à l'aide d'un archet et d'une baguette, d'une scie à feu, d'une pierre à feu et de l'acier ou de soleil et de verre servira de confirmation d'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 6 (COCOM-03 de l'OREN 324).

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est important que les cadets soient capables d'allumer un feu sans allumettes. Le deuxième élément du modèle de survie est le feu, qui procure chaleur, éclairage et réconfort. Un feu constitue aussi un moyen de cuire la nourriture, de faire fuir les animaux et de signaler les sauveteurs si le cadet se perd.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2002). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-265314-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-148 (ISBN 978-0-8118-3292-5) Davenport, G. (2006) *Wilderness Survival* (2e éd.). Mechanicsburg, Pennsylvanie, Stackpole Books.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

# OCOM M324.04 – PRÉDIRE LES CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES (MÉTÉO)

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2 afin de présenter aux cadets les fronts atmosphériques et les indicateurs météorologiques qui influencent les prévisions météorologiques.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 3, parce que c'est une façon interactive d'initier les cadets à la façon de prédire la météo dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences en survie et des connaissances dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de prédire la météo pour une période de 24 heures.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprennent à prédire la météo pour qu'ils puissent prendre en compte ce facteur dans leur plan de survie s'ils se perdent. La météo joue un rôle important lorsqu'il faut décider de la meilleure mesure à prendre en attendant l'aide des sauveteurs, du type d'abri à rechercher, et du moment de se déplacer.

**Point d'enseignement 1** **Décrire les indicateurs météorologiques**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE permet aux cadets d'examiner les nuages tout en apprenant leurs diverses caractéristiques.

Certaines informations sur les types de nuages sont tirées de l'OCOM M224.03 (Prédire le temps à l'aide des formations de nuages, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 3).

Permettre aux cadets d'examiner brièvement les formations de nuages avant de décrire les caractéristiques de chacune d'elles.

**NUAGES**

**Cumulus.** Gros nuages cotonneux individuels. Ils ressemblent à des choux-fleurs ou à des tampons d'ouate; leur base est souvent sombre et plate. On les voit souvent par temps chaud. Ils annoncent le beau temps, à moins qu'ils ne commencent à s'étendre vers le haut.

Les cumulus peuvent amener les conditions météorologiques suivantes :

- s'ils sont noirs ou gris – possibilité d'orages,
- ils peuvent se transformer en cumulonimbus - possibilité de tempête,
- s'ils sont présents en petites masses isolées – beau temps.

*E. Brotak, Wild About Weather, Lark Books (page 88)*

Figure 14-4-1 Cumulus

**Altocumulus.** Très gros nuages de couleur blanche ou grise. Ils ont l'apparence d'une couche ou série de masses rondes éparpillées. On peut les voir avant du beau ou du mauvais temps; ils sont des indicateurs peu utiles pour prédire les conditions météorologiques futures.

Les altocumulus peuvent amener les conditions météorologiques suivantes :

- s'ils sont en forme de dôme – possibilité d'orage,
- s'ils sont présents en petites masses isolées – beau temps.

*E. Brotak, Wild About Weather, Lark Books (page 87)*

Figure 14-4-2 Altocumulus

**Stratocumulus.** Nappes de gros nuages cotonneux blancs ou gris. Les stratocumulus prennent souvent la forme de rouleaux ou d'éléments nuageux sombres, souvent minces, entre lesquels on voit du ciel bleu. Ils peuvent produire de la neige ou des averses de pluie, parfois fortes.

Les stratocumulus peuvent précéder ou suivre une tempête.

*E. Brotak, Wild About Weather, Lark Books (page 88)*

Figure 14-4-3 Stratocumulus

**Cirrus.** Nuages légers qui ressemblent à de la barbe à papa qu'on étire. Ils ressemblent à une traînée de nuages blanchâtre; ils indiquent habituellement du beau temps.

Les cirrus peuvent amener les conditions météorologiques suivantes :

- s'ils dérivent lentement ou restent immobiles – beau temps,
- s'ils se déplacent rapidement et sont suivis d'autres nuages – mauvais temps.

*E. Brotak, Wild About Weather, Lark Books (page 87)*

Figure 14-4-4 Cirrus

**Cirrostratus.** Nappes blanchâtres couvrant entièrement le ciel. Les cirrostratus sont généralement translucides et annoncent des précipitations dans un ou deux jours.

Leur présence indique du temps variable.

*E. Brotak, Wild About Weather, Lark Books (page 87)*

Figure 14-4-5 Cirrostratus

**Nimbostratus.** Couches de gros nuages cotonneux gris foncé. Ils produisent des précipitations sous forme de pluie ou de neige continue. Le bas de ces nuages est souvent caché par la pluie ou la neige abondante qui tombe.

Leur présence annonce de la pluie.

*E. Brotak, Wild About Weather, Lark Books (page 88)*

Figure 14-4-6 Nimbostratus

Une figure illustrant les types de nuages dans l'atmosphère se trouve à l'annexe E. Distribuer l'annexe E à chaque cadet.

La capacité de prédire le temps à l'aide des nuages est un outil précieux en situation de survie.

Demander aux cadets de nommer des signes indiquant que le temps pourrait être sur le point de changer.

**SIGNES DE MAUVAIS TEMPS**

Lorsque le temps est sur le point de changer en pire, on observera un changement dans la formation des nuages. Les signes de mauvais temps sont les suivants :

- les nuages, peu importe leur formation, s'épaississent (s'assombrissent), sont de plus en plus nombreux ou s'assemblent pour former des couches plus bas en altitude,
- les nuages forment des bancs à l'ouest avec des vents venant du sud,
- les nuages se déplacent dans toutes les directions ou à l'inverse du vent au sol,
- les altocumulus se déplacent rapidement dans le ciel ou forment des tours le matin,
- les cumulus se forment le matin et se développent durant l'après-midi ou se déplacent à partir du sud ou du sud-ouest.

Un halo autour du soleil ou de la lune indique du mauvais temps.

**SIGNES DE BEAU TEMPS**

Lorsque le temps est sur le point de changer en mieux, on observera un changement dans la formation des nuages. Les signes de beau temps sont les suivants :

- le couvert nuageux se lève, s'éclaircit et de petits pans de ciel bleu se développent,
- des cumulus se forment dans l'après-midi ou flottent seuls dans le ciel,
- les stratocumulus sont poussés par le vent dominant et restent dispersés,
- les traînées de condensation laissées par les aéronefs à haute altitude se dissipent rapidement,
- le brouillard matinal se lève dans l'avant-midi.

**ORAGES**

Les orages se produisent plus souvent l'été. Ils sont formés par les cumulus qui s'alimentent d'air chaud et humide. Ces nuages se développent rapidement durant le jour grâce à l'apport de la chaleur du soleil. L'approche de cumulonimbus sombres annonce un orage. Les orages sont accompagnés de tonnerre et très souvent de foudre.

**Éclairs.** La foudre est une décharge électrique dans l'atmosphère. Lorsque les cumulus se développent à la verticale, ils génèrent un champ électrique. Le sommet du nuage, où s'accumulent une grande quantité de cristaux de glace, est normalement positif. Le bas du nuage, rempli de gouttelettes d'eau, est normalement négatif. Le sol est chargé positivement. Une charge électrique se forme et l'atmosphère produit un éclair.

**Éclair nuage-sol.** Les éclairs nuage-sol surviennent lorsqu'il y a échange de charges entre les nuages et le sol. Ces éclairs nous concernent grandement parce qu'ils causent souvent des blessures ou la mort, créent des pannes d'électricité ou de communications et allument des feux de forêt. Ils peuvent causer des blessures même s'ils frappent le sol loin d'où on se trouve, car le courant voyage dans le sol.

**Tonnerre.** Le tonnerre est le bruit causé par une décharge orageuse lorsqu'elle chauffe l'air et se dilate rapidement. Comme le son voyage beaucoup moins vite que la lumière, on peut estimer la distance d'une décharge en comptant les secondes qui séparent l'éclair du tonnerre. Chaque période de trois secondes équivaut à un kilomètre (0.6 mile).

**Calculer la vitesse d'un orage qui s'approche**

Compter les secondes entre l'éclair et le tonnerre. (Chaque seconde représente une distance de 300 m [984 pi] du coup de foudre.) La vitesse et la distance de l'orage peuvent être calculées en comparant le délai entre l'éclair et le tonnerre pour plusieurs coups de foudre.

**MESURES À PRENDRE EN CAS D'ORAGE**

Un orage peut arriver très vite et la foudre peut frapper en avant de la tempête. Chercher un abri bien avant que n'arrive l'orage.

**Éviter les endroits proéminents**

S'assurer de ne pas se trouver à être le point le plus proéminent de la région (p. ex., dans un champ, sur une plage ou sur l'eau) ou à côté d'un point proéminent (à côté d'un arbre isolé, d'un clocher ou d'un mât.

**Éviter de courir**

Marcher rapidement, mais ne pas courir, car tout mouvement rapide peut causer des courants d'air susceptibles d'attirer la foudre.

**Rester accroupi dans les endroits à découvert**

Dans un endroit à découvert, s'accroupir très bas et essayer de s'isoler du sol en se plaçant sur un sac à dos (sans pièces de métal), un vêtement imperméable, un veston ou un sac de couchage. Cette isolation est importante pour empêcher la charge du sol de se propager dans le corps pour tenter d'atteindre la décharge orageuse.

Ne pas toucher le sol, particulièrement s'il est mouillé ou humide.

**Éviter les objets métalliques**

Se tenir à distance des mâts de tente métalliques, des armatures de sac à dos métalliques, des bâtons de marche métalliques, etc. Les abandonner sur un champ plat, puisqu'ils pourraient créer un meilleur point d'impact que le corps en cas de foudre. Éviter de se trouver dans un bateau ou sur l'eau pendant un orage.

**Éviter de se regrouper**

Pendant un orage, éviter de se regrouper. Selon l'auteur Paul Tawrell, *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*, Paul Tawrell (page 224), la foudre a déjà tué 504 moutons qui s'étaient regroupés pendant un orage.

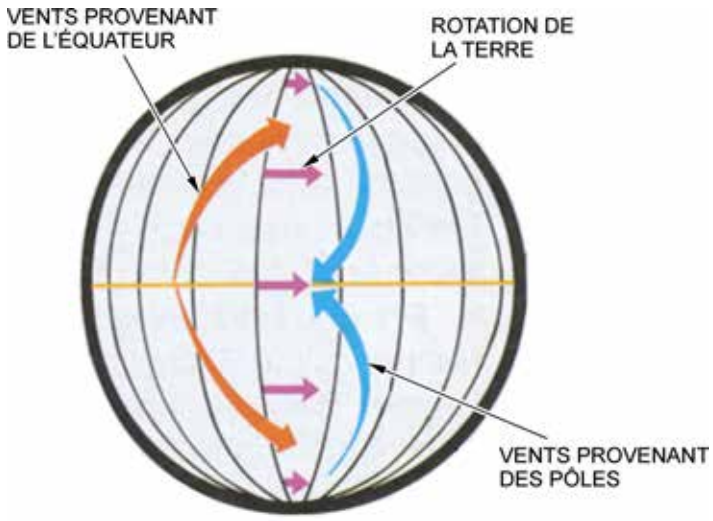
S'assurer que l'orage est complètement passé avant de se déplacer pour ne pas attirer le dernier coup de foudre.

**VENT**

Mouvement d'air horizontal sur la surface de la Terre. Le vent est produit par la pression d'air et diffère d'un endroit à un autre. Les vents locaux résultent des écarts de température qui génèrent un gradient de pression local. La vitesse du vent s'exprime en kilomètres par heure (km/h), mètres par seconde (m/s) ou nœuds (kt).

Les deux principales propriétés du vent sont la vitesse et la direction. Les vents sont nommés d'après la direction d'où ils viennent. Par exemple, un vent venant de l'ouest est un « vent d'ouest » (il souffle vers l'est). Le facteur le plus important ayant un impact sur les vents est l'effet de Coriolis. L'effet de Coriolis est nul à l'équateur et augmente plus on se rapproche des pôles. Il est proportionnel à la vitesse du vent.

L'effet de Coriolis est la déviation d'objets se déplaçant sur la Terre par rapport à une ligne droite, relativement à la vitesse de rotation différentielle à diverses latitudes.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Tawrell Books (page 607)*

Figure 14-4-7 Effet de Coriolis

Le vent se déplace d'une zone de haute pression (anticyclone) vers une zone de basse pression (dépression). Du fait de la rotation de la Terre et de la friction, les vents circulent autour des dépressions ou des anticyclones. La force des vents est directement reliée à la différence de pression entre les dépressions et les anticyclones; plus la différence est élevée plus les vents seront forts.

**PROVERBES MÉTÉOROLOGIQUES**

Les météorologues font usage de beaucoup de matériel et de science pour prédire la météo. Or, les personnes dont le gagne-pain dépend de la météo, comme les agriculteurs et les marins, utilisent souvent des choses qui les entourent pour prédire la météo. La nature, les animaux et même les humains peuvent présenter des signes annonciateurs des régimes de temps à venir. Certaines espèces de plantes et d'animaux sont sensibles aux variations, même les plus infimes, dans leur environnement. Les proverbes météorologiques sont souvent considérés comme des contes de bonne femme ou des superstitions.

**SIGNES DANS LA NATURE**

La nature présente des signes qui nous laissent voir des changements dans la pression de l'air. Certains de ces signes sont des évidents, alors que d'autres sont de nature plus subtile.

**Fumée.** La fumée qui s'élève d'un feu en ligne droite indique du beau temps (anticyclone) et la fumée qui reste basse (dépression) annonce de la pluie.

**Ciel rouge.** Un ciel rouge au crépuscule ou à l'aube est un beau signe naturel qu'on peut utiliser pour prédire la météo. Au crépuscule, un ciel rouge annonce un lendemain qui sera sec et clair. Ce phénomène s'explique par le fait qu'on voit le soleil à travers des particules de poussière qui sont poussées à l'avant d'un anticyclone amenant de l'air sec. Un ciel rouge à l'aube indique souvent l'arrivée d'une dépression qui apportera beaucoup d'humidité. Il s'agit d'une bonne indication qu'un orage approche. Le matin, il ne faut pas confondre un ciel rouge avec un soleil rouge. Si le soleil lui-même est rouge et que le ciel est de couleur habituelle, il fera beau.

Rappelons-nous ce vieux proverbe :

« Temps rouge le soir laisse bon espoir, temps rouge le matin, pluie en chemin. »

**Halo autour du soleil.** Un halo autour de la lune ou du soleil annonce de la pluie.

**PLANTES**

**Fleurs.** Les fleurs et les plantes se referment avant une tempête.

**Feuilles.** Lorsque les feuilles des arbres se retournent, cela signifie que des conditions venteuses ou des orages violents s'approchent rapidement.

**Cônes de pin.** Les cônes de pin se referment lorsque c'est humide pour protéger leurs graines. Par temps sec, ils s'ouvrent.

**Algues.** Dans les zones côtières, le varech dessèche et est sec au toucher quand il fait beau, alors qu'il gonfle et devient humide s'il s'apprête à pleuvoir.

**ANIMAUX**

**Vaches étendues.** Si les vaches sont étendues dans un champ, cela annonce de la pluie. Les vaches sentent l'humidité dans l'air et s'assurent ainsi de trouver un sol sec où s'étendre.

**Queues des écureuils.** Si la queue des écureuils est très touffue ou qu'ils ramassent de grosses quantités de noix en automne, cela signifie que l'hiver pourrait être rude (il existe très peu de preuves qui soutiennent cette thèse).

**Oiseaux et chauve-souris.** Les oiseaux et les chauves-souris ont tendance à voler très bas juste avant la pluie, parce qu'à ce moment l'air devient moins dense. Ils préfèrent voler là où l'air est le plus dense et aux endroits où leurs ailes peuvent développer le maximum de portance. Lorsque la pression est élevée et que l'air est sec, l'atmosphère se densifie et les oiseaux peuvent facilement voler à de hautes altitudes. Certains oiseaux, comme les jeunes coqs, chantent à l'approche d'un orage.

**Criquets.** Quand les criquets se trouvent dans des herbes fraîches, compter le nombre de chants qu'ils font. Le nombre de chants indique la température.

**Animaux domestiques.** Les chats et les chiens dans les maisons peuvent pressentir les tempêtes et cherchent souvent un endroit chaud et confortable pour dormir.

**OBSERVATIONS HUMAINES**

**Sens.** Les montagnes et autres objets distants paraissent beaucoup plus près et plus nets lorsque le temps pluvieux arrive et que la pression de l'air baisse. Les particules de poussière dans l'air commencent à se poser au sol et l'air s'éclaircit, permettant ainsi de voir les objets distants plus en détail. Lorsqu'un anticyclone approche et que l'air se densifie, une quantité accrue de particules de poussière est en suspension dans l'air et les objets prennent alors leur apparence normalement floue.

Avant du temps orageux, les sons deviennent plus nets et distincts. Au lieu de voyager vers le haut et l'extérieur dans l'atmosphère, les ondes sonores sont recourbées vers la Terre et leur portée est étendue. Même les cris d'oiseaux semblent plus perçants. Cela explique pourquoi certaines personnes pensent que l'air est plus propre et frais et que les chants et cris des oiseaux sont plus perçants juste avant la pluie.

**Douleurs.** Lorsque du temps froid est prévu, plusieurs personnes disent avoir des douleurs aux articulations et dans les muscles.

**Cheveux.** Lorsque c'est très humide, les cheveux se mettent souvent à friser. Lorsque l'air est humide (annonçant de la pluie), les cheveux gonflent et défrisent.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quels signes de mauvais temps peut-on observer dans les formations de nuages?

Q2. Que doit-on faire si l'on se trouve dans un champ à découvert à l'approche d'un orage?

Q3. Qu'est-ce qu'un proverbe météorologique?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les signes de mauvais temps sont les suivants :

- les nuages, peu importe leur formation, s'épaississent (s'assombrissent), sont de plus en plus nombreux ou s'assemblent pour former des couches, et/ou baissent en altitude,
- les nuages forment des bancs à l'ouest avec des vents venant du sud,
- les nuages se déplacent dans toutes les directions ou à l'inverse du vent au sol,
- les altostratus s'assombrissent et baissent en altitude,
- les altocumulus se déplacent rapidement dans le ciel ou forment des tours le matin,
- les cumulus se forment le matin et se développent durant l'après-midi ou se déplacent à partir du sud ou du sud-ouest.

R2. S'assurer de ne pas se trouver à être le point le plus proéminent de la région ou à côté d'un point proéminent.

R3. Un proverbe météorologique est une façon de prédire la météo.

---

**Point d'enseignement 2** **Expliquer les systèmes météorologiques**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

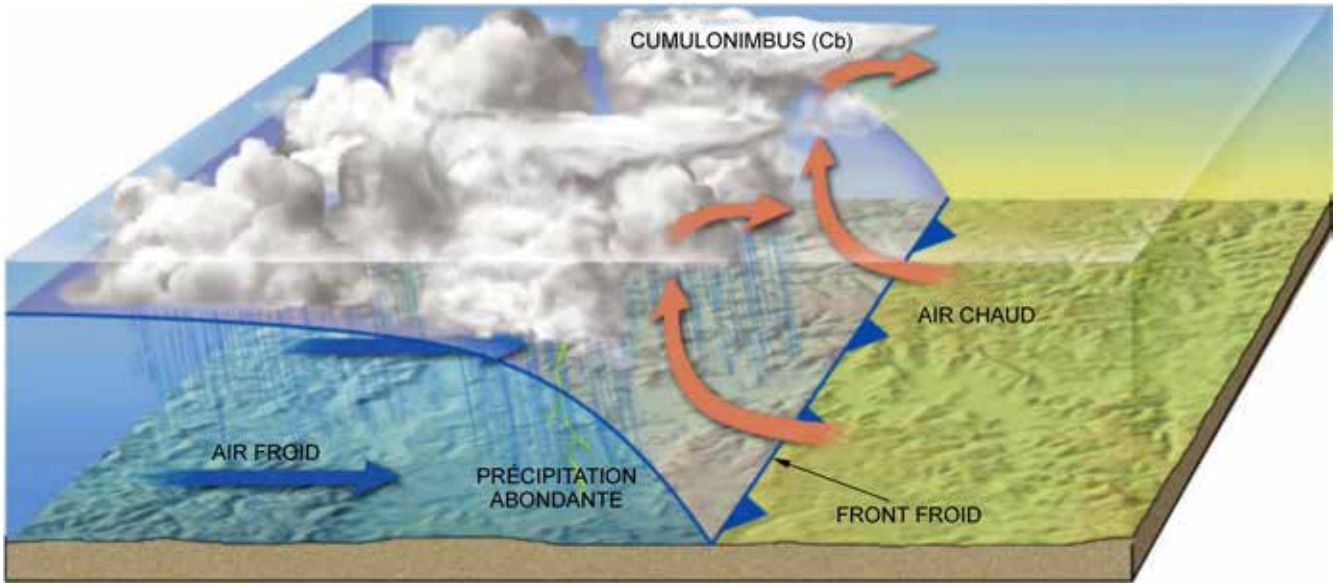
L'information présentée dans ce PE vise à donner aux cadets des renseignements de base sur les systèmes météorologiques qui les aideront à prédire la météo.

**FRONTS**

**Front atmosphérique.** Limite qui sépare deux masses d'air qui ont des caractéristiques différentes. Lorsque deux masses d'air se rencontrent, elles se mélangent le long de cette limite, tout en conservant leurs caractéristiques distinctives.

**Front froid.** Masse d'air froid (plus dense) s'avançant dans une masse d'air chaud (moins dense) et caractérisée par :

- une ascendance abrupte le long de la limite frontale,
- le développement de cumulus (nuages à base plate ou en forme d'enclume),
- de courts épisodes de pluie forte et d'orages,
- une ligne de triangles bleus sur les cartes météorologiques.

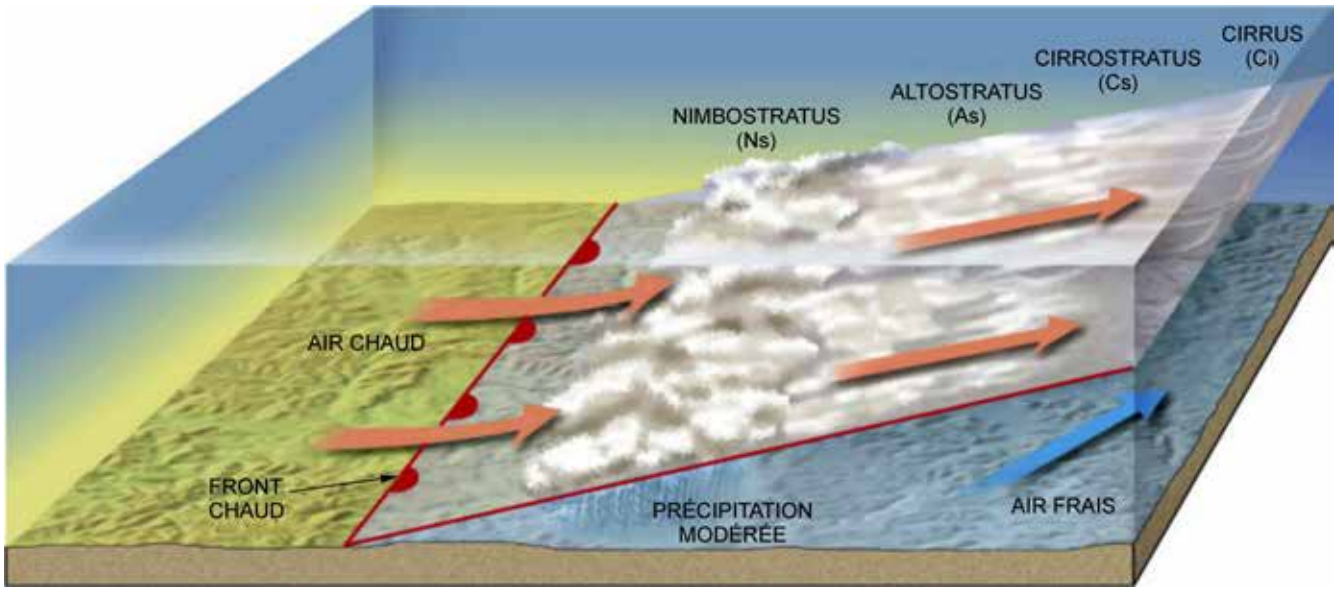



*« Fronts », par The Atmosphere, Lutgens and Tarbuck, (8e éd). Droit d'auteur par John Stimac, 2001. Extrait le 19 novembre 2007 du site http://www.ux1.eiu.edu/~jpstimac/1400/fronts.html*

Figure 14-4-8 Front froid

**Front chaud.** Masse d'air chaud (moins dense) s'avançant dans une masse d'air froid et caractérisée par :

- une ascendance douce,
- une couverture de nuages stratiformes (stratus) (les nuages annonciateurs, les cirrus, sont une bonne indication d'un changement imminent de temps),
- une chute de pluie modérée de longue durée,
- une ligne de demi-cercles rouges sur les cartes météorologiques.




*« Fronts », par The Atmosphere, Lutgens and Tarbuck, (8e éd). Droit d'auteur par John Stimac, 2001. Extrait le 19 novembre 2007 du site http://www.ux1.eiu.edu/~jpstimac/1400/fronts.html*

Figure 14-4-9 Front chaud

## ZONES DE HAUTE ET DE BASSE PRESSION

**Pression de l'air.** Force de l'air exercée sur la surface de la Terre. La pression de l'air est plus élevée au niveau de la mer, parce que l'air est plus dense à basse altitude qu'au sommet d'une montagne. Les changements de temps sont le résultat d'un changement dans la pression de l'air. Pour prédire la météo, il est important de comprendre les effets liés aux changements de pression de l'air.

**Dépression.** Une dépression (ou la lettre « D » montrée sur les cartes météorologiques) indique une région de l'atmosphère où la pression est basse par rapport au voisinage. Les dépressions sont associées aux grands vents et à l'air ascendant. L'air se dilate et se refroidit au fil de son ascension et ne peut contenir autant d'eau, ce qui entraîne de la condensation et la formation de nuages.

Prenons, par exemple, l'air qui monte d'un feu de camp. Au fur et à mesure que les molécules d'air sont chauffées, elles se dilatent et s'éloignent de la surface de la Terre, ce qui a pour effet de diminuer la pression qu'elles exercent sur elle. À grande échelle, cet air chaud crée une dépression.

**Anticyclone.** Un anticyclone (ou la lettre « A » montrée sur les cartes météorologiques) indique une région de l'atmosphère où la pression est élevée par rapport au voisinage.

Un anticyclone est une zone où l'air descend. Au fur et à mesure que l'air descend, il se réchauffe et peut donc contenir plus d'eau. Les anticyclones sont souvent associés au beau temps.

Demander aux cadets de s'imaginer en train d'ouvrir une fenêtre pendant une nuit froide d'hiver et de se tenir au milieu de la pièce. Quelle partie du corps ressentirait le froid en premier?

Réponse : Les pieds.

Cela s'explique par le fait que l'air froid est dense et que les molécules descendent. À grande échelle, les masses d'air froid exercent une force sur la surface de la Terre pour créer un anticyclone.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'un front atmosphérique?

Q2. Qu'est-ce qu'une dépression?

Q3. Qu'est-ce qu'un anticyclone?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Limite qui sépare deux masses d'air qui ont des caractéristiques différentes. Lorsque deux masses d'air se rencontrent, elles se mélangent le long de cette limite, tout en conservant leurs caractéristiques distinctives.

R2. Une dépression (ou la lettre « D » montrée sur les cartes météorologiques) indique une région de l'atmosphère où la pression est basse par rapport au voisinage.

R3. Un anticyclone est une zone où l'air descend.

**Point d'enseignement 3** | **Demander aux cadets de prédire les conditions météorologiques pour la prochaine période de 24 heures**

Durée : 10 min | Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de prédire les conditions météorologiques pour la prochaine période de 24 heures.

### RESSOURCES

- un crayon ou un stylo,
- du papier.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets d'observer les nuages, et les éléments météorologiques et naturels qui les entourent.
2. Demander aux cadets de mettre par écrit ce qui, selon eux, pourrait se produire dans les 24 prochaines heures.
3. Diviser les cadets en petits groupes d'au plus quatre personnes et leur demander de discuter des prévisions du temps pour les 24 prochaines heures.
4. Après quelques jours, effectuer un suivi auprès des cadets en ce qui concerne leurs prévisions.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la prévision du temps servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 6 (COCOM 04 de l'OREN 324).

**OBSERVATIONS FINALES**

La capacité de prédire le temps est un précieux outil en situation de survie. Le temps est un aspect important de la planification dans toute situation de survie, en ce qui a trait au type d'abri à choisir et au meilleur plan d'action à adopter.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Durant l'EEC du corps de cadets, il faut prévoir du temps pour permettre aux cadets de pratiquer la compétence en prévision météorologique.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2002). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

C2-157 The Old Farmer's Almanac. *Cricket Chirps to Temperature*. Extrait le 1er février 2008 du site http://www.almanac.com/outdoors/crickets.php.

C2-162 Clouds R Us.com-Weather Features. *Weather Lore*. Extrait le 1er février 2008 du site http://www.rcn27.dial.pipex.com/cloudsrus/lore.html.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

# OCOM M324.05 – DÉTERMINER QUAND EFFECTUER UN AUTO-SAUVETAGE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Préparer les balisages de piste.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de donner les renseignements généraux sur les facteurs à prendre en considération quand on décide de lever le camp et d'obtenir de l'aide, ainsi que de susciter l'intérêt à la survie.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision de cette leçon est tirée de l'OCOM M224.01 (Décrire les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 1).

### CINQ ÉLÉMENTS DE SURVIE

Après avoir réalisé avec succès les mesures à prendre de « S.T.O.P. » et reconnu une situation de survie, la personne perdue doit faire l'inventaire de la nourriture et de l'équipement en main et entreprendre de se procurer les cinq éléments de survie. Les cinq éléments de survie sont énumérés ci-après, en ordre de priorité :

1. **Attitude.** Maintenir une attitude positive est essentiel. On peut survivre en restant calme, en utilisant les ressources disponibles et en priorisant les besoins personnels.

2. **Abri.** Un abri est conçu pour protéger contre les intempéries, et selon les conditions météorologiques, protéger une personne contre les températures chaudes ou froides. L'hypothermie et l'hyperthermie sont deux des plus grands dangers dans une situation de survie. Un abri approprié peut aider à empêcher ces

conditions de survenir. Dans un désert, par exemple, le but est de rester sous un abri protégé du soleil. Dans des situations de temps froid, l'abri procure de l'isolation.

3. **Eau.** L'eau est le nutriment essentiel aux humains. Même quand la soif n'est pas extrême, elle peut amortir l'esprit. Le manque d'eau diminuera lentement la capacité de survivre. Avec un abri approprié et suffisamment d'eau, on peut survivre des semaines.

4. **Feu.** Dans une situation de survie, le feu procure de la chaleur et de la lumière et des signaux pour les sauveteurs. Le temps froid ne réduit non seulement la capacité de penser, mais il a aussi tendance à diminuer la motivation à faire quelque chose. Même une baisse de quelques degrés de la température du corps peut réduire la capacité de prendre des décisions raisonnables.

5. **Nourriture.** Les personnes en bonne condition physique peuvent fonctionner pendant plusieurs jours ou même des semaines sans nourriture. Le but d'une personne dans une situation de survie en milieu sauvage est d'être retrouvé dans le plus court délai possible, parce que dans la plupart des cas, une personne est retrouvée avant que la nourriture devienne une question de survie. Cependant, il est toujours important de se préparer pour le pire et de trouver les moyens pour s'alimenter de substances, comme des baies, du poisson, des animaux, des oiseaux, etc.

**QUESTIONS**

Q1. Quels sont les cinq éléments de survie?

Q2. Quel est l'unique nutriment essentiel que le corps a besoin pour fonctionner?

Q3. Qu'est-ce qu'un abri procure?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'attitude, un abri, de l'eau, du feu et de la nourriture.

R2. De l'eau.

R3. L'abri offre une protection contre les intempéries, et selon les conditions météorologiques, protège une personne contre les températures chaudes ou froides.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de déterminer quand effectuer un auto-sauvetage.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets soient capables de prendre la décision de quitter leur emplacement de survie et d'obtenir de l'aide. La décision de quitter le site est cruciale, et plusieurs facteurs sont à considérer avant de prendre cette décision.

---

**Point d'enseignement 1** — **Discuter des facteurs à prendre en considération quand on effectue un auto-sauvetage**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

---

Ce PE vise à présenter aux cadets les facteurs à prendre en considération quand on effectue un auto-sauvetage.

Il est habituellement plus facile de trouver des sources de nourriture et d'eau à partir d'une base permanente que dans le cas où l'on est continuellement en mouvement. Le premier choix est de ne pas bouger.

Bien des facteurs doivent être pris en considération avant de prendre la décision d'effectuer un auto-sauvetage, laquelle ne doit être prise qu'en dernier recours.

Il est important de prendre tous les facteurs en considération avant de quitter le site de survie. Si une analyse des facteurs indique que le site ne peut pas fournir les ressources essentielles au maintien de la vie, on doit envisager de changer d'endroit.

Le comportement adopté dans une situation de survie dépend des connaissances et de l'attitude du survivant. Les chasseurs constituent traditionnellement la plus grosse masse des personnes qui se perdent du fait que, sous une poussée d'adrénaline, ils ont tendance à dépasser leurs limites et qu'ils ne sont pas préparés pour des conditions défavorables.

Les randonneurs et les grands randonneurs pédestres se perdent le moins souvent; ils ont cependant tendance à se retrouver dans de fâcheuses situations s'ils se perdent, car ils transportent rarement du matériel de survie. Ils sortent souvent quand il fait beau, mais se trouvent coincés en raison d'orages soudains.

## RESSOURCES EN NOURRITURE ET EN EAU

### Durée sans eau

Un endroit où il n'y a pas d'eau, ou une quantité limitée d'eau, n'est pas un bon choix à long terme.

On estime que le corps est composé d'eau aux deux tiers. L'eau est le nutriment essentiel le plus important pour la survie, et le corps ne peut survivre que quelques jours sans eau.

Lors d'une journée clémente peu exigeante physiquement, une personne en santé nécessite de 2 à 3 litres d'eau. Si cette même personne est active physiquement ou qu'elle se trouve dans un milieu extrêmement chaud ou froid, elle nécessitera au moins entre 4 et 6 litres d'eau. Même quand la soif n'est pas extrême, elle peut amortir l'esprit. Le manque d'eau diminuera lentement la capacité de survivre.

En buvant de l'eau, on évite la déshydratation et les blessures dues au milieu. Une personne modérément déshydratée peut avoir soif et devenir irritable et faible. Plus cette situation s'aggravera, plus la personne présentera une diminution de la capacité mentale et de la coordination.

Dans une situation de survie, on peut se procurer de l'eau dans la terre ou du ciel; parmi les sources d'eau, on retrouve l'eau de surface, l'eau souterraine, les précipitations, la condensation et les plantes.

### Durée sans nourriture

Le corps humain peut durer quelques semaines sans nourriture. Dans une situation de survie, l'énergie doit être conservée, et les ressources en nourriture doivent être planifiées et contrôlées.

En général, une moindre importance doit être accordée aux besoins alimentaires. Ne pas manger s'il n'y a pas d'eau. S'il y a de l'eau, on peut manger plus de nourriture pour maintenir son niveau d'énergie.

### Alimentation adéquate

Dans une situation de survie, il est difficile de se procurer les nutriments et les vitamines essentiels. Lors du choix des sources de nourriture, on gagne à les prendre parmi les quatre groupes alimentaires :

- les glucides,

- les protéines,
- les matières grasses,
- les minéraux.

**Glucides.** Aliments qui se digèrent facilement et qui procurent rapidement de l'énergie. Les fruits et les légumes sont de bonnes sources de glucides, mais on doit vérifier s'ils contiennent des insectes avant de les manger.

**Protéines.** Les protéines sont à la base des cellules du corps. Le poisson, le gibier et la volaille sont de bonnes sources de protéines, mais on doit bien les cuire avant de les manger.

**Matières grasses.** Aliments qui se digèrent lentement et qui procurent de l'énergie durable. Les graisses animales, les œufs et les noix sont d'excellentes sources de matières grasses dans les situations de survie.

**Minéraux.** Les minéraux contribuent à former et à réparer le squelette. L'eau procure suffisamment de minéraux en situation de survie.

D'autres sources de nourriture se trouvent à l'OCOM C324.01 (Identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes, section 6).

**RESSOURCES POUR FAIRE UN FEU ET UN ABRI**

Un feu et un abri offrent une protection personnelle dans les situations de survie; ils jouent un rôle essentiel pour protéger les cadets des réalités auxquelles on peut avoir à faire face dans la nature. Ils servent à divers usages : protéger le cadet contre les intempéries, procurer un éclairage, purifier l'eau, sécher les vêtements, faire fuir les animaux sauvages et signaler sa présence. De plus, ils permettent de réduire le stress et d'assurer un confort au cadet.

Il est important de disposer de ressources pour faire un feu dans une situation de survie. Les bois durs, comme l'érable, le frêne, le chêne et le caryer brûlent longtemps et produisent peu de fumée. Si les sources de bois dur sont limitées, on peut utiliser du bois mou. Toutefois, la provision s'épuisera rapidement puisque le bois mou atteint une température plus élevée et brûle plus vite.

Avec le temps, les besoins en bois épuiseront les ressources environnantes et les survivants devront aller de plus en plus loin pour rassembler du bois.

L'information concernant la construction d'un abri se trouve à l'OCOM M224.04 (Identifier les abris d'urgence, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 4) ainsi qu'à l'OCOM M324.01 (Construire un abri improvisé, section 1).

L'information concernant la construction d'un feu se trouve à l'OCOM M224.05 (Préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 5) ainsi qu'à l'OCOM M324.03 (Allumer un feu sans allumettes, section 3).

**DANGERS ENVIRONNEMENTAUX**

Les dangers environnementaux, y compris la météo, le feu et la faune, nécessiteront un déplacement.

## SANTÉ DES MEMBRES DE L'ÉQUIPE

La santé et le bien-être de tous les membres doivent être pris en considération avant de se déplacer. Si le cadet est seul et blessé, il doit se déplacer en dernier recourt.

Avant de se déplacer, se procurer assez de nourriture et d'eau pour au moins deux semaines.

Dans des situations de survie, si l'on reste trop longtemps au même endroit, on risque d'attraper des maladies. Même si les plus strictes mesures d'hygiène sont maintenues, le risque de maladie est toujours présent.

Si des membres blessés restent en arrière, il est important qu'une personne en santé y reste aussi pour prendre soin des blessés et rassembler les provisions.

## RISQUE DE CAUSER D'AUTRES BLESSURES

Il est nécessaire de se déplacer si d'autres membres du groupe risquent d'être blessés. Plus les membres s'affaiblissent, plus le risque de blessures s'accroît. Les régions où il y a des collines, des falaises ou de grosses roches sont dangereuses en raison du potentiel de glissements de terrain ou d'avalanches.

## DÉCISION DE RESTER OU DE PARTIR

La décision de quitter l'emplacement de survie initial dépend des nombreux facteurs énumérés ci-dessus; il est préférable de rester. Souvent, les personnes perdues gaspillent une énergie précieuse et risquent des blessures en cédant à la panique – c'est-à-dire en courant sans but, en continuant à se déplacer après la tombée du jour, en marchant en cercle. Si une personne perdue essaie de trouver son emplacement, la plupart du temps, elle se perd davantage, augmentant la distance entre le dernier point connu de son parcours. Ce déplacement ne fait qu'augmenter la grandeur de la zone de recherche, et par le fait même le temps que prend une équipe de sauvetage pour localiser la personne ou le groupe. Tant et aussi longtemps qu'il n'y a pas de danger immédiat, rester à un endroit.

Idéalement, le survivant ou le groupe doit organiser une recherche localisée de la région. Suivre les étapes de la recherche à la boussole en étoile afin de prendre la décision de partir.

### Recherche à la boussole en étoile

Voici les étapes de la recherche à la boussole en étoile :

1. visualiser le point de départ. Regarder autour de son emplacement actuel. Prendre note de ce qui nous entoure, comme des points de repère évidents;
2. marquer le point de départ à l'aide d'un bâton ou d'un cairn fait de pierres;
3. en emportant tout son équipement, marcher 100 m (328 pi) en ligne droite à partir du point de départ, le long d'un des points cardinaux de la boussole (N, S, E, O), puis revenir au point de départ;
4. répéter l'étape trois pour les autres points de la boussole;
5. marcher 200 m (656 pi) en ligne droite à partir du point de départ, le long d'un des points intercardinaux de la boussole (NE, NO, SE, SO), puis revenir une autre fois au point de départ;
6. répéter l'étape cinq pour les autres points de la boussole.

Cette méthode forme un parcours en étoile qui permettra au cadet de fouiller le secteur à la recherche de ressources utilisables, comme l'eau.

La décision de se déplacer dépendra invariablement de l'expérience, des connaissances et des compétences des survivants ainsi que des réponses aux questions suivantes :

- **Ressources en nourriture et en eau.** Y a-t-il une source d'eau? Y a-t-il des sources de nourriture?

- **Ressources pour faire un feu et un abri.** Y a-t-il des ressources pour construire un abri? Y a-t-il du bois pour construire un feu?
- **Dangers environnementaux.** L'endroit est-il sécuritaire?
- **Santé des membres de l'équipe.** Tout le monde peut-il se déplacer? Y a-t-il des membres blessés qui doivent rester à un endroit?
- **Risque de causer d'autres blessures.** Si l'on reste, risque-t-on d'autres blessures?

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quel est le nutriment le plus important dont le corps a besoin?

Q2. Pendant combien de temps le corps humain peut-il survivre sans nourriture?

Q3. Quels facteurs doit-on prendre en considération au moment de décider de se déplacer?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le nutriment le plus important pour le corps est l'eau.

R2. Le corps humain peut survivre quelques semaines sans nourriture.

R3. Ressources en nourriture et en eau, ressources pour faire un feu et un abri, dangers environnementaux, santé des membres de l'équipe et risque de causer d'autres blessures.

---

**Point d'enseignement 2** **Discuter de la planification d'un itinéraire pour obtenir de l'aide**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Ce PE vise à présenter aux cadets les facteurs à prendre en considération pour planifier un itinéraire lorsque la décision d'effectuer un auto-sauvetage a été prise.

Lorsque la décision de se déplacer a été prise, il est important de laisser des signes indiquant que le groupe était présent à cet endroit et qu'il a décidé de partir.

En laissant un message ou un signe indiquant que le groupe est parti, on aide les sauveteurs lorsqu'ils trouveront le campement initial et qu'ils tenteront de suivre le groupe.

**DÉTERMINER LA DIRECTION**

**Déterminer la direction à l'aide d'un bâton à ombre**

Dans une situation de survie, une personne peut ne pas avoir une carte de la région, une boussole ou une montre. Il peut alors être nécessaire d'utiliser un phénomène naturel pour déterminer la direction. Le soleil peut être utilisé pour trouver le nord à l'aide d'une branche ou d'un bâton qui projette une ombre sur le sol.

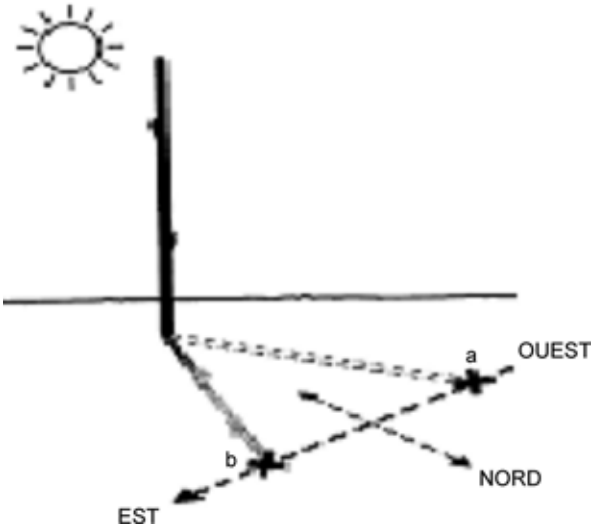
Un bâton à ombre fonctionne parce que le soleil se déplace toujours de l'est à l'ouest, même s'il pourrait ne pas se lever exactement à 90 degrés ou se coucher à 270 degrés. La pointe de l'ombre du bâton à ombre se déplace dans la direction opposée, ainsi la première pointe de l'ombre est toujours à l'ouest de la deuxième,

partout sur la Terre. Les méthodes improvisées ne sont que des indicateurs généraux de direction. Un bâton à ombre est plus précis et plus facile à lire quand il est étroit.

La ligne sur la figure 14-5-1 représente la ligne est-ouest. La première marque faite est l'ouest et la dernière marque faite est l'est. Une ligne perpendiculaire à la ligne est-ouest est la ligne nord-sud.

Étapes à suivre pour fabriquer un bâton à ombre :

1. trouver un endroit plat sans végétation. Enfoncer un bâton droit de 45 à 60 cm de longueur dans le sol, sur environ 10 cm, pour qu'il reste droit. L'incliner de 5 à 10 degrés pour obtenir une ombre plus longue et plus grosse au besoin;
2. marquer la pointe de l'ombre avec une pierre. Attendre que l'ombre se déplace de quelques pouces (10 à 15 minutes avec un bâton de 45 cm);
3. marquer la position de la nouvelle pointe de l'ombre;
4. tracer une ligne droite de la première marque à la deuxième marque et la dépasser d'environ 30 cm.



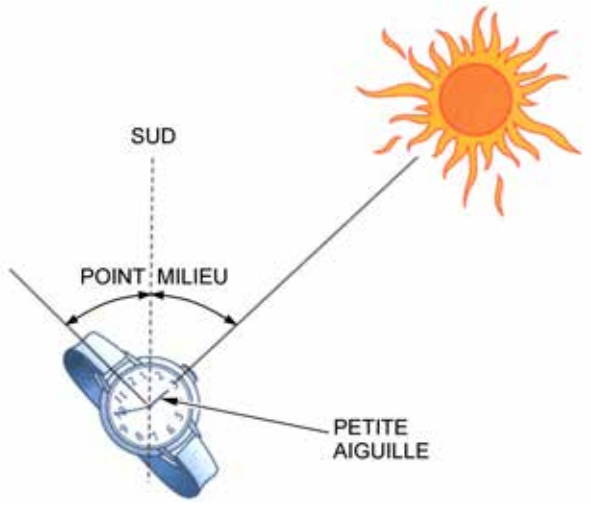

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 353)*

Figure 14-5-1 Bâton à ombre

**Déterminer la direction à l'aide d'une montre analogique**

Une montre analogique peut aider à établir la direction à l'aide de l'heure normale ou de l'heure avancée.

Pointer la petite aiguille vers le soleil et déterminer le point à mi-chemin entre la petite aiguille et midi ou 1 heure (heure avancée). Le point à mi-chemin indique une ligne nord-sud (sud dans l'hémisphère nord et nord dans l'hémisphère sud).




*National Association of Search and Rescue, Fundamentals of Search and Rescue, Jones and Bartlett Publishers, Inc. (page 76)*

Figure 14-5-2 Montre analogique

**SUIVRE LES RIVIÈRES**

En suivant les rivières, on augmente automatiquement nos chances de survie parce qu'elles nous procurent l'élément de survie essentiel, soit l'eau. La plupart des voies d'eau mènent à la civilisation, à des plans d'eau intérieurs ou à un océan.

Les rivières offrent des itinéraires clairement définis à suivre, même si leurs bords peuvent être accidentés. Il faut éviter les itinéraires abrupts, rocailleux et glissants sur les bords. En suivant le cours général de la rivière, le survivant arrivera au même endroit.

Une rivière qui s'écoule sur un terrain plat est plus facile à suivre, et il y a plus de chance qu'elle soit bordée de pistes d'animaux.

**RESPECTER LA DIRECTION ÉTABLIE**

Lorsqu'une direction a été établie, la respecter autant que possible. Choisir un point de repère bien en vue au loin et marcher dans sa direction.

Dans un groupe, utiliser la méthode du relais, c'est-à-dire que la personne qui est à l'avant est remplacée par une autre personne pendant qu'elle s'arrête pour se reposer. Cette méthode permet à la fois de respecter la direction établie et de conserver l'énergie.

**Marcher en ligne droite**

**File simple.** Un groupe de randonneurs dans un espace ouvert devient lui-même un point de repère. Les randonneurs sont espacés de sorte que la dernière personne est assez loin en arrière pour être capable de voir le meneur et la file. La dernière personne aligne le meneur sur les personnes dans la file. Elle peut faire signe à celles-ci de revenir dans la file si le meneur s'écarte du chemin.

On peut suivre un bruit lointain pour atteindre une destination. Vérifier la direction à suivre en mettant ses mains en cornet et en tournant la tête pour déterminer la direction du son de la plus forte intensité.

**Évaluer les distances**

Lorsqu'on marche en ligne droite, le tableau suivant indique les distances sur lesquelles les objets peuvent être vus.

| Distance | Élément |
|---|---|
| 40 m (132 pi) | On distingue facilement la bouche et les yeux. |
| 90 m (295 pi) | Les yeux ressemblent à des points. |
| 180 m (590 pi) | On distingue les caractéristiques générales des vêtements. |
| 270 m (885 pi) | On peut voir les visages. |
| 450 m (1476 pi) | On distingue la couleur des vêtements. |
| 700 m (2297 pi) | Les personnes ressemblent à des poteaux. |
| 1.5 km (4921 pi) | On peut voir les troncs des gros arbres. |
| 4 km (13 123 pi) | On distingue les cheminées et les fenêtres. |
| 8 km (26 246 pi) | On reconnaît les maisons, les silos et les tours de grande taille. |
| 10 km (32 808 pi) | On peut voir les clochers d'église de hauteur moyenne. |

**Suivre les pistes d'animaux**

Les pistes d'animaux mènent la plupart du temps à des sources d'eau. Les animaux établissent leur territoire près de sources d'eau convenables et s'en éloignent rarement.

**Débroussaillage**

Le débroussaillage est la façon la plus difficile de respecter la direction établie. Les broussailles, les forêts et les bords de rivière peuvent être très denses, et dans les climats chauds, la végétation sur les bords reçoit plus de soleil et d'eau et est donc plus abondante et robuste. Cela empêchera le survivant de se déplacer aisément.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

**QUESTIONS**

Q1. Donner deux façons de déterminer la direction.

Q2. Quels sont les avantages de suivre les rivières?

Q3. Où mènent les pistes d'animaux?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. En utilisant un bâton à ombre, et une montre analogique.

R2. Les avantages de suivre les rivières sont qu'elles offrent des itinéraires clairement définis et qu'elles mènent à la civilisation, à des plans d'eau intérieurs ou à un océan.

R3. Les pistes d'animaux mènent la plupart du temps à des sources d'eau. Les animaux établissent leur territoire près de sources d'eau convenables et s'en éloignent rarement.

**Point d'enseignement 3** **Identifier les façons de baliser une piste**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à présenter aux cadets la façon de baliser une piste.

## RAISONS DE BALISER UNE PISTE

La plupart des pistes sont balisées à l'aller et au retour pour pouvoir les voir dans les deux directions de déplacement. On balise également les pistes pour s'assurer que les personnes qui les empruntent ne se perdent pas ou ne deviennent pas déroutées.

### S'éloigner du site et y revenir

Pour chercher de l'eau ou un terrain plus élevé pour faire un feu de signalisation, le survivant peut devoir marcher sur une distance d'un kilomètre ou plus. Le balisage aide à établir l'itinéraire à suivre pour retourner à l'emplacement de survie.

### Agir à titre de guide pour une équipe de recherche et sauvetage au sol

Les signes au sol attireront l'attention vers une présence ou une présence antérieure, et les marqueurs de direction aideront les chercheurs à suivre la trace du survivant.

## TECHNIQUES DE BALISAGE DE PISTE

Une grosse flèche pour indiquer la direction dans laquelle on se déplace et qui est visible des airs, et d'autres marqueurs de direction qui peuvent être interprétés au niveau du sol. Les marqueurs de direction peuvent inclure :

- des roches ou débris placés en forme de flèche;
- un bâton laissé sur un support tordu dont l'extrémité pointe dans la direction prise;
- des brins d'herbe attachés par un nœud simple avec l'extrémité pendante dans la direction prise;
- des branches fourchues étalées avec la fourche pointant dans la direction suivie;
- des encoches en forme de tête de flèche taillées dans un tronc d'arbre indiquant un virage;
- des petits cailloux placés sur de grosses roches avec de petites roches à côté indiquant la direction;
- une croix en bâton ou en pierre signifiant « pas de ce côté ».

Durant le déplacement, continuer de baliser les pistes, non seulement pour permettre aux personnes de les suivre, mais également pour permettre à quelqu'un de refaire le chemin en sens inverse.

Laisser un message ou des signes indiquant clairement que le groupe s'est déplacé. Les suspendre à des trépieds ou aux arbres, et attirer l'attention sur eux avec des marqueurs.

Montrer aux cadets la piste balisée qui a été préparée antérieurement avec de l'herbe et des roches. Permettre aux cadets de poser des questions.

**Arbres**

Les arbres sont très utiles pour baliser les pistes.

Pour baliser une piste avec des branches :

1. trouver un chemin à suivre sur 100 m (328 pi),
2. ramasser des branches qui sont déjà au sol,
3. placer les branches le long du chemin dans la direction de déplacement pour 100 m (328 pi),
4. tourner les branches dans le sens opposé en revenant au point de départ,
5. retourner les branches là où elles ont été prises.

**Jeunes arbres**

Les jeunes arbres peuvent servir à baliser les pistes parce qu'ils sont faciles à plier et peuvent être tordus de manière à indiquer la direction à suivre.

**Herbe haute**

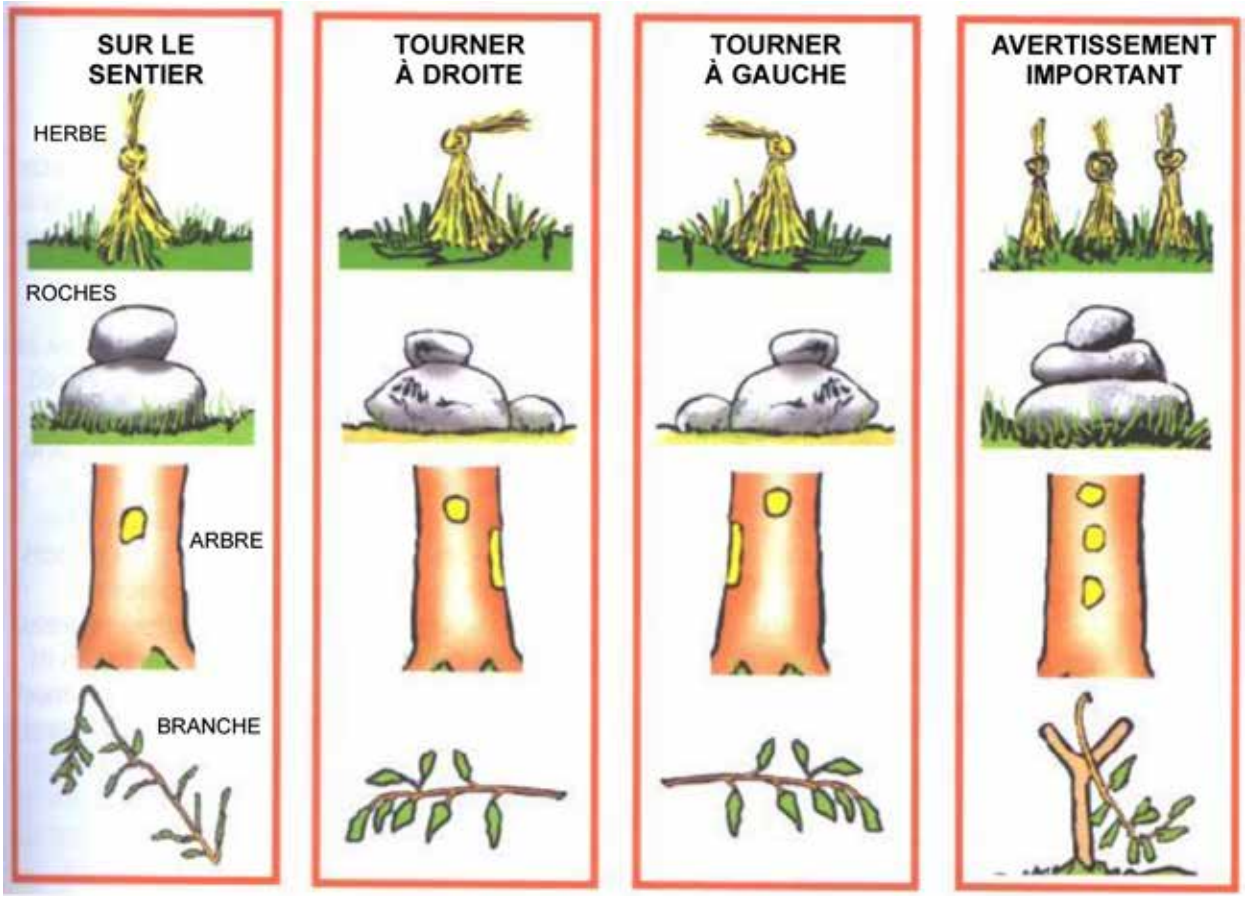
Des herbes hautes ou des bouts de paille peuvent être attachés ensemble pour indiquer la direction.

**Cairns**

Les cairns sont des monticules de pierres utilisés pour indiquer la direction des pistes. Leur dimension varie; il peut s'agir d'un petit monticule de trois ou quatre pierres ou d'un gros monticule visible même lorsqu'il y a du brouillard épais. Lorsqu'une piste est balisée par des cairns, ces derniers peuvent être plus difficiles à trouver qu'un balisage à hauteur des yeux parce qu'ils sont plus près du sol. Les cairns devraient servir à baliser les pistes en terrain rocailleux.

*K. Berger, Backpacking and Hiking, DK Publishing, Inc. (page 158)*

Figure 14-5-3  Cairn




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 547)*

Figure 14-5-4 Techniques de balisage des pistes

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les différentes façons de baliser une piste?

Q2. Comment fait-on pour baliser une piste avec des branches?

Q3. Comment fait-on pour baliser une piste sur un terrain rocailleux?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Avec des arbres, des jeunes arbres, des herbes hautes ou des cairns.

R2. Pour baliser une piste avec des branches :

(1) trouver un chemin à suivre sur 100 m (328 pi),

(2) ramasser des branches qui sont déjà au sol,

(3) placer les branches le long du chemin dans la direction de déplacement pour 100 m (328 pi),

(4) tourner les branches dans le sens opposé en revenant au point de départ,

(5) retourner les branches là où elles ont été prises.

R3. Les pistes sur un terrain rocailleux sont balisées avec des cairns.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Quels sont les facteurs à prendre en considération quand on effectue un auto-sauvetage?

Q2. Lorsqu'on planifie un itinéraire pour obtenir de l'aide, nommer trois facteurs à prendre en considération.

Q3. Quels sont certains marqueurs de direction utilisés quand on quitte un emplacement de survie?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Ressources en nourriture et en eau, ressources pour faire un feu et un abri, dangers environnementaux, santé des membres de l'équipe et risque de causer d'autres blessures.

R2. Identifier la direction, suivre les rivières et respecter la direction établie.

R3. Les marqueurs de direction comprennent :

- des roches ou débris placés en forme de flèche;
- un bâton laissé sur un support tordu dont l'extrémité pointe dans la direction prise;
- des brins d'herbe attachés par un nœud simple avec l'extrémité pendante dans la direction prise;
- des branches fourchues étalées avec la fourche pointant dans la direction suivie;
- des encoches en forme de tête de flèche taillées dans un tronc d'arbre indiquant un virage;
- des petits cailloux placés sur de grosses roches avec de petites roches à côté indiquant la direction;
- une croix en bâton ou en pierre signifiant « pas de ce côté ».

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

De nombreux facteurs doivent être pris en considération lorsqu'on prend la décision de se déplacer et d'obtenir de l'aide dans une situation de survie. Le fait de connaître ces facteurs et de savoir ce qu'il faut faire aidera le cadet à obtenir de l'aide ou à être sauvé plus rapidement.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-046 B-GG-217-001/PT-001 Directeur – Opérations aériennes et entraînement (1983). *La survie sous tous les climats*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2e éd.). Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-148 (ISBN 978-0-8118-3292-5) Davenport, G. (2006). *Wilderness Survival* (2e éd.). Mechanicsburg, Pennsylvanie, Stackpole Books.

C2-163 (ISBN 0-9694132-0-3) Ferri, G. (1989). *The Psychology of Wilderness Survival*. Hanover, Ontario, Skyway Printing.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 6**

# OCOM C324.01 – IDENTIFIER LES SOURCES DE NOURRITURE À BASE D'ANIMAUX ET D'INSECTES

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Faire une reconnaissance du lieu utilisé pour enseigner la leçon. Trouver différents signes de la présence d'animaux et leurs pistes pour le PE3.

Photocopier les documents de cours qui se trouvent aux annexes F et G.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2, afin de présenter les besoins énergétiques quotidiens et d'initier les cadets aux sources de nourriture dans les cas où on se perd.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de trouver des sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 4, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de démontrer la façon d'identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences de survie en plein air dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets soient capables d'identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes en campagne. Pour ceux qui participent à l'instruction sur les expéditions, la nécessité de vivre des ressources naturelles en campagne peut devenir une situation réelle. Dans une situation de survie, le cadet peut avoir à faire des choix appropriés, et en dépendre, pour compléter son alimentation et éviter de s'empoisonner ou de se rendre malade accidentellement.

---

**Point d'enseignement 1** — **Discuter des besoins énergétiques quotidiens pour une personne moyenne qui tente de survivre en campagne**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

---

**GLUCIDES**

Le corps a besoin de nourriture pour :

- fournir de la chaleur,
- fournir de l'énergie,
- accélérer la récupération avec un dur labeur ou une blessure,
- aider à résister aux maladies et à maintenir ses capacités mentales et physiques.

Un corps en santé peut survivre plusieurs jours, voire des semaines, sans nourriture, selon les conditions environnementales. La nourriture réapprovisionne les substances nutritives que le corps utilise. Elle procure les vitamines, les minéraux, les sels et les autres éléments essentiels à une bonne santé.

La calorie est une unité de mesure de quantité de chaleur – une calorie équivaut à la quantité de chaleur nécessaire pour élever la température d'un litre d'eau d'un degré Celsius. C'est la façon d'exprimer l'énergie lorsqu'on parle de nutrition.

Une personne moyenne dans un état de repos complet nécessite 70 calories par heure pour maintenir son métabolisme de base. Les activités les plus simples qui composent une journée ordinaire demandent 45 calories par heure de plus (p. ex., se mettre debout, s'asseoir, allumer un feu, etc.). Cela fait un total d'environ 2040 calories par jour, sans compter d'activités ardues. L'exercice d'une activité ardue pourrait brûler 3500 calories de plus par jour. Même l'effort mental ou l'anxiété peut brûler des calories.

Tous les aliments ne produisent pas une quantité égale de calories. En général, les aliments de base possèdent les valeurs énergétiques suivantes :

- **Glucides.** 1 g produit 4 calories,
- **Lipides.** 1 g produit 9 calories,
- **Protéines.** 1 g produit 4 calories.

La consommation de plus d'une source de nourriture évitera la possibilité de carences nutritives. Parmi les nutriments, on doit retrouver une combinaison de glucides, de lipides et de protéines, des minéraux et d'autres oligoéléments, et des vitamines. Un régime alimentaire équilibré est important pour une survie à long terme. Ne pas dépendre de la source de nourriture la plus facile d'accès pour assurer un régime alimentaire équilibré.

**Glucides**

Les glucides forment l'essentiel de notre régime alimentaire et ils représentent une des principales sources d'énergie pour le corps, non seulement pour aider à l'effort physique, mais également pour alimenter le corps et assurer le bon fonctionnement du système nerveux. Il existe deux types de glucides :

- **les fibres :** un glucide complexe,
- **le sucre :** un glucide simple.

**Matières grasses**

Les lipides contiennent les mêmes éléments que les glucides, mais ils sont combinés différemment. Ils sont une source concentrée d'énergie, procurant deux fois plus de calories que les glucides. Ils sont emmagasinés dans le corps en une couche sous la peau et autour des organes. Les lipides gardent la chaleur du corps et l'isolent, protègent les organes, lubrifient le tube digestif et constituent une réserve d'énergie. Ils se trouvent dans la viande, les œufs, le lait et les noix.

Le tube digestif est le passage qu'emprunte la nourriture pour se rendre de la bouche à l'anus pendant la digestion.

**Protéines**

Les protéines constituent les muscles, les os et les dents et se trouvent dans une variété d'aliments, comme la viande, la volaille, le poisson, les légumes, les noix, les produits laitiers et les produits céréaliers. Les protéines sont le seul ingrédient alimentaire qui contient de l'azote, et c'est pour cela qu'elles sont essentielles à la croissance et à la réparation du corps. S'il manque des glucides et des lipides dans l'alimentation, le corps utilisera les protéines pour produire de l'énergie, mais aux dépens des autres besoins du corps; c'est-à-dire que le corps puisera son énergie dans son propre tissu musculaire.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quels nutriments procurent des calories pour produire de l'énergie?

Q2. Combien de calories par jour brûle une personne moyenne dans un état de repos complet?

Q3. Combien de calories le corps pourrait-il brûler pendant une activité ardue?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les glucides, les lipides et les protéines.

R2. Une personne moyenne au repos brûle environ 2040 calories.

R3. Le corps peut brûler jusqu'à 3500 calories pendant une activité ardue.

**Point d'enseignement 2** **Identifier les insectes comestibles, leur valeur nutritive et leur habitat**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE devrait être donné à un endroit à proximité de souches pourries, de roches, de planches de bois ou de tout autre matériau se trouvant au sol qui sont propices aux nids d'insectes. Au cours du PE, donner des exemples d'insectes et de larves que l'on peut trouver sous les objets énumérés précédemment.

Faire attention en retournant les objets; des insectes ou animaux dangereux ou venimeux (serpents, araignées, abeilles, guêpes, etc.) peuvent s'y trouver.

**INSECTES COMESTIBLES**

Les insectes sont les formes de vie les plus abondantes sur Terre et ils sont faciles à attraper. Ils sont une bonne source de protéines, de lipides, de glucides, de calcium et de fer. Cela en fait une source de nourriture précieuse pour la survie.

Bien qu'un nombre relativement important d'insectes puissent se manger crus, il est préférable de les cuire pour éviter d'ingérer des parasites. Ne ramasser que les spécimens vivants. Éviter ceux qui ont l'air malade ou mort, qui sentent mauvais, ou qui irritent la peau ou donnent des rougeurs quand on les manipule. La valeur nutritive par 100 g de divers insectes est illustrée dans le tableau de la figure 14-6-1.

Les personnes qui sont allergiques aux insectes ou aux arthropodes doivent faire preuve de prudence. Les insectes et les crustacés sont dans la même catégorie. Les personnes qui ont des réactions allergiques au homard, à la crevette, à l'écrevisse ou à la langouste ou langoustine ou aliments similaires doivent éviter de manger des insectes.

**VALEUR NUTRITIVE**

Un gramme de glucides équivaut à quatre calories. Ce calcul est utile pour établir la quantité de calories que l'on doit consommer pour maintenir sa force et ses fonctions de base dans une situation de survie en campagne. À noter que les insectes sont une source importante de protéines.

Distribuer le document de cours qui se trouve à l'annexe G.

Demander aux cadets de nommer deux insectes qu'ils mangeraient, en se basant sur le tableau suivant. Leur demander de calculer la quantité d'insectes qu'ils auraient à manger pour obtenir la moitié de leur apport calorique quotidien (environ 1020 calories).

| Insecte (par 100 g) | Protéines (g) | Lipides (g) | Glucides (g) | Calcium (mg) | Fer (mg) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sauterelles** | **12.9** | **5.5** | **5.1** | **75.8** | **9.5** |
| **Petites sauterelles** | **20.6** | **6.1** | **3.9** | **35.2** | **5.0** |
| **Coléoptères aquatiques géants** | **19.8** | **8.3** | **2.1** | **43.5** | **13.6** |
| **Fourmis rouges** | **13.9** | **3.5** | **2.9** | **47.8** | **5.7** |
| **Chrysalides de vers à soie** | **9.6** | **s.o.** | **2.3** | **41.7** | **1.8** |
| **Termites** | **14.2** | **S.O.** | **S.O.** | **0.050** | **35.5** |
| **Charançons** | **6.7** | **S.O.** | **S.O.** | **0.186** | **13.1** |

*G. Davenport, Wilderness Survival, Stackpole Books (page 161)*

Figure 14-6-1 Valeur nutritive

**HABITAT DES INSECTES**

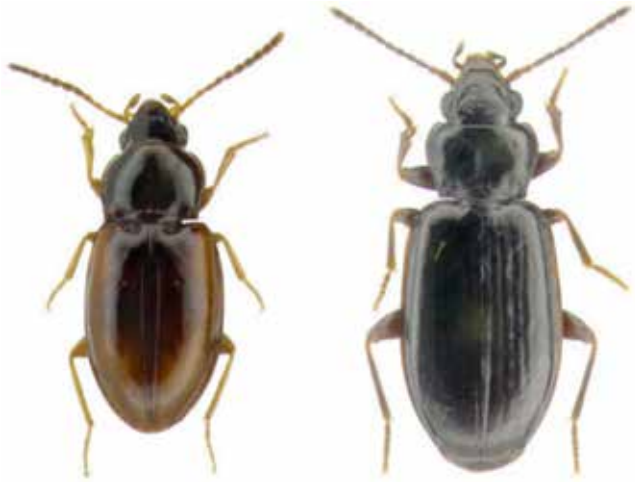
Les souches pourries, les roches, les planches de bois ou tout autre matériau se trouvant au sol sont propices aux nids d'insectes et sont d'excellents endroits où trouver une variété d'insectes, comme des fourmis, des termites, des coléoptères et des larves. Les zones herbeuses sont de bons endroits où chercher parce que les insectes y sont faciles à voir. Les insectes suivants sont faciles à trouver dans la plupart des endroits.

**Sauterelles.** Se trouvent le plus souvent dans les champs à découvert. On les voit sauter du chemin quand on marche. Elles se mangent crues ou cuites, sans les pattes.

*Discover Entomology, par Carl D. Patrick, Grasshoppers and Their Control, Droit d'auteur par le département d'entomologie de Texas A&M University, 2008. Extrait le 5 mars 2008 du site http://insects.tamu.edu/extension/bulletins/l-5201.html*

Figure 14-6-2 Sauterelle

**Coléoptères.** Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol. Les insectes à carapace dure ont des parasites; il faut donc les cuire avant de les manger.



*Système canadien d'information sur la biodiversité, Les Carabidés du Canada. Extrait le 5 mars 2008, du site http://www.cbif.gc.ca/spp_pages/carabids/phps/image1_f.php*

Figure 14-6-3 Coléoptères

**Vers.** Les vers sont une excellente source de protéines, ont une teneur importante en acides aminés essentiels et sont faciles à ramasser. Creuser le sol humide pour les trouver ou les chercher sur le sol après la pluie. Après les avoir ramassés, les mettre dans de l'eau propre et potable pendant quelques minutes. Ils se purgeront ou se laveront naturellement; après quoi on peut les manger crus.

*Cheshire Wildlife Trust, Find Out About Earth Worms, Droit d'auteur par Cheshire Wildlife Trust, 2004. Extrait le 5 mars 2008, du site http://www.wildlifetrust.org.uk/cheshire/watch_earthworms.htm*

Figure 14-6-4 Ver de terre

**Larves.** Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol.

*Green Smiths, Grub Worms. Extrait le 5 mars 2008, du site http://www.greensmiths.com/grubs.htm*

Figure 14-6-5 Larves

**Insectes aquatiques.** On trouve de nombreuses espèces d'insectes comestibles au bord des lacs, des étangs et des océans. Tous les insectes à carapace dure doivent être cuits.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 912)*

Figure 14-6-6 Insectes aquatiques

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelle valeur nutritive les insectes procurent-ils pour la survie?

Q2. Où trouve-t-on habituellement des insectes?

Q3. Comment trouve-t-on des vers?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les insectes sont une bonne source de protéines, de lipides, de glucides, de calcium et de fer.

R2. Les souches pourries, les roches, les planches de bois ou tout autre matériau se trouvant au sol sont propices aux nids d'insectes et sont d'excellents endroits où trouver une variété d'insectes.

R3. Creuser le sol humide pour les trouver ou les chercher sur le sol après la pluie.

---

**Point d'enseignement 3** **Discuter de la façon de trouver de petits animaux**

Durée : 15 min Méthode : Démonstration

---

Au cours de ce PE, circuler dans le secteur d'entraînement en attirant l'attention sur différents signes de la présence d'animaux. Indiquer leurs empreintes et habitats aux cadets.

**IDENTIFIER LES PISTES ET L'HABITAT DES ANIMAUX**

Tous les animaux peuvent être une source d'alimentation. Plus on sait de choses sur les animaux, meilleures seront nos chances d'en trouver un. Pour trouver un animal dans la nature, on doit être à l'affût de signes de leur présence. Une fois qu'on reconnaît les signes laissés par un animal et qu'on peut les identifier, il est alors possible d'imaginer une méthode pour le chasser et le piéger.

La plupart des mammifères se déplacent à l'aube et au crépuscule (premières lueurs du jour, dernières lueurs du jour), en empruntant les mêmes trajets entre leurs points d'eau, aires de nourriture et habitats. On peut identifier les empreintes et pistes d'animaux en recherchant des signes particuliers.

Les conseils suivants permettent de trouver et d'identifier les animaux :

- les empreintes sont plus faciles à voir sur de la neige, au sol mouillée ou du sable humide,
- la dimension de l'empreinte laissée,
- on peut déterminer le temps écoulé depuis la formation des empreintes en examinant leur netteté et degré d'humidité,
- plus l'empreinte est nette, plus elle est récente. Si de l'eau ou de la pluie s'y est infiltrée, elle peut dater d'un certain temps,
- une végétation dense laisse voir les trajets ou chemins utilisés régulièrement,
- certains animaux ne se déplacent jamais très loin; alors, la présence d'empreintes signifie qu'ils se trouvent probablement dans le secteur,
- les petits animaux creusent des tunnels dans les broussailles denses,
- des brindilles cassées le long d'un trajet indiquent la direction de déplacement et la taille de l'animal.

**Lapins et lièvres**

Les lapins et les lièvres sont faciles à attraper. Ils vivent soit dans des terriers ou au-dessus du sol et empruntent souvent le même trajet qu'ils utilisent pour revenir sur leurs pas. Ils ont de longues pattes arrière et de petites pattes avant. Quand on cherche des lapins ou des lièvres, se rappeler ce qui suit :

- ils ne laissent que de légères empreintes sur un sol mou,
- ils ont des pattes arrière étroites avec quatre orteils,
- leurs empreintes montrent que les pattes arrière sont à l'avant des pattes de devant au lieu d'être côte à côte,

- ils mangent des écorces d'arbre et peuvent ronger la base des arbres,
- ils avertissent les autres lapins et lièvres en se servant de leurs pattes pour produire des sons. Le son émis ressemble à un bruit lourd et sourd ou à quelqu'un qui frappe un coussin.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 35)*

Figure 14-6-7 Lapin et empreintes

**Écureuils**

Les écureuils sont alertes et très agiles. La plupart sont actifs jour et nuit – s'alimentant de noix, de fruits, de pousses et des œufs de certains oiseaux. Leur nid est habituellement de la taille d'un petit sac à dos pour une journée, se compose de brindilles et de feuilles et se trouve haut dans les arbres. Toutefois, durant l'hiver, les écureuils recherchent les trous dans les arbres pour s'en faire des tanières. Ils sont petits et leurs empreintes sont à peine visibles. Voici des signes de la présence d'un écureuil :

- des cônes mâchés,
- des écailles de cône empilées çà et là,
- des pépiements et sifflements forts et aigus presque continus.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 49)*

Figure 14-6-8 Écureuil et empreintes

**Marmottes**

Les marmottes se trouvent le plus souvent dans les prés, au bord des routes et dans les champs abandonnés. Elles vivent seules dans des terriers d'une longueur allant jusqu'à 9 m (30 pi), creusés sous des souches, des

roches ou le bord des bâtiments. Les terriers comportent habituellement trois entrées. Celles-ci sont visibles, mesurent entre 20 et 30 cm (8 et 12 po) de largeur et se trouvent à proximité de gros monticules de terre.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 91)*

Figure 14-6-9 Marmotte et empreintes

**Porcs-épics**

Le porc-épic est le deuxième plus grand rongeur. Il possède des piquants pointus, qui sont solides à la base et barbelés au bout. Cet animal se nourrit principalement d'herbes, de glands et de brindilles et aime beaucoup le sel. Il laisse les traces et signes suivants :

- ses empreintes : les pattes avant ont quatre orteils et les pattes arrière en ont cinq,
- l'écorce des arbres est arrachée en plaques irrégulières,
- des brindilles mordillées jonchent le sol.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 109)*

Figure 14-6-10 Porc-épic et empreintes

**Castors**

On connaît les castors comme des bâtisseurs de barrages. Ce sont des animaux aquatiques qui ont une queue qui semble couverte d'écailles et matelassée. On les voit régulièrement parcourir les cours d'eau, les lacs et les marais ou marécages. Ils résident dans une tanière, qu'on appelle une « hutte de castor », où on peut les piéger. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes avant ont cinq orteils et des marques de griffes, mais on n'en voit souvent que quatre,
- les empreintes des pattes arrière sont palmées, arrondies et plus larges,
- les niveaux d'eau dans les lacs, les marais ou les marécages sont plus élevés que la normale,
- la présence de barrages de castor, de huttes, de jeunes arbres tombés et rongés,
- la présence de copeaux d'écorce près de l'eau.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 110)*

Figure 14-6-11 Castor et empreintes

**Ratons laveurs**

Le « bandit masqué » vit dans une variété d'habitats : des forêts aux prairies, en passant par les parcs urbains. Ces animaux préfèrent la proximité de l'eau et des arbres et sont répandus dans les marécages boisés. Ils résident dans des terriers situés le plus souvent dans une souche ou un arbre creux, une crevasse dans une roche, une caverne ou un bâtiment abandonné. Le régime alimentaire terrestre des ratons laveurs comprend des noix, des fruits, des insectes, de petits rongeurs et des oiseaux. Prêts de l'eau, ils peuvent manger des grenouilles, des poissons, des mollusques et des insectes. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes arrière font environ 7.62 cm (3 po) de longueur et ont 5 orteils,
- les pattes avant ressemblent à de petites mains avec cinq doigts.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 99)*

Figure 14-6-12 Raton laveur et empreintes

**RECONNAÎTRE LES SIGNES D'ALIMENTATION**

Avec un œil exercé, on peut souvent identifier les espèces animales par les marques laissées par leurs dents ou bec sur une noix, ou par la façon dont une noix de pin a été épluchée pour en extraire les graines. Voici certains signes d'alimentation qu'on peut trouver dans la nature :

- des arbres écorcés,
- des coquilles de noix rongées,
- des fruits partiellement mangés,
- des pousses arrachées,
- des restants de proie,
- des animaux laissés par des carnivores ou la destruction de nids.

On trouve souvent des fruits ou des noix abandonnés lorsque la nourriture est abondante - il arrive qu'un animal trouve un morceau qu'il n'aime pas, il le rejette alors pour en essayer un autre. Ces signes révèlent non seulement la présence d'un animal, mais permettent aussi d'établir les appâts pour les pièges.

**TROUVER DES EXCRÉMENTS**

L'examen des excréments est l'un des meilleurs moyens de savoir s'il s'agit d'un animal herbivore ou carnivore. Leur masse et quantité permettent d'estimer la taille de l'animal. Leur degré de sécheresse est un indicateur du temps écoulé depuis la défécation. Les vieux excréments seront durs et inodores, tandis que les excréments récents seront humides, sentiront encore et peuvent être couverts de mouches.

La composition des excréments peut servir à trouver de quel type d'animal ils proviennent. Des morceaux de végétaux (tiges, graines, écales et piles) indiquent la présence d'un herbivore. Les excréments des herbivores n'ont presque aucune odeur, bien que ceux des animaux qui se sont gorgés de baies aient une odeur sucrée.

Des excréments remplis de matières animales (écailles, os et fourrure) qui proviennent d'un carnivore ont habituellement une odeur fétide. La présence de mouches indique que les excréments sont récents.

Si l'on entend le bourdonnement de mouches, mais qu'on n'arrive pas à les trouver, cela indique la présence possible d'un animal récemment tué par un animal féroce. Quitter immédiatement les lieux.

**IDENTIFIER LES DÉRACINEMENTS**

Certains animaux fouillent le sol à la recherche d'insectes et de tubercules. Si le sol est encore friable et récemment dérangé, il est probable qu'un animal y soit passé, il y a peu de temps. Des petits coups de griffe peuvent indiquer l'endroit où un écureuil ou un autre rongeur a creusé le sol à la recherche de pousses.

**DÉTECTER LES ODEURS ET LES FUMETS**

Il faut être vigilant si l'on sent quelque chose d'inhabituel. Essayer de noter les odeurs. Ils offrent des indices sur les espèces animales et végétales présentes à cet endroit. Là où se trouve une espèce animale, d'autres s'y trouveront.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

**QUESTIONS**

Q1. À quel moment la plupart des animaux se déplacent-ils dans leur environnement?

Q2. Quel trajet le lapin suit-il habituellement?

Q3. Si vous vous perdez dans une région boisée près d'un lac, quels animaux y trouveriez-vous?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La plupart des animaux se déplacent dans leur environnement à l'aube et au crépuscule.

R2. Le lapin suit habituellement le même trajet qu'il utilise pour revenir sur ses pas.

R3. Des castors et des ratons laveurs.

**Point d'enseignement 4** — **Diriger une activité où les cadets, en groupes de deux, doivent examiner la zone locale pour trouver les sources de nourriture animales et d'insectes en identifiant deux signes d'activités récentes qui les guideront vers la nourriture**

Durée : 20 min — Méthode : Activité pratique

**ACTIVITÉ**

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'identifier des sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes en trouvant des signes d'activités récentes en campagne.

**RESSOURCES**

Document de cours sur les animaux et les insectes.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Distribuer le document de cours qui se trouve à l'annexe F.
3. Demander aux cadets de fouiller le secteur d'entraînement et d'identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes en trouvant des signes d'activités récentes en campagne.
4. Demander aux cadets de décrire les signes d'activités récentes, y compris :
   (a) le type d'animal ou d'insecte,
   (b) la taille estimée de l'animal ou de l'insecte.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Établir des limites autour des secteurs utilisés.
- On peut demander à du personnel supplémentaire d'aider à la supervision durant cette tâche.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**

---

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

---

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**

---

**QUESTIONS**

Q1. Si une personne consomme 1 g de glucides, combien de calories cela produirait-il?

Q2. Quel danger y a-t-il à ne consommer qu'un seul type de nourriture dans une situation de survie?

Q3. Où trouve-t-on le plus souvent les castors?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Un gramme de glucides équivaut à quatre calories.

R2. Si on ne consomme qu'un seul type de nourriture, le corps peut souffrir d'une carence en nutriments essentiels.

R3. On les voit régulièrement parcourir les cours d'eau, les lacs et les marais ou marécages. Ils résident dans une tanière, que l'on appelle une « hutte de castor ».

---

**CONCLUSION**

---

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Une personne qui se perd en campagne se trouvera dans une situation angoissante et dangereuse si elle ne sait pas comment gérer la situation. Les cadets ont été informés de l'endroit où trouver des sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes comestibles qui leur procureront les nutriments essentiels à la survie, et de la façon s'y prendre.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2e éd). Lebanon, New Hampshire, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-148 (ISBN 978-0-8117-3292-5) Davenport, G. (2006). *Wilderness Survival*. Mechanicsburg, Pennsylvanie, Stackpole Books.

C2-155 (ISBN 978-1-58574-556-2) The Lyons Press. (2002). *U.S. Army Survival Handbook*. Guilford, Connecticut, The Lyons Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 7**

# OCOM C324.02 – CONSTRUIRE DES COLLETS

Durée totale : 120 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Couper des fils métalliques non ferreux de 60 cm (2 pi) de longueur pour chaque cadet.

Préparer des exemples de différents types de collets et pièges qui serviront lors de la démonstration de leur mode de fonctionnement.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter la façon de construire des collets.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 2 à 4, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de construire des collets, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit avoir construit des collets.

### IMPORTANCE

Du fil métallique non ferreux est un élément qu'on retrouve souvent dans les trousses de survie. On s'en sert pour construire des collets dans une situation de survie. Il est important que les cadets sachent comment construire des collets, parce que les collets permettent de piéger du gibier et de s'en nourrir dans une situation de survie.

**Point d'enseignement 1** **Discuter des types de collets**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

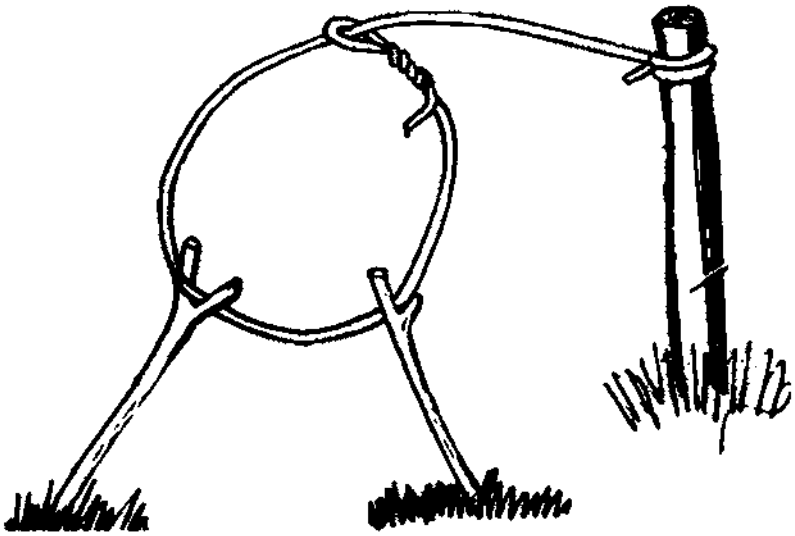
Discuter des différents types de collets qu'on peut fabriquer pour attraper du gibier.

Les collets sont les pièges les plus simples à réaliser, et le fil à collet doit faire partie de toute trousse de survie. Ils sont faits d'un fil métallique non ferreux (le fil ne doit pas être fait de fer ni d'acier) avec un nœud coulant à une extrémité, dans lequel est glissée l'autre extrémité du fil, attachée fermement à un piquet, une roche ou un arbre. Un collet est un nœud coulant qui permet de prendre le petit gibier par la gorge et le gros gibier par une jambe.

## TYPES DE COLLETS

### Collet simple

On peut construire un collet simple à partir de fil métallique non ferreux, de ficelle, de cordage de plantes, de racines, de crin, de cuir brut, d'intestins d'animaux secs, etc. Le meilleur matériau pour faire un collet simple est le fil métallique non ferreux, car il conserve sa forme ronde et se tord facilement pour faire la boucle dans laquelle la partie mobile du fil glissera.

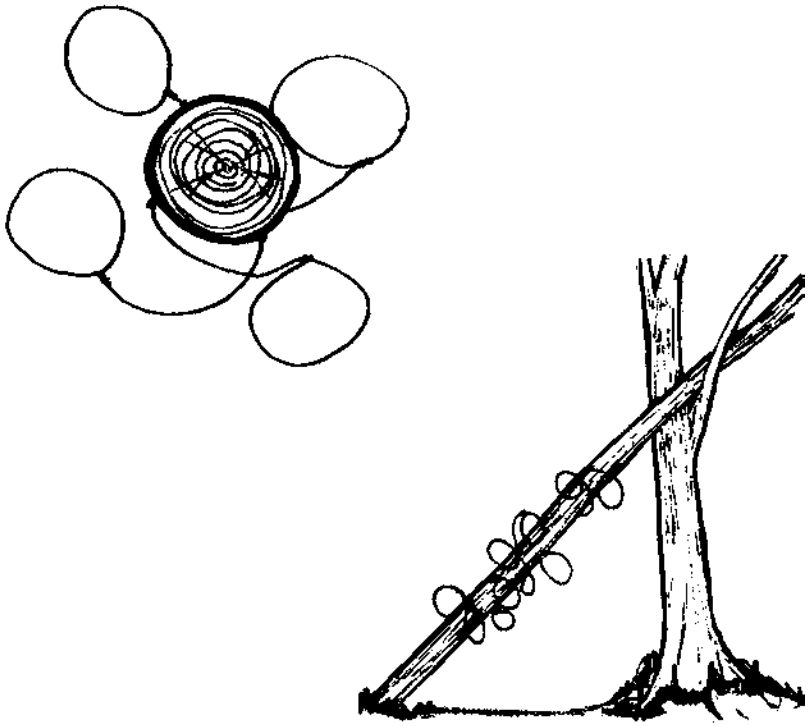


*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 160)*

Figure 14-7-1 Collet simple

### Piège à écureuil

On fait un piège à écureuil en disposant plusieurs petits nœuds coulants sur un rondin incliné. L'écureuil passera la tête dans le nœud coulant et tombera du rondin; le collet se resserrera à ce moment. Le fait qu'il y ait un écureuil pendu ne dissuadera pas d'autres écureuils de se faire prendre.



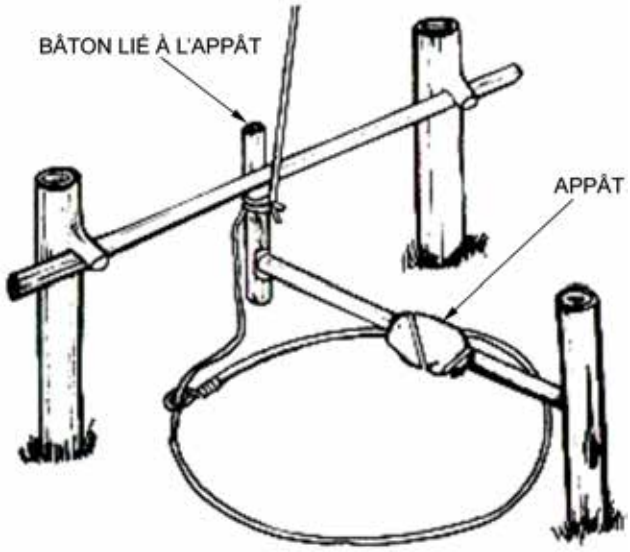
*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 160)*

Figure 14-7-2 Piège à écureuil

**Collet actionné par l'appât**

Le collet actionné par l'appât attire le gibier avec de la nourriture. Une fois le gibier pris au piège, le collet le soulèvera du sol.

Le nœud coulant est posé à plat sur le sol, et l'appât est accroché à une corde au-dessus. Le mécanisme se déclenche lorsque le gibier mord à l'appât. Ce type de piège est approprié pour les animaux de taille moyenne, comme les renards. On peut l'installer dans un espace ouvert, puisque les animaux seront attirés par l'appât; une petite clairière dans le bois constitue un bon emplacement.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 160)*

Figure 14-7-3 Collet actionné par l'appât

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Nommer les trois types de collets.

Q2. Quel type de collet est fait de plusieurs petits nœuds coulants disposés sur un rondin incliné?

Q3. Quel type de collet est fait d'un nœud coulant mis à plat sur le sol?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les trois types de collet sont : le collet simple, le piège à écureuil et le collet actionné par l'appât.

R2. On fait un piège à écureuil en disposant plusieurs petits nœuds coulants sur un rondin incliné.

R3. Le collet actionné par l'appât est fait d'un nœud coulant mis à plat sur le sol.

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer et démontrer la façon de construire un collet simple et demander aux cadets d'en construire un**

Durée : 35 min — Méthode : Démonstration et exécution

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la façon de construire un collet simple pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape nécessaire pour construire un collet simple. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

## COLLET SIMPLE

### Façon de construire un collet simple

Instructions sur la construction d'un collet simple :

1. **Choisir l'emplacement.** Trouver les sentiers ou les trajets empruntés par le gibier pour se rendre de son terrier à l'endroit où il s'alimente ou boit. Rechercher des rétrécissements naturels sur le chemin par où l'animal aura à passer (un arbre mort tombé ou un endroit où la piste passe sous un obstacle). Observer les directives suivantes pour installer un collet :
   - **Éviter de déranger le milieu.** Ne pas marcher sur le sentier emprunté par le gibier. Faire tous les préparatifs hors du sentier et ne laisser aucune trace de sa présence à cet endroit.
   - **Cacher les odeurs.** Quand on construit ou qu'on manie des pièges, ne pas y laisser d'odeur. Les manier le moins possible et porter des gants. Construire le piège avec le même type de bois que celui qui se trouve dans le milieu environnant. Chaque arbre dégage sa propre odeur. Les animaux ont un odorat développé et peuvent se mettre sur leurs gardes s'ils perçoivent une odeur inhabituelle. Une façon de cacher l'odeur humaine est d'exposer le piège à la fumée.
   - **Camouflage.** Cacher les extrémités fraîchement coupées des arbres avec de la boue. Couvrir le piège au sol de façon à ce qu'il se confonde de façon aussi naturelle que possible avec le milieu environnant.
2. **Faire un collet avec du fil.** À l'aide d'un fil métallique non ferreux, faire une boucle de la largeur du poignet et torsader l'extrémité afin d'assurer une stabilité tout en permettant à la partie mobile de glisser facilement.
3. **Installer le collet.** En gardant à l'esprit le type d'animal à piéger, placer le collet au-dessus du sol, à côté d'un obstacle sur le sentier (pour piéger un lapin, placer le collet à une hauteur de quatre doigts du sol et à une main de l'obstacle).
4. **Attacher solidement le collet.** S'assurer que le collet est attaché solidement et que des brindilles immobilisent la boucle, au besoin. Un animal pris au collet se débattra pour se libérer. Il dépensera une grande quantité d'énergie pour essayer de s'échapper. Si le piège présente des faiblesses, elles seront apparentes à ce moment.
5. **Faire un entonnoir.** On peut guider l'animal vers le piège afin d'augmenter les chances de le capturer. Pour faire un entonnoir, placer des brindilles et des branches et autres obstacles de façon à guider l'animal vers le collet.

---

## ACTIVITÉ

Durée : 25 min

---

## OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de construire un collet simple.

## RESSOURCES

- du fil métallique non ferreux,
- un couteau.

## DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Donner du fil métallique non ferreux à collet et un couteau à chaque paire.
3. Demander aux cadets de construire un collet simple, de la façon démontrée au début de la leçon. Les collets doivent être construits pour simuler le piégeage de lapins.
4. Demander aux cadets de visiter chaque emplacement. Donner une rétroaction aux cadets sur chaque collet en indiquant leurs forces et faiblesses.
5. Demander aux cadets de démonter les collets et de redonner le matériel.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

---

**Point d'enseignement 3** — **Expliquer et démontrer la façon de construire un piège à écureuil et demander aux cadets d'en construire un**

Durée : 35 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la façon de construire un piège à écureuil pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape nécessaire pour construire un piège à écureuil. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape.
3. Surveiller la performance des cadets pendant la mise en pratique de la compétence entière.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

**PIÈGE À ÉCUREUIL**

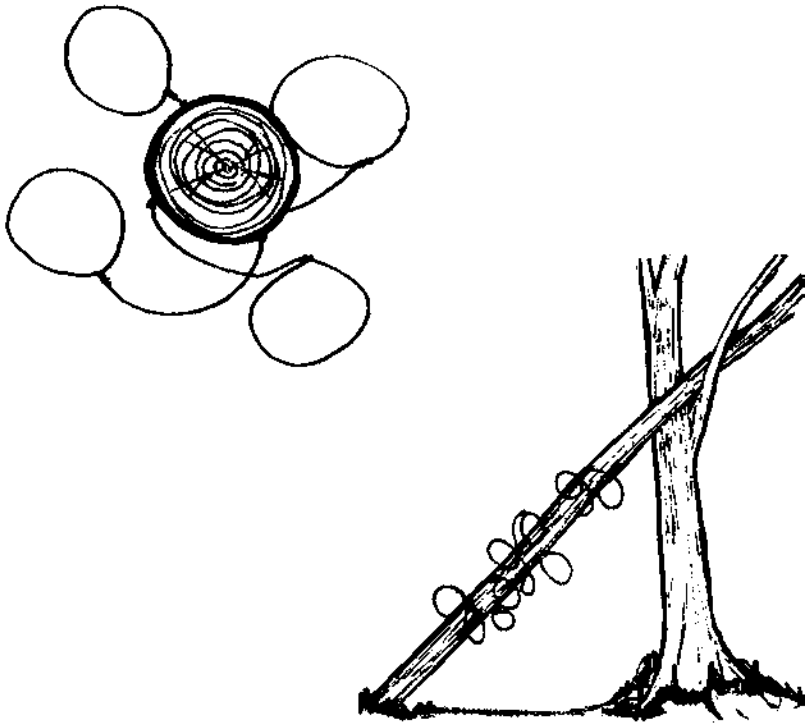
Instructions sur la construction d'un piège à écureuil :

1. **Choisir l'emplacement.** Trouver les sentiers ou les trajets empruntés par le gibier pour se rendre de son terrier à l'endroit où il s'alimente ou boit. En installant le piège à écureuil, trouver la piste empruntée par l'écureuil en repérant des empreintes ou un chemin qui semble être utilisé souvent. Rechercher des rétrécissements naturels le long du chemin par lesquels, ou au-dessus desquels, l'écureuil aura à passer, et installer le piège en observant les directives suivantes :
   - **Éviter de déranger le milieu.** Ne pas marcher sur le sentier emprunté par le gibier. Faire tous les préparatifs hors du sentier et ne laisser aucune trace de sa présence à cet endroit.
   - **Cacher les odeurs.** Quand on construit ou qu'on manie des pièges, ne pas y laisser son odeur. Les manier le moins possible et porter des gants. Construire le piège avec le même type de bois que celui qui se trouve dans le milieu environnant. Chaque arbre dégage sa propre odeur. Les

animaux ont un odorat développé et peuvent se mettre sur leurs gardes s'ils perçoivent une odeur inhabituelle. Une façon de cacher l'odeur humaine est d'exposer le piège à la fumée.

- **Camoufler le piège.** Cacher les extrémités fraîchement coupées des arbres avec de la boue. Couvrir le piège au sol de façon à ce qu'il se confonde de façon aussi naturelle que possible avec le milieu environnant.

2. **Faire plusieurs petits nœuds coulants.** À l'aide d'un fil métallique non ferreux, faire une boucle de la largeur du poignet et torsader l'extrémité afin d'assurer une stabilité tout en permettant à la partie mobile de glisser facilement. Faire plusieurs nœuds coulants, comme illustré à la figure 14-7-4.



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 160)*

Figure 14-7-4 Piège à écureuil

3. **Placer les nœuds coulants sur un tronc d'arbre incliné.** Placer plusieurs nœuds coulants sur un tronc d'arbre incliné. L'écureuil passera la tête dans le nœud coulant et tombera du rondin. Le fait qu'il y ait un écureuil pendu ne dissuadera pas d'autres écureuils de se faire prendre.

---

**ACTIVITÉ**

Durée : 25 min

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de construire un piège à écureuil.

**RESSOURCES**

- du fil métallique non ferreux,
- un couteau.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Donner du fil métallique non ferreux à collet et un couteau à chaque paire.
3. Demander aux cadets de construire un piège à écureuil, de la façon démontrée au début de la leçon.
4. Demander aux cadets de visiter chaque emplacement. Donner une rétroaction aux cadets sur chaque collet en indiquant leurs forces et faiblesses.
5. Demander aux cadets de démonter les collets et de redonner le matériel.

Durant la rétroaction, demander aux cadets s'ils ont construit leur piège à mains nues. Leur rappeler que l'odeur peut faire fuir les animaux et qu'il est important d'essayer de cacher son odeur quand on installe des pièges.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation d'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 4** — **Expliquer et démontrer la façon de construire un collet actionné par l'appât et demander aux cadets d'en construire un**

Durée : 35 min — Méthode : Démonstration et exécution

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

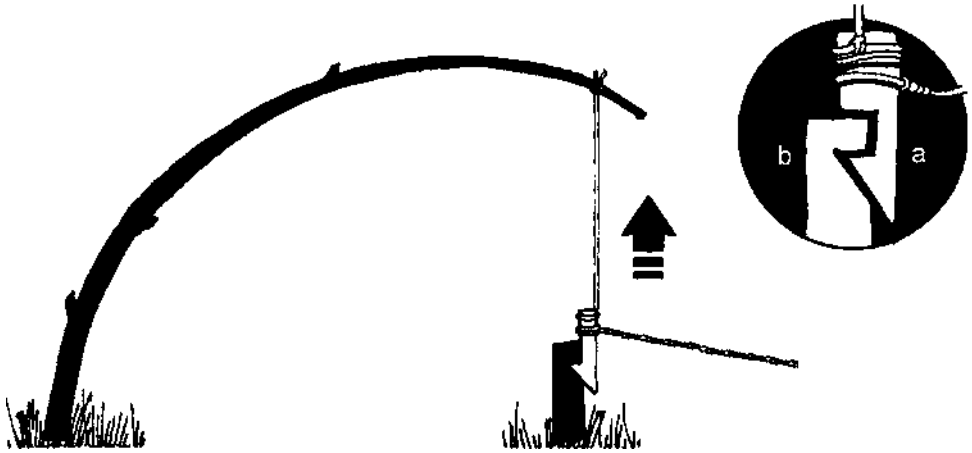
1. Expliquer et démontrer la façon de construire un collet actionné par l'appât pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape nécessaire pour construire un collet actionné par l'appât. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape.
3. Surveiller la performance des cadets pendant la mise en pratique de la compétence entière.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

**COLLET ACTIONNÉ PAR L'APPÂT**

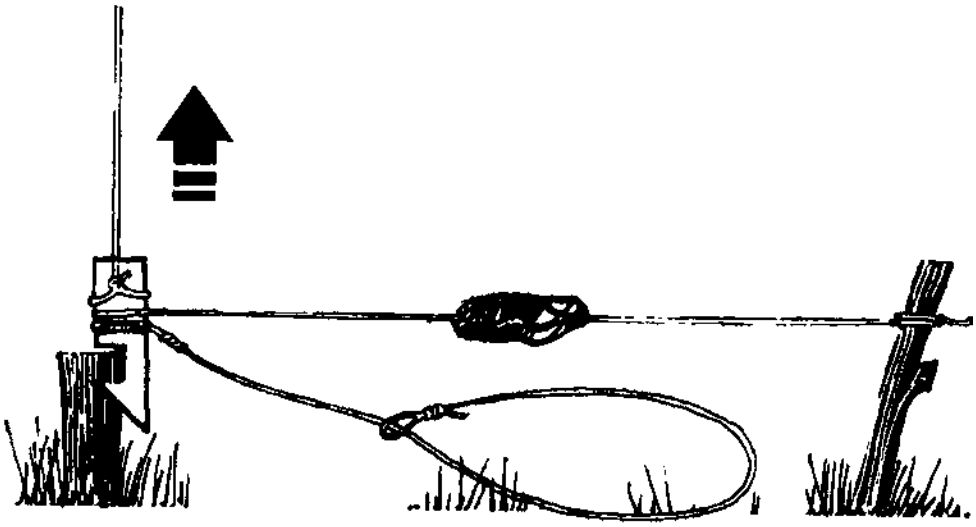
Le collet actionné par l'appât est situé dans un endroit ouvert et attire les animaux avec de la nourriture. L'appât est déposé au sol ou accroché à une corde au-dessus. Le mécanisme se déclenche lorsque le gibier mord à l'appât. Lorsque le gibier est pris au piège, la barre de détente se déclenche et le gibier est soulevé du sol. Ce

type de collet est idéal pour les animaux comme les lapins et les renards, parce qu'il peut piéger le gibier qui s'en approche des deux directions et il se trouve dans un endroit ouvert; l'appât attirera leur attention.




*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 188)*

Figure 14-7-5 Piège à écureuil



*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 188)*

Figure 14-7-6 Collet actionné par l'appât

Instructions pour la construction d'un collet actionné par l'appât :

1. **Trouver un déclencheur.** Repérer le sentier ou le trajet qu'emprunte le gibier près d'un endroit ouvert à proximité d'un collet à ressort éventuel. En guise de ressort, on peut utiliser un petit arbre, âgé de deux à cinq ans, qui est souple et qui peut supporter le poids d'un petit animal. Observer les directives suivantes pour construire un collet actionné par l'appât :

   - **Éviter de déranger le milieu.** Ne pas marcher sur le sentier emprunté par le gibier. Faire tous les préparatifs hors du sentier et ne laisser aucune trace de sa présence à cet endroit.
   - **Cacher les odeurs.** Quand on construit ou qu'on manie des pièges, ne pas y laisser d'odeur. Les manier le moins possible et porter des gants. Construire le piège avec le même type de bois que celui qui se trouve dans le milieu environnant. Chaque arbre dégage sa propre odeur. Les animaux ont un odorat développé et peuvent se mettre sur leurs gardes s'ils perçoivent une odeur inhabituelle. Une façon de cacher l'odeur humaine est d'exposer le piège à la fumée.

- **Camouflage.** Cacher les extrémités fraîchement coupées des arbres avec de la boue. Couvrir le piège au sol de façon à ce qu'il se confonde de façon aussi naturelle que possible avec le milieu environnant.

2. **Fabriquer une barre de détente.** En guise de barre de détente, on peut se servir d'une ficelle tendue au-dessus et de bord en bord du piège (on peut aussi utiliser un bâton). On la fabrique en tendant une ficelle entre un piquet et le mécanisme de détente. L'appât est placé sur la ficelle ou y est attaché. Lorsqu'on y touche, le mécanisme à ressort se déclenche et piège l'animal.

3. **Faire des entailles de déclenchement.** Les entailles de déclenchement sont faites de façon à ressembler à une extrémité pointue où est pratiquée une entaille à quelques centimètres de la pointe. L'entaille permet de bloquer les deux bâtons entaillés ensemble jusqu'à ce que le bâton soit déplacé (voir figure 14-7-5).

4. **Placer un appât sur la corde.** Déterminer l'animal à piéger et l'appâter en conséquence.

5. L'appât doit être bien enroulé autour de la ficelle ou de la barre de détente pour forcer l'animal à mordre à pleines dents dans l'appât. Tout mouvement déclenchera le ressort.

6. **Ajuster le nœud.** Une fois toutes les pièces fabriquées, placer un collet à plat sur le sol sous l'appât et :

   (a) attacher le collet au mécanisme d'entailles de déclenchement (pièce A de la figure 14-7-5);

   (b) attacher la ficelle appâtée au mécanisme de déclenchement (bâton comportant l'entaille A de la figure 14-7-5);

   (c) enfoncer un piquet (comportant l'entaille B) dans le sol. Le piquet doit pouvoir supporter la force exercée par le ressort. Enfoncer le piquet à un angle pour qu'il tienne bien;

   (d) placer le ressort en attachant une ficelle au bout du ressort. La ficelle doit atteindre l'entaille de déclenchement A de sorte que le ressort soit courbé (forme un arc). Lorsqu'il est déclenché, le mécanisme tirera avec force sur le collet; l'animal sera piégé et soulevé dans les airs;

   (e) tirer le ressort vers le sol;

   (f) enclencher les entailles de déclenchement ensemble et laisser le mécanisme se tendre lentement;

   (g) toutes les pièces doivent être tendues par le ressort et les cordes. Toute secousse sur le mécanisme aura pour effet de libérer les entailles et d'actionner le ressort, tirant sur le collet et piégeant l'animal.

---

## ACTIVITÉ

Durée : 25 min

---

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de construire un collet actionné par l'appât.

### RESSOURCES

- de la ficelle,
- un appât simulé,
- un couteau,
- du fil métallique non ferreux à collets.

En guise d'appât, on peut utiliser n'importe petit objet qu'on peut attacher à la corde. L'idée est d'attacher quelque chose qui simulera l'utilisation d'un appât pour attirer le gibier dans le piège.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Donner du fil métallique non ferreux à collet, de la ficelle, un appât simulé et un couteau à chaque paire.
3. Demander aux cadets de construire, par paires, un collet actionné par l'appât, de la façon démontrée au début de la leçon.
4. Demander aux cadets de visiter chaque emplacement. Donner une rétroaction aux cadets sur chaque collet en indiquant leurs forces et faiblesses.
5. Demander aux cadets de démonter les collets et de redonner le matériel à l'instructeur.

Durant la rétroaction, demander aux cadets s'ils ont construit leur piège à mains nues. Leur rappeler que l'odeur peut faire fuir les animaux et qu'il est important d'essayer de cacher son odeur quand on installe des pièges.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Le collet à ressort peut être dangereux à installer. Avertir les cadets de faire attention de ne pas se faire prendre au piège en déclenchant accidentellement le ressort. Le ressort ne devrait pas pouvoir soulever les cadets du sol, mais les arbres pourraient causer des blessures aux yeux ou autres parties du corps.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la construction de collets servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

## OBSERVATIONS FINALES

Un cadet dans une situation de survie peut compter sur son instruction pour construire des collets et des pièges afin d'attraper du gibier qui répondra à ses besoins alimentaires en attendant le sauvetage.

## COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

La présence d'instructeurs supplémentaires peut être requise afin d'aider les cadets à construire les collets et de les superviser durant les séances d'activité.

Les instructeurs doivent informer clairement les cadets que le but de cette leçon est de les préparer pour une situation de survie. Ne pas encourager les cadets à piéger du vrai gibier au cours de cette leçon.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 8**

# OCOM C324.03 – ATTRAPER UN POISSON

Durée totale : 90 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Consulter les règlements de pêche de la province avant de diriger une activité de pêche. Il faut se procurer un permis provincial s'il y a lieu.

Préparer des exemples de chaque article de pêche dans le PE2, pour faciliter les explications et démonstrations.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2 afin de présenter aux cadets la façon d'attraper un poisson et de les initier à cette compétence.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de construire des articles de pêche, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 4, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de pratiquer la pêche avec des articles de pêche fabriqués. Cette activité contribue au développement des compétences de survie en plein air dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir tenté d'attraper un poisson.

**IMPORTANCE**

Les articles de pêche sont des composants qu'on retrouve fréquemment dans les trousses de survie. On les utilise pour attraper des poissons dans une situation de survie. Il est important que les cadets apprennent comment attraper un poisson, parce qu'il s'agit d'une source de nourriture précieuse qui contient des protéines, des vitamines et des lipides. Savoir quand, où et comment attraper des poissons est une compétence de survie essentielle au cas où un cadet se perdrait.

---

**Point d'enseignement 1** **Expliquer ce qu'est la pêche**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Permettre aux cadets qui ont déjà pêché de partager leurs expériences personnelles.

**ENDROIT OÙ ON PEUT PÊCHER**

On retrouve des poissons dans les plans d'eau, aux endroits où il y a une source de nourriture. L'endroit où ils tiennent dépend de la température et de l'heure de la journée.

**Par temps chaud.** S'il fait chaud et que le niveau de l'eau est bas, les poissons se tiendront habituellement en eau plus profonde où il y a de l'ombre et où l'eau est plus fraîche.

**Par temps froid.** Par temps froid, les poissons préfèrent les eaux peu profondes, que le soleil a réchauffées. Les poissons de lac ont tendance à se tenir près des bords, où il fait plus chaud.

**Rivières.** Les poissons se tiennent aux endroits où l'affluent alimente le cours d'eau principal avec un débit moindre, à l'abri des berges, sous les roches et sous les rondins submergés. Si une rivière déborde, les poissons se tiendront aux endroits où l'eau est plus calme – à l'extérieur d'un coude.

**QUAND ON PEUT PÊCHER**

En été, il est plus facile d'attraper des poissons le matin, entre la première lueur du jour et 10h30. Ils mordent le plus souvent quand l'eau est calme et que le ciel est clair.

**Mordre.** On dit qu'un poisson mord quand il se prend à l'hameçon.

Tôt le printemps, les poissons ont tendance à se nourrir à différentes heures du jour. En règle générale, laisser les lignes sorties la nuit et les vérifier juste avant la première lueur du jour, car certains poissons se nourrissent les nuits de pleine lune. Si une tempête s'approche, pêcher avant qu'elle n'éclate. La pêche est peu fructueuse dans les rivières après une pluie abondante.

Lorsqu'on voit des poissons sauter hors de l'eau ou des rides circulaires sur l'eau, signe que des poissons viennent manger des mouches à la surface, on sait que les poissons sont en train de se nourrir et qu'il y a donc plus de chance qu'ils mordent à l'appât à ce moment. Si on voit beaucoup de petits poissons se déplacer rapidement, cela pourrait signifier qu'ils sont pourchassés par de gros poissons.

*Arctic Alaska's Kiana Lodge. Extrait le 11 avril 2008 du site http://www.alaskasheefishing.com/alaska_fishing.htm*

Figure 14-8-1 Poisson sautant

*Ingram Publishing, par Ingram Publishing. Extrait le 11 avril 2008 du site http://www.jupiterimages.com/popup2.aspx?navigationSubType=itemdetails&itemID=22741844*

Figure 14-8-2 Rides sur un lac

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Par temps chaud, où se tiennent habituellement les poissons?

Q2. Par temps froid, où se tiennent les poissons dans un lac?

Q3. En été, quelle est la meilleure heure pour pêcher?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Par temps chaud, les poissons se tiendront habituellement en eau plus profonde où elle est plus fraîche.

R2. Les poissons de lac ont tendance à se tenir près des bords, où il fait plus chaud.

R3. En été, il est plus facile d'attraper des poissons le matin, entre la première lueur du jour et 10h30.

**Point d'enseignement 2** — **Discuter de la pêche**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

Discuter avec les cadets du matériel nécessaire à la pêche et des différents types d'appât qu'on peut utiliser.

Demander aux cadets qui sont des pêcheurs expérimentés de discuter de leurs expériences et connaissances pour encourager la participation de la classe pendant l'instruction.

### ARTICLES DE PÊCHE

Le terme « articles de pêche » est un terme général qui désigne le matériel utilisé pour pêcher. Voici certains types d'articles nécessaires pour pêcher dans une situation de survie :

**Hameçon.** L'hameçon sert à attraper le poisson; on l'attache souvent à l'extrémité de la ligne de pêche. Lorsqu'il est avalé par le poisson, il empale le corps et permet au pêcheur de le récupérer.

Parmi les types d'hameçon les plus couramment utilisés, on retrouve notamment l'hameçon à barrette, l'hameçon à hampe (fait d'os, de bois ou de plastique) et l'hameçon à épingle de sûreté. Les gros hameçons permettront d'attraper de gros poissons, comme le saumon et le brochet. Les petits hameçons permettront d'attraper diverses tailles de poissons, de même que de petits poissons, comme la perche, l'achigan et la truite.

*Welcome to Fishing Reports, Droit d'auteur par Fish Reports.net, 1996-2006. Extrait le 11 avril 2008 du site http://www.fishreports.net/fishing-gear/images/fishing-hook.jpg*

Figure 14-8-3 Hameçon

**Lancer.** Envoyer une ligne de pêche dans l'eau.

**Ligne de pêche.** La ligne de pêche sert à lancer l'hameçon dans l'eau. Lorsque le poisson se prend à l'hameçon, le pêcheur peut récupérer le poisson en ramenant la ligne. On peut fabriquer des lignes de pêche en tressant des morceaux d'écorce ou des fibres de tissu.

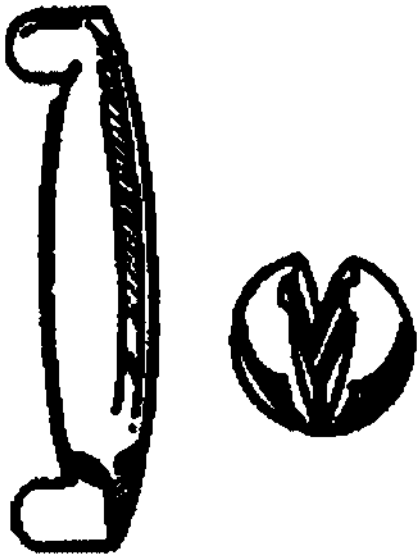
Bien que l'on puisse n'utiliser qu'une seule ligne fixée à une perche, il est plus efficace d'utiliser de multiples lignes à la fois en les fixant à l'extrémité d'une ou de plusieurs longues branches droites. En enfonçant ces perches dans le sol, on peut attraper des poissons tout en vaquant à d'autres occupations.

**Flotteur.** Le flotteur est un objet qu'on attache à une ligne de pêche et qui flotte pour empêcher l'hameçon de reposer au fond du lac (p. ex., styromousse, bouteille de plastique, flotteur, morceau de bois, etc.). Il doit être facile à voir de la rive et indiquer qu'un poisson a mordu à l'appât en dansant sur l'eau ou en se déplaçant.

Il doit être attaché à la ligne de sorte que l'appât soit suspendu à une distance d'environ 30 cm (12 po) du fond du lac. La position du flotteur aide à contrôler le lancer et l'endroit où la ligne est descendue.

**Poids.** Le poids sert à immerger l'hameçon. Dans une rivière, le courant peut faire flotter l'hameçon. En ajoutant des poids, on peut faire traîner l'hameçon à une plus grande profondeur. Les poids peuvent être faits de n'importe quel objet plus lourd que la ligne et l'hameçon (cailloux, plomb, fil métallique, rondelle plate, écrou ou boulon).

De petits poids accrochés entre le flotteur et l'hameçon empêcheront la ligne de suivre le courant pendant que la ligne est traînée. On peut descendre l'hameçon plus profondément en accrochant une ligne à un poids sous la flotte.



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 16)*

Figure 14-8-4 Poids

**APPÂT**

L'appât est ce qu'on utilise pour attirer le poisson dans l'hameçon. Il permet d'augmenter les chances d'attraper un poisson. En guise d'appât, on peut utiliser des baies qu'on laisse pendre au-dessus de l'eau ou des insectes qui se reproduisent dans l'eau ou près de l'eau. Les poissons charognards prendront des morceaux de viande, du poisson cru, des fourmis et d'autres insectes. On aura plus de succès si l'on utilise un appât qui provient des eaux où habite le poisson. Si l'on ne réussit pas avec un type d'appât, en essayer un autre.

Une fois qu'on a attrapé un poisson, examiner le contenu de son estomac pour éviter d'avoir à deviner de quoi il s'alimente.

**Appât vivant.** Les vers, les asticots, les insectes et les petits poissons peuvent servir d'appât vivant. Recouvrir complètement l'hameçon de l'appât. On peut insérer l'hameçon dans la partie d'un petit poisson qui constitue la viande sans le tuer, ou dans le corps d'une sauterelle. Leurs mouvements de détresse dans l'eau attireront le poisson. Les petits poissons sont faciles à attraper et peuvent servir d'appât pour attraper les gros poissons.

*Discover Entomology, par C. D. Patrick, Grasshoppers and Their Control, Droit d'auteur par le département d'entomologie de Texas A&M University, 2008. Extrait le 5 mars 2008 du site http://insects.tamu.edu/extension/bulletins/l-5201.html*

Figure 14-8-5 Sauterelle

*Cheshire Wildlife Trust, Find Out About Earth Worms, Droit d'auteur par Cheshire Wildlife Trust, 2004. Extrait le 5 mars 2008 du site http://www.wildlifetrust.org.uk/cheshire/watch_earthworms.htm*

Figure 14-8-6 Ver de terre

**Appâts artificiels.** Le leurre est un objet attaché à l'extrémité d'une ligne de pêche et dont l'apparence et les mouvements s'apparentent à une proie. Le but du leurre est d'utiliser les mouvements, les vibrations et la couleur pour attirer l'attention du poisson et le faire mordre à l'hameçon. Les leurres comportent un ou plusieurs crochets simples, doubles ou triples où se prennent les poissons lorsqu'ils mordent. La pêche à ligne et à l'hameçon est la façon la plus répandue de pêcher. Les hameçons et les lignes de pêche font partie de la plupart des trousses de survie. On peut aussi fabriquer des hameçons avec du fil métallique, des épingles, des os, du bois et même des épines.

*Canadian Tire, Droit d'auteur par Canadian Tire Corporation, Limited, 1997-2008. Extrait le 15 avril 2008 du site http://www.canadiantire.ca/home.jsp*

Figure 14-8-7 Leurres

**Baies.** Les baies sauvages qui poussent près du bord des plans d'eau peuvent servir d'appât. Lorsque le vent souffle sur les arbres suspendus, laisser tomber des baies dans l'eau; les poissons viendront les manger. Amorcer la ligne avec des baies peut augmenter les chances d'attraper un poisson.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Avec quels matériaux peut-on fabriquer des hameçons?

Q2. Quels sont les types d'articles de pêche?

Q3. Quels sont les types d'appâts disponibles?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. On peut fabriquer des hameçons avec des os, du bois ou du plastique. (Les réponses peuvent varier; lorsqu'on accepte les réponses à cette question, garder l'esprit ouvert quant aux solutions possibles.)

R2. Parmi les types d'articles de pêche, on retrouve les hameçons, les lignes, les flotteurs et les poids.

R3. Les types d'appât sont les appâts vivants, les appâts artificiels et les baies.

---

**Point d'enseignement 3** — **Expliquer et démontrer la façon de fabriquer des articles de pêche et demander aux cadets de s'exercer à en fabriquer**

Durée : 35 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent.
2. Expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence.
3. Demander aux cadets de mettre en pratique la compétence.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

Montrer aux cadets la façon de fabriquer et de monter chaque article. Être méthodique en donnant les exemples et les démonstrations. Les cadets peuvent éprouver de la difficulté à fabriquer la canne à pêche automatique.

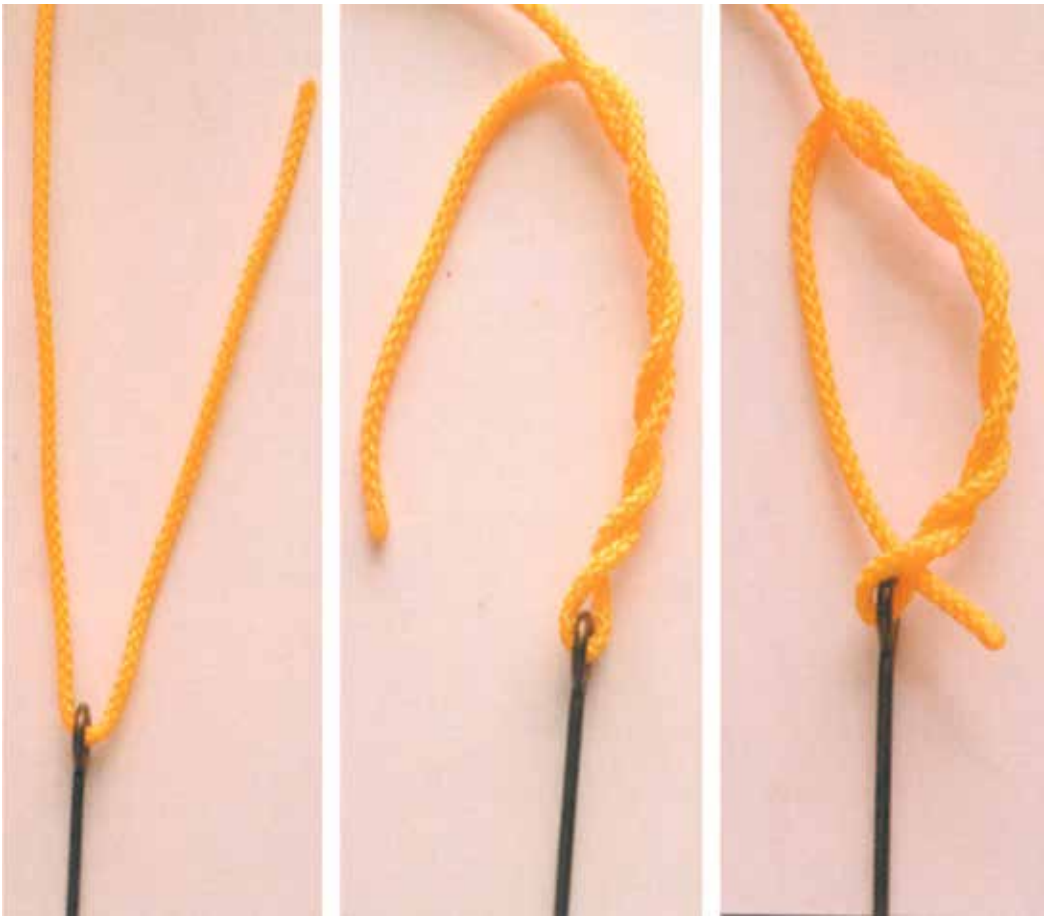
**HAMEÇON ET LIGNE**

Il n'est pas nécessaire d'utiliser une canne pour pêcher. On peut n'utiliser qu'un hameçon et une ligne, qui se trouvent habituellement dans une trousse de survie. Au début, on peut trouver que la pêche à l'hameçon et à la ligne est la façon la plus efficace de pêcher dans un plan d'eau donné. Cette technique est connue de la plupart des gens et prend peu de temps et d'habileté. Le seul désavantage est qu'elle nécessite souvent une longueur de ligne ou de corde assez considérable et un appât approprié. Les hameçons utilisés pour cet article peuvent être faits d'os, de bois, de plastique ou autres matériaux appropriés.

**Hameçon standard.** Cet hameçon en métal est fabriqué en usine et comporte un œillet à une extrémité et un barbillon acéré (ardillon) à l'autre, comme illustré à la figure 14-8-9. Attacher solidement la ligne de pêche au crochet en utilisant un demi-nœud de capucin amélioré (comme illustré aux figures 14-8-8 et 14-8-9).

Pour faire un demi-nœud de capucin, suivre les étapes suivantes :

1. faire passer le bout de la ligne dans l'œillet de l'hameçon,
2. torsader le bout court autour de la partie principale de la ligne trois ou quatre fois,
3. faire passer le bout de la ligne dans la première torsade,
4. tirer fermement (la ligne d'exercice peut nécessiter un peu d'encouragement et la corde de nylon, un peu de lubrification).



*D. Pawson, Pocket Guide to Knots and Splices, Chartwell Books, Inc. (pages 158 et 159)*

Figure 14-8-8 Demi-nœud de capucin - Étapes 1, 2 et 3

*D. Pawson, Pocket Guide to Knots and Splices, Chartwell Books, Inc. (page 159)*

Figure 14-8-9 Demi-nœud de capucin - Étape 4 et nœud terminé

**Hameçon à barrette.** L'hameçon à barrette est fait d'un éclat de bois ou de plastique entaillé, attaché au milieu. Une fois amorcé, l'hameçon est aligné sur la ligne de pêche pour permettre au poisson d'avaler l'appât plus facilement. Lorsque le poisson mord à l'appât, un simple petit coup sur la ligne aura pour effet de faire pivoter la barrette, qui se coincera dans la bouche du poisson.

*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

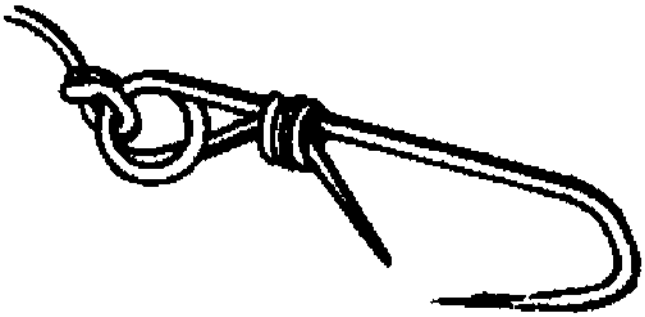
Figure 14-8-10 Hameçon à barrette

**Hameçon à hampe.** L'hameçon à hampe est fait d'un morceau de bois ou de plastique taillé en forme de crochet; il est entaillé et attaché à la ligne par le haut. (La figure 14-8-11 illustre un morceau de bois taillé en forme de crochet.) Lorsque le poisson avale l'hameçon, un petit coup sur la ligne aura pour effet de faire coincer le crochet dans la gorge du poisson.

*G. Davenport, Wilderness Survival, Stackpole Books (page 167)*

Figure 14-8-11 Hameçon à hampe

**Hameçon à épingle de sûreté.** Une épingle de sûreté peut servir à créer un hameçon. La taille des poissons qu'elle permet d'attraper dépendra de sa grosseur. Il s'agit d'une bonne option.



*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 225)*

Figure 14-8-12 Hameçon à épingle de sûreté

**CANNE À PÊCHE AUTOMATIQUE**

La canne à pêche automatique fonctionne de façon similaire au collet actionné par l'appât dans l'OCOM C324.02 (Construire des collets, section 7). Pour fabriquer une canne à pêche automatique, suivre les étapes suivantes :

1. **Attacher plusieurs hameçons sur une ligne.** Fabriquer un hameçon et une ligne de pêche. Celle-ci doit comporter de nombreux hameçons afin d'augmenter les chances d'attraper un poisson.

2. **Trouver une tige.** La canne à pêche automatique nécessite un arbre, un buisson ou une branche flexible près du bord de l'eau qui soit capable de tirer la ligne pour attraper le poisson lorsqu'elle est dégagée.

3. **Ajouter une détente à la canne à pêche.** La canne à pêche doit être montée de sorte qu'elle se déclenche lorsqu'un poisson mord à l'appât et tente de s'éloigner. Le mouvement sur la ligne doit actionner le ressort et prendre le poisson.

Suivre les étapes suivantes pour fabriquer une canne à pêche dotée d'une détente :

1. trouver un petit arbre ou un buisson ou des branches flexibles près du bord de l'eau et qui puissent soulever un poisson dans les airs;

2. attacher une ficelle au haut de l'arbre, du buisson ou des branches flexibles qui servira de ressort;

3. fabriquer un mécanisme de déclenchement de la façon suivante :

   (a) trouver un piquet qu'on peut enfoncer dans le sol et qui pourra supporter le poids du ressort;

   (b) faire une encoche dans le piquet (comme illustré à la figure 14-8-13);

(c) trouver un morceau de bois de taille similaire qui viendra s'emboîter dans le piquet pour former le mécanisme de déclenchement; faire une encoche dans ce morceau de bois (comme illustré à la figure 14-8-13).

4. fabriquer un hameçon et une ligne de pêche. Celle-ci doit comporter de nombreux hameçons afin d'augmenter les chances d'attraper un poisson;

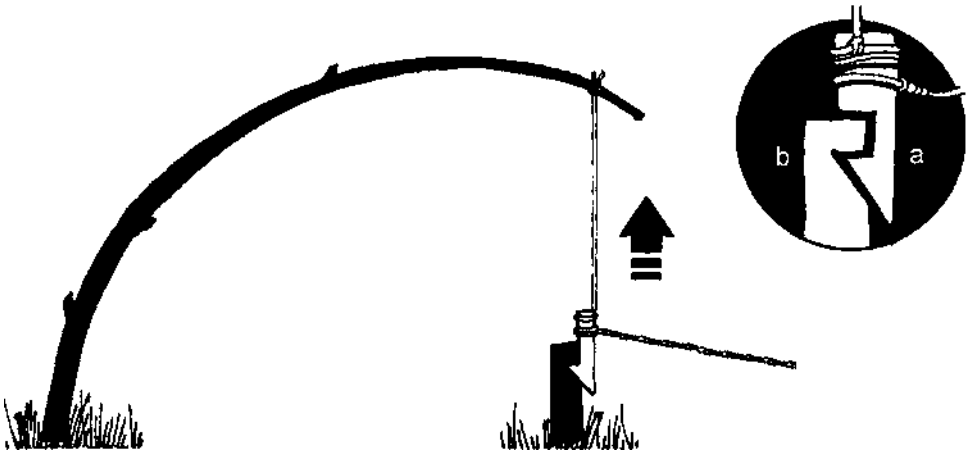
5. placer un appât sur les hameçons;

6. attacher l'hameçon et la ligne à la pièce A du mécanisme de déclenchement;

7. lancer l'hameçon et la ligne à l'eau et attacher le ressort, sur l'arbre, à la pièce A du mécanisme de déclenchement;

8. emboîter les parties A et B du mécanisme de déclenchement, et relâcher peu à peu l'arbre pour laisser la tension armer la canne à pêche automatique;

9. attendre qu'un poisson vienne actionner le mécanisme de déclenchement.

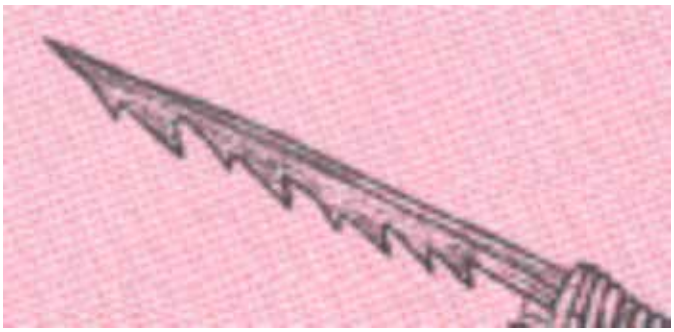



*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 188)*

Figure 14-8-13 Canne à pêche automatique

**LANCE**

La lance est l'article de pêche le plus simple à fabriquer, mais il est aussi le plus difficile à maîtriser. Il s'agit d'un bâton de bois vert ou d'un jeune arbre droit dont une extrémité est pointue et comporte des barbillons (comme illustré à la figure 14-8-14). Transpercer un poisson d'un coup de lance est difficile, sauf si le cours d'eau ou le plan d'eau est peu profond et que les poissons sont gros et nombreux, comme pendant la période du frai ou quand les poissons se regroupent. Il est plus facile de voir et de transpercer à la lance les poissons quand l'eau est peu profonde.



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 169)*

Figure 14-8-14 Lance barbelée

Suivre les étapes suivantes pour fabriquer une lance :

1. **Tailler un long bâton.**

   (a) Trouver ou couper un jeune arbre ou un bâton droit et long qui est environ un 30 cm (1 pi) que la portée de la personne.

   (b) Aiguiser l'extrémité pour former une pointe à l'aide d'un couteau ou en la frottant avec une roche.

   (c) On peut aussi utiliser la fourche en « Y » d'une branche de bois dur. Couper la branche, en aiguiser le bout et l'attacher à la lance.

Certains bâtons peuvent être encore verts et fragiles. Pour rendre la lance plus durable, durcir le bois en tenant la pointe de la lance au-dessus d'une flamme nue pour le sécher. Lorsque la pointe devient brune, c'est un signe que le bois est sec.

2. **Ajouter des barbillons.** Les barbillons empêcheront le poisson de glisser de la lance une fois qu'il est empalé. Pour ajouter des barbillons, faire des encoches à angle sur le côté aiguisé. Faire les encoches dans la direction de la pointe aiguisée (comme illustré à la figure 14-8-13).

3. **Viser.** Suivre les étapes suivantes pour viser avec une lance :

   - il peut être difficile de viser correctement avec une lance parce que l'eau diffracte la lumière (similairement à la loupe qui produit une image déformée) et que le poisson ne sera pas à l'endroit où l'on croit qu'il est. Le poisson sera en réalité plus près qu'il n'en paraît; on devra ainsi viser plus bas;
   - pour s'exercer à estimer la position du poisson, pointer la lance vers une roche sous l'eau et l'avancer vers elle sans la lancer dans l'eau;
   - les chances d'atteindre la roche à la première tentative sont minces, mais en s'exerçant, on pourra mieux juger de l'angle nécessaire pour réussir.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

---

### QUESTIONS

Q1. De quels types d'hameçons peut-on se servir dans un article de pêche à hameçon et ligne?

Q2. Comment fonctionne une canne à pêche automatique?

Q3. Comment peut-on rendre une lance plus durable?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les hameçons dont on peut se servir dans un article de pêche à hameçon et ligne sont : l'hameçon standard, l'hameçon à barrette, l'hameçon à hampe et l'hameçon à épingle de sûreté.

R2. La canne à pêche automatique fonctionne de façon similaire au collet actionné par l'appât.

R3. Pour rendre la lance plus durable, durcir le bois en tenant la pointe au-dessus d'une flamme nue pour le sécher. Lorsque la pointe devient brune, c'est un signe que le bois est sec.

---

**Point d'enseignement 4** — **Demander aux cadets de tenter d'attraper un poisson en utilisant un des articles de pêche**

Durée : 35 min — Méthode : Activité pratique

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de tenter d'attraper un poisson en utilisant un des articles de pêche.

**RESSOURCES**

- une ligne de pêche,
- des hameçons,
- une épingle de sûreté,
- un couteau.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Demander aux cadets de choisir un article de pêche parmi les suivants :
   (a) un hameçon et une ligne,
   (b) une canne à pêche automatique,
   (c) une lance.

Les cadets qui choisissent de fabriquer une canne à pêche automatique seront regroupés par trois afin d'en accélérer la fabrication et d'économiser les ressources.

2. Demander aux cadets de fabriquer un article de pêche et de tenter d'attraper un poisson.
3. Demander aux cadets qui réussissent à attraper un poisson de fabriquer un autre article de pêche et de tenter d'attraper un autre poisson.
4. Demander aux cadets de démonter leur article de pêche.

5. Animer une discussion de groupe sur l'expérience des cadets et sur ce qu'ils ont appris sur la façon d'utiliser des articles de pêche fabriqués.

Les cadets ne sont pas tenus de garder le poisson qu'ils attrapent. Si le poisson ne subit que des blessures mineures durant le processus de capture, il faut le remettre à l'eau. Les pratiques de capture et de remise à l'eau seront encouragées.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

Puisque les cadets seront près d'un plan d'eau, de la supervision supplémentaire est nécessaire pour les surveiller.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la pêche avec des articles de pêche qu'ils ont fabriqués servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

En apprenant quand, où et comment attraper des poissons, les cadets peuvent dépendre de la pêche comme moyen de se procurer une source de nourriture précieuse. Les poissons sont une source de protéines, de vitamines et de lipides, soit les ingrédients essentiels à l'alimentation. Cette source de nourriture prolongera la survie pendant qu'on attend les secours.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les cadets ne sont pas tenus de garder le poisson qu'ils attrapent. Si le poisson ne subit que des blessures mineures durant le processus de capture, il faut le remettre à l'eau. Les pratiques de capture et de remise à l'eau seront encouragées.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-148 (ISBN 978-0-8117-3292-5) Davenport, G. (2006). *Wilderness Survival*. Mechanicsburg, Pennsylvanie, Stackpole Books.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 9**

# OCOM C324.04 – RECUEILLIR LES PLANTES COMESTIBLES

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 120 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

On recommande aux instructeurs de se documenter sur la flore locale et de donner des exemples, au besoin, tout au long de la leçon.

Diriger une reconnaissance des environs et recueillir des exemples pour cette leçon.

Trouver des plantes comestibles dans les environs qui serviront d'exemples pour le PE2.

Photocopier les annexes H et I pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 3 afin d'initier les cadets aux plantes vénéneuses et de montrer l'application des règles d'identification des plantes vénéneuses.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les façons de déterminer les plantes comestibles.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 4, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de démontrer l'identification des plantes comestibles dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences de survie en plein air dans un environnement amusant et stimulant.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 5, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon d'effectuer le test de comestibilité universel, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être capable de recueillir des plantes comestibles.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets sachent comment identifier et recueillir les plantes comestibles. Dans une situation de survie, les plantes sont une excellente source nutritive qui peut satisfaire les besoins alimentaires.

**Point d'enseignement 1** — **Discuter des façons de déterminer les plantes comestibles**

Durée : 25 min — Méthode : Exposé interactif

Dans une situation de survie, on doit toujours être à l'affût d'aliments sauvages familiers. Même dans la plus statique des situations de survie, il est essentiel de se maintenir en santé en adoptant une alimentation complète et nutritive afin de conserver ses forces et sa tranquillité d'esprit.

La nature peut procurer des aliments qui permettront aux cadets de survivre aux pires épreuves. Les cadets devraient, par conséquent, en apprendre le plus possible sur la flore de la région où ils s'entraîneront.

Quand on utilise des plantes pour s'alimenter, il faut absolument éviter l'empoisonnement accidentel. Ne manger que les plantes qui peuvent être positivement identifiées comme étant comestibles.

### RÈGLE CONCERNANT LES BAIES

La comestibilité des baies est généralement établie suivant leur couleur et composition. Cette règle générale est utile pour déterminer si l'on doit soumettre une baie au test de comestibilité. Les seules baies qui peuvent être mangées sans être testées sont celles qui peuvent être positivement identifiées comme n'étant pas toxiques.

La règle concernant les baies est la suivante :

- 10 % des baies vertes, jaunes ou blanches sont comestibles,
- 50 % des baies rouges sont comestibles,
- 90 % des baies violettes, bleues ou noires sont comestibles,
- 99 % des baies à grains agglomérés (baies qui sont formées d'éléments regroupés en un tout), comme les baies de la ronce parviflore, les framboises et les mûres sauvages, sont jugées comestibles.

### PARTIES COMESTIBLES D'UNE PLANTE

Certaines plantes sont entièrement comestibles, tandis que d'autres possèdent des parties comestibles et des parties toxiques. Les plantes se composent de plusieurs éléments distincts.

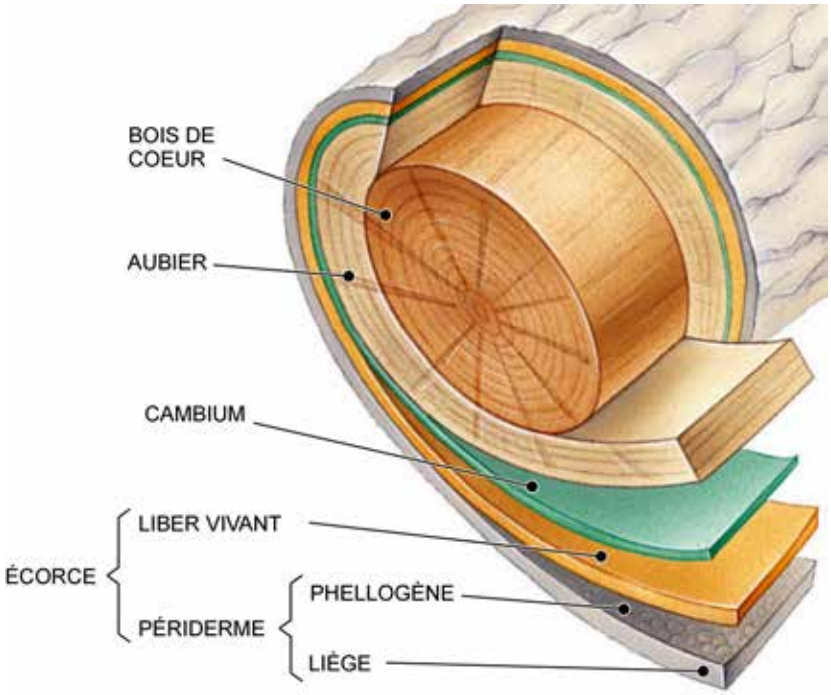
**Tiges, racines et feuilles**

Les plantes qui ont des tiges, des racines et des feuilles représentent probablement la source la plus abondante de végétation comestible au monde. Leur teneur élevée en vitamines en fait un élément essentiel de notre régime alimentaire quotidien. Les pousses, qui croissent comme des asperges, se mangent préférablement bouillies deux fois (bouillies pendant cinq minutes, égouttées, puis bouilles une autre fois jusqu'à ce qu'elles soient cuites). En voici des exemples : la fougère grand-aigle, le jeune bambou et la quenouille (voir figure 14-9-1).

Les feuilles se mangent crues ou cuites, mais leur valeur nutritive est optimale quand elles sont crues. La moelle, qui se trouve dans la tige de certaines plantes, a une grande valeur nutritive. Le sagou, le rotin, la noix de coco et la canne à sucre en sont des exemples. Le cambium est l'écorce interne se trouvant entre l'écorce et le bois d'un arbre (voir figure 14-9-2). On le mange cru ou cuit, ou encore séché et en purée de farine.

*« Cattails », Aquasprings, 2007. Extrait le 15 novembre 2007, du site http://www.aquaspringsinfo.com/cattails.jpg*

Figure 14-9-1 Quenouille




*UIC, Plant Structures and Function : UIC. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://uic.edu/classes/bios/bios100/lectf03am/treetrunk.jpg*

Figure 14-9-2 Cambium

**Fleurs, boutons et pollen**

Les fleurs, les boutons et le pollen ont une grande valeur nutritive; on les sert souvent crus ou en salade. L'hibiscus (fleur), l'églantier (boutons) et la quenouille (pollen) en sont des exemples.

*About.com, Holistic Healing, Droit d'auteur par About, Inc., 2007. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://healing.about.com/od/floweressences/ig/Flower-Essence-Gallery/Hibiscus.htm*

Figure 14-9-3 Hibiscus

**Fruits (sucrés et non sucrés)**

Les fruits, qui sont les parties porteuses de graines de la plante, se trouvent dans toutes les régions du monde. Il est préférable de les manger crus afin de conserver leur valeur nutritive, mais on peut aussi les cuire. Parmi les fruits sucrés, on retrouve, par exemple, la pomme, la figue de Barbarie, l'amélanche et la fraise des champs. Parmi les fruits non sucrés, on retrouve la tomate, le concombre, le plantain et les radis noirs.

**Noix**

Les noix, ayant une teneur élevée en gras et en protéines, se trouvent partout dans le monde. La plupart peuvent se manger crus, mais certains, comme les glands, doivent être nettoyés (trempés dans l'eau), en s'assurant de remplacer l'eau plusieurs fois afin d'en éliminer l'acide tannique.

**Graines et grains**

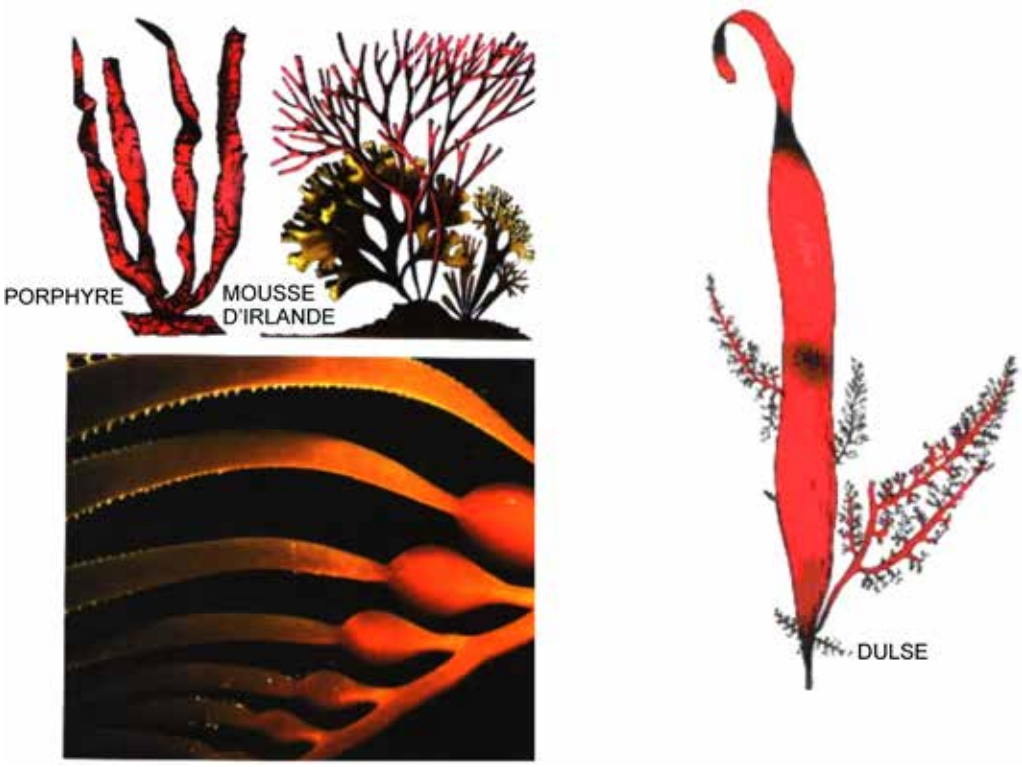
Les graines et les grains d'un bon nombre de plantes sont une source nutritive précieuse et ne doivent pas être négligés. Les herbes et le millet en sont des exemples; il est préférable de les manger moulus en farine ou rôtis. Les graines de graminées violettes ou noires ne doivent pas être mangées, parce qu'il arrive souvent qu'elles contiennent un contaminant fongique.

**Algues et plantes aquatiques**

L'algue est une plante qu'on ne devrait jamais négliger. Il s'agit d'une forme de plante aquatique que l'on trouve sur le rivage ou près des côtes. Il y en a aussi des variétés d'eau douce comestibles. L'algue est une précieuse source de minéraux, dont l'iode, et de vitamine C.

Lorsqu'on ramasse des algues pour s'en nourrir, rechercher des spécimens vivants fixés à des roches ou qui flottent librement. Les algues rejetées sur le rivage depuis un certain temps peuvent être avariées ou décomposées. Les algues fraîchement récoltées peuvent être séchées pour utilisation ultérieure.

Leur préparation dépend du type d'algue. Les variétés minces et tendres peuvent être séchées au soleil ou sur un feu jusqu'à ce qu'elles deviennent croustillantes. Les écraser et les ajouter aux soupes ou aux bouillons. Bouillir les variétés épaisses et coriaces pendant une courte durée pour les ramollir. Les manger comme un légume ou avec d'autres aliments. Certaines variétés se mangent crues, à condition d'effectuer, au préalable, un test de comestibilité. La dulse, l'algue verte, la mousse d'Irlande, le varech, la porphyre, la sargasse et le baudrier de Neptune ou laminaire sucrée en sont des exemples.




*Wilderness Survival, « Plants », Droit d'auteur Jalic Inc., 2007. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://www.wilderness-survival.net/plants-1.php*

Figure 14-9-4 Algues

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles baies sont à 99 % comestibles?

Q2. Quelles graines de graminées ne doivent pas être mangées?

Q3. Que devrait-on rechercher quand on ramasse des algues?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. 99 % des baies à grains agglomérés, comme les baies de la ronce parviflore, les framboises et les mûres sauvages, sont comestibles.

R2. Les graines de graminées violettes ou noires ne doivent pas être mangées.

R3. Lorsqu'on ramasse des algues, rechercher des spécimens vivants fixés à des roches ou qui flottent librement.

**Point d'enseignement 2** **Identifier les plantes comestibles**

Durée : 15 min Méthode : Démonstration

Démontrer aux cadets où se trouvent ces plantes et ce à quoi elles ressemblent.

Lorsqu'ils sont disponibles, les fruits et les noix sont parmi les aliments les plus importants du survivant.

**FRUITS**

**Mûres sauvages et framboises.** Les arbustes portant ces baies (les mûriers et framboisiers) poussent dans les broussailles, les bois et les terrains à découvert. Ils ont des feuilles dentées et des fleurs blanches, ou parfois rosées dans les mûriers. Rechercher des buissons épars qui ont des racines épineuses et arquées et des baies segmentées juteuses; les mûres sauvages passent du vert au rouge au violacé lorsqu'elles mûrissent à la fin de l'été. Les framboisiers sont moins épars et moins épineux, et leurs baies deviennent rouge vif lorsqu'elles mûrissent plus tôt l'été. Toutes ces baies se mangent crues.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 142)*

Figure 14-9-5 Mûres sauvages

**Fraises des champs.** Les fraises des champs poussent sur de petites plantes grimpantes dans des zones herbeuses et sèches et dans les régions boisées. Elles ressemblent à de petites fraises cultivées et on les trouve parfois sous les feuilles. Elles sont riches en vitamine C et se mangent préférablement fraîches.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 142)*

Figure 14-9-6 Fraises des champs

**Pommettes.** Les pommiers sauvages sont de petits arbres épineux qui poussent dans les broussailles et les bois. On les reconnaît par leurs feuilles ovales, dentées et souvent duveteuses, leurs petites branches habituellement brun rougeâtre et leurs fleurs blanches, roses ou rouges. Leurs fruits (les pommettes), souvent très amers, ressemblent à des pommes cultivées. Étant donné que les pommes vert jaunâtre riches en pectine causent souvent la diarrhée, il est préférable de les cuire avec d'autres fruits.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 143)*

Figure 14-9-7 Pommette

**Prunes.** Il existe de nombreuses variétés de pruniers; on les trouve dans les broussailles et les régions boisées, et dans pratiquement toutes les régions tempérées. Les pruniers sont de petits arbustes ou arbres et leurs fruits (les prunes) violet noirâtre, rouges ou jaunes, sont similaires aux cerises sauvages, mais plus gros et duveteux. Certaines prunes sont trop acidulées pour manger.

*Food Network, Plums, Droit d'auteur par CW Media INC., 2008. Extrait le 2 mai 2008 du site http://www.foodtv.ca/content/recipes/ContentDetail.aspx?ContentId=2661&Category=Recipes*

Figure 14-9-8 Prunes

**Cerises sauvages.** L'arbre qui produit ce fruit pousse dans les zones boisées, atteint 24 m (80 pi) de hauteur et a de petites feuilles vert pâle à rougeâtre, une écorce brun rougeâtre luisante et des fleurs blanches ou rosâtres. Son fruit (la cerise sauvage) est rouge ou noir et peut avoir un goût aigre selon la variété.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 143)*

Figure 14-9-9 Cerises sauvages

**Bleuets.** Cette baie est abondante dans les marécages nordiques, les tourbières, la toundra et parfois dans les régions boisées. De taille variable, les buissons sont tous ligneux et arbustifs et ont de petites feuilles ovales et de petites fleurs blanches, roses ou verdâtres en forme de globe.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 144)*

Figure 14-9-10 Bleuets

**RACINES, FEUILLES ET TIGES**

Au printemps et en été, les jeunes pousses sont tendres et faciles à cueillir. Bien que certaines puissent se manger crues, la plupart sont meilleures quand elles sont cuites. Les laver à l'eau propre, les frotter pour en enlever les poils et les bouillir dans un peu d'eau pour les cuire à la vapeur. Les feuilles sont très riches en vitamines et minéraux. Avec les jeunes pousses, elles constituent la source de nourriture la plus facile d'accès pour un survivant. La plupart des pousses ont meilleur goût quand elles sont cuites; il faut cependant éviter de trop les cuire pour ne pas détruire les vitamines.

**Pissenlit.** Cette plante revêt différentes formes et pousse presque partout. Rechercher de grosses inflorescences jaunes ou oranges ou des rosettes de feuilles à lobes profonds. Manger les jeunes feuilles crues, mais bouillir les vieilles feuilles en remplaçant l'eau pour enlever le goût amer. Bouillir les racines ou les rôtir pour servir comme café. Le jus de pissenlit est riche en vitamines et en minéraux.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 132)*

Figure 14-9-11 Pissenlit

**Quenouille.** On trouve cette plante dans les marais et les régions marécageuses ou à proximité. Les racines pelées se mangent crues ou cuites. Elles constituent une excellente nourriture de survie parce qu'on peut les extraire du sol, si celui-ci n'est pas gelé. On peut les sécher et les moudre en farine. Lorsqu'elles sont vertes, les têtes peuvent être cuites et mangées comme du maïs.

*Aquasprings, 2007, Cattails. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://www.aquaspringsinfo.com/cattails.jpg*

Figure 14-9-12 Quenouille

**Roseau.** Cette plante pousse en eau douce presque partout, atteint 4 m (13 pi) de hauteur, a des feuilles vert grisâtre et des inflorescences violet brunâtre à port étalé sur de longues cannes. Lorsqu'elle est piquée durant la cuisson, la canne suinte une gomme comestible riche en sucre.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 136)*

Figure 14-9-13 Roseau

**Pin.** On trouve le pin en Amérique du Nord; ses aiguilles peuvent être mâchées. Au printemps, on peut manger ou cuire l'écorce interne. Pour la cuire, on doit découper l'écorce dans le sens de la longueur pour former des bandes que l'on cuit comme du spaghetti. On peut la sécher et la moudre en farine.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 972)*

Figure 14-9-14 Pin

**Érable.** L'érable se trouve dans les forêts de l'Amérique du Nord; ses graines peuvent être mangées après en avoir enlevé la cosse. L'érable peut être séché et entreposé. Les jeunes feuilles sont riches en sucre et se mangent crues, ou bien cuites après les avoir découpées en bandes comme du spaghetti. Pour recueillir la sève d'érable, pratiquer une entaille en « V » dans l'arbre, percer un trou de 5 cm (2 po) de profondeur et y insérer un chalumeau.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 972)*

Figure 14-9-15 Érable

**Lis des marais.** On trouve cette plante dans les zones humides et les lacs; sa fleur, sa tige et ses feuilles se mangent crues au printemps.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 975)*

Figure 14-9-16 Lis des marais

**Saule.** Les jeunes feuilles de cette plante et son écorce interne se mangent crues.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 975)*

Figure 14-9-17 Saule

**NOIX**

**Pignon de pin.** Cette noix, qui provient du pin familier porteur de cônes, se trouve dans des bouquets d'aiguilles minces. Le pin pousse dans la plupart des régions tempérées et septentrionales. La chaleur fait mûrir le cône de pin, qui libère ensuite ses noix. Celles-ci sont savoureuses crues, et délicieuses rôties. Les noix rôties peuvent s'entreposer.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 146)*

Figure 14-9-18 Cône de pin

**Châtaigne.** Cette noix pousse sur un arbre (le châtaignier) dont la taille varie de 5 à 30 m (15 à 90 pi) et qui possède de grandes feuilles dentées sans poil et des chatons. Les noix sont contenues dans des écales vertes épineuses en forme de globe. Écraser les écales pour les ouvrir, écaler les noix, les faire bouillir et les broyer avant de manger.

Ne pas confondre le châtaignier avec le marronnier commun, qui a de grandes feuilles palmées comme les doigts d'une main. Le fruit du marronnier commun est vénéneux.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 146)*

Figure 14-9-19 Châtaignes

**Noisette.** Cette noix pousse dans de grands arbustes (noisetiers) dans des fourrés ou des terrains vagues. Le noisetier possède des feuilles ovales en forme de cœur qui sont dentées et des chatons jaune brunâtre. Les noix, de grande valeur nutritive, sont contenues dans des écales ovoïdes, touffues, piquantes ou velues.

*J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 146)*

Figure 14-9-20 Noisette

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Nommer des fruits comestibles.

Q2. Comment libère-t-on les noix (graines) d'un cône de pin?

Q3. À quoi ressemble le mûrier?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Parmi les fruits comestibles, on retrouve :

- les mûres sauvages et les framboises,
- les fraises des champs,
- les pommettes,
- les prunes,
- les cerises sauvages,
- les bleuets.

R2. La chaleur libère les noix (graines) d'un cône de pin.

R3. Les mûriers ont des feuilles dentées et des fleurs blanches ou parfois rosées. Il ressemble à un buisson épars qui a des racines épineuses et arquées et des baies segmentées juteuses.

**Point d'enseignement 3** **Identifier la façon dont les gens peuvent s'empoisonner avec des plantes**

Durée : 15 min Méthode : Exposé interactif

Distribuer les annexes H et I aux cadets.

**COMMENT LES GENS PEUVENT S'EMPOISONNER AVEC DES PLANTES**

Il y a deux poisons communs dans le monde végétal :

**L'acide cyanhydrique.** Il goûte et sent la pêche ou l'amande amère. L'exemple le plus notable est celui du laurier cerise.

**L'acide oxalique.** Ses sels se retrouvent naturellement dans certaines plantes, comme la rhubarbe sauvage et l'oseille. On les reconnaît par la sensation de pointe sèche, de piqûre ou de brûlure qu'elles laissent lorsqu'on les met en contact avec la peau ou la langue.

L'intoxication par les plantes se fait habituellement par les voies suivantes :

**L'ingestion.** Lorsqu'une personne mange une partie d'une plante vénéneuse.

**Le toucher.** Lorsqu'une personne entre en contact avec une plante vénéneuse qui provoque toute forme d'irritation cutanée ou de dermatite.

La dermatite est une inflammation de la peau.

**L'absorption et l'inhalation.** Lorsqu'une personne absorbe un poison par la peau ou l'inhale par l'appareil respiratoire.

## PLANTES VÉNÉNEUSES

### Plantes à éviter

| | |
|---|---|
| • les plantes ayant une sève laiteuse, à moins d'être en mesure de les identifier positivement comme étant sans danger (comme le pissenlit).<br>• les plantes rouges. La tige rayée rouge de la rhubarbe sauvage est comestible, mais ses feuilles sont toxiques. La pruche a des taches rouge-violet sur sa tige.<br>• les fruits composés de cinq segments.<br>• les bulbes (ressemblant à des oignons ou à de l'ail).<br>• les feuilles, les racines ou les tubercules qui ont la forme d'une carotte.<br>• les plantes qui ont l'apparence d'une fève ou d'un pois.<br>• les feuilles luisantes ou qui sont recouvertes de poils fins. | • les herbes ou autres plantes possédant de petites barbes sur leurs tiges et feuilles.<br>• les feuilles vieilles ou flétries. Les feuilles de certains arbres et de certaines plantes produisent de l'acide cyanhydrique mortel quand elles flétrissent, dont la ronce, le framboisier, le cerisier, le pêcher et le prunier. Elles peuvent toutes être mangées quand elles sont jeunes, fraîches et sèches.<br>• tous les champignons. L'identification des champignons est très difficile et doit être précise, encore plus qu'avec d'autres plantes. Deux types d'empoisonnement peuvent être occasionnés par les champignons : l'appareil digestif et le système nerveux central. |

### Les plantes qui provoquent une dermatite

Les plantes suivantes provoquent une dermatite :

- l'herbe à puce,
- le sumac de l'Ouest,
- le sumac à vernis.

### Les plantes qui provoquent un empoisonnement à l'ingestion

Les plantes suivantes provoquent un empoisonnement à l'ingestion :

- le ricin,
- le zigadène vénéneux,
- le laurier rose,
- la pruche vireuse et la pruche aquatique,
- le symplocarpe fétide,
- l'ortie brûlante.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

---

### QUESTIONS

Q1. Nommer deux poisons relativement communs dans le monde végétal.

Q2. Quelles couleurs de plante sont à éviter?

Q3. Nommer trois plantes qui provoquent une dermatite.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Deux poisons assez communs dans le monde végétal sont l'acide cyanhydrique et l'acide oxalique.

R2. On doit éviter les plantes rouges.

R3. Trois plantes qui provoquent une dermatite sont l'herbe à puce, le sumac de l'Ouest et le sumac à vernis.

---

**Point d'enseignement 4** — **Diriger une activité où les cadets, en groupes de deux, doivent trouver et cueillir deux types de plantes comestibles dans la zone locale**

Durée : 30 min — Méthode : Activité pratique

---

**ACTIVITÉ**

---

Si l'on sait qu'il y a de l'herbe à puce ou d'autres plantes vénéneuses dans le secteur de cueillette, s'assurer que les cadets n'y auront pas accès.

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de cueillir deux types de plantes comestibles.

**RESSOURCES**

Des gants.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires et donner une paire de gants à chaque cadet.
2. Demander aux cadets de partir à la recherche de plantes comestibles.
3. Rassembler les cadets et leur demander de présenter leurs plantes au groupe.
4. Demander au groupe de confirmer si la plante présentée est comestible et pourquoi.
5. Superviser les cadets et commenter ce qu'ils ont trouvé.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Les cadets doivent porter des gants lorsqu'ils cueillent des plantes pour éviter qu'ils entrent en contact accidentel avec des plantes vénéneuses.
- S'assurer que les cadets ne mangent pas ce qu'ils trouvent, à moins de l'avoir fait inspecté, au préalable, par l'instructeur.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**

---

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 5** — **Démontrer aux cadets comment effectuer le test de comestibilité universel et leur demander de le faire**

Durée : 25 min — Méthode : Démonstration et exécution

Toujours adopter la procédure suivante lorsqu'on essaie de nouvelles sources de nourriture. NE JAMAIS prendre de raccourcis; effectuer le test au complet. En cas de doute, NE PAS manger la plante.

**TEST DE COMESTIBILITÉ UNIVERSEL**

Le test de comestibilité universel est une méthode que l'on peut utiliser si l'on ne sait pas si une plante est comestible. Ce test ne garantit pas qu'une plante soit bonne à manger, mais il apportera une certaine certitude qu'elle est comestible. Pour effectuer le test, suivre cet ordre :

1. **Inspecter.** Séparer la plante en ses éléments de base (feuilles, tiges, racines et fleurs). Inspecter chaque élément, un à la fois. S'assurer que la plante n'est pas gluante ni rongée par les vers. Certaines plantes, lorsqu'elles sont vieilles, voient leur teneur chimique changer et deviennent toxiques.

2. **Sentir.** Écraser une petite portion. Sentir la plante pour détecter des odeurs fortes ou acides. Si elle sent la pêche ou l'amande amère – LA JETER.

3. **Frotter la plante sur la peau.** Frotter légèrement la plante ou en presser le jus sur une partie délicate du corps (p. ex., sous le bras entre l'aisselle et le coude). En cas d'inconfort, de rougeur ou d'enflure, JETER la plante et ne plus l'utiliser. Attendre 15 minutes et, s'il n'y a pas de réaction, poursuivre le test.

4. **Mettre la plante sur les lèvres, la bouche et la langue.** S'il n'y a pas d'irritation de la peau, passer à l'étape suivante, mais après avoir attendu trois minutes afin de s'assurer qu'il n'y a pas de réaction déplaisante :

   (a) mettre un petit bout de plante sur les lèvres,

   (b) mettre un petit bout de plante dans le coin de la bouche,

   (c) mettre un petit bout de plante sur le bout de la langue,

   (d) mettre un petit bout de plante sous la langue,

   (e) mâcher un petit bout de plante.

   Dans tous les cas, en cas d'inconfort, comme une douleur à la gorge, de l'irritation, ou une sensation de piqûre ou de brûlure, JETER la plante.

5. **Avaler.** Avaler une petite quantité et attendre huit heures. Pendant ce temps, ne rien manger ni boire.

6. **Manger.** S'il n'y a aucune réaction, comme une douleur à la bouche, un vomissement répété, la nausée, une sensation de malaise, des douleurs à l'estomac, des coliques dans le bas ventre ou tout autre symptôme pénible, la plante peut être jugée sans danger. En manger une grande quantité et attendre encore huit heures.

## ACTIVITÉ

Durée : 15 min

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'effectuer le test de comestibilité universel.

### RESSOURCES

- des plantes locales,
- des citrons,
- des branches de céleri,
- des oignons,
- des baies (en saison),
- des feuilles d'épinard.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Pour ce PE, les cadets ne sont pas tenus d'attendre huit heures avant de pouvoir manger de nouveau.

S'assurer que les cadets suivent la méthode décrite ci-après pour vérifier si une plante est toxique. Demander aux cadets de :

1. prendre un morceau de fruit ou de légume,
2. l'inspecter,
3. le sentir,
4. le frotter sur le bras ou le dessous du poignet,
5. en placer un petit morceau sur les lèvres,
6. en placer un petit morceau dans le coin de la bouche,
7. en placer un petit morceau sur le bout de la langue,
8. en placer un petit morceau sous la langue,
9. en mâcher un petit morceau,
10. choisir un autre morceau de fruit ou de légume,
11. répéter les étapes 1. à 10. jusqu'à ce que tous aient eu l'occasion d'essayer au moins trois textures et goûts différents.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S’assurer que les cadets ne partagent pas les fruits et les légumes utilisés dans l’activité.

## CONFIRMATION DU POINT D’ENSEIGNEMENT 5

La participation des cadets à l’activité servira de confirmation de l’apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la cueillette de plantes comestibles et au test de comestibilité universel servira de confirmation de l’apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D’ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est important que les cadets sachent comment effectuer le test de comestibilité universel, identifier les plantes vénéneuses et celles qui ne le sont pas, et recueillir des plantes dans une situation de survie. Les plantes sont une excellente source nutritive lorsque les animaux se font rares. Un grand nombre de plantes procurent des bienfaits pour la santé, ce qui est également important en situation de survie.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L’INSTRUCTEUR**

Les instructeurs doivent se documenter sur les plantes qu’ils prévoient utiliser pour le test. S’assurer que les plantes ne contiennent ni toxine ni poison.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Lebanon, New Hampshire, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-155 (ISBN 978-1-58574-556-2) The Lyons Press. (2002). *U.S. Army Survival Handbook*. Guilford, Connecticut, The Lyons Press.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 10**

# OCOM C324.05 – PRÉPARER UN REPAS À PARTIR DE SOURCES DE NOURRITURE TROUVÉES EN CAMPAGNE

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 90 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier l'annexe J pour chaque cadet.

Préparer toutes les ressources pour les PE 2 et 3.

Choisir une méthode de cuisson et préparer le secteur pour le PE 3.

Les cadets, qui ne se sentent pas à l'aise à l'idée de dépouiller un petit animal, ne sont pas tenus de participer à cette partie de la leçon, mais ils doivent être présents pour le PE sur la préparation d'un poisson.

Un seul lapin devrait être attrapé ou acheté et dépouillé à des fins de démonstration. Consulter les règlements provinciaux sur la façon d'attraper et de tuer les petits animaux.

Il faut informer les parents de cette instruction et de la date à laquelle elle aura lieu.

Les instructeurs doivent utiliser des poissons achetés ou attrapés. Les poissons doivent être entreposés convenablement dans un endroit frais (une glacière avec de la glace) pour ne pas qu'ils se gâtent.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de dépouiller un petit animal.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de préparer et de faire cuire un petit animal ou un poisson en campagne, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 3, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de cuire un petit animal ou un poisson. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences en survie dans un environnement amusant et stimulant et sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir préparé un repas à partir de sources de nourriture trouvées en campagne.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets préparent un repas à partir de sources de nourriture trouvées en campagne, parce que, dans une situation de survie, ils peuvent avoir à préparer et cuire des aliments frais qu'ils viennent d'attraper. Avoir la confiance et la capacité de cuisiner aidera les cadets à s'alimenter pour avoir de l'énergie quand ils en auront besoin dans une situation de survie.

**Point d'enseignement 1** — **Expliquer et démontrer comment dépouiller un petit animal**

Durée : 25 min — Méthode : Démonstration

Pour ce PE, il est recommandé que l'instructeur explique et démontre chaque étape nécessaire pour mettre en pratique la compétence.

L'instructeur doit déjà avoir fait l'expérience de dépouiller un animal avant cette leçon.

Il est important de savoir comment préparer un poisson et du gibier en vue de les cuire dans une situation de survie. S'il n'est pas correctement nettoyé ou entreposé, le poisson ou le gibier risque d'être impropre à la consommation et de poser un risque pour la santé.

### DÉPOUILLER UN PETIT ANIMAL

Une fois qu'on attrape un petit animal, on doit suivre certaines étapes importantes pour le préparer à la consommation.

La plupart des petits animaux se dépouillent sensiblement de la même façon. Aux fins de démonstration pour cette leçon, on se servira d'un lapin.

**Étape 1 – Saigner l'animal.** Après avoir attrapé le lapin, le saigner en l'égorgeant. Dans la mesure du possible, nettoyer la carcasse près d'un cours d'eau en aval de la source d'eau et à au moins 100 m du campement.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-1 Étape 2

**Étape 2 – Préparer le matériel.** Étendre le lapin sur une surface plate et rassembler le matériel nécessaire (un couteau ou une hachette, et de l'eau) (voir figure 14-10-1).

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-2 Étape 3

**Étape 3 – Enlever les pattes.** Sectionner chaque patte à l'articulation en la tranchant nettement.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-3 Étape 4

**Étape 4 – Enlever la peau.** Sur une surface plate, étendre le lapin sur le dos et pincer la peau dans le mou du bas-ventre. Faire un trou dans la peau à l'aide du couteau, et pratiquer une incision jusque sous les pattes avant. Prendre soin de ne pas perforer la paroi de l'estomac.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-4 Étape 5

**Étape 5 – Séparer la peau.** Séparer le muscle couvrant les intestins de la peau en partant de l'ouverture (la peau se sépare assez facilement) et en continuant autour jusque dans le dos.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-5 Étape 6

**Étape 6 – Enlever la peau sur les pattes arrière.** Tirer la peau pour la dégager des pattes arrière comme si on enlevait une chaussette.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-6 Étape 7

**Étape 7 – Enlever la peau sur les pattes avant.** Tirer la peau vers l'avant et retirer délicatement chaque patte avant, une à la fois.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-7 Étape 8

**Étape 8 – Exposer le cou.** Tirer la peau vers l'avant en exposant le cou.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-8 Étape 9

**Étape 9 – Enlever la tête et la peau qui reste.** Sectionner la tête et enlever la peau qui reste.

*RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605*

Figure 14-10-9 Étape 10

**Étape 10 – Enlever les entrailles et les glandes.** Pratiquer une incision à l'aide d'un couteau le long du ventre du lapin jusqu'à la cage thoracique et au bassin. Ouvrir les côtés du ventre et saisir la trachée sous le cou sectionné et la retirer. Bien nettoyer la cavité thoracique du lapin en la rinçant à l'eau. Porter une attention particulière aux endroits comme la cavité thoracique et les plis dans la peau.

Creuser un trou et y enterrer toutes les parties animales rejetées pour éviter d'attirer des charognards.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Dans quelle position doit être placé l'animal quand on se prépare à le dépouiller?

Q2. Quelle partie du corps de l'animal est incisée en premier?

Q3. Quelle est la dernière étape du dépouillement d'un animal?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'animal doit être étendu à plat.

R2. La première partie qui doit être incisée est le cou pour saigner l'animal.

R3. La dernière étape du dépouillement consiste à nettoyer le petit animal et à bien rincer la cavité thoracique à l'eau.

---

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer et démontrer la façon de préparer un poisson et demander aux cadets de le faire**

Durée : 25 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer chaque étape nécessaire pour mettre en pratique la compétence.
2. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape.

Des renseignements de base ont été fournis pour appuyer la démonstration et l'exécution. Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

---

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

---

### PRÉPARER UN POISSON

Tous les poissons d'eau douce sont comestibles. Ceux qui font moins de 5 cm (2 po) de longueur ne nécessitent aucune préparation et peuvent être mangés en entier. Les gros poissons doivent être vidés. Pour empêcher le poisson de s'avarier, le préparer aussitôt que possible. Les entrailles peuvent servir d'appât ou être enterrées pour éviter que leur odeur n'attire les insectes et les charognards.

Il peut se passer un certain temps entre le moment où l'on attrape le poisson et celui où on le cuit. Garder le poisson au frais, loin de la lumière du soleil et des insectes. Le recouvrir de mousse trouvée dans la forêt ou le mettre dans une mare d'eau fraîche.

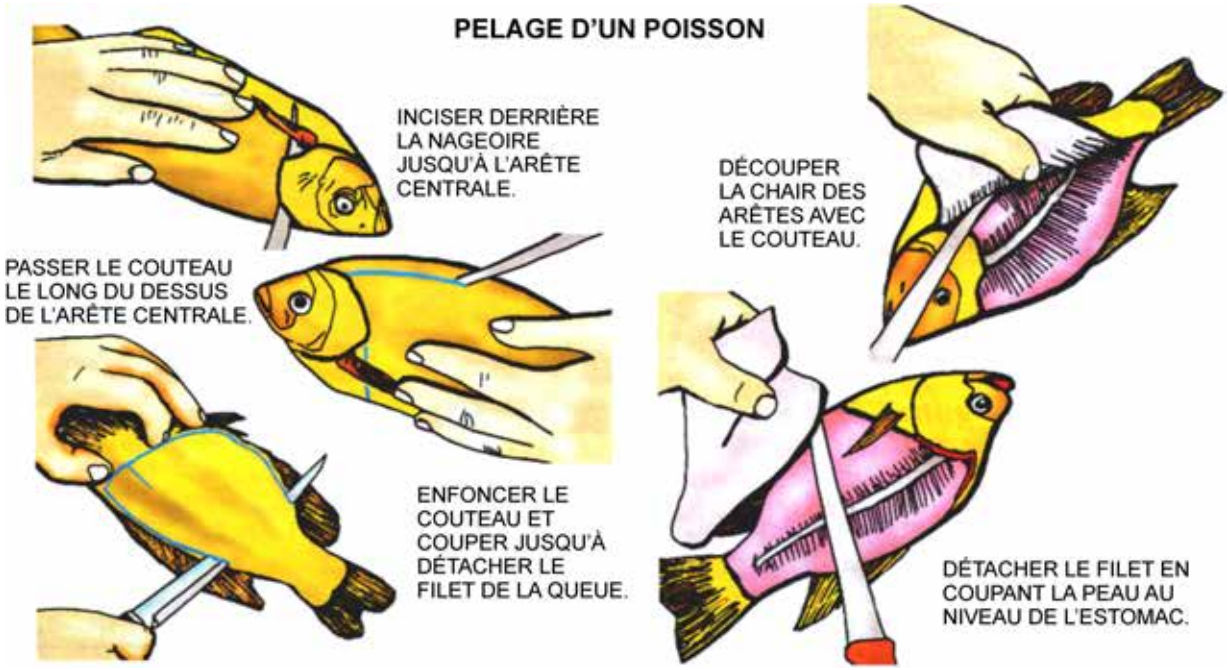
Tous les types de poisson ne nécessitent pas les mêmes méthodes de préparation. Déterminer le poisson local commun et décrire la méthode de nettoyage qui s'applique à ce type de poisson.

**Saignée.** Aussitôt que le poisson est pêché, lui couper la gorge et le laisser saigner. Essuyer le dépôt gluant sur le poisson pour le rendre moins glissant. S'assurer de ne pas laisser ce dépôt entrer en contact avec les yeux. Enlever les branchies au couteau.

**Vidage.** Pratiquer une incision de l'orifice anal jusqu'à l'endroit où la gorge a été coupée. Retirer les entrailles - elles peuvent servir d'appât d'hameçon. Garder les œufs, car cette substance est très nutritive.

**Écaillage.** Il n'est pas nécessaire d'écailler le poisson - il peut être cuit avec ses écailles, mais si le temps le permet, les enlever en les grattant. Enlever les écailles en tenant le poisson par la queue et en passant un couteau émoussé sur la peau à un angle de 45 degrés, de la queue vers la tête.

**Pelage.** Le pelage constitue l'une des façons de préparer un poisson. Passer le couteau le long du dessus de l'arête centrale. Inciser derrière la nageoire jusqu'à l'arête centrale. Enfoncer le couteau et couper jusqu'à détacher le premier filet de la queue. Retirer la peau des arêtes avec le couteau. Détacher le filet en coupant la peau au niveau de l'estomac.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 144)*

Figure 14-10-10 Pelage d'un poisson

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de préparer un poisson.

**RESSOURCES**

- un poisson,
- un couteau.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Demander aux cadets de préparer un endroit dégagé avec une table propre ou une surface plate pour préparer le poisson.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

Les cadets prépareront un poisson en suivant chaque étape démontrée par l'instructeur.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

On doit rappeler aux cadets de toujours couper dans un mouvement vers l'extérieur, en s'éloignant de leur corps.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** — **Expliquer et démontrer la façon de cuire un petit animal et demander aux cadets de s'exercer à cuire un poisson**

Durée : 30 min — Méthode : Activité pratique

Cette leçon comprend de la matière traitée à l'OCOM C224.01 (La cuisson en campagne, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 7). Des renseignements de base ont été fournis dans cette leçon, parce qu'il est possible que certains cadets n'aient pas pu participer à l'instruction complémentaire.

Distribuer le document de cours de l'annexe J, un document pour chaque cadet.

L'instructeur fera une démonstration d'une méthode de cuisson. Les préparatifs pour la méthode choisie doivent déjà faits et le feu doit être allumé. Démontrer la façon de cuire le poisson.

Cuire le lapin pendant que les cadets cuisent leur poisson. Les instructeurs peuvent choisir une méthode différente de celle qui est utilisée par les cadets.

**CUISSON**

La cuisson des aliments peut les rendre plus agréables au goût en plus de tuer les parasites et les bactéries. Toutefois, les aliments perdent de leur valeur nutritive lorsqu'ils sont chauffés – plus la température de cuisson est élevée, plus cette perte est accentuée – c'est pourquoi on ne doit pas les cuire plus longtemps que nécessaire. Les méthodes choisies pour cuire un petit animal ou un poisson simulent les façons de faire dans une situation de survie.

Toutes les méthodes énumérées nécessitent une préparation des aliments avant la cuisson. Cela implique l'épluchage et le dépouillement, le nettoyage et l'emballage. Lors de la cuisson en campagne, les aliments doivent être préparés correctement.

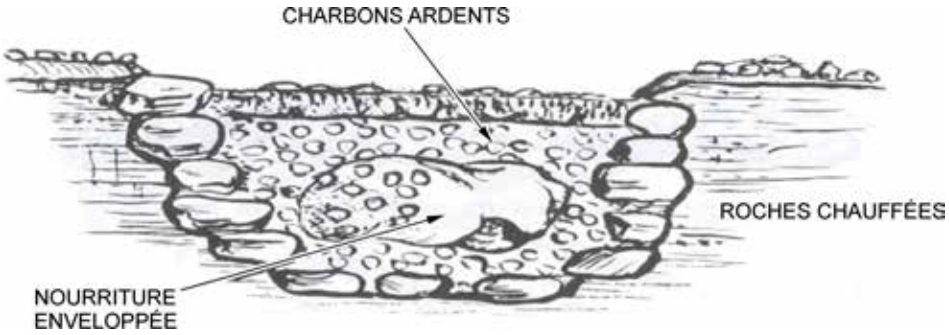
**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

La cuisson en campagne est une compétence importante pour les personnes qui se retrouvent dans une situation de survie. Puisque le corps humain a besoin de nutriments et d'énergie, la cuisson est essentielle à la destruction des bactéries néfastes. Il y a diverses autres façons de cuisiner en campagne.

**LA CUISSON**

La meilleure façon de cuire en campagne est dans le sol. Quand les aliments sont enfouis, ils cuisent plus vite. Pour ce faire :

1. creuser un foyer peu profond dans le sol,
2. doubler le foyer avec des roches,
3. faire brûler un petit feu pour obtenir une couche de charbons ardents,
4. placer une couche d'herbe mouillée sur les braises quand il n'y a plus de flamme nue et qu'il ne reste que des braises chaudes et ardentes (si l'herbe est sèche, utiliser de l'eau),
5. placer les aliments (déjà préparés pour la cuisson) sur le dessus de l'herbe mouillée,
6. utiliser un bâton pour déplacer les charbons chauds pour les mettre le plus proche possible des aliments. Essayer de mettre quelques charbons sur le dessus des aliments,
7. couvrir les aliments avec la terre qui a été enlevée du foyer.




*B-GG-217-001/PT-001, La survie sous tous les climats (page 130)*

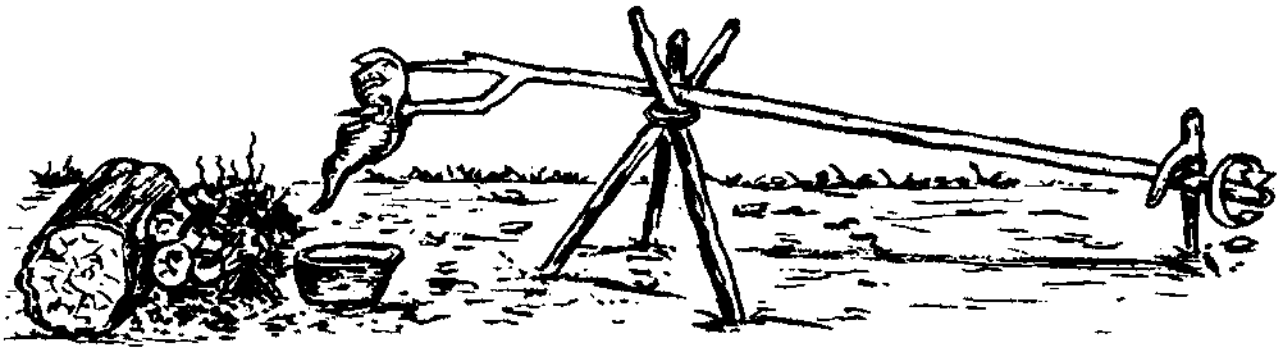
Figure 14-10-11 La cuisson dans le sol

Quand on utilise cette méthode, il est très difficile de vérifier et de voir si les aliments sont cuits. Le temps de cuisson varie selon les aliments à cuire. S'assurer que la nourriture est complètement cuite avant de la consommer. Si on n'est pas certain, la remettre dans le sol pour la cuire plus longtemps.

**LE RÔTISSAGE**

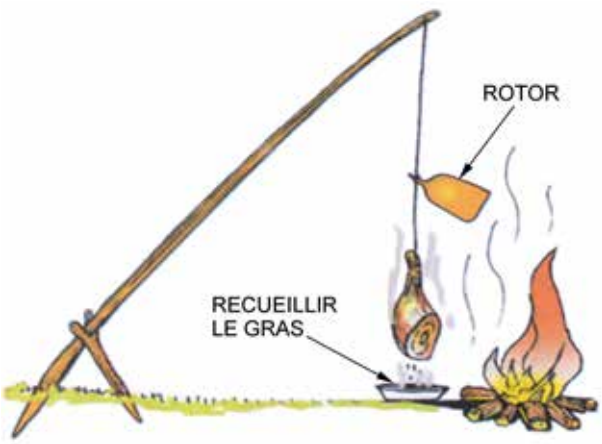
Le rôtissage est une méthode facile de produire des résultats savoureux. Malheureusement, il produit aussi beaucoup de graisse quand on fait cuire de la viande. Pour minimiser les dépôts, mettre une casserole ou un contenant sous les aliments qui rôtissent pour capter la graisse. Mettre le morceau qui cuit à l'extrémité d'un bâton, à côté d'un feu en plein air. Les aliments ne doivent pas être placés directement au-dessus du feu et un contact direct avec la fumée et la flamme doit être évité autant que possible.

On doit tourner les aliments pour s'assurer qu'ils sont bien cuits. Si l'on suspend les aliments au-dessus du feu, on peut attacher un rotor, fait de plastique ou de papier épais (voir figure 14-10-13). Le rotor attrape le vent qui le fait tourner, tournant les aliments.



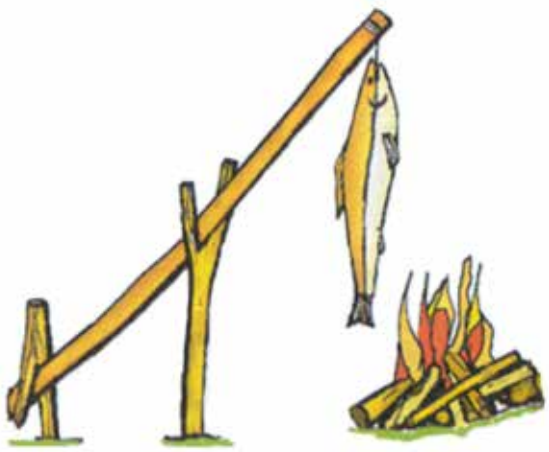
*B-GG-217-001/PT-001 (page 129)*

Figure 14-10-12 Le rôtissage




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14-10-13 Le rôtissage avec un rotor



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 448)*

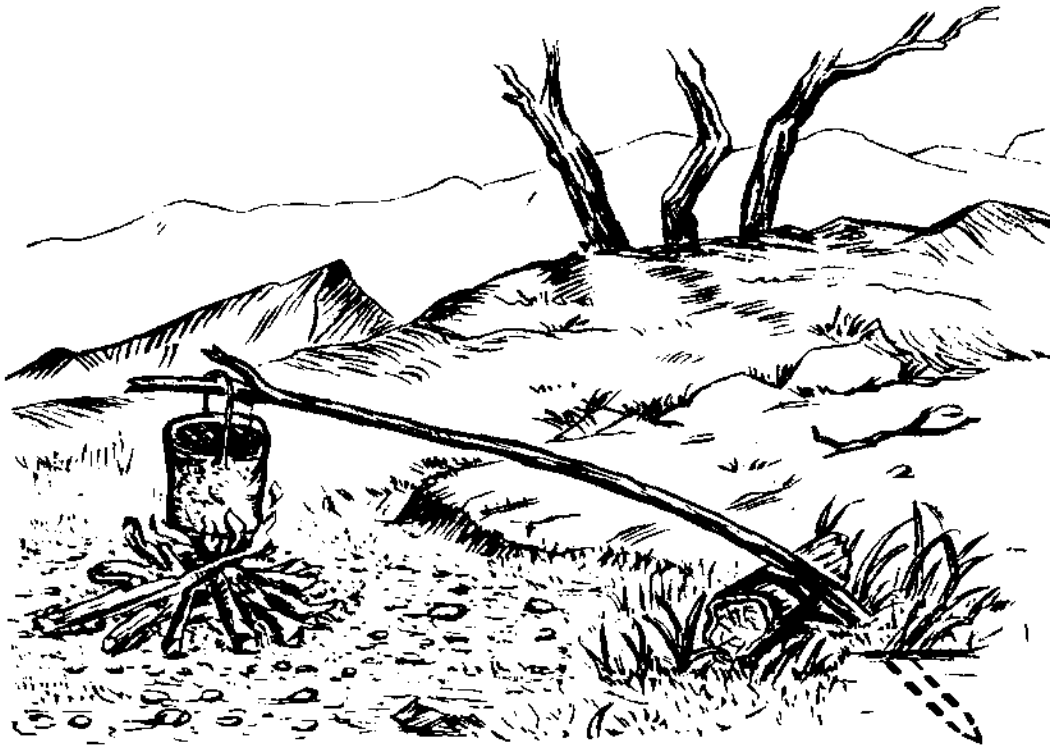
Figure 14-10-14 Le rôtissage d'un poisson

**CUISSON À L'EAU**

La cuisson à l'eau dans un chaudron peut se faire par-dessus un feu en plein air, tout comme sur un réchaud. Lorsqu'on fait bouillir dans un chaudron, s'assurer que le chaudron est bien droit sur le feu. Cela peut se faire en utilisant une grille, en le coinçant entre deux morceaux de bois épais ou en plaçant des roches autour pour le stabiliser. Il y a de nombreuses façons de placer un chaudron sur un feu en utilisant du bois (voir les figures 14-10-15 et 14-10-16). Il est important de s'assurer que le chaudron est stable et qu'il n'y a aucun risque qu'il tombe dans le feu.

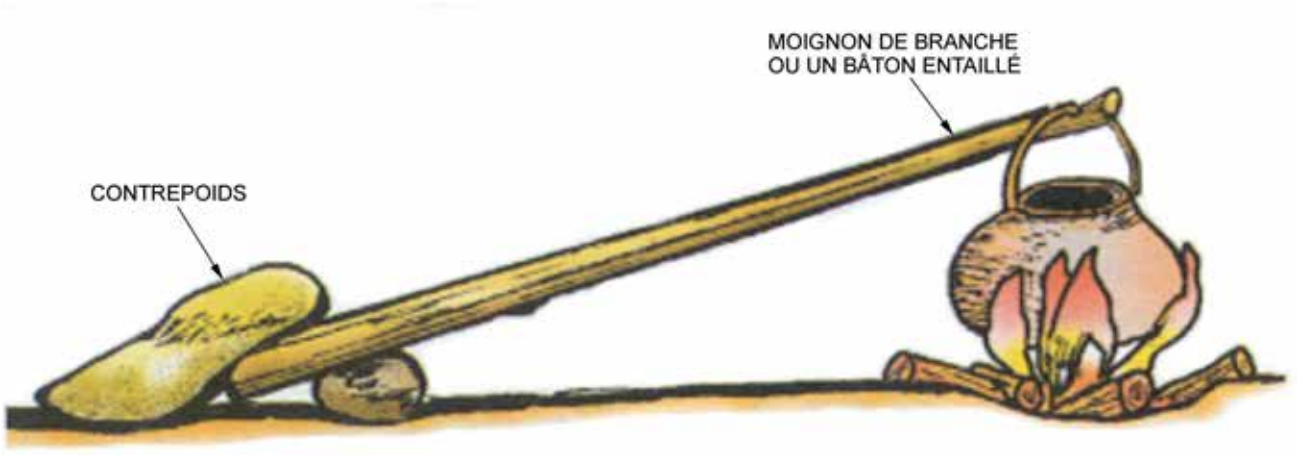
Voir des bulles d'air est une façon facile de constater que l'eau bout.

Le débordement par l'ébullition sur un feu en plein air produit normalement une formation de suie à l'extérieur du chaudron. Une couche d'eau savonneuse sur l'extérieur du chaudron facilite le nettoyage.



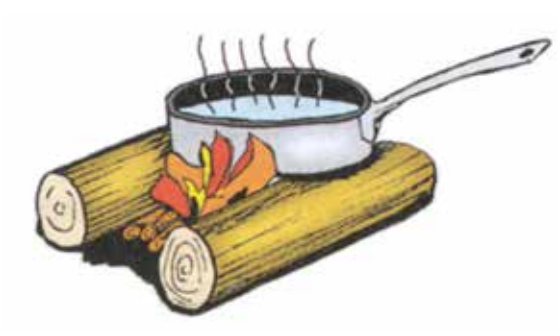
*B-GG-217-001/PT-001 (page 128)*

Figure 14-10-15 La cuisson à l'eau




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14-10-16 La cuisson à l'eau en utilisant un contrepoids



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 444)*

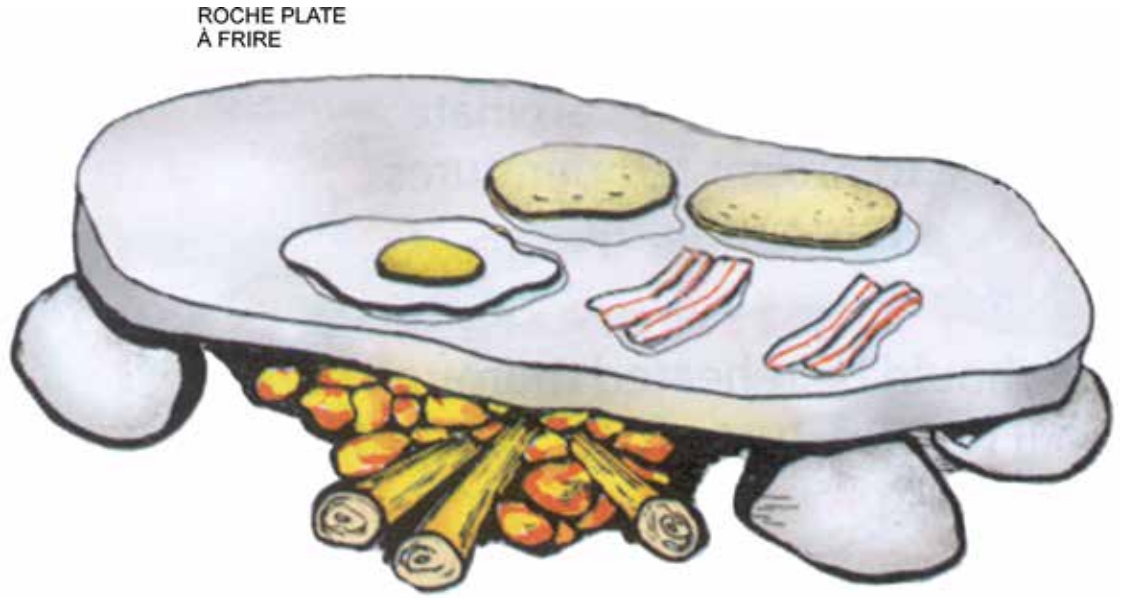
Figure 14-10-17 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec du bois

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14-10-18 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec des roches

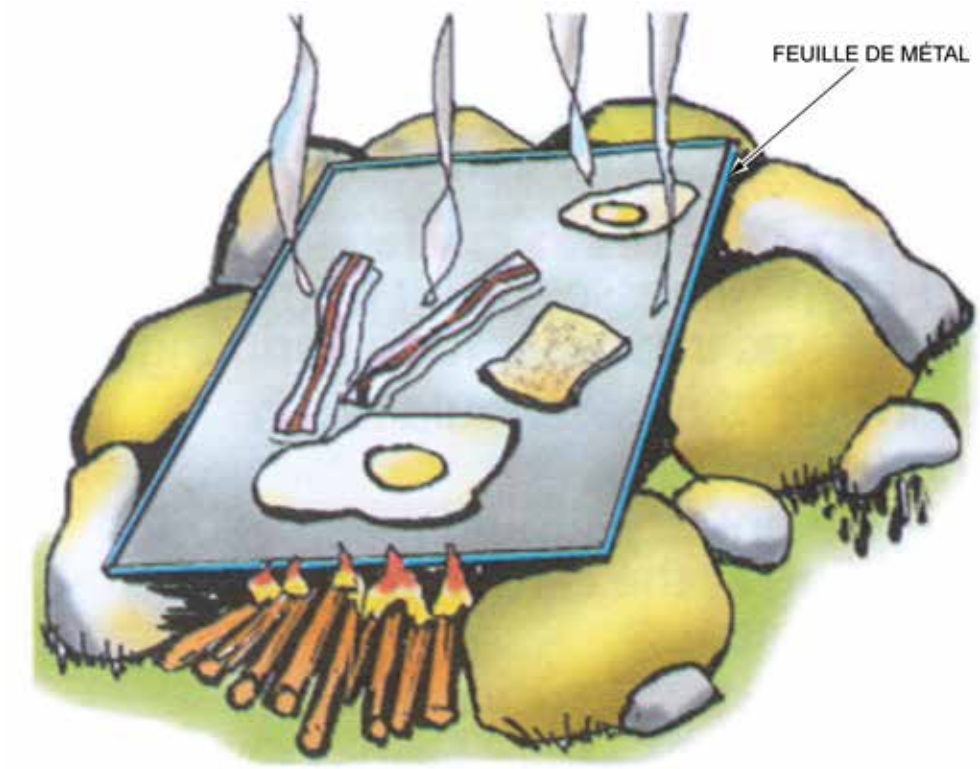
**LA FRITURE**

On peut facilement frire des aliments sur une roche ou une feuille de métal. Une roche retient beaucoup de chaleur pendant une longe période de temps. En utilisant cette méthode de cuisson, les aliments peuvent facilement coller s'il n'y a pas une quantité suffisante de graisse.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14-10-19 La friture sur une roche plate




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14-10-20 La friture avec une feuille de métal

---

**ACTIVITÉ**

Durée : 20 min

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de cuire du poisson en utilisant une des méthodes suivantes choisies par l'instructeur :

- la cuisson,
- le rôtissage,
- la cuisson à l'eau,
- la friture.

**RESSOURCES**

- de l'eau,
- le poisson préparé au PE 2,
- des allumettes,
- des pelles.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

Un espace ouvert qui convient à l'allumage de petits feux doit être mis à la disposition des cadets pour qu'ils cuisent leurs aliments.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Répartir les cadets en paires.
2. Donner un poisson (utiliser le poisson préparé au PE 2) à chaque cadet.
3. Demander aux cadets de faire les préparatifs nécessaires pour la méthode assignée en vue de cuire leur poisson.
4. Demander aux cadets de préparer une source de chaleur et de cuire le poisson.
5. Demander aux cadets de goûter au poisson cuit, avec l'approbation du personnel responsable de la supervision.
6. Demander aux cadets de s'assurer que le feu est éteint lorsqu'ils ont terminé et qu'il ne reste aucune braise.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Les cadets allumeront des feux. Réviser les consignes d'incendie et les procédures en cas d'incendie.
- Du matériel d'incendie et de secours doit être à portée de main.
- Cette leçon nécessitera une supervision supplémentaire.
- En cas d'incendie non maîtrisé, communiquer avec les services d'incendie.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la cuisson d'un poisson servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Savoir comment cuire en campagne est une excellente compétence à avoir lorsqu'on est perdu. Connaître les différentes façons de cuire en campagne peut signifier la différence entre réussir ou non à survivre dans une telle situation. Être capable d'utiliser les différentes méthodes de cuisson en campagne est aussi une façon plaisante de cuire des aliments pendant un EEC en campagne – bivouac – lors d'une fin de semaine.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les cadets, qui ne se sentent pas à l'aise à l'idée de dépouiller un petit animal, ne sont pas tenus de participer à cette partie de la leçon, mais ils doivent être présents pour le PE sur la préparation d'un poisson.

Un seul lapin devrait être attrapé ou acheté et dépouillé à des fins de démonstration. Consulter les règlements provinciaux sur la façon d'attraper et de tuer les petits animaux.

Il faut informer les parents de cette instruction et de la date à laquelle elle aura lieu.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2e éd). Lebanon, New Hampshire, Paul Tawrell.

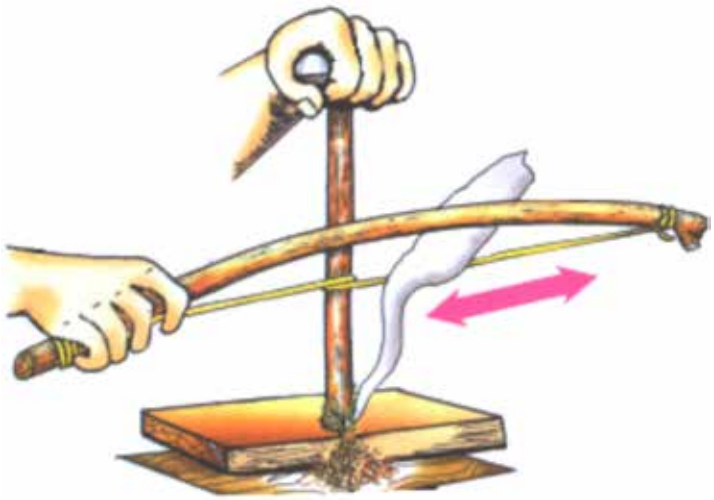
C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON: Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

## ARCHET ET BAGUETTE

Construire un archet et une baguette et l'utiliser en suivant les étapes suivantes :

1. aménager un creux dans le bloc d'appui ou l'embase de 3 à 5 cm de profondeur pour accueillir la tige de bois dur;
2. aménager une rainure dans la planchette de bois mou dans laquelle tournera la tige de bois dur;
3. appointer une extrémité de la tige de bois dur;
4. rassembler la quantité nécessaire de petit bois, d'amadou et de combustible;
5. placer l'amadou dans l'ouverture de la planchette de bois mou pour que la braise puisse y tomber;
6. enrouler la corde de l'archet autour de la tige de bois dur et placer celle-ci sur la planchette de bois mou;
7. rassembler la quantité nécessaire de petit bois et de combustible;
8. appuyer le bloc d'appui contre l'extrémité supérieure de la tige;
9. déplacer l'archet dans un mouvement de va-et-vient pour que la tige de bois dur tourne dans un sens et dans l'autre;
10. exécuter un mouvement régulier de va-et-vient;
11. à l'apparition de fumée, augmenter la vitesse et observer l'apparition de braise;
12. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
13. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

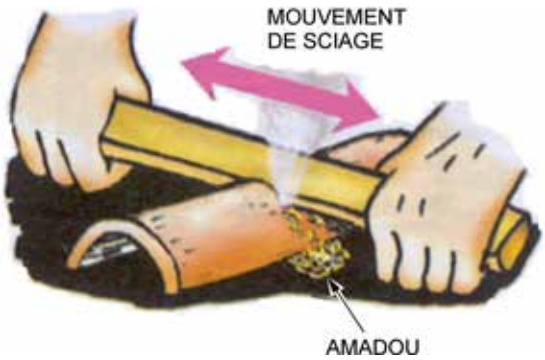
Figure 14A-1 Archet et baguette

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## SCIE À FEU

Construire une scie à feu et l'utiliser en suivant les étapes suivantes :

1. sur le côté intérieur de la planche à feu, enlever et fendre en éclats des fibres filandreuses pour qu'elles puissent s'enflammer;
2. sur le côté extérieur opposé à la direction des fibres, aménager un creux dans le lequel on exécutera le mouvement de sciage;
3. frotter le bâton à frotter dans le creux de la planche, dans un mouvement de sciage, jusqu'à l'apparition d'étincelles;
4. rassembler la quantité nécessaire de petit bois, d'amadou et de combustible;
5. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
6. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)*

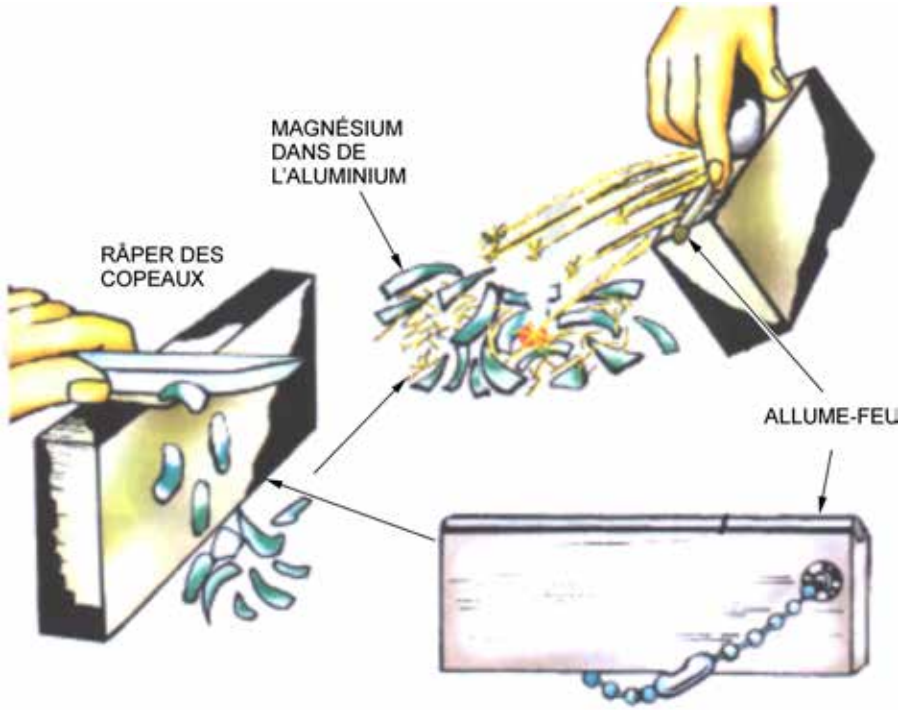
Figure 14B-1 Scie à feu en mouvement

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## PIERRE À FEU ET ACIER

Utiliser une pierre à feu et de l'acier en suivant les étapes suivantes :

1. tenir la pierre à feu aussi près que possible de l'amadou;
2. la frapper avec le dos d'une lame de couteau ou d'un petit morceau d'acier ordinaire;
3. rassembler la quantité nécessaire de petit bois, d'amadou et de combustible;
4. la frapper vers le bas pour que les étincelles tombent sur l'amadou;
5. lorsque l'amadou commence à fumer, souffler doucement sur l'amadou ou l'éventer pour l'envoyer sur la flamme;
6. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
7. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.




*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 436)*

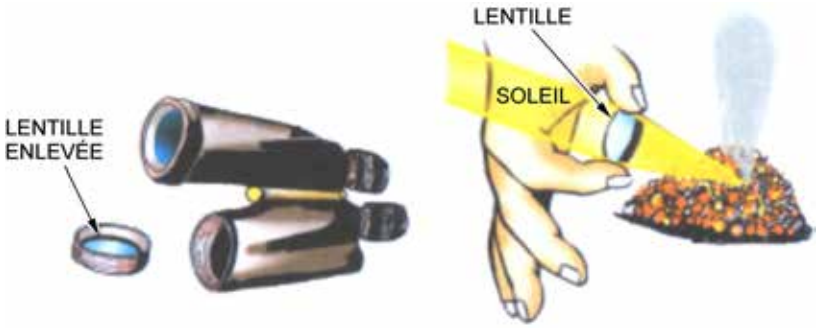
Figure 14C-1 Pierre à feu et acier

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**SOLEIL ET VERRE**

Utiliser le soleil et du verre en suivant les étapes suivantes :

1. trouver un endroit ensoleillé dans un espace ouvert;
2. rassembler de l'amadou et du petit bois en une petite pile;
3. utiliser un morceau de verre ou une lentille convexe pour concentrer les rayons du soleil sur l'amadou;
4. lorsque l'amadou commence à fumer, souffler doucement sur l'amadou ou l'éventer pour l'envoyer sur la flamme;
5. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
6. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.

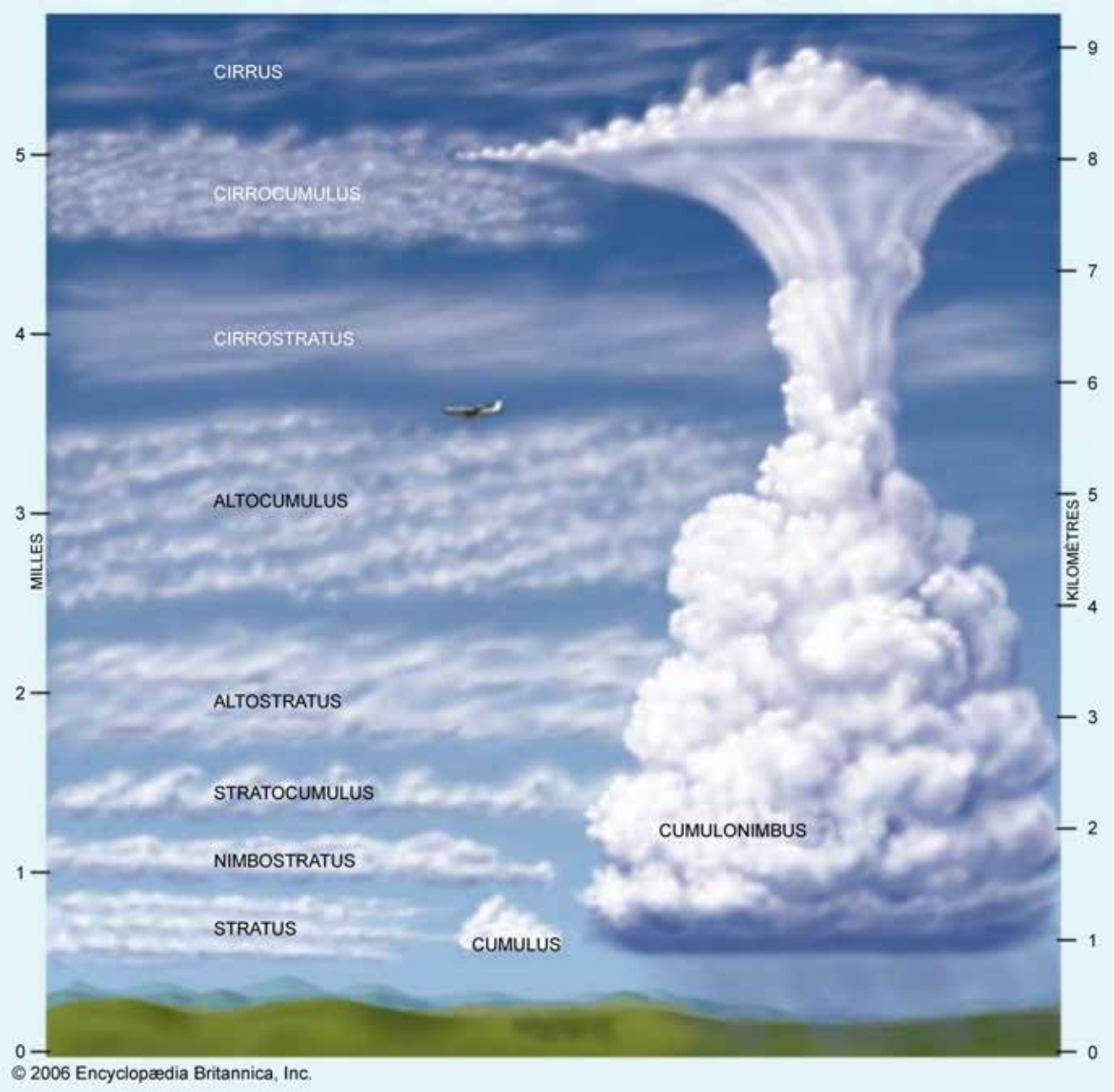



*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 437)*

Figure 14D-1 Soleil et verre

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**TYPES DE NUAGES COMMUNS**




*« Cumulus Cloud », par Encyclopaedia Britannica, Inc., 2006, Encyclopaedia Britannica Online, Droit d'auteur par Encyclopaedia Britannica, Inc., 2006. Extrait le 21 novembre 2007, du site http://cache.eb.com/eb/image?id=93302&rendTypeId=34*

Figure 14E-1 Types de nuages communs

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

## HABITATS COMMUNS

Les souches pourries, les roches, les planches de bois ou tout autre matériau se trouvant au sol sont propices aux nids d'insectes et sont d'excellents endroits où trouver une variété d'insectes, comme des fourmis, des termites, des coléoptères et des larves. Les zones herbeuses sont de bons endroits où chercher parce que les insectes y sont faciles à voir. Les insectes suivants sont faciles à trouver dans la plupart des endroits.

**Sauterelles.** Se trouvent le plus souvent dans les champs à découvert. On les voit sauter du chemin quand on marche. Elles se mangent crues ou cuites, sans les pattes.

*Discover Entomology, par Carl D. Patrick, Grasshoppers and Their Control, Droit d'auteur par le département d'entomologie de Texas A&M University, 2008. Extrait le 5 mars 2008 du site http://insects.tamu.edu/extension/bulletins/l-5201.html*

Figure 14F-1 Sauterelle

**Coléoptères.** Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol. Les insectes à carapace dure ont des parasites; il faut donc les cuire avant de les manger.

*Système canadien d'information sur la biodiversité, Les Carabidés du Canada. Extrait le 5 mars 2008 du site http://www.cbif.gc.ca/spp_pages/carabids/phps/image1_f.php*

Figure 14F-2 Coléoptères

**Vers.** Les vers sont une excellente source de protéines. Creuser le sol humide pour les trouver ou les chercher sur le sol après la pluie. Après les avoir ramassés, les mettre dans de l'eau propre et potable pendant quelques minutes. Ils se purgeront ou se laveront naturellement; après quoi on peut les manger crus.

*Cheshire Wildlife Trust, Find Out About Earth Worms, Droit d'auteur par Cheshire Wildlife Trust, 2004. Extrait le 5 mars 2008 du site http://www.wildlifetrust.org.uk/cheshire/watch_earthworms.htm*

Figure 14F-3 Ver de terre

**Larves.** Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol.

*Green Smiths, Grub Worms. Extrait le 5 mars 2008 du site http://www.greensmiths.com/grubs.htm*

Figure 14F-4 Larves

**Insectes aquatiques.** On trouve de nombreuses espèces d'insectes comestibles au bord des lacs, des étangs et des océans. Tous les insectes à carapace dure doivent être cuits.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 912)*

Figure 14F-5 Insectes aquatiques

**IDENTIFIER LES PISTES ET L'HABITAT DES ANIMAUX**

Tous les animaux peuvent être une source d'alimentation. Plus on sait de choses sur les animaux, meilleures seront nos chances d'en trouver un. Pour trouver un animal dans la nature, on doit être à l'affût de signes de leur présence. Une fois qu'on reconnaît les signes laissés par un animal et qu'on peut les identifier, il est alors possible d'imaginer une méthode pour le chasser et le piéger.

La plupart des mammifères se déplacent à l'aube et au crépuscule (premières lueurs du jour, dernière lueurs du jour), en empruntant les mêmes trajets entre leurs points d'eau, aires de nourriture et habitats. On peut identifier les empreintes et pistes d'animaux en recherchant des signes particuliers.

Les conseils suivants permettent de trouver et d'identifier les animaux :

- les empreintes sont plus faciles à voir sur de la neige au sol mouillée ou du sable humide,
- la dimension de l'empreinte laissée,
- on peut déterminer le temps écoulé depuis la formation des empreintes en examinant leur netteté et degré d'humidité,
- plus l'empreinte est nette, plus elle est récente. Si de l'eau ou de la pluie s'y est infiltrée, elle peut dater d'un certain temps,
- une végétation dense laisse voir les trajets ou chemins utilisés régulièrement,
- certains animaux ne se déplacent jamais très loin; alors, la présence d'empreintes signifie qu'ils se trouvent probablement dans le secteur,
- les petits animaux creusent des tunnels dans les broussailles denses,
- des brindilles cassées le long d'un trajet indiquent la direction de déplacement et la taille de l'animal.

**Lapins et lièvres**

Les lapins et les lièvres sont faciles à attraper. Ils vivent soit dans des terriers ou au-dessus du sol et empruntent souvent le même trajet qu'ils utilisent pour revenir sur leurs pas. Ils ont de longues pattes arrière et de petites pattes avant. Quand on cherche des lapins ou des lièvres, se rappeler ce qui suit :

- ils ne laissent que de légères empreintes sur un sol mou,
- ils ont des pattes arrière étroites avec quatre orteils,

- leurs empreintes montrent que les pattes arrière sont à l'avant des pattes de devant au lieu d'être côte à côte,
- ils mangent des écorces d'arbre et peuvent ronger la base des arbres,
- ils avertissent les autres lapins et lièvres en se servant de leurs pattes pour produire des sons. Le son émis ressemble à un bruit lourd et sourd ou à quelqu'un qui frappe un coussin.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 35)*

Figure 14F-6 Lapin et empreintes

**Écureuils**

Les écureuils sont alertes et très agiles. La plupart sont actifs jour et nuit – s'alimentant de noix, de fruits, de pousses et des œufs de certains oiseaux. Leur nid est habituellement de la taille d'un petit sac à dos pour une journée, se compose de brindilles et de feuilles et se trouve haut dans les arbres. Toutefois, durant l'hiver, les écureuils recherchent les trous dans les arbres pour s'en faire des tanières. Ils sont petits et leurs empreintes sont à peine visibles. Voici des signes de la présence d'un écureuil :

- des cônes mâchés,
- des écailles de cône empilées çà et là,
- des pépiements et sifflements forts et aigus presque continus.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 49)*

Figure 14F-7 Écureuil et empreintes

**Marmottes**

Les marmottes se trouvent généralement dans les prés, au bord des routes et dans les champs abandonnés. Elles vivent seules dans des terriers d'une longueur allant jusqu'à 9 m (30 pi), creusés sous des souches, des roches ou le bord des bâtiments. Les terriers comportent habituellement trois entrées. Celles-ci sont visibles, mesurent entre 20 et 30 cm (8 et 12 po) de largeur et se trouvent à proximité de gros monticules de terre.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 91)*

Figure 14F-8 Marmotte et empreintes

**Porcs-épics**

Le porc-épic est le deuxième plus grand rongeur. Il possède des piquants pointus, qui sont solides à la base et barbelés au bout. Cet animal se nourrit principalement d'herbes, de glands et de brindilles et aime beaucoup le sel. Ils laissent les traces et signes suivants :

- ses empreintes : les pattes avant ont quatre orteils et les pattes arrière en ont cinq,
- l'écorce des arbres est arrachée en plaques irrégulières,
- des brindilles mordillées jonchent le sol.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 109)*

Figure 14F-9 Porc-épic et empreintes

**Castors**

On connaît les castors comme des bâtisseurs de barrages. Ce sont des animaux aquatiques qui ont une queue qui semble couverte d'écailles et matelassée. On les voit régulièrement parcourir les cours d'eau, les lacs et

les marais ou marécages. Ils résident dans une tanière, qu'on appelle une « hutte de castor », où on peut les piéger. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes avant ont cinq orteils et des marques de griffes, mais on n'en voit souvent que quatre,
- les empreintes des pattes arrière sont palmées, arrondies et plus larges,
- les lacs, les marais ou les marécages ont un niveau d'eau plus élevé que la normale,
- la présence de barrages de castor, de huttes, de jeunes arbres tombés et rongés,
- la présence de copeaux d'écorce près de l'eau.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 110)*

Figure 14F-10 Castor et empreintes

**Ratons laveurs**

Le « bandit masqué » vit dans une variété d'habitats : des forêts aux prairies, en passant par les parcs urbains. Ces animaux préfèrent la proximité de l'eau et des arbres et sont répandus dans les marécages boisés. Ils résident dans des terriers situés le plus souvent dans une souche ou un arbre creux, une crevasse dans une roche, une caverne ou un bâtiment abandonné. Le régime alimentaire terrestre des ratons laveurs comprend des noix, des fruits, des insectes, de petits rongeurs et des oiseaux. Prêts de l'eau, ils peuvent manger des grenouilles, des poissons, des mollusques et des insectes. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes arrière font environ 7.62 cm (3 po) de longueur et ont 5 orteils,
- les pattes avant ressemblent à de petites mains avec cinq doigts.

*N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 99)*

Figure 14F-11 Raton laveur et empreintes

**RECONNAÎTRE LES SIGNES D'ALIMENTATION**

Avec un œil exercé, on peut souvent identifier les espèces animales par les marques laissées par leurs dents ou bec sur une noix, ou par la façon dont une noix de pin a été épluchée pour en extraire les graines. Voici certains signes d'alimentation qu'on peut trouver dans la nature :

- des arbres écorcés,
- des coquilles de noix rongées,
- des fruits partiellement mangés,
- des pousses arrachées,
- des restants de proie,
- des animaux laissés par des carnivores ou la destruction de nids.

On trouve souvent des fruits ou des noix abandonnés lorsque la nourriture est abondante - il arrive qu'un animal trouve un morceau qu'il n'aime pas, il le rejette alors pour en essayer un autre. Ces signes révèlent non seulement la présence d'un animal, mais permettent aussi d'établir les appâts pour les pièges.

**TROUVER DES EXCRÉMENTS**

L'examen des excréments est l'un des meilleurs moyens de savoir s'il s'agit d'un animal herbivore ou carnivore. Leur masse et quantité permettent d'estimer la taille de l'animal. Leur degré de sécheresse est un indicateur du temps écoulé depuis la défécation. Les vieux excréments seront durs et inodores, tandis que les excréments récents seront humides, sentiront encore et peuvent être couverts de mouches.

La composition des excréments peut servir à trouver de quel type d'animal ils proviennent. Des morceaux de végétaux (tiges, graines, écales et piles) indiquent la présence d'un herbivore. Les excréments des herbivores n'ont presque aucune odeur, bien que ceux des animaux qui se sont gorgés de baies aient une odeur sucrée.

Des excréments remplis de matières animales (écailles, os et fourrure) qui proviennent d'un carnivore ont habituellement une odeur fétide. La présence de mouches indique que les excréments sont récents.

## IDENTIFIER LES DÉRACINEMENTS

Certains animaux fouillent le sol à la recherche d'insectes et de tubercules. Si le sol est encore friable et récemment dérangé, il est probable qu'un animal y soit passé, il y a peu de temps. Des petits coups de griffe peuvent indiquer l'endroit où un écureuil ou un autre rongeur a creusé le sol à la recherche de pousses.

## DÉTECTER LES ODEURS ET LES FUMETS

Il faut être vigilant si l'on sent quelque chose d'inhabituel. Essayer de noter les odeurs. Ils offrent des indices sur les espèces animales et végétales présentes à cet endroit. Là où se trouve une espèce animale, d'autres s'y trouveront.

**TABLEAU DE LA VALEUR NUTRITIVE DES INSECTES**

| Insecte (par 100 g) | Protéines (g) | Lipides (g) | Glucides (g) | Calcium (mg) | Fer (mg) |
|---|---|---|---|---|---|
| Sauterelles | 12.9 | 5.5 | 5.1 | 75.8 | 9.5 |
| Petites sauterelles | 20.6 | 6.1 | 3.9 | 35.2 | 5.0 |
| Coléoptères aquatiques géants | 19.8 | 8.3 | 2.1 | 43.5 | 13.6 |
| Fourmis rouges | 13.9 | 3.5 | 2.9 | 47.8 | 5.7 |
| Chrysalides de vers à soie | 9.6 | 5.6 | 2.3 | 41.7 | 1.8 |
| Termites | 14.2 | S.O. | S.O. | 0.050 | 35.5 |
| Charançons | 6.7 | S.O. | S.O. | 0.186 | 13.1 |

*G. Davenport, Wilderness Survival, Stackpole Books (page 161)*

Figure 14G-1 Valeur nutritive

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**PLANTES VÉNÉNEUSES COMMUNES**

*« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px*

Figure 14H-1 Herbe à puce

*« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px*

Figure 14H-2 Sumac de l'Ouest

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**PLANTES VÉNÉNEUSES**

*« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px*

Figure 14I-1 Ricin

*« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px*

Figure 14I-2 Zigadène vénéneux

*« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px*

Figure 14I-3 Laurier rose

*« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px*

Figure 14I-4 Pruche vireuse

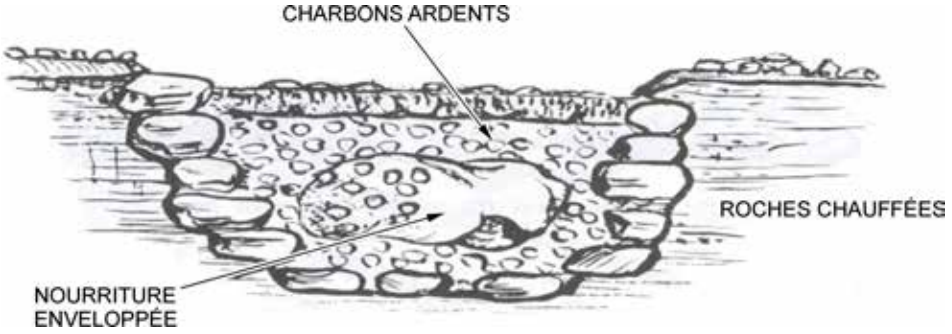
## DOCUMENT DE COURS SUR LES MÉTHODES DE CUISSON EN CAMPAGNE

La cuisson en campagne est une compétence importante pour les personnes qui se retrouvent dans une situation de survie. Puisque le corps humain a besoin de nutriments et d'énergie, la cuisson est essentielle à la destruction des bactéries néfastes. Il y a diverses autres façons de cuisiner en campagne.

### LA CUISSON DANS UN FOYER PEU PROFOND DOUBLÉ AVEC DES ROCHES

La meilleure façon de cuire en campagne est dans le sol. Quand les aliments sont enfouis, ils cuisent plus vite. Pour ce faire :

1. creuser un foyer peu profond dans le sol,
2. doubler le foyer avec des roches,
3. faire brûler un petit feu pour obtenir une couche de charbons ardents,
4. placer une couche d'herbe mouillée sur les braises quand il n'y a plus de flamme nue et qu'il ne reste que des braises chaudes et ardentes (si l'herbe est sèche, utiliser de l'eau),
5. placer les aliments (déjà préparés pour la cuisson) sur le dessus de l'herbe mouillée,
6. utiliser un bâton pour déplacer les charbons chauds pour les mettre le plus proche possible des aliments. Essayer de mettre quelques charbons sur le dessus des aliments,
7. couvrir les aliments avec la terre qui a été enlevée du foyer.




*B-GG-217-000/PT-001 (page 130)*

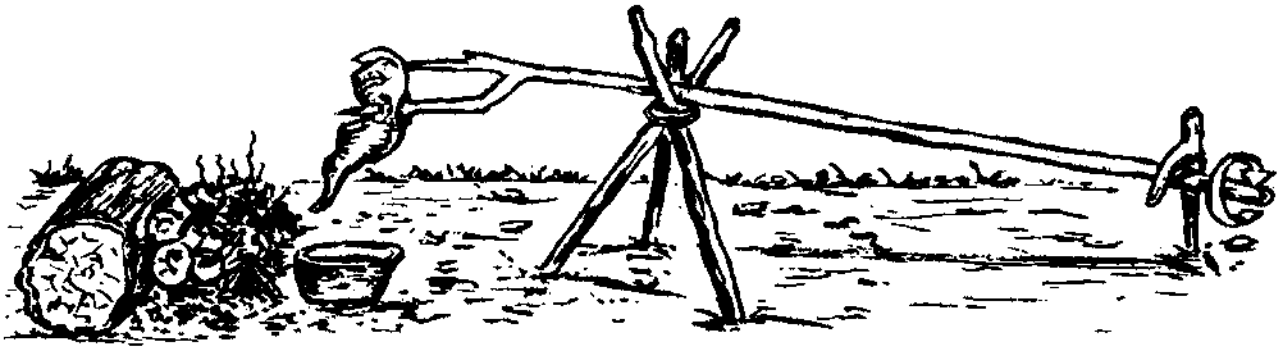
Figure 14J-1 La cuisson dans le sol

Quand on utilise cette méthode, il est très difficile de vérifier et de voir si les aliments sont cuits. Le temps de cuisson varie selon les aliments à cuire. S'assurer que la nourriture est complètement cuite avant de la consommer. Si on n'est pas certain, la remettre dans le sol pour la cuire plus longtemps.

### RÔTISSAGE AVEC UN BÂTON

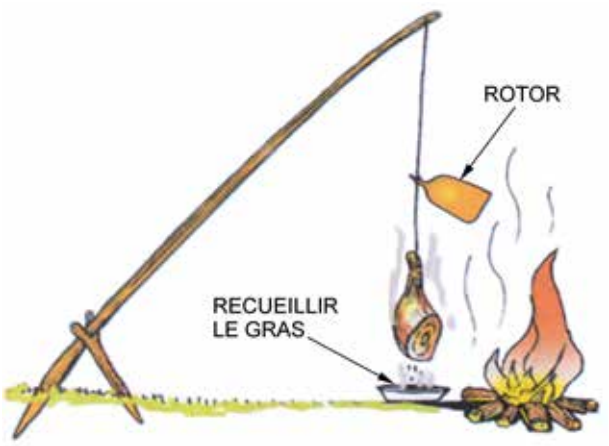
Le rôtissage est une méthode facile de produire des résultats savoureux. Malheureusement, il produit aussi beaucoup de graisse quand on fait cuire de la viande. Pour minimiser les dépôts, mettre une casserole ou un contenant sous les aliments qui rôtissent pour capter la graisse. Mettre le morceau qui cuit à l'extrémité d'un bâton, à côté d'un feu en plein air. Les aliments ne doivent pas être placés directement au-dessus du feu et un contact direct avec la fumée et la flamme doit être évitée autant que possible.

On doit tourner les aliments pour s'assurer qu'ils sont bien cuits. Si l'on suspend les aliments au-dessus du feu, on peut attacher un rotor, fait de plastique ou de papier épais (voir figure 14J-2). Le rotor attrape le vent qui le fait tourner, tournant les aliments.



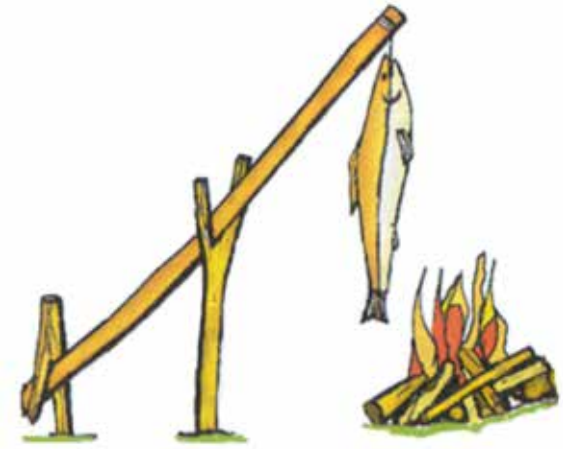
*B-GG-217-000/PT-001 (page 129)*

Figure 14J-2 Le rôtissage sur un bâton




*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14J-3 Le rôtissage avec un rotor



*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 448)*

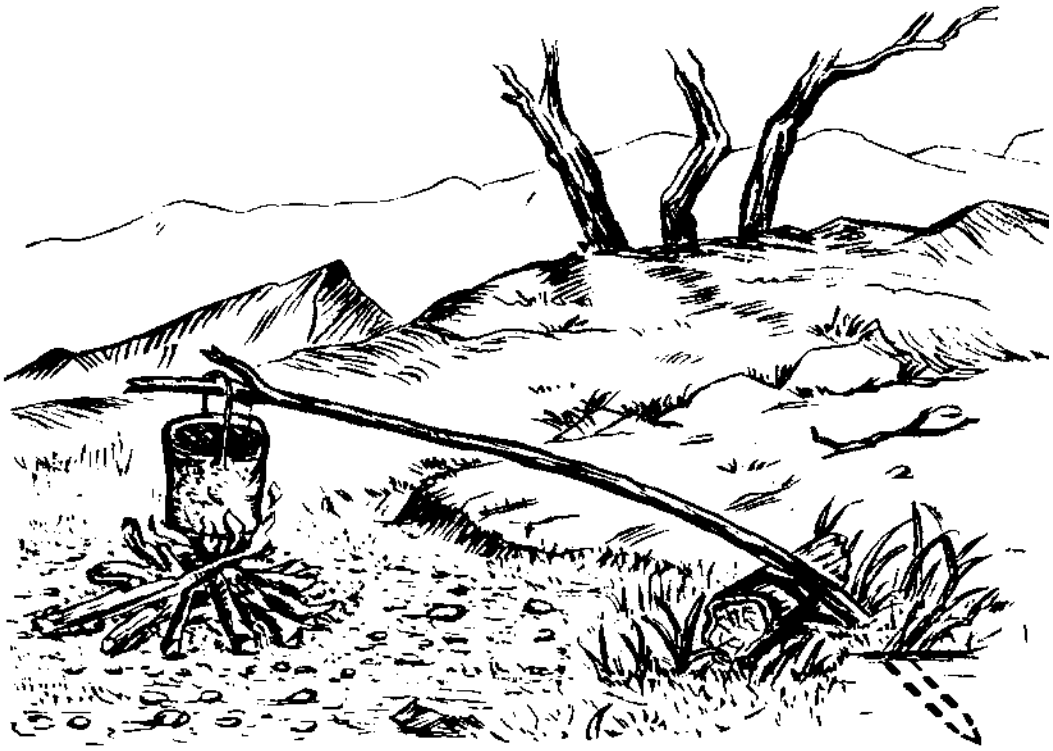
Figure 14J-4 Le rôtissage d'un poisson

**LA CUISSON À L'EAU DANS UN CHAUDRON**

La cuisson à l'eau dans un chaudron peut se faire par-dessus un feu en plein air, tout comme sur un réchaud. Lorsqu'on fait bouillir dans un chaudron, s'assurer que le chaudron est bien droit sur le feu. Cela peut se faire en utilisant une grille, en le coinçant entre deux morceaux de bois épais ou en plaçant des roches autour pour le stabiliser. Il y a de nombreuses façons de placer un chaudron sur un feu en utilisant du bois (voir les figures 14-J-5 à 14-J-8). Il est important de s'assurer que le chaudron est stable et qu'il n'y a aucun risque qu'il tombe dans le feu.

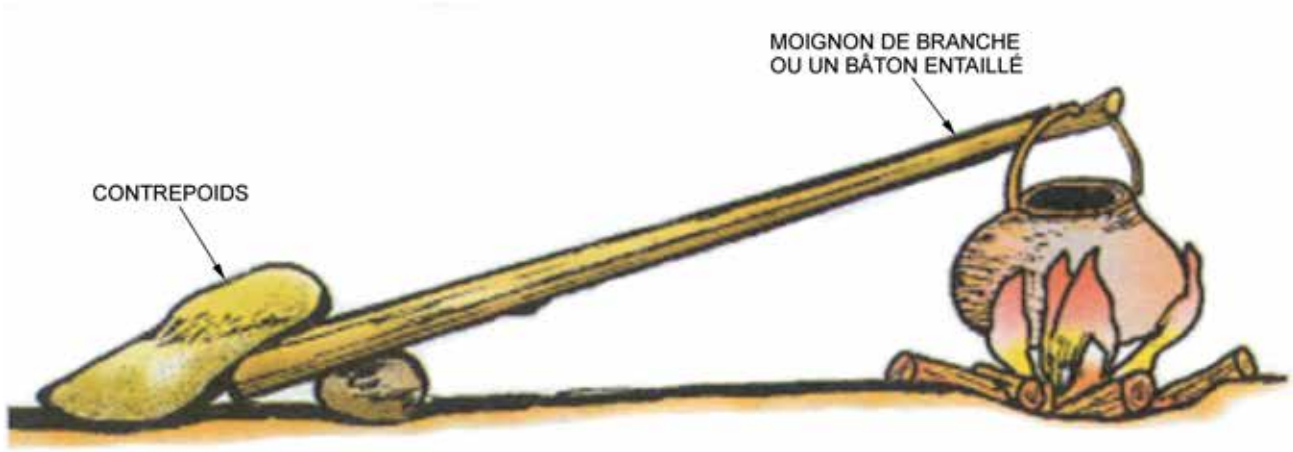
Voir des bulles d'air est une façon facile de constater que l'eau bout.

Le débordement par l'ébullition sur un feu en plein air produit normalement une formation de suie à l'extérieur du chaudron. Une couche d'eau savonneuse sur l'extérieur du chaudron facilite le nettoyage.



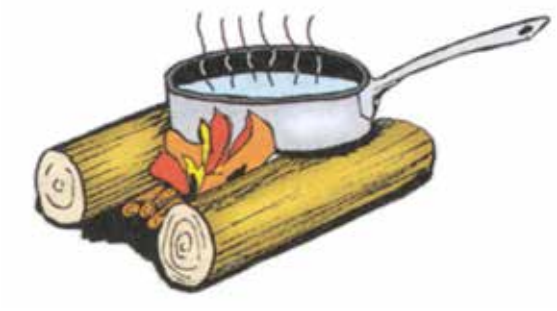
*B-GG-217-000/PT-001 (page 128)*

Figure 14J-5 La cuisson à l'eau




*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14J-6 La cuisson à l'eau en utilisant un contrepoids



*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 444)*

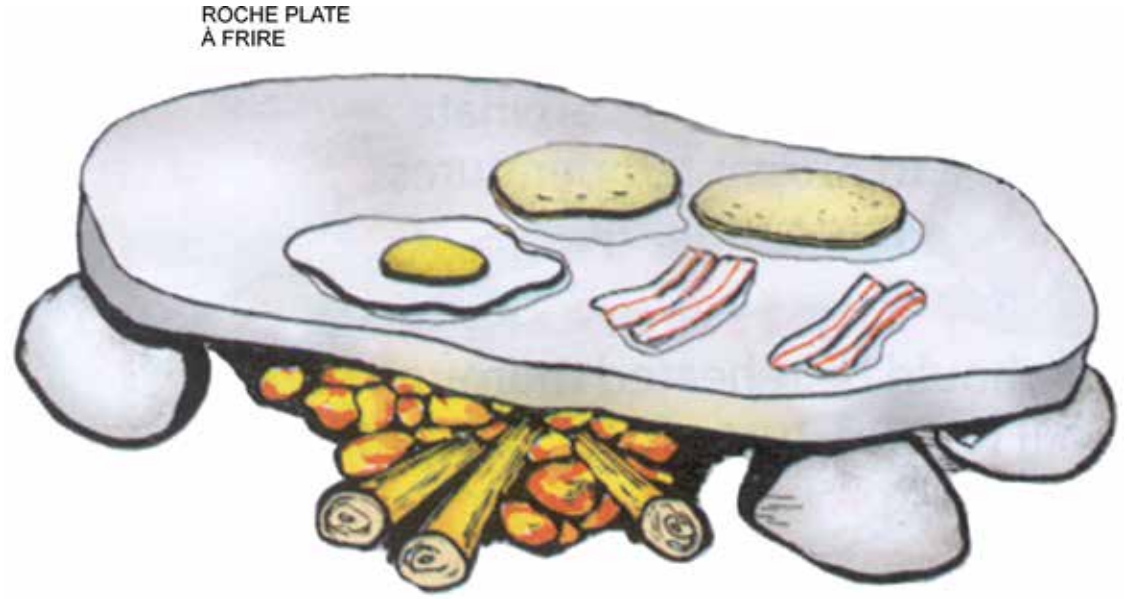
Figure 14J-7 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec du bois

*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14J-8 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec des roches

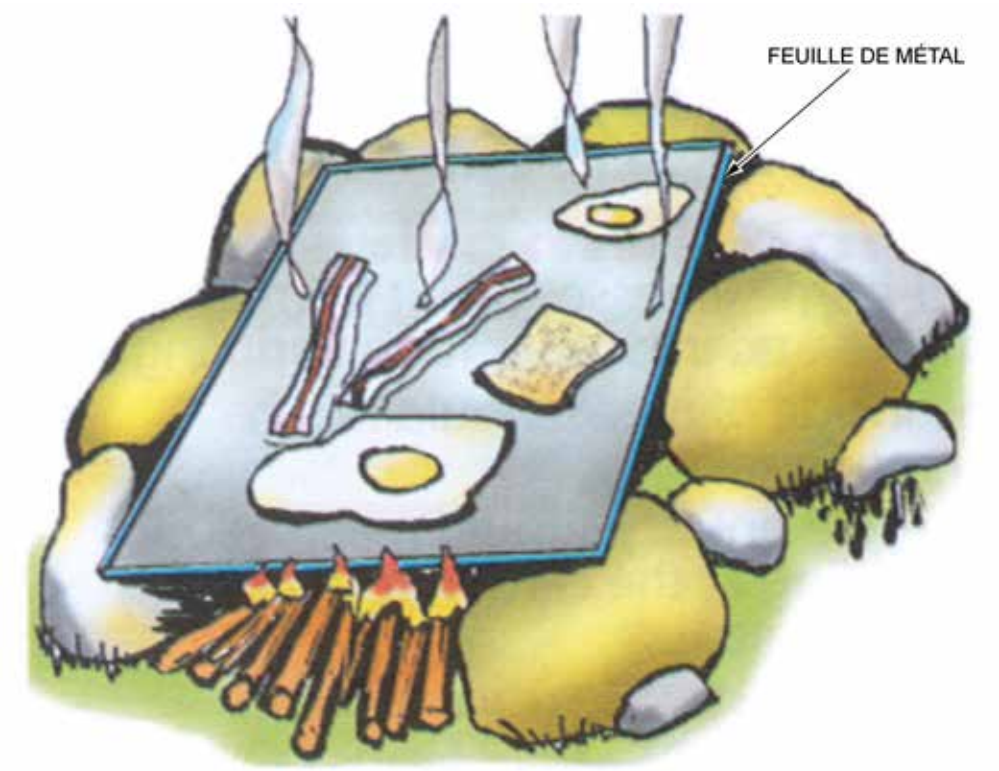
**LA FRITURE**

On peut facilement frire des aliments sur une roche ou une feuille de métal. Une roche retient beaucoup de chaleur pendant une longe période de temps. En utilisant cette méthode de cuisson, les aliments peuvent facilement coller s'il n'y a pas une quantité suffisante de graisse.




*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14J-9 La friture sur une roche plate




*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure 14J-10 La friture sur une feuille de métal

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

# CHAPITRE 15

## OREN 325 – IDENTIFIER LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M325.01 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION POUR L'INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS DES CADETS DE L'ARMÉE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter les sujets de l'apprentissage par l'aventure et des expéditions ainsi que pour mettre en évidence les occasions disponibles aux cadets de participer à l'instruction sur les expéditions au sein des cadets de l'Armée.

La discussion de groupe a été choisie pour les PE 2 et 3, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments en ce qui a trait à l'instruction sur les expéditions du programme des cadets de l'Armée. Elle aide à établir de bons rapports en permettant aux cadets de s'exprimer d'une façon non menaçante tout en aidant à approfondir leurs idées. Une discussion de groupe aide également les cadets à améliorer leurs aptitudes à écouter et à se développer comme membre d'une équipe.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir participé à une discussion pour l'instruction sur les expéditions des cadets.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets comprennent l'histoire des programmes de plein air et des expéditions des cadets de l'Armée puisqu'ils forment l'élément essentiel du programme des cadets de l'Armée. En ayant des connaissances préalables en matière d'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée, les cadets seront en mesure de participer à l'instruction sur les expéditions, au niveau qu'ils choisiront, et d'établir des objectifs personnels.

---

**Point d'enseignement 1** **Discuter de l'histoire des programmes de plein air civils**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

La différence entre la sortie de plein air et le programme de plein air structuré réside dans le leadership et la facilitation de l'activité.

Ce PE illustre la transformation et le développement des programmes de plein air.

Au départ, on considérait que l'apprentissage par l'aventure manquait de structure - ses avantages étant encore méconnus. Cependant, les personnes qui participaient aux activités étaient convaincues des avantages qu'on pouvait en tirer. Ce n'est qu'au cours des années 1950 qu'on a commencé à reconnaître ce développement. C'est donc depuis ce temps que l'on étudie et critique la formation par l'aventure et l'enseignement de plein air.

**DÉVELOPPEMENT DES PROGRAMMES D'APPRENTISSAGE PAR L'AVENTURE**

L'apprentissage par l'aventure est une branche de l'enseignement de plein air qui se concentre sur les relations personnelles. Des facilitateurs qualifiés présentent une série d'activités qui permettent de repousser les limites des personnes et du groupe dans un milieu propice à l'apprentissage.

L'apprentissage par l'aventure répond au besoin de mieux préparer les instructeurs de plein air au moyen de cours structurés d'introduction au leadership. La formation et l'enseignement tels qu'on les connaît actuellement ont évolué au fil des décennies et sont maintenant donnés partout dans le monde, avec l'objectif commun de former des chefs d'activités en plein air dotés d'un niveau de professionnalisme élevé.

**HISTOIRE DE OUTWARD BOUND CANADA**

L'organisme « Outward Bound » a été fondé en 1941 par Kurt Hahn, au pays de Galles. Il affirmait que la formation de plein air axée sur les défis profiterait au développement personnel des étudiants. « Outward Bound » est une expédition en milieu sauvage qui place l'expérience et les défis au premier plan de toutes les activités en donnant aux étudiants l'occasion de se surpasser.

Créé en 1969, Outward Bound Canada motive les jeunes et les adultes à apprendre à vivre dans le milieu sauvage. Fondé sur l'école qui a pris naissance au 20e siècle au pays de Galles, Outward Bound Canada facilite l'aventure au sens classique du terme, c'est-à-dire qu'elle enseigne aux étudiants comment faire face à l'inconnu.

Les cours d'« Outward Bound » prennent la forme de voyages exigeants dans la nature sauvage du Canada, où chaque aspect de la vie en plein air devient un apprentissage. De cette façon, les étudiants développent leurs compétences en leadership, travaillent efficacement à titre de membre d'une équipe et progressent par la mise en pratique de compétences techniques et de compétences de prise de décision.

Le nom anglais de l'organisme « Outward Bound » (en français, « cap sur le plein air ») fait penser à un navire qui quitte le port pour affronter les difficultés et les risques inhérents à la vie en mer. Pour les marins, cela signifiait qu'ils devaient s'engager pour de longs voyages et se lancer dans l'aventure.

**APPRENTISSAGE PAR L'EXPÉRIENCE AU CANADA**

La formation par l'aventure et l'expérience au Canada a commencé en Ontario, en Colombie-Britannique et en Nouvelle-Écosse. Ces trois provinces facilitent l'apprentissage par l'expérience depuis les années 1970. Maintenant, toutes les provinces et tous les territoires offrent une forme d'apprentissage par l'expérience, soit au niveau du gouvernement local ou des organisations civiles.

**THÉRAPIE EXPÉRIENTIELLE EN MILIEU SAUVAGE**

La thérapie expérientielle en milieu sauvage est utilisée depuis longtemps par les organismes d'intervention auprès des jeunes, des jeunes ayant une incapacité et des jeunes contrevenants. Elle invite les jeunes à vivre des situations inhabituelles.

La thérapie expérientielle en milieu sauvage est un processus par lequel un apprenant acquiert des connaissances, des compétences et des valeurs grâce à une expérience directe.

Ce défi comporte les volets suivants : enseignement par l'expérience, sensibilisation aux cultures, développement des compétences et croissance personnelle.

La thérapie en milieu sauvage et par l'expérience vise à donner aux étudiants des compétences en communication, des objectifs et des stratégies pour assurer leur succès après la thérapie.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quel objectif vise l'organisme « Outward Bound »?

Q2. Où a commencé la formation par l'aventure et l'expérience au Canada?

Q3. À quoi sert la thérapie expérientielle en milieu sauvage?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. « Outward Bound » est une expédition en milieu sauvage qui place l'expérience et les défis au premier plan de toutes les activités en donnant aux étudiants l'occasion de se surpasser.

R2. La formation par l'aventure et l'expérience au Canada a commencé en Ontario, en Colombie-Britannique et en Nouvelle-Écosse.

R3. La thérapie expérientielle en milieu sauvage vise à donner aux étudiants des compétences en communication, des objectifs et des stratégies pour assurer leur succès.

**Point d'enseignement 2** **Discuter de l'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée**

Durée : 10 min Méthode : Discussion dirigée

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements suivant auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

Les cadets peuvent expérimenter de nombreuses voies d'instruction au sein du mouvement des cadets de l'Armée. Ce PE donne des détails sur la structure de l'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée.

## ÉVOLUTION HISTORIQUE ET FONDEMENTS DU PROGRAMME

L'expédition est un voyage ou un trajet organisé par terre ou par mer dans un but précis.

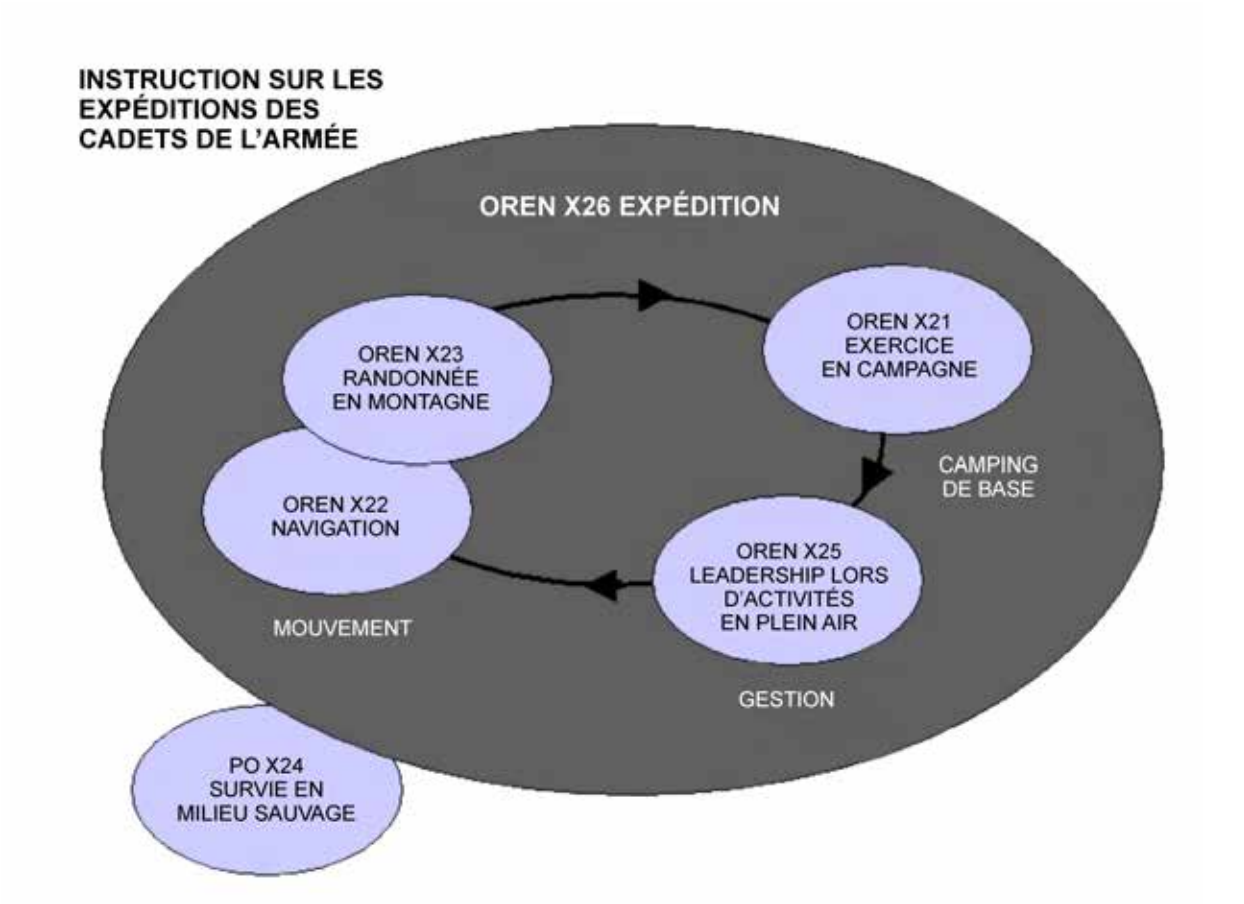
L'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée allie un grand nombre de compétences de campagne de l'Armée à la formation par l'aventure dans le but de former l'un des aspects les plus stimulants et gratifiants de l'instruction des cadets de l'Armée. L'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée qu'on connaît actuellement est fondée sur une vision commune établie par les parties prenantes en 1998 et qu'on a perfectionnée au cours des dix dernières années.

Les expéditions constituent un excellent cadre pour permettre aux cadets de l'Armée d'atteindre les objectifs et les résultats du programme des cadets pour les participants. Les objectifs de l'instruction sur les expéditions sont notamment les suivants :

- s'assurer que tous les cadets participent aux activités de formation par l'aventure des cadets de l'Armée dans le cadre de l'instruction obligatoire;
- promouvoir le maintien en service et le recrutement au corps de cadets;
- développer les compétences en leadership, tout en rehaussant l'autonomie, la confiance en soi, l'estime de soi et l'autodiscipline;
- promouvoir et faire mieux connaître le programme des cadets de l'Armée.

Pour plus d'information sur le mandat du programme des cadets, se référer à l'OAIC 11-03, *Mandat du programme des cadets*.

## LE MODÈLE D'EXPÉDITION DES CADETS DE L'ARMÉE




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 15-1-1 Modèle d'expédition des cadets de l'Armée

Comme l'illustre la figure 15-1-1, l'expédition repose sur l'instruction au corps de cadets et comprend le camping de base (OREN X21 Entraînement en campagne), le mouvement (OREN X22 Navigation et OREN X23 Randonnée en montagne) et la gestion (OREN X25 Leadership lors d'activités en plein air). Avec cette base, le cadet possède les connaissances nécessaires pour participer à des expéditions plus avancées aux centres d'expédition régionaux et aux centres d'instruction d'été des cadets ainsi qu'au niveau national et international.

### COMPOSANTES DU PROGRAMME

**OREN X21 Entraînement en campagne.** Lorsqu'un jeune s'inscrit au programme des cadets de l'Armée, il se peut qu'il n'ait jamais passé une nuit en plein air. L'entraînement en campagne développe chez le cadet les compétences essentielles qui lui permettront de vivre sans difficulté en plein air dans un bivouac fixe. Au niveau étoile argent, les cadets passent des logements relativement luxueux du bivouac fixe à l'environnement plus exigeant de l'emplacement de camping d'expédition en prévision des expéditions où ils pourraient avoir à se déplacer pendant un certain nombre de jours en transportant tout leur équipement de survie.

### MOUVEMENT

**OREN X22 Navigation.** Pour que les cadets soient capables de se déplacer pendant une expédition, ils doivent d'abord savoir s'orienter. L'instruction sur la navigation dans le programme des cadets forme progressivement les cadets à utiliser une carte au niveau étoile verte, une carte et une boussole, au niveau étoile rouge, une

carte et un récepteur GPS au niveau étoile argent, et la navigation avec le récepteur GPS, au niveau étoile or. Lorsque le cadet obtient sa qualification de cadet maître, il devrait être compétent en navigation.

**OREN X23 Randonnée en montagne.** La principale méthode de mouvement durant une expédition est la randonnée en montagne, que l'on définit dans le programme des cadets de l'Armée comme un « voyage à pied difficile en plein air ». L'instruction sur les expéditions commence par une randonnée d'un jour sur un terrain de catégorie 1 pendant le niveau étoile verte. Au fur et à mesure que les cadets progressent dans le programme des cadets de l'Armée, ils doivent se déplacer sur un terrain de plus en plus difficile et faire la transition à la grande randonnée pédestre, qui consiste en une randonnée pédestre avec couchage de nuit et où les membres du groupe doivent transporter tout le matériel dont ils ont besoin. Toutes les expéditions comportent des sections de randonnée en montagne. Au fur et à mesure que le degré de difficulté des expéditions augmente, d'autres modes dynamiques de déplacement seront présentés, comme le canotage et le vélo de montagne.

## GESTION

**OREN X25 Leadership lors d'activités en plein air.** La personne qui dirige les autres cadets en plein air s'appelle un chef d'activités en plein air. Lorsque le cadet obtient sa qualification de cadet maître, il devrait être en mesure de planifier et de mettre en œuvre une expédition ainsi que de diriger ses pairs. Afin de développer les habiletés essentielles à l'atteinte de cet objectif, le programme des cadets de l'Armée présente aux cadets les habiletés techniques qui distinguent le chef d'activités en plein air des autres chefs. Il développe également les habiletés en gestion nécessaires pour planifier et diriger une expédition.

## SURVIE EN MILIEU SAUVAGE

**OREN X24 Survie en milieu sauvage.** Toute expédition nécessite aussi des habiletés essentielles à la survie au cas où l'on se perdrait en milieu sauvage. L'OREN X24, Survie en milieu sauvage, développe chez les cadets les habiletés essentielles qui pourraient augmenter leurs chances de survie.

## LE RÔLE DU CENTRE D'EXPÉDITION

Les centres d'expédition régionaux offrent une instruction qui dépasse le mandat du corps de cadets moyen. Les centres d'expédition emploient du personnel adulte possédant une expérience considérable en expédition et formation par l'aventure dans le but d'offrir aux cadets une expérience que le corps de cadets ne peut pas offrir en raison du manque de ressources. Les cadets qui participent à un centre d'expédition seront stimulés physiquement et mentalement et développeront des habiletés spécialisées et générales relatives à l'expédition.

## DÉVELOPPEMENT DES HABILETÉS SPÉCIALISÉES

**Développement des habiletés spécialisées.** Les habiletés spécialisées sont des habiletés solides, concrètes et mesurables (aussi appelées habiletés techniques). On les définit comme étant les habiletés techniques requises pour mener des activités de façon compétente et sécuritaire. La capacité d'escalader une paroi d'un certain degré de difficulté, selon le système décimal Yosemite, ou la capacité de descendre une rivière d'une classe donnée à la pagaie en sont des exemples. Les habiletés spécialisées sont faciles à apprendre et nécessitent souvent de suivre un cours.

**Développement des habiletés générales.** Les habiletés générales sont amorphes et intangibles; ce sont les habiletés en communications interpersonnelles dont on se sert durant une activité. Parmi ces habiletés, on retrouve la communication, l'écoute, la compréhension et la motivation. Elles sont plus difficiles à apprendre; les chefs efficaces s'efforcent constamment de les améliorer.

Les activités qui sont autorisées pour la formation par l'aventure et les expéditions se trouvent dans l'A-CR-CCP-951/PT-003, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*, au site web www.cadets.ca.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Quels objets utilise-t-on dans l'instruction sur les expéditions?

Q2. Quel rôle joue le leadership lors d'activités en plein air dans l'instruction sur les expéditions?

Q3. Quel est le rôle du centre d'expédition?

Q4. Définir les habiletés spécialisées.

Q5. Définir les habiletés générales.

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 3** — **Discuter des occasions offertes par l'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée**

Durée : 10 min — Méthode : Discussion dirigée

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements suivant auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

La formation par l'aventure commence au corps de cadets au niveau étoile verte, et tous les cadets de l'étoile argent ont l'occasion de participer à l'instruction sur les expéditions du corps de cadets.

### INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS DE ZONE

L'instruction sur les expéditions de zone est dirigée par les régions et est obligatoire pour tous les cadets des niveaux étoiles argent et or et pour tous les cadets maîtres. Cette instruction se déroulera au cours d'une fin de semaine pour les cadets des niveaux étoiles argent et or, et consistera en des expéditions plus longues pour les cadets maîtres. Elle réunit les cadets de tous les corps dans une région géographique commune.

Se référer aux instructions de ralliement publiées par l'URSC pour obtenir plus d'information.

Bien que les cadets puissent participer à de nombreuses activités différentes, celles qui sont énumérées sont autorisées par le D Cad, tel qu'indiqué dans l'OAIC 41-05 (Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne).

### INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS RÉGIONALES

Chaque Unité régionale de soutien aux cadets (URSC) développe et met en œuvre des expéditions régionales. Cette activité est entièrement appuyée par l'URSC, et les cadets sont sélectionnés dans la région.

Ces expéditions durent entre 4 et 10 jours, donnent un sens d'accomplissement personnel et reposent sur une approche expérientielle où les cadets participent à des activités dont au moins 75 % sont des activités de formation par l'aventure. Le degré de difficulté est élevé et dépasse ce qui peut être fait au niveau de la zone.

Voici des exemples de lieux d'expéditions régionales : le mont Cathedral, la rivière Petawawa, le col Dolomite et la baie de Fundy.

Les processus de sélection pour les expéditions régionales seront indiqués dans les ordonnances régionales et peuvent inclure :

- une qualification de niveau étoile minimale,
- un âge minimal,
- une participation aux activités au niveau de la zone,

- un test de conditionnement physique,
- une aptitude médicale qui répond aux exigences de l'OAIC 16-02, *Sélection des cadets pour l'entraînement d'été – Considérations d'ordre médical*.

**INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS NATIONALES**

Les expéditions nationales prennent deux formes : expédition domestique et expédition internationale. Ces expéditions visent le développement et le maintien en service des cadets séniors et le perfectionnement de leurs habiletés pour aider au déroulement des activités d'expédition.

**Expédition domestique**

Depuis 2001, les expéditions domestiques se déroulent tous les ans au Canada. Seize cadets sont sélectionnés pour participer à ces expéditions, qui durent de 10 à 14 jours et se déroulent dans plusieurs des meilleurs parcs et aires de nature sauvage au Canada.

**Expéditions internationales**

Au mois de septembre de chaque année, 16 cadets prennent part à une expédition internationale. Ces expéditions durent en moyenne 14 jours et se déroulent partout dans le monde. En voici des exemples : randonnée pédestre en Australie, randonnée de montagne en Corée, ascension de volcans au Costa Rica et alpinisme dans les Alpes françaises et italiennes.

Les processus de sélection pour les expéditions domestiques et les expéditions internationales seront indiqués dans les ordonnances régionales. Les critères de sélection suivants pourraient être utilisés :

- une qualification de niveau étoile minimale,
- un âge minimal,
- une participation aux activités au niveau de la zone,
- un test de conditionnement physique,
- une aptitude médicale qui répond aux exigences de l'OAIC 16-02, *Sélection des cadets pour l'entraînement d'été – Considérations d'ordre médical*.

De l'information sur les expéditions nationales et internationales se trouve au site national des cadets (www.cadets.ca) ou au site de la Ligue des cadets de l'Armée du Canada (www.armycadetleague.ca).

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Quand l'instruction sur les expéditions débute-t-elle?

Q2. Qu'est-ce que l'instruction sur les expéditions de zone?

Q3. Expliquer ce qu'est l'instruction sur les expéditions régionales.

Q4. Quels critères de sélection pourrait-on utiliser pour les expéditions domestiques et internationales?

Q5. Où peut-on trouver de l'information sur les expéditions?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Décrire brièvement le développement des programmes d'apprentissage par l'aventure.

Q2. Quels sont les objectifs de l'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée?

Q3. Donner quelques conditions préalables pour participer à une expédition nationale.

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les programmes d'apprentissage par l'aventure se sont développés en réponse à une demande croissante pour permettre aux instructeurs d'offrir une formation plus fiable et concrète.

R2. Les objectifs de l'instruction sur les expéditions des cadets de l'Armée sont les suivants :

- s'assurer que tous les cadets participent aux activités de formation par l'aventure des cadets de l'Armée dans le cadre de l'instruction obligatoire;
- promouvoir le maintien en service et le recrutement au corps de cadets;
- développer les compétences en leadership, tout en rehaussant l'autonomie, la confiance en soi, l'estime de soi et l'autodiscipline;
- promouvoir et faire mieux connaître le programme des cadets de l'Armée.

R3. Les conditions préalables minimales pour participer à une expédition nationale sont les suivantes :

- détenir une qualification de niveau étoile minimale,
- avoir l'âge minimal requis,
- avoir participé à des activités au niveau de la zone,
- réussir un test de conditionnement physique,
- être médicalement apte, conformément à l'OAIC 16-02, *Sélection des cadets pour l'entraînement d'été – Considérations d'ordre médical*.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

L'instruction sur les expéditions est excitante et stimulante, comporte des activités de promotion du travail d'équipe et offre tous les avantages inclus dans le programme des cadets de l'Armée. Les compétences et les connaissances acquises durant l'instruction sur les expéditions sont réutilisables dans de nombreux autres aspects de l'instruction des cadets de l'Armée ainsi que lors des activités d'aventure civiles.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 Directeur - Cadets 3. (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A2-035 Directeur - Cadets 4. (2006). OAIC 41-05, *Programme des expéditions des cadets de l'Armée*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-034 (ISBN 0-87322-637-2) Priest, S. et Gass, M. (2005). *Effective Leadership in Adventure Programming* (2e éd.). Windsor, Ontario, Human Kinetics Publishing Inc.

C2-169 Outward Bound Canada. (2008). *What is Outward Bound*? Extrait le 3 mars 2008 du site http:/ www.outwardbound.ca.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM M325.02 – ÉNUMÉRER LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Lors de l'organisation de l'activité en structure casse-tête, s'assurer qu'il y a suffisamment d'espace pour que chaque groupe puisse travailler indépendamment sans être interrompu par les autres groupes.

Photocopier :

- la mise en situation qui se trouve à l'annexe A (un par cadet),
- les fiches de renseignements sur les compétences d'un chef d'activités en plein air qui se trouvent aux annexes B à D (trois copies),
- les feuilles d'activités d'expert qui se trouvent à l'annexe E (un par cadet),
- le document de cours portant sur les compétences d'un chef d'activités en plein air qui se trouve à l'annexe F (un par cadet),
- le devoir qui se trouve à l'annexe G (un par cadet).

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 parce que c'est une façon interactive pour les cadets de définir ce qu'est un chef d'activités en plein air.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 2 parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion et l'intérêt des cadets concernant les compétences d'un chef d'activités en plein air parmi ses pairs.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de définir ce qu'est un chef d'activités en plein air et d'énumérer ses compétences.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets soient capables d'énumérer les compétences d'un chef d'activités en plein air afin qu'ils sachent ce qu'on attend d'eux lorsqu'ils auront à assumer le rôle de chef d'équipe dans le cadre d'une activité d'aventure. Ces compétences forment la base sur laquelle les cadets développeront leurs compétences à titre de chef d'activités en plein air. Comprendre ces compétences et y adhérer profiteront aux cadets pendant les activités de formation par l'aventure et pendant leurs expériences de plein air en civil.

---

**Point d'enseignement 1** **Définir ce qu'est un chef d'activités en plein air**

Durée : 15 min Méthode : Exposé interactif

---

Certaines informations présentées dans ce PE serviront de révision aux cadets. Il est important d'expliquer le caractère unique d'un chef d'activités en plein air et les aspects qui le distinguent d'un chef ordinaire au corps de cadets.

**LEADERSHIP**

Le terme « leadership » peut être interprété de différentes façons. On le définit en fonction des besoins ou des objectifs de l'organisation, bien que toutes les significations reposent sur une base commune. Le plus souvent, la définition est formulée en fonction de l'activité ou de l'organisation à laquelle elle s'applique.

Les Forces canadiennes (FC) définissent le leadership comme « l'art d'influencer directement ou indirectement d'autres personnes, au moyen de pouvoirs officiels ou de qualités personnelles, afin qu'elles agissent conformément à notre intention ou à un objectif commun ». Cette définition est générale et neutre. Elle s'applique à toutes les formes de leadership, presque sans égard au contexte et à l'époque.

**DISTINCTION ENTRE LE LEADERSHIP ET LES CHEFS**

Il est important de noter qu'il y a une distinction à faire entre le concept de leadership et les façons de devenir un chef.

**Leadership**

Le leadership est un processus d'influence. Dans la plupart des contextes de groupe informels, les personnes qui deviennent chefs de groupe encouragent les autres membres à fixer, définir, travailler à atteindre et partager des objectifs mutuellement acceptables. Dans ces situations, il arrive souvent que plus d'une personne se dégagent du groupe pour remplir différentes responsabilités de leadership.

Pour assurer un leadership compétent, il faut suivre une formation officielle, notamment pour les activités en plein air où un leadership déficient peut avoir des conséquences désastreuses.

**Chef**

Un chef est une personne dotée de certains traits ou qualités qui exercent un rôle précis et particulier par rapport aux autres. Le rôle qu'ils exercent constitue un ensemble de comportements prévus associés au poste qu'occupe une personne dans un groupe.

Il est important que les cadets comprennent la façon dont le concept de leadership influence leur capacité de devenir chef. Bien que les termes paraissent interchangeables, ils ne le sont pas. Le leadership permet au cadet de développer ses compétences à titre de chef, même dans des situations où il n'est pas chef de groupe.

**CE DONT ON S'ATTEND D'UN CHEF**

Toute personne qui a déjà été membre d'une équipe, participant à une activité extérieure ou intérieure, a une idée de la liste de qualités que son chef de groupe devrait avoir. En tant que participant à une activité, on s'attend naturellement à ce que notre chef :

- excelle dans la planification et l'organisation;
- soit sûr de lui;
- soit compétent sur le plan technique; un chef d'activités en plein air devrait posséder des compétences essentielles, comme en premiers soins, en choix d'itinéraire et en prévision de la météo;
- se soucie du bien-être des autres;
- prenne de bonnes décisions;
- soit digne de confiance;
- communique bien;
- motive les personnes à donner le meilleur d'eux;
- renforce et soutient le moral;
- soit un bon enseignant et entraîneur;
- soit capable de traiter avec des personnes difficiles et de gérer les conflits;
- soit capable de constituer et de guider des équipes;
- prévoie les problèmes et s'en occupe avant qu'ils ne s'aggravent.

**LES QUALITÉS D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR**

Les responsabilités associées à un chef d'activités en plein air peuvent parfois paraître insurmontables. Pour être un chef d'activités en plein air efficace, il ne suffit pas de posséder des compétences en leadership, mais on doit également avoir les qualités suivantes :

- le courage,
- la ténacité,
- l'humilité,
- la bienveillance,
- l'enthousiasme,
- l'intégrité,
- la patience,
- la compétence,
- la force de caractère,
- le désir d'être chef,

- l'humour,
- les compétences organisationnelles.

## L'APTITUDE PARTICULIÈRE D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR

Pour être chef d'activités en plein air, on doit posséder un ensemble de compétences, d'aptitudes, de capacités et de qualités différents de ceux que doit posséder un chef dans un autre contexte. Le chef d'activités en plein air doit intégrer ces compétences, aptitudes et capacités dans la vie de tous les jours lorsqu'il participe à une activité d'aventure en plein air. Les chefs d'activités en plein air :

- sont uniques en leur genre parce qu'ils sont habituellement nommés au poste qu'ils occupent dans le groupe;
- sont des personnes motivées qui aiment être à l'extérieur et partager ce plaisir avec les personnes qu'ils dirigent;
- ont déjà vécu des expériences de plein air qui leur donnent une base solide sur laquelle ils s'appuient pour diriger;
- doivent se servir du processus d'interaction et de coopération pour faciliter la croissance personnelle et sociale des membres de leur groupe;
- doivent assurer la sécurité des personnes participant à une activité d'aventure en plein air sous leur direction;
- doivent veiller à la protection et à la préservation du milieu naturel dans lequel s'aventurent les personnes participant à une activité d'aventure en plein air;
- doivent viser à rehausser la qualité de l'activité d'aventure en plein air pour les personnes qu'ils dirigent.

### Qui dirigera le groupe?

Un chef est soit nommé ou se dégage naturellement du groupe pour prendre la tête. Un groupe peut être naturellement attiré par la personne qui affiche les meilleures qualités de leadership. Certains groupes s'en remettent naturellement à la personne qui a le plus d'expérience, alors que d'autres ne ressentent pas le besoin de désigner un chef et préfèrent que le leadership soit partagé parmi les membres du groupe.

**Chef désigné.** Lorsqu'une personne est nommée chef de groupe, elle devient le chef désigné. Les chefs d'activités en plein air se retrouvent habituellement dans ce rôle. Ils sont nommés en raison de leurs connaissances et expérience dans les activités réalisées.

## HABILETÉS SPÉCIALISÉES ET GÉNÉRALES

Pour être chef d'activités en plein air, on doit avoir un ensemble d'habiletés spécialisées et générales qui est différent de celui que doit avoir un chef dans un autre contexte. Les chefs d'activités en plein air doivent être capables d'intégrer ces deux types de compétences dans la vie de tous les jours lorsqu'ils participent à une activité d'aventure en plein air.

### Habiletés spécialisées

Les habiletés spécialisées sont des compétences techniques et des compétences en sécurité et en environnement associées au fait d'être chef d'activités en plein air. Il n'est pas nécessaire que les individus maîtrisent toutes ces compétences, mais il est préférable qu'elles en maîtrisent une grande diversité. De plus, il est important que les chefs d'activités en plein air connaissent leurs limites. La sécurité des personnes dans le groupe dépend de la capacité du chef d'activités en plein air à diriger l'activité.

Voici des exemples d'habiletés spécialisées :

- le canotage,
- le vélo de montagne,

- la randonnée pédestre,
- l'alpinisme,
- le kayak,
- l'escalade de rocher,
- la spéléologie,
- l'escalade de glace,
- la navigation,
- le camping,
- la randonnée pédestre hivernale.

**Habiletés générales**

Les habiletés générales complètent les habiletés spécialisées. Ce n'est pas parce qu'on est un excellent kayakiste qu'on sera forcément un chef d'activités en plein air efficace. Il doit y avoir équilibre entre les habiletés spécialisées et les habiletés générales. Les habiletés générales se répartissent en trois catégories : l'instruction, l'organisation et la facilitation. Malheureusement, on néglige parfois de développer les habiletés générales.

**DÉFINITION D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR**

Un chef d'activités en plein air est une personne qui dirige des groupes et des personnes dans des milieux naturels en utilisant divers modes de transport, comme la randonnée pédestre, le vélo de montagne, le kayak, l'alpinisme, etc. Il doit combiner ses habiletés spécialisées à ses habiletés générales pour offrir aux groupes et aux personnes une expérience de plein air constructive, sécuritaire et stimulante. Il doit veiller à la protection et à la préservation des milieux naturels où il amène des personnes dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles qualités un chef d'activités en plein air devrait-il posséder pour être efficace?

Q2. Quel type de chef est un chef d'activités en plein air?

Q3. Donner des exemples d'habiletés spécialisées.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour être efficace, le chef d'activités en plein air doit posséder les qualités suivantes :

- le courage,
- la ténacité,
- l'humilité,
- la bienveillance,
- l'enthousiasme,
- l'intégrité,
- la patience,

- la compétence,
- la force de caractère,
- le désir d'être chef,
- l'humour,
- les compétences organisationnelles.

R2. Les chefs d'activités en plein air sont habituellement des chefs désignés parce qu'ils sont nommés en raison de leurs connaissances et expérience dans les activités réalisées.

R3. Voici des exemples d'habiletés spécialisées :

- le canotage,
- le vélo de montagne,
- la randonnée pédestre,
- l'alpinisme,
- le kayak,
- l'escalade de rocher,
- l'exploration,
- l'escalade de glace,
- la navigation,
- le camping,
- la randonnée pédestre hivernale.

---

**Point d'enseignement 2** — **Diriger une activité où le cadet aura à énumérer et à discuter des compétences d'un chef d'activités en plein air**

Durée : 40 min — Méthode : Activité en classe

---

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

---

### CONSCIENCE DE SOI ET CONDUITE PROFESSIONNELLE

#### Être conscient de soi

Un chef d'activités en plein air compétent doit être conscient de lui. Être conscient de soi c'est être conscient de son tempérament, de ses sentiments et de ses motivations. Pour un chef d'activités en plein air, qui est responsable de la sécurité, du bien-être et de l'organisation d'un groupe de personnes, la conscience de soi l'aidera à assurer une expérience de qualité à tous les membres du groupe. En étant conscient de ses propres sentiments et motivations, le chef d'activités en plein air pourra établir de meilleurs rapports avec les membres de son groupe.

#### Être conscient de ses capacités et limites personnelles

La conscience de soi commence par une bonne compréhension de ses propres capacités et limites personnelles. S'il ne connaît pas bien ses propres capacités et limites personnelles, le chef d'activités en plein air aura de la difficulté à établir des défis adaptés aux capacités et limites personnelles des membres de son

groupe. De plus, il pourrait avoir tendance à placer la barre trop haute et compromettre la sécurité émotive et physique des membres du groupe qu'il dirige. Le chef d'activités en plein air pourrait ainsi devenir un danger pour le groupe, diminuant la qualité de l'expérience pour tous.

**Être conscient de toutes ses actions**

Les bons chefs d'activités en plein air sont toujours conscients de leurs actions – et agissent de manière réfléchie. Ils agissent en tenant compte des buts ultimes de l'expérience de groupe, en se souciant autant des besoins des membres du groupe que des tâches à accomplir.

**Gérer le stress**

Le stress peut être causé par de nombreux facteurs. Bien que certains pensent que le stress causé par le danger physique est le plus difficile à gérer, ce n'est pas le cas. Les situations qui génèrent du stress chez le chef d'activités en plein air sont souvent bien moins graves qu'un événement singulier, comme le bris d'une corde pendant une activité d'escalade. Ce type d'événement survient tellement vite que la montée d'adrénaline se produit avant même que l'on puisse subir un stress. Or, c'est la banalité d'une situation qui la rend si stressante. En voici un exemple. Une pluie torrentielle s'abat sur un groupe à 5 km (3 mi) du début du sentier. Les membres rejettent alors leurs propres frustrations sur le chef de groupe qui non seulement doit écouter leurs plaintes, mais aussi s'occuper de l'eau qui s'infiltrent par le col de son propre parka.

**Démontrer une conduite professionnelle**

Puisque les chefs d'activités en plein air sont placés dans un poste de responsabilité, ils doivent se conduire en conséquence dans toutes les situations. Un manquement dans la conduite professionnelle pourrait, par exemple, causer une blessure durant une activité de maniement de pagaie ou encore une dégradation de la dynamique de groupe pendant une activité d'aventure en plein air. C'est le risque inhérent aux activités d'aventure en plein air qui rend la conduite professionnelle si importante pour un chef d'activités en plein air. La conduite professionnelle se caractérise par la démonstration des qualités suivantes :

- la confiance,
- la souplesse,
- l'accessibilité,
- l'engagement,
- la reconnaissance de la position d'autorité,
- donner le bon exemple.

## GESTION DES CONFLITS

Il est inévitable que des conflits éclatent pendant des activités d'aventure en plein air. La difficulté pour le chef d'activités en plein air est de désamorcer le conflit avant qu'il ne s'intensifie, ou d'intervenir aussi rapidement et efficacement que possible. La plupart des conflits qui surviennent lors d'activités en plein air sont le résultat de ce qui suit :

- les conditions météorologiques,
- des niveaux d'expérience inégaux parmi les membres du groupe,
- la nature difficile de l'activité,
- les personnalités des membres du groupe.

Un chef d'équipe de plein air capable de communiquer clairement avec tous les membres du groupe sera mieux en mesure de régler les conflits. Il y aura toujours des situations où le chef d'activités en plein air devra dialoguer avec des personnes difficiles. Un membre du groupe avec lequel on avait du plaisir et qui s'entendait

bien avec tout le monde à l'emplacement de camping, au début d'une expédition de 10 jours, peut, au 8e jour, avoir des ampoules causées par des bottes mal ajustées et se disputer avec tout le monde. Il revient alors au chef d'activités en plein air de gérer la situation. Un conflit qui surgit pendant une expédition se compare à une blessure : si on ne s'en occupe pas, il se répandra et s'envenimera. Bien que ce ne soit jamais plaisant d'avoir à gérer des conflits, on doit toujours prendre le temps au début de s'adresser à la personne et de discuter des problèmes avec calme et délicatesse.

## PRISE DE DÉCISION ET JUGEMENT

**Prise de décision.** La prise de décision est un processus consistant à choisir la meilleure solution parmi un ensemble de solutions possibles. Pour faire ce choix, le chef d'activités en plein air doit avoir recours à son jugement.

**Jugement.** Le jugement est une opinion informée basée sur des expériences passées. Le chef d'activités en plein air doit aussi se servir de son jugement pour prévoir les problèmes avant qu'ils surviennent. Grâce à son expérience à diriger des personnes durant une activité d'aventure en plein air, il est en mesure de prévoir si les choses se passent bien ou s'il faut intervenir.

Les chefs d'activités en plein air sont placés dans ce poste en raison de leur expérience. Il est donc entendu que lorsqu'ils dirigent un groupe, ils auront la compétence nécessaire pour prendre des décisions qui se répercuteront sur la sécurité et le bien-être du groupe. Cela ne veut pas dire qu'ils doivent prendre les décisions importantes tout seul; la capacité de communiquer avec les membres de leur groupe et de tirer profit de leurs expériences et idées pour prendre une décision fait aussi partie intégrante du processus de prise de décisions. Par exemple, un chef d'activités en plein air qui a suivi le même itinéraire qu'une autre personne pour escalader une montagne peut demander le point de vue de celui-ci avant de décider de continuer ou non l'ascension ou bien de s'arrêter en raison du manque de motivation des membres du groupe.

La prise de décision est un processus qui doit se dérouler de manière résolue. Une fois que le chef d'activités en plein air a examiné les solutions possibles et pris une décision, il doit s'y adhérer, à moins que les circonstances changent. Il ne doit pas se laisser influencer par les autres membres du groupe. Il a l'expérience, a évalué les facteurs et a pris une décision. Dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air, où la sécurité est une préoccupation constante, le chef d'activités en plein air doit avoir confiance en sa propre décision et le groupe doit avoir confiance en la décision prise par son chef.

## FACILITATION DE L'EXPÉRIENCE EN EXPÉDITION

Quand on dirige des personnes dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air, on n'est pas toujours certain qu'ils apprendront quelque chose. L'expérience de plein air peut apporter joie et émerveillement en plus d'aider à développer de nouvelles relations et à faire des découvertes. Elle incite les gens à en apprendre sur eux-mêmes, sur les autres et sur la nature.

On peut se retrouver dans la nature, rater ces opportunités et ne pas tirer de plaisir de ces expériences. Certains participants refusent d'apprendre en plein air pour les raisons suivantes :

- ils ne se sentent pas en sécurité dans un nouvel environnement;
- ils ont eu des expériences négatives par le passé;
- ils ne souhaitent pas tirer profit au maximum de l'expérience.

Un chef d'activités en plein air efficace peut faciliter l'expérience et faire d'une simple excursion de plein air une expérience d'apprentissage dynamique.

La facilitation est un processus consistant à aider un groupe ou une personne à atteindre le résultat désiré. Un facilitateur est un véhicule qui rend possibles les expériences. Pour un chef d'activités en plein air, la facilitation est une compétence qui favorise une dynamique de groupe productive, permettant à tous les membres de collaborer afin de mener à bonne fin l'activité d'aventure en plein air de manière sécuritaire et agréable, tout en développant les relations interpersonnelles.

Le chef d'activités en plein air devra souvent :

- résoudre des conflits;
- communiquer efficacement;
- entretenir la confiance des personnes et la coopération dans le groupe;
- donner une rétroaction et guider la réflexion durant et après l'activité d'aventure en plein air.

## HABILETÉS TECHNIQUES

Le chef d'activités en plein air peut posséder d'excellentes compétences en facilitation et être extrêmement efficace à organiser une activité d'aventure en plein air, mais s'il n'a pas l'habileté technique requise pour diriger l'activité, ces compétences ne lui seront d'aucun recours. Les habiletés techniques se répartissent en deux grandes catégories : les habiletés générales et les habiletés spécialisées.

### Habiletés générales

Les habiletés générales sont les compétences que le chef d'activités en plein air doit posséder, peu importe l'activité d'aventure en plein air. En voici des exemples :

- les prévisions météorologiques,
- les premiers soins en milieu sauvage,
- la planification d'une expédition,
- la navigation,
- les compétences en camping,
- les compétences générales en plein air,
- le conditionnement physique,
- la conscientisation.

### Habiletés spécialisées

Les habiletés spécialisées sont les compétences propres à l'activité d'aventure en plein air que le chef d'activités en plein air aura à diriger. Voici des exemples :

- la randonnée en montagne,
- le vélo de montagne,
- la descente en rappel,
- l'escalade,
- la spéléologie,
- le canotage,
- le kayak.

Il n'est pas nécessaire que le chef d'activités en plein air soit un expert dans toutes les activités. Souvent, il choisit des activités qui l'intéressent particulièrement et tire profit des expériences qu'elles ont à offrir. Seule l'expérience peut mener à l'acquisition d'une compétence dans une activité d'aventure en plein air. Plus le chef d'activités en plein air acquiert de l'expérience, plus il devient compétent.

Il ne doit pas laisser ses compétences se déchoir; il doit constamment participer au perfectionnement professionnel pour mettre à jour ses connaissances et compétences. Le chef d'activités en plein air a la responsabilité de tenir à jour ses compétences dans les domaines où il doit diriger les autres.

**TECHNIQUES D'INSTRUCTION**

Les compétences en enseignement sont importantes parce que le chef d'activités en plein air a souvent l'occasion d'enseigner et de partager ainsi d'importantes compétences et connaissances avec les personnes qu'il dirige. Le chef d'activités en plein air qui a la responsabilité d'enseigner doit maîtriser certaines compétences, comme l'utilisation des aides didactiques et de diverses stratégies d'enseignement, et l'élaboration de plans de leçon portant sur une compétence. L'enseignement par l'expérience est la principale méthode qu'utilisent les chefs d'activités en plein air pour enseigner le contenu pédagogique. Chaque leçon demande une certaine part d'explications et de démonstrations et une part plus importante de mise en pratique – qui donne l'occasion aux personnes d'apprendre les compétences dans un contexte pratique.

**GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT**

Le terme « gérance de l'environnement » est un terme à trois facettes qui tient compte de l'éthique environnementale, de la connaissance des enjeux écologiques et de la gestion des parcs et des aires protégées. La culture actuelle ayant un impact important sur l'environnement, c'est au chef d'activités en plein air de changer l'attitude des personnes envers la préservation et la conservation de l'environnement. Lorsqu'il dirige des groupes, le chef d'activités en plein air doit appliquer et faire respecter le code d'éthique environnementale, représenté par les sept principes de la notion « Ne laissez aucune trace », qui est à la base des relations respectueuses de l'environnement avec le milieu naturel.

La connaissance des enjeux écologiques va de pair avec une réflexion et des gestes critiques dans un contexte environnemental, particulièrement quand vient le temps de prendre des décisions et d'exercer son jugement en ce qui concerne les enjeux environnementaux.

Un grand nombre d'endroits utilisés par les chefs d'activités en plein air pour diriger des activités d'aventure en plein air sont gérés par des organismes provinciaux et nationaux. Il est crucial que les chefs d'activités en plein air connaissent les politiques et les règlements du parc ou de l'aire de conservation qu'ils utilisent et qu'ils se conforment à ces règles. Le parc ou l'aire de conservation a mis a œuvre ces politiques et règlements comme moyen pour réduire l'impact environnemental tout en permettant aux gens d'apprécier la nature sauvage. Les chefs d'activités en plein air doivent comprendre que tout geste a un impact potentiel sur le milieu naturel et qu'ils doivent prendre les précautions nécessaires pour protéger l'environnement lorsqu'ils se déplacent ou qu'ils font du camping en plein air. De plus, ils doivent enseigner à leurs groupes les techniques de camping écologique, de gestion des déchets et de déplacement.

**GESTION DE PROGRAMME**

La gestion de programme comporte deux grands domaines : la gestion de la sécurité et des risques, et la planification, l'organisation et la gestion. Les activités d'aventure en plein air se caractérisent essentiellement par le risque inhérent qui leur est associé. Le risque est l'un des éléments indispensables qui rendent la programmation des activités de plein air si prisée et fructueuse. Le chef d'activités en plein air doit être capable d'établir un équilibre entre le risque et la sécurité – trop de risques rendraient l'expérience trop dangereuse, tandis qu'une trop grande sécurité enlèverait le sens de l'aventure à l'activité. Le chef d'activités en plein air est tenu d'évaluer le niveau de risque de l'activité d'aventure en plein air, de gérer les risques durant l'activité et d'établir un plan d'urgence pour assurer la sécurité de tous les participants. La plupart des aspects de la gestion des risques sont mis en œuvre au cours de la phase de planification de l'activité.

Le chef d'activités en plein air doit établir un plan détaillé pour les excursions ou activités qu'il dirige. Il est essentiel de planifier adéquatement les activités d'aventure en plein air, car tout manquement pourrait entraîner de graves conséquences. Un plan d'excursion ou d'activité comprend ce qui suit :

- les détails relatifs à la gestion des urgences,
- les plans d'urgence,
- les plans de gestion du temps,
- les plans de gestion de l'énergie,
- les plans de rationnement,
- les plans de communication,
- l'approvisionnement en équipement et en ressources, etc.

Une fois qu'un plan a été élaboré, la capacité de le mettre en œuvre repose sur les compétences organisationnelles du chef d'activités en plein air. La mise en œuvre consiste à créer un système d'accomplissement des tâches et demande une certaine compétence pour coordonner les divers éléments du plan pour qu'ils s'intègrent en un tout harmonieux.

Les compétences en gestion font appel à la capacité du chef d'activités en plein air à diriger le groupe efficacement en vue d'accomplir toutes les tâches nécessaires tout au long de l'activité d'aventure en plein air. Par exemple, une fois le groupe arrivé à l'emplacement de camping, après une longue journée de rame, un chef d'activités en plein air organisé aura déjà réparti le groupe en sous-groupes pour accomplir plusieurs tâches simultanément afin d'installer le campement, de recueillir de l'eau, d'allumer un feu et de préparer le souper.

**ACTIVITÉ**

Une stratégie d'apprentissage coopératif appelée structure de casse-tête sera utilisée pour cette activité.

Une structure casse-tête permet à chaque cadet, en tant que membre d'une équipe, de devenir un « expert » dans sa partie du travail. Pour y arriver, il développe des stratégies de communication qui lui permettent d'interpréter, aussi bien seul qu'en équipe, l'information qu'il reçoit et ensuite de la présenter.

Chaque cadet d'une équipe reçoit l'information qu'il devra traiter. Les cadets responsables de la même partie se regroupent et forment une nouvelle équipe d'experts temporaire, dont l'objet est de maîtriser les idées de leur partie et de développer des stratégies pour communiquer cette information aux autres cadets de leur équipe d'origine.

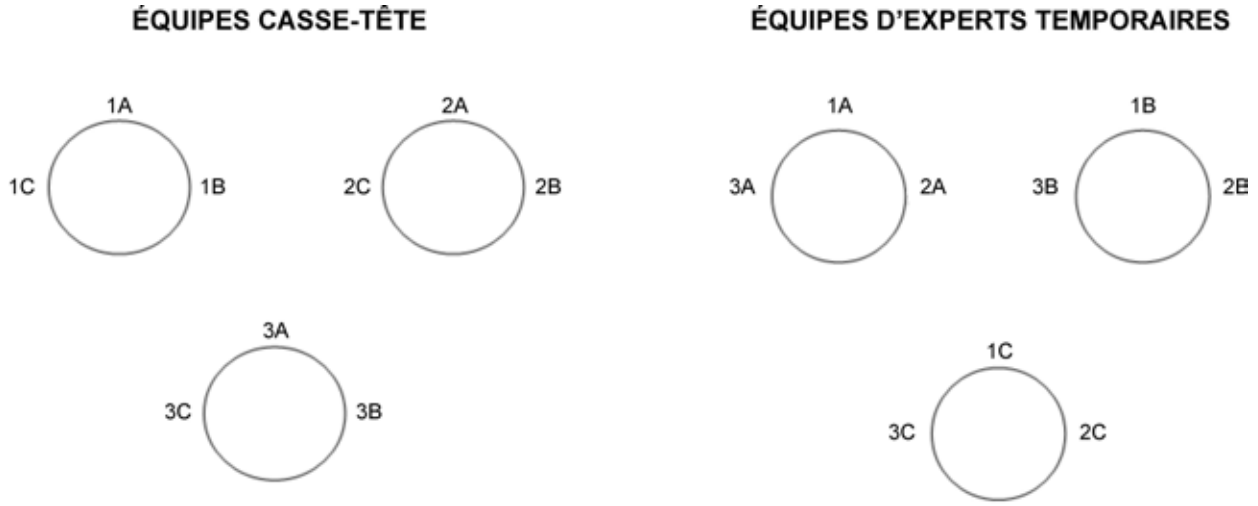
Les cadets doivent collaborer pour atteindre un but commun, ce qui signifie que chaque partie et chaque cadet sont essentiels. Cette structure favorise le travail d'équipe et exige des cadets qu'ils soient engagés activement dans le processus. Elle facilite l'acquisition de connaissance approfondie qui serait impossible à apprendre individuellement.

Les attentes envers les cadets sont élevées et leurs responsabilités sont importantes relativement à la structure du casse-tête; par conséquent, il faut prendre suffisamment de temps pour expliquer le processus et les exigences avant de commencer l'activité, puisque certains cadets sont susceptibles de les trouver complexes.

Pour les besoins de cette activité, deux ensembles d'équipes seront formés (tel que c'est décrit dans les instructions relatives à l'activité) :

- les équipes casse-tête,
- les équipes d'experts temporaires.

Se reporter à la figure 15-2-1 pour obtenir une représentation visuelle du format de ces équipes, où chaque équipe casse-tête compte six cadets.




*Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 15-2-1 Format des groupes de l'activité casse-tête

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'énumérer les compétences d'un chef d'activités en plein air et d'en discuter.

### RESSOURCES

- la mise en situation (qui se trouve à l'annexe A),
- les fiches de renseignements sur les compétences d'un chef d'activités en plein air (qui se trouvent aux annexes B à D),
- les feuilles d'activités d'expert (qui se trouve à l'annexe E),
- le document de cours portant sur les compétences d'un chef d'activités en plein air (qui se trouve à l'annexe F),
- des stylos ou des crayons,
- un bloc-notes.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Aménager la salle de classe pour permettre un travail de groupe.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

Pour faciliter cette activité, former trois groupes d'au moins trois cadets chacun. Si un groupe comporte plus de trois cadets, donner la même fiche de renseignements à deux cadets. S'il y a moins de neuf cadets dans la classe, répartir les cadets en deux groupes et demander à chaque groupe de discuter de trois compétences sur les six disponibles. Demander ensuite à chaque groupe de présenter sa matière. Le temps accordé restera le même.

1. Expliquer ce qui suit aux cadets :

   (a) ils prendront part à une activité en structure casse-tête au sujet des compétences d'un chef d'activités en plein air; chaque membre de l'équipe sera responsable de deux à trois compétences différentes;

   (b) ils seront divisés en équipes casse-tête de trois cadets; chaque cadet recevra une fiche de renseignements sur les compétences d'un chef d'activités en plein air et la mise en situation à examiner ainsi qu'une feuille de notes pour les guider pendant l'activité;

   (c) une fois qu'ils auront pris connaissance de la mise en situation et de leurs fiches de renseignements sur les compétences d'un chef d'activités en plein air, les cadets formeront des équipes d'experts temporaires en se joignant aux cadets des autres équipes casse-tête qui ont la même fiche de renseignements qu'eux;

   (d) les équipes d'experts temporaires travailleront ensemble pour remplir leurs feuilles d'activités d'expert et élaborer une stratégie pour présenter l'information à leurs équipes casse-tête;

   (e) ils retourneront à leurs équipes casse-tête et présenteront tour à tour l'information concernant leurs compétences, et ils noteront les points importants de la présentation des autres membres du groupe.

2. Remettre la mise en situation à chaque cadet.

3. Répartir les cadets en équipes casse-tête égales de trois membres; former un maximum de trois équipes. Les groupes doivent être aussi diversifiés que possible en ce qui a trait aux habiletés.

4. Nommer un cadet dans chaque équipe au poste de chef.

5. Distribuer les fiches de renseignements sur les compétences d'un chef d'activités en plein air aux groupes.

6. Chaque membre de groupe choisira l'une des trois fiches de renseignements (A à C); chaque fiche comporte des renseignements sur deux ou trois compétences.

7. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils lisent la mise en situation et leurs fiches de renseignements.

8. Demander aux cadets de former des équipes d'experts temporaires en se joignant aux cadets des autres équipes casse-tête qui ont la même fiche de renseignements qu'eux.

9. Distribuer les feuilles d'activités d'expert aux équipes d'experts.

10. Accorder 15 minutes aux cadets pour qu'ils discutent et remplissent leurs feuilles d'activités et élaborent une stratégie pour présenter l'information à leur équipe casse-tête.

Il n'est pas rare pendant une activité en structure casse-tête qu'un cadet confiant domine la conversation ou tente de contrôler le groupe; s'assurer que tous les cadets contribuent.

11. Circuler parmi les groupes et aider les cadets au besoin, en offrant des suggestions et des conseils pour qu'ils s'améliorent.
12. Demander aux cadets de retourner à leur équipe casse-tête.
13. Accorder 20 minutes aux cadets pour qu'ils présentent les informations rassemblées dans leur équipe d'experts aux membres de leur équipe casse-tête, sous la direction du chef de groupe.
14. Donner une rétroaction aux cadets.
15. Distribuer le document de cours portant sur les compétences d'un chef d'activités en plein air.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité en classe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité en classe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

Distribuer le devoir qui se trouve à l'annexe G. Les cadets devront le remplir et le remettre lors de la prochaine séance de formation.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Les chefs d'activités en plein air constituent un aspect essentiel du programme de formation par l'aventure des cadets de l'Armée. La présence de chefs d'activités en plein air compétents et consciencieux lors des activités de cadets influera sur la sécurité et le succès d'une activité. Les compétences d'un chef d'activités en plein air sont des habiletés et des idéaux qui s'apprennent, mais qui doivent être pratiquées pour en assurer la maîtrise.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-150 (ISBN 0-89886-502-6) Graham, J. (1997). *Outdoor Leadership: Technique, Common Sense and Self-Confidence*. Seattle, Washington, The Mountaineers.

C2-151 (ISBN 0-7360-4709-3) Gilbertson, K., Bates, T., McLaughlin, T. et Ewert, A. (2006). *Outdoor Education: Methods and Strategies*. Windsor, Ontario, Human Kinetics.

C2-152 (ISBN 1-898555-09-5) Ogilvie, K. (1993). *Leading and Managing Groups in the Outdoors: New Revised Edition*. Cumbria, Angleterre, The Institute for Outdoor Learning.

C2-153 (ISBN 0-7360-5731-5) Martin, B., Cashel, C., Wagstaff, M., et Breunig, M. (2006). *Outdoor Leadership: Theory and Practice*. Windsor, Ontario, Human Kinetics.

C2-154 (ISBN 0-87322-637-2) Priest, S. et Gass, M. (1997). *Effective Leadership in Adventure Programming*. Windsor, Ontario, Human Kinetics.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

# OCOM M325.03 – DISCUTER DE LA CONSCIENCE DE SOI ET DE LA CONDUITE PROFESSIONNELLE COMME COMPÉTENCE POUR UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier la mise en situation qui se trouve à l'annexe H, pour chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La discussion de groupe a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs opinions et leurs sentiments sur la conscience de soi.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 2 pour initier les cadets à la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

La révision de cette leçon provient de l'OCOM M325.02 (Énumérer les compétences d'un chef d'activités en plein air, section 2).

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'un chef d'activités en plein air?

Q2. Nommer les huit compétences d'un chef d'activités en plein air.

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un chef d'activités en plein air est une personne qui dirige des groupes et des personnes dans des milieux naturels en utilisant divers modes de transport, comme la randonnée pédestre, le vélo de montagne, le kayak, l'alpinisme, etc. Il doit allier ses compétences techniques à ses compétences

personnelles et interpersonnelles pour offrir aux groupes et aux personnes une activité d'aventure en plein air constructive, sécuritaire et stimulante. Il doit veiller à la protection et à la conservation des milieux naturels où il amène les personnes dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air.

R2. Les huit compétences d'un chef d'activités en plein air sont les suivantes :

- la prise de conscience et la conduite professionnelle,
- la gestion des conflits,
- la prise de décision et le jugement,
- la facilitation de l'expérience en expédition,
- les habiletés techniques,
- les techniques d'instruction,
- la gérance environnementale,
- la gestion de programme.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir discuté de la conscience de soi et de la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets en connaissent davantage sur la conscience de soi et la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air, parce que cette compétence influencera leurs expériences quotidiennes en tant que nouveau chef d'activités en plein air. Le fait d'être conscient de son comportement et de la façon dont on se présente aux autres est un aspect important du rôle de chef d'activités en plein air. Le risque inhérent associé aux activités de plein air accentue l'importance pour un chef d'activités en plein air d'agir de façon appropriée quand il dirige des groupes.

---

**Point d'enseignement 1** — **Animer une discussion de groupe sur la conscience de soi**

Durée : 15 min — Méthode : Discussion de groupe

---

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

---

L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements suivant auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

**DÉFINIR CE QUE SIGNIFIE ÊTRE CONSCIENT DE SOI**

Être conscient de soi c'est être conscient de son tempérament, de ses sentiments et de ses motivations. Pour un chef d'activités en plein air, qui est responsable de la sécurité, du bien-être et de l'organisation d'un groupe de personnes, la conscience de soi l'aidera à assurer une expérience de qualité à tous les membres du groupe. La conscience de ses propres sentiments et motivations aidera le chef d'activités en plein air à établir un rapport avec les membres de son groupe.

**Être conscient de toutes ses actions**

Les bons chefs d'activités en plein air sont toujours conscients de leurs actions et agissent de manière réfléchie. Ils agissent en tenant compte des buts ultimes du groupe, en se souciant autant des besoins des membres du groupe que des tâches à accomplir.

**Être conscient de ses capacités et limites personnelles**

La conscience de soi commence par une bonne compréhension de ses propres capacités et limites personnelles. S'il ne connaît pas bien ses propres capacités et limites personnelles, le chef d'activités en plein air aura de la difficulté à établir des défis adaptés aux capacités et limites personnelles des membres de son groupe. De plus, il pourrait avoir tendance à placer la barre trop haute et compromettre la sécurité émotive et physique des membres du groupe qu'il dirige. Il pourrait ainsi devenir un danger pour le groupe, diminuant la qualité de l'expérience pour tous.

**Savoir comment quelqu'un peut influencer les autres**

Le chef d'activités en plein air est considéré comme l'expert lorsqu'il dirige un groupe de personnes dans une activité d'aventure en plein air. On l'a choisi en raison de ses connaissances et expérience dans l'activité qu'il aura à diriger. Il s'agit d'une responsabilité énorme. Ce poste lui donne l'occasion d'influencer les décisions et les gestes des personnes qu'il dirige. Être conscient de ce fait constitue une étape très importante dans le développement de sa propre conscience de soi. Une fois qu'il comprend la façon dont ses gestes et commentaires peuvent influencer les personnes autour de lui, il sera en mesure de juger ce qui est approprié et ce qui ne l'est pas.

**Comprendre l'importance de démontrer un engagement dans l'activité**

Le chef d'activités en plein air démontre un engagement lorsqu'il participe pleinement à tous les aspects de l'activité qu'il dirige. Il doit consacrer « esprit, corps et âme » à lui-même, aux personnes qu'il dirige, à l'activité d'aventure en plein air qu'il réalise et à l'environnement qu'il utilise.

S'il ne s'engage pas dans l'activité qu'il dirige, celle-ci est vouée à l'échec. Il peut démontrer son engagement par ses paroles, ses actions ou son comportement et sa présence. Un chef d'activités en plein air qui juge bon de s'asseoir autour du feu de camp après une longue journée de randonnée pédestre pour discuter des événements de la journée démontre son engagement dans l'activité en poursuivant l'expérience d'apprentissage du groupe. De même, un chef d'activités en plein air qui manifeste un enthousiasme pour une journée d'escalade de rocher démontre un engagement concret dans l'activité. Lorsqu'un chef d'activités en plein air est engagé dans l'activité, les membres du groupe le sont aussi.

**Savoir comment une personne réagit à différentes situations**

Le chef d'activités en plein air doit toujours être prêt à réagir aux imprévus. Pour ce faire, il lui est important de savoir comment il réagira face à différentes situations. Le plus souvent, cette connaissance lui viendra de l'expérience. Cependant, l'élaboration de stratégies à exécuter dans l'éventualité où il se retrouverait dans une situation improbable ou difficile l'aidera à l'aborder de front, avec force et confiance.

Voici des exemples de diverses difficultés que le chef d'activités en plein air peut avoir à affronter :

- le danger,
- des épreuves,
- le stress,
- des conflits,
- la fatigue.

**Comprendre l'importance et les bienfaits de la réflexion personnelle**

Un bon chef d'activités en plein air prendra le temps d'apprendre de ses réussites et de ses erreurs. Ce processus, appelé « apprentissage par l'expérience », peut se décrire comme le changement qui survient dans une personne après une réflexion portant sur une expérience directe et qui mène à une nouvelle compréhension et application. Pratiquement parlant, ce processus consiste à prendre le temps de s'asseoir après une expérience et de réfléchir sur la façon dont elle s'est déroulée. Le chef d'activités en plein air devrait se poser les questions suivantes :

- Qu'est-ce que j'ai fait de bien?
- Qu'est-ce que je peux améliorer?
- Comment les personnes ont-elles réagi à mon style de leadership?
- Qu'est-ce que je peux apprendre de la façon dont les autres chefs d'activités en plein air ont fait les choses?

En réfléchissant aux expériences passées, le chef d'activités en plein air peut apprendre par l'expérience et commencer à penser à la façon dont il s'y prendra à l'avenir. La prochaine fois qu'une situation similaire survient, il pourra mettre à profit les leçons dégagées – lorsqu'il a pris le temps de réfléchir au passé – pour améliorer sa façon de gérer la nouvelle situation. À bien des égards, on utilise le même processus quand on apprend à aller à bicyclette; on apprend une nouvelle chose de chaque réussite et erreur, jusqu'au jour où on peut enlever les roues stabilisatrices.

---

**DISCUSSION DE GROUPE**

---

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**MISE EN SITUATION**

Prenons la mise en situation suivante :

Vous êtes nommé chef d'activités en plein air pour la troisième fois. Vous devez guider un groupe de débutants en randonnée sur un sentier facile qui monte jusqu'au lac Moustique. Votre groupe se déplace un peu moins vite que prévu, mais étant donné qu'il fait beau et que la nature est en fleur, vous jugez qu'il n'y aurait aucun problème à préparer le souper dans l'obscurité, le cas échéant.

Tout à coup, vous voyez de la pluie tomber des nuages sombres au-dessus d'une crête à l'ouest, et dans l'espace de quelques minutes une tempête d'été fonce sur vous. Les premières gouttes de pluie sont tellement grosses qu'elles font voler la poussière sur le sentier. Des éclairs jaillissent à l'arrière des sommets, et la force et la proximité du tonnerre indiquent que l'œil de la tempête sera sur vous en quelques minutes.

Vous venez d'entreprendre une section sur une longue crête à découvert. Si vous poursuivez votre chemin, le risque d'être frappé par la foudre est élevé, et même s'il ne l'était pas, il y a fort à parier qu'une personne paniquerait dans un orage aussi violent. Par contre, si vous retournez dans la forêt plus bas, vous ne parviendrez pas au lac avant la nuit; vous devrez camper plus bas et vous n'êtes pas certain qu'il y a de l'eau à cet endroit.

Jusqu'ici, puisque le sentier est facile et très utilisé, le groupe n'avait besoin d'aucune « direction ». Les choses ont maintenant changé. Il s'agit de la première excursion de Ben dans les montagnes. Il s'inquiète manifestement de plus en plus à chaque éclair qui jaillit (Graham 1997, 15 – 16).

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Que signifie être conscient de soi?

Q2. Quelles sont les capacités et limites personnelles du chef d'activités en plein air dans la mise en situation?

Q3. Donner des exemples de la façon dont le chef d'activités en plein air démontre son engagement dans la randonnée pédestre de la mise en situation.

Q4. Comment le fait de savoir la façon dont il réagit au danger et au stress peut-il profiter au chef d'activités en plein air dans la mise en situation?

Q5. Dans la mise en situation, Ben est un randonneur inexpérimenté et devient très inquiet face à la situation dans laquelle se trouvent les randonneurs. Que peut faire le chef d'activités en plein air pour apaiser certaines craintes?

Q6. Après la randonnée pédestre, pourquoi est-il important que le chef d'activités en plein air et les membres du groupe se livrent à une réflexion personnelle?

Q7. Quel rapport y a-t-il entre le fait d'être conscient de soi et celui d'être chef d'activités en plein air efficace?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des aspects de la conduite personnelle**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE donne l'occasion aux cadets d'apprendre davantage de choses sur la conduite professionnelle, qui est un élément de la conscience de soi et de la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air.

## CONDUITE PROFESSIONNELLE

Puisque les chefs d'activités en plein air sont placés dans un poste de responsabilité, ils doivent se conduire en conséquence dans toutes les situations. Un manquement dans la conduite professionnelle pourrait, par exemple, causer une blessure durant une activité de maniement de pagaie ou encore une dégradation de la dynamique de groupe pendant une expédition. Les risques associés à une activité d'aventure en plein air exigent une conduite professionnelle de la part du chef d'activités en plein air.

Un chef d'activités en plein air qui fait preuve de conduite professionnelle est habituellement considéré comme étant :

- flexible,
- responsable,
- digne de confiance,
- courageux,
- bon travaillant,
- altruiste,
- accessible,
- engagé,
- tolérant.

## UTILISER DE FAÇON RESPONSABLE LE POSTE DE CHEF

Les cadets sont nommés au poste de chef d'activités en plein air en raison de leur expérience. Ce poste ne leur permet pas d'user de leur autorité de façon contraire à l'éthique. Dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air, les chefs d'activités en plein air qui abusent de leur situation d'autorité ont un impact négatif sur le moral et l'efficacité du groupe et peuvent aggraver des situations déjà dangereuses.

L'expérience que possèdent les chefs d'activités en plein air est un atout inestimable pour le groupe. Ils doivent cependant comprendre que, le plus souvent, les personnes qu'ils dirigent n'ont pas une aussi grande expérience qu'eux. C'est une chose que d'encourager une personne à essayer quelque chose de nouveau, comme escalader un rocher légèrement plus difficile, mais c'en est une autre que de la forcer à faire quelque chose qui la rend mal à l'aise; ce comportement manque totalement de professionnalisme et est dangereux. Forcer quelqu'un à descendre un rocher en rappel en lui refusant le souper s'il ne le fait pas est une forme de

coercition. Si cette personne se blesse ou blesse un autre membre du groupe, les conséquences pourraient être désastreuses dans un contexte de plein air. Il ne faut jamais recourir à la coercition.

La coercition est le fait de persuader une personne réticente par la force.

**FAIRE DES ACTIONS QUE L'ÉQUIPE DEVRAIT IMITER**

Un chef d'activités en plein air devrait toujours montrer par l'exemple le comportement qu'il désire voir son équipe/groupe imiter.

**S'engager personnellement**

Si un chef d'activités en plein air ne s'engage pas personnellement dans ce rôle, les personnes qu'il dirige s'en rendront vite compte. Être chef d'activités en plein air ne consiste pas seulement à amener des personnes en plein air, mais également à leur offrir une expérience et une occasion d'apprendre. Un chef d'activités en plein air qui ne s'engage pas personnellement dans l'activité et envers les personnes qui y participent sera inefficace. La nature dangereuse des activités dirigées par les chefs d'activités en plein air exige d'eux une attention et un engagement absolus. En n'accordant pas leur attention et leur engagement absolus à l'activité, les chefs d'activités en plein air mettent leur vie et celles des personnes qu'ils dirigent en danger.

**Respecter les règles et les mesures de sécurité**

Les règles et les mesures de sécurité sont établies par des experts en la matière pour assurer la sécurité des personnes qui participent à l'activité d'aventure en plein air en question. Même si de nombreux chefs d'activités en plein air ont beaucoup d'expérience, ils n'ont pas la prérogative de changer ni d'adapter les règles et les mesures de sécurité préétablies. Le non-respect des règles et des mesures de sécurité pourrait entraîner des blessures, qu'une situation en région éloignée risque d'aggraver. Bien qu'il semble superflu d'accrocher de la nourriture dans un pendoir à provisions tous les soirs, même si le groupe n'a vu aucun ours, on doit le faire pour ne pas prendre de risque. De même, porter un V.F.I. quand on pagaie sur un lac calme peut paraître inutile, mais des accidents arrivent et le fait de le porter pourrait sauver une vie.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. Un chef d'activités en plein air qui fait preuve d'une conduite professionnelle démontre habituellement quelles qualités?

Q2. Donner deux exemples de la façon dont un chef d'activités en plein air peut abuser de sa situation d'autorité.

Q3. Pourquoi est-il important que les chefs d'activités en plein air respectent les règles et les mesures de sécurité?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les qualités suivantes sont habituellement démontrées par un chef d'activités en plein air qui fait preuve de conduite professionnelle :

- flexible,
- responsable,
- digne de confiance,
- courageux,

- bon travaillant,
- altruiste,
- accessible,
- engagé,
- tolérant.

R2. Voici trois exemples de la façon dont un chef d'activités en plein air peut abuser de sa situation d'autorité :

- demander à des membres du groupe de monter et de démonter sa tente;
- demander à des membres du groupe de préparer ses repas;
- demander à des membres du groupe de pomper de l'eau pour lui toutes les nuits.

R3. Le non-respect des règles et des mesures de sécurité pourrait entraîner des blessures, qu'une situation en région éloignée risque d'aggraver.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Que signifie être conscient de soi?

Q2. Pourquoi est-il important pour un chef d'activités en plein air d'être conscient de ses capacités et limites personnelles?

Q3. Quelles sont les conséquences si un chef d'activités en plein air ne s'engage pas personnellement dans l'activité à réaliser?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Être conscient de soi, c'est :

- être conscient de son tempérament, de ses sentiments et de ses motivations;
- assurer une expérience de qualité pour tous les membres du groupe;
- être conscient de ses propres sentiments et motivations afin d'établir un rapport avec les membres du groupe.

R2. S'il ne connaît pas bien ses propres capacités et limites personnelles, le chef d'activités en plein air aura de la difficulté à établir des défis adaptés aux capacités et limites personnelles des participants au programme. De plus, il pourrait avoir tendance à placer la barre trop haute et compromettre la sécurité émotive et physique des membres du groupe qu'il dirige. Le chef d'activités en plein air pourrait ainsi devenir un danger pour le groupe, diminuant la qualité de l'expérience pour tous.

R3. Un chef d'activités en plein air qui ne s'engage pas personnellement dans l'activité et envers les personnes qui y participent sera inefficace et mettra sa vie ainsi que celle des personnes qu'il dirige en danger.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

La conscience de soi et la conduite professionnelle représentent une compétence fondamentale pour un chef d'activités en plein air. Cette compétence a trait à la capacité du chef d'activités en plein air de dialoguer et d'établir des relations avec les personnes qu'il dirige. Même si le chef d'activités en plein air doit posséder des compétences techniques, des compétences en enseignement et en facilitation, elles lui seront inutiles s'il ne se connaît pas bien ou s'il est incapable d'agir de manière professionnelle. Un chef d'activités en plein air doit développer un ensemble de compétences, en commençant par la conscience de soi et la conduite professionnelle.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

C2-150 (ISBN 0-89886-502-6) Graham, J. (1997). *Outdoor Leadership: Technique, Common Sense and Self-Confidence*. Seattle, Washington, The Mountaineers.

C2-152 (ISBN 1-898555-09-5) Ogilvie, K. (1993). *Leading and Managing Groups in the Outdoors: New Revised Edition*. Cumbria, Angleterre, The Institute for Outdoor Learning.

C2-153 (ISBN 0-7360-5731-5) Martin, B., Cashel, C., Wagstaff, M., et Breunig, M. (2006). *Outdoor Leadership: Theory and Practice*. Windsor, Ontario, Human Kinetics.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

# OCOM C325.01 – COMMUNIQUER AU COURS D'UNE EXPÉDITION

Durée totale : 120 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

S'assurer que toutes les radios portatives sont prêtes à fonctionner (en bon état, piles complètement rechargées).

Réviser le guide de l'utilisateur associé à la radio portative qui est utilisée.

Photocopier les annexes I (une par cadet) et J (une par groupe).

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 3 et le PE 7 afin de présenter comment communiquer en utilisant des procédures de base pour la communication, de familiariser le cadet aux parties d'une radio portative et aux méthodes de communication d'urgence de rechange.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 4 à 6, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les habiletés en communication que le cadet doit acquérir, tout en lui donnant l'occasion de pratiquer les procédures radiotéléphoniques de base, la transmission de messages sur un réseau radio et l'utilisation de méthodes de communication de rechange sous la supervision d'un instructeur.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 8, parce que c'est une façon interactive pour les cadets de pratiquer la communication avec une radio portative en utilisant les procédures radiotéléphoniques de base et de transmettre un message en utilisant une méthode de communication de rechange. Cette activité contribue au développement des habiletés de communication des cadets dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait être en mesure de communiquer au cours d'une expédition en utilisant une radio portative et une méthode de communication d'urgence de rechange pour transmettre un SOS en code Morse.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets sachent comment utiliser une radio portative pour pouvoir communiquer entre les groupes au cours d'expéditions. En tant que chefs d'activités en plein air, les cadets doivent utiliser des radios dans le cadre de leurs responsabilités quotidiennes ainsi que dans les situations d'urgence. En raison de la nature des activités d'expédition et du fait qu'elles se déroulent en régions éloignées, il est crucial de savoir comment communiquer pour assurer la sécurité de tous les membres du groupe.

---

**Point d'enseignement 1** — **Expliquer les éléments de l'étiquette en matière de procédure radio**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

---

L'information présentée dans ce PE est une introduction aux éléments de l'étiquette en matière de procédure radio. Les cadets peuvent déjà avoir certaines notions de la matière. Leur poser des questions amenant le sujet pour se familiariser avec ce qu'ils savent.

**LANGAGE APPROPRIÉ**

La façon de communiquer par radio est régularisée par des normes nationales et internationales. Ces normes portent le nom de procédures radiotéléphoniques.

La procédure radiotéléphonique vise à maximiser la clarté et à réduire les malentendus dans le cas de la communication verbale. Il faut respecter les règles fondamentales de la radio, y compris :

- éviter d'envoyer des transmissions sans l'approbation d'une autorité appropriée;
- éviter les transmissions en utilisant le nom de l'utilisateur;
- ne jamais utiliser de langage blasphématoire ou obscène;
- permettre aux appels d'urgence d'avoir la priorité sur les autres appels. Si une personne parle, il faut arrêter et attendre que l'urgence soit terminée;
- maintenir les communications de façon réglementaire. Ne pas bavarder.

**L'ÉNONCIATION**

L'énonciation est l'action de parler clairement. Dans le cas des transmissions, chaque message doit être le plus court possible et ne pas durer plus de 10 secondes. Pour éliminer la possibilité de confusion pendant une transmission, l'objet de la transmission doit être unique.

Pour envoyer une transmission par radio, il est important de prononcer les mots de façon claire et concise. Avant la transmission, attendre suffisamment longtemps afin de ne pas empiéter sur les transmissions qui sont déjà en cours. Pour s'assurer que le message est reçu clairement, suivre les conseils suivants :

- parler lentement;
- écrire le message avant de le transmettre (s'il est long);

- maintenir le bouton de microphone enfoncé pendant une seconde avant de parler et après avoir parlé pour s'assurer que le message au complet a été reçu;
- transmettre seulement l'information nécessaire;
- se garder d'utiliser des termes argotiques.

**HORS EXERCICE**

« Hors exercice » est le terme utilisé à la radio pour indiquer que le message n'est pas un exercice. Ce terme est seulement utilisé dans des situations d'urgence lorsque de l'information importante doit être transmise. Il ne doit jamais être utilisé dans le cadre d'un exercice ou comme plaisanterie. Lorsqu'on entend ce terme, il faut mettre fin à toutes les communications radio. On peut reprendre les communications normales une fois que l'émetteur du message « Hors exercice » a mis fin à la transmission.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les deux règles fondamentales de la radio?

Q2. Quelle doit être la durée maximale d'une transmission?

Q3. Pour envoyer des transmissions, comment les mots doivent-ils être prononcés?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les règles fondamentales de la radio sont :

- éviter d'envoyer des transmissions sans l'approbation d'une autorité appropriée;
- éviter l'utilisation du nom de l'utilisateur;
- ne jamais utiliser de langage blasphématoire ou obscène;
- permettre aux appels d'urgence d'avoir la priorité sur les autres appels. Si une personne parle, il faut arrêter et attendre que l'urgence soit terminée;
- maintenir les communications de façon réglementaire. Ne pas bavarder.

R2. Chaque message doit être le plus court possible et ne pas durer plus de 10 secondes.

R3. Prononcer les mots de façon claire et concise.

---

**Point d'enseignement 2** **Décrire l'alphabet phonétique**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

Distribuer le document de cours qui se trouve à l'annexe I aux cadets. Demander aux cadets de suivre sur le document de cours pendant que la matière est présentée. Leur demander de répéter l'alphabet et les chiffres au fur et à mesure qu'ils sont présentés.

## ALPHABET PHONÉTIQUE

### But

Les radios sont généralement utilisées à l'extérieur et sont parfois soumises à des bruits de fond provenant soit des intempéries, de l'équipement ou des personnes. Pour cette raison, il est nécessaire d'utiliser l'alphabet phonétique international. L'alphabet phonétique combine les lettres de l'alphabet avec un mot pour aider à clarifier les messages communiqués par radio.

### Utilisations

On utilise l'alphabet phonétique lorsqu'on doit prononcer séparément des lettres isolées ou des groupes de lettres, épeler des mots ou lorsque la communication est difficile.

### Structure

Le tableau suivant présente les symboles phonétiques et leur prononciation.

| Lettre | Alphabet phonétique | Prononciation | | Lettre | Alphabet phonétique | Prononciation |
|---|---|---|---|---|---|---|
| A | ALFA | AL FAH | | N | NOVEMBER | NO VÈMM BER |
| B | BRAVO | BRA VO | | O | OSCAR | OSS KAR |
| C | CHARLIE | TCHAR LI | | P | PAPA | PAH PAH |
| D | DELTA | DEL TAH | | Q | QUEBEC | KÉH BEK |
| E | ECHO | ÉK O | | R | ROMEO | RO MI O |
| F | FOXTROT | FOX TROTT | | S | SIERRA | SI ER RAH |
| G | GOLF | GOLF | | T | TANGO | TANG GO |
| H | HOTEL | HO TÈLL | | U | UNIFORM | YOU NI FORM |
| I | INDIA | IN DI AH | | V | VICTOR | VIK TAR |
| J | JULIETT | DJOU LI ÈTT | | W | WHISKEY | OUISS KI |
| K | KILO | KI LO | | X | X-RAY | EKSS RÉ |
| L | LIMA | LI MAH | | Y | YANKEE | YANG KI |
| M | MIKE | MAÏK KE | | Z | ZULU | ZOU LOU |

Épeler le mot CADETS en utilisant l'alphabet phonétique : CHARLIE – ALFA – DELTA – ECHO – TANGO – SIERRA.

### Prononciation des chiffres

Lorsque des chiffres sont utilisés dans la transmission radio, ils sont toujours prononcés séparément, un chiffre à la fois (p. ex., 15 est prononcé UN-CINQ), sauf les multiples de mille, qui peuvent être prononcés au long. Le terme de procédure CHIFFRES peut être utilisé avant de transmettre les chiffres.

Le tableau présente les chiffres et leur prononciation.

| Numéro | Prononciation | | Numéro | Prononciation |
|---|---|---|---|---|
| 0 | ZÉ-RO | | 5 | CINQUE |
| 1 | UN | | 6 | SIS-SE |
| 2 | DEUX | | 7 | SETTE |
| 3 | TROIS | | 8 | HUITTE |
| 4 | QUATRE | | 9 | NEUFE |

Demander aux cadets de réciter à haute voix l'alphabet complet en utilisant les prononciations phonétiques.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

**QUESTIONS**

Q1. Qu'utilise-t-on pour épeler des mots par radio?

Q2. Comment doit-on prononcer le chiffre cinq à la radio?

Q3. À l'aide de l'alphabet phonétique, comment doit-on épeler le mot « radio »?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'alphabet phonétique est utilisé pour épeler des mots par radio.

R2. Le chiffre cinq est prononcé « CINQUE » par radio.

R3. Le mot « radio » s'épelle comme suit : ROMEO–ALFA–DELTA–INDIA–OSCAR.

**Point d'enseignement 3** — **Identifier et décrire brièvement les parties d'un poste de radio portatif**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

Les radios présentées dans cette leçon sont des radios bidirectionnelles récréatives Talkabout FRS/GMRS T5000, T5500 et T5550. Les modèles peuvent varier. Consulter au besoin le manuel de l'utilisateur du fabricant.

Répartir les cadets en groupes d'au plus quatre personnes et donner une radio à chaque groupe. Les cadets doivent montrer les parties correspondantes au fur et à mesure qu'elles sont expliquées.

**LES PARTIES D'UNE RADIO PORTATIVE ET LEURS FONCTIONS**

**Bouton marche-arrêt/volume.** Contrôle le volume et la mise en marche de l'appareil.

**Diode électroluminescente (DEL).** Ce voyant s'allume lorsque la radio est en marche.

**Bouton de microphone.** Un bouton à enfoncer qui permet les transmissions.

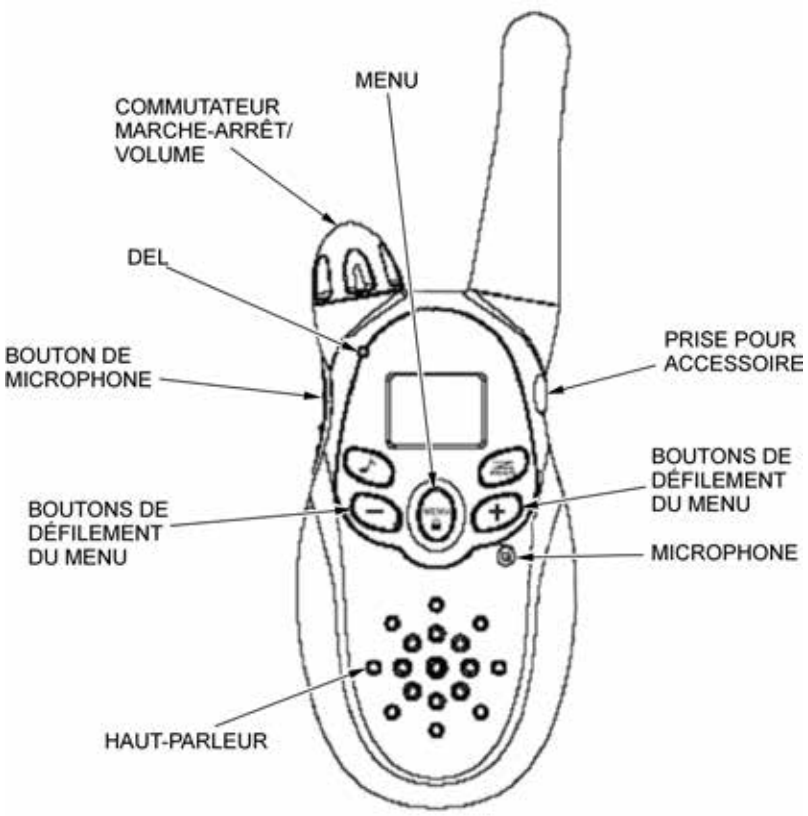
**Haut-parleur.** Il convertit le courant électrique en son audible.

**Antenne.** Un dispositif électrique conçu pour émettre ou recevoir les ondes radio.

**Prise pour accessoires.** Elle sert à brancher les articles accessoires tels que les écouteurs.

**Menu de défilement de canaux et le sélecteur de fréquence.** Pousser sur ces boutons pour défiler à travers les options du menu et les canaux. Utiliser les boutons « + » et « - » pour défiler à travers les options du menu.

**Microphone.** Il convertit le son en signal électrique.

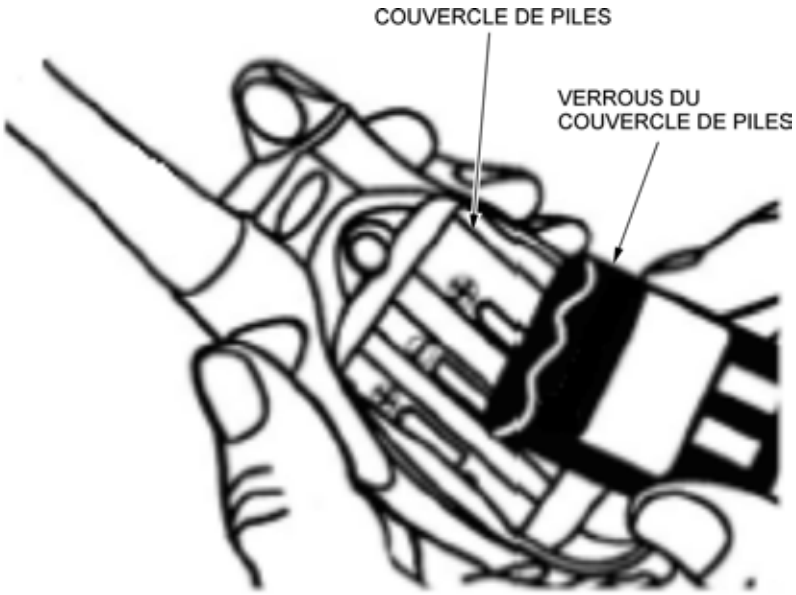



*Motorola, Talkabout FRS/GMRS Recreational Two-Way Radios Models T5000, T5500, T5550 User's Guide, Motorola, Inc. (page 11)*

Figure 15-4-1 Radio portative

**Couvercle de piles.** Il ferme le compartiment de rangement des piles (situé sur la partie arrière de la radio).

**Verrous du couvercle de piles.** Ils fixent le couvercle à la radio (situés sur la partie arrière de la radio).




*Motorola, Talkabout FRS/GMRS Recreational Two-Way Radios Models T5000, T5500, T5550 User's Guide, Motorola, Inc. (page 13)*

Figure 15-4-2 Compartiment à piles

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

---

**QUESTIONS**

Q1. Nommer les parties de la radio.

Q2. Quelle est la fonction de l'antenne?

Q3. Quelle est la fonction du microphone?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les 10 parties de la radio Talkabout sont : le bouton marche-arrêt/volume, la DEL, le bouton de microphone, le haut-parleur, l'antenne, la prise pour accessoire, les boutons de défilement du menu, le microphone, le couvercle de pile et les verrous du couvercle de pile.

R2. L'antenne émet et reçoit les ondes radios.

R3. Le microphone convertit le son en signal électrique.

---

**Point d'enseignement 4** — **Expliquer et démontrer comment manipuler une radio portative et le faire pratiquer par les cadets**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer chaque habileté pendant que les cadets observent.
2. Surveiller la performance des cadets pendant la mise en pratique de chaque habileté.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

## METTRE LA RADIO EN MARCHE ET L'ARRÊTER

Pour mettre la radio en marche, tourner le bouton marche-arrêt/volume dans le sens horaire. La radio émet un signal sonore, et l'écran affiche brièvement tous les icônes de fonction de la radio.

Pour éteindre la radio, tourner le bouton marche-arrêt/volume dans le sens antihoraire. Un déclic sonore indique que la radio est hors fonction.

## RÉGLER LES FRÉQUENCES

### Sélection d'un canal (fréquence)

La radio fonctionne selon un ensemble de fréquences auquel on accède par l'entremise des voies radioélectriques. Pour régler le canal de la radio, appuyer sur le bouton du menu; cette action fait clignoter le canal utilisé. À l'aide du bouton de défilement du menu, faire défiler les canaux et appuyer sur le bouton de microphone pour sélectionner le canal requis.

## UTILISER LE BOUTON DU MICROPHONE

Pour émettre et recevoir des messages, vérifier l'activité sur le canal en appuyant sur le bouton MON (moniteur). Si l'on entend des parasites sur un canal, cela signifie qu'on peut l'utiliser. Ne pas émettre de message si on entend une personne parler sur le canal.

Pour émettre des messages :

1. appuyer sur le bouton de microphone;
2. faire une pause réglementaire;
3. parler fort, clairement et brièvement dans le microphone;
4. relâcher le bouton de microphone (pour maximiser la clarté, tenir la radio à 3 ou 5 cm de la bouche).

La DEL reste allumée de façon continue lorsque des messages sont envoyés.

Pour écouter des messages, relâcher complètement le bouton de microphone.

## CHANGER LES PILES

Expliquer aux cadets le type de pile qui est nécessaire pour faire fonctionner la radio portative. Consulter le manuel de l'utilisateur pour vérifier si le calibre et le type de la pile sont appropriés. Les radios Talkabout mentionnées dans cette leçon nécessitent trois piles AA.

Beaucoup de radios portatives nécessitent trois piles AA pour fonctionner. Pour poser ou remplacer des piles, effectuer les étapes suivantes :

1. Soulever le verrou du couvercle de piles pour libérer le couvercle de piles.
2. Enlever le couvercle de piles.
3. Insérer trois piles AA dans le compartiment à piles, comme illustré.
4. Remettre le couvercle de piles en place et enclencher le verrou pour le fixer.
5. Disposer des piles usées de façon sécuritaire.

*Motorola, Talkabout FRS/GMRS Recreational Two-Way Radios Models T5000, T5500, T5550 User's Guide, Motorola, Inc. (page 13)*

Figure 15-4-3 Piles

*Motorola, Talkabout FRS/GMRS Recreational Two-Way Radios Models T5000, T5500, T5550 User's Guide, Motorola, Inc. (page 13)*

Figure 15-4-4 Changement des piles

Les piles peuvent se corroder avec le temps si elles sont laissées dans la radio et peuvent causer des dommages permanents. Elles doivent donc être retirées avant que les radios soient entreprosées pour une période prolongée.

Les piles sont fabriquées de divers matériaux composés de métaux lourds, y compris le nickel-cadmium, l'alcalin, le mercure, l'hydrure métallique de nickel et le plomb-acide. Ces matériaux peuvent endommager l'environnement s'ils ne sont pas jetés adéquatement. Par conséquent, les piles sont un des articles les plus compliqués à jeter ou à recycler.

Si elles ne sont pas jetées adéquatement, les piles peuvent causer :

- la contamination des lacs et des cours d'eau puisque les métaux s'évaporent dans l'air lorsqu'ils sont brûlés;
- la dissolution des métaux lourds dans des lieux d'enfouissement de déchets solides;
- l'exposition de l'environnement et de l'eau au plomb et à l'acide;
- la corrosion causée par les acides forts;
- des brûlures ou d'autres blessures aux yeux et à la peau.

Les piles ne sont pas toutes pareilles et chacune a des instructions particulières au sujet de sa mise au rebut ou de son recyclage. Les piles les plus utilisées sont les modèles domestiques. Toutefois, en raison des diverses règles et des divers règlements, communiquer avec le centre communautaire local de recyclage afin de déterminer les options de recyclage pour les piles domestiques, ou avec la section des produits pétroliers/ matières dangereuses de l'unité ou de la base de soutien.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

### QUESTIONS

Q1. Comment change-t-on de canal sur une radio?

Q2. Dans quelle position doit se trouver le bouton de microphone pour permettre la réception d'un message?

Q3. Quel est le type de pile le plus couramment utilisé dans les radios portatives?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour régler le canal de la radio, appuyer sur le bouton du menu; cette action fait clignoter le canal utilisé. À l'aide du bouton de défilement du menu, faire défiler les canaux et appuyer sur le bouton de microphone pour sélectionner le canal requis.

R2. Le bouton de microphone doit être relâché pour permettre la réception d'un message.

R3. La pile AA est le type de pile le plus couramment utilisé dans les radios portatives.

---

**Point d'enseignement 5** — **Expliquer et démontrer la radiocommunication par radio et demander aux cadets de la pratiquer**

Durée : 20 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

La section suivante porte sur les indicatifs d'appel et la séquence de transmission. Il s'agit du fondement pour élaborer des communications claires et compréhensibles. Discuter de l'utilisation des indicatifs d'appel et de la séquence de transmission, puis démontrer la procédure radiotéléphonique à l'aide des exemples présentés ci-dessous. Les cadets auront l'occasion de pratiquer la transmission radio au cours de l'activité pratique.

**UTILISATION DES INDICATIFS D'APPEL**

Les indicatifs d'appel (aussi appelés des stations) servent à identifier et à organiser les personnes ou les groupes dans un réseau radio. Un indicatif d'appel peut prendre la forme d'un groupe de mots ou d'une combinaison de lettres et de chiffres d'au plus quatre caractères.

**COMPRENDRE LA SÉQUENCE DE TRANSMISSION**

Lorsqu'une station effectue un appel, elle doit d'abord éviter d'interrompre les autres transmissions radio. Un utilisateur peut écouter pour s'assurer qu'une fréquence est libre avant d'effectuer une transmission.

Avant de transmettre le trafic régulier à la radio, il peut être nécessaire de communiquer avec les autres stations concernées afin de s'assurer que la communication est possible.

Pour effectuer un appel, la séquence de transmissions suivante doit être observée :

1. La station appelante envoie l'indicatif d'appel du récepteur visé, suivi de l'indicatif d'appel de la station appelante, les deux séparés par la phrase « ICI » (voir l'exemple 1, étape 1.).

2. La station appelée doit accuser réception de l'appel de la station appelante en émettant son indicatif d'appel et en terminant la transmission avec le mot « À VOUS » (voir l'exemple 1, étape 2.).

3. Une fois que la réponse est reçue, la station appelante doit mettre fin à la transmission, s'il n'y a plus rien à ajouter, en émettant son indicatif d'appel, en accusant réception de la réponse avec le mot « REÇU » et en concluant le message avec le mot « TERMINÉ » (voir l'exemple 1, étape 3.).

**Exemple 1 d'un appel radio**

1. Un Alpha transmet : Deux Bravo – ici Un Alpha – À vous.

2. Deux Bravo répond à l'appel initial en émettant : Deux Bravo – À vous.

3. Un Alfa termine les transmissions radio en transmettant : Un Alpha – Reçu – Terminé.

**Exemple 2 d'un appel radio**

1. Un Alpha transmet : Deux Bravo – ici Un Alpha – message - À vous.
2. Deux Bravo répond à l'appel initial en émettant : Deux Bravo – envoyer message – À vous.
3. Un Alfa poursuit en transmettant : Un Alfa – serai à votre emplacement en deux cinq minutes - À vous.
4. Deux Bravo répond au message en transmettant : Deux Bravo – Reçu – À vous.
5. Un Alfa termine l'appel par : Un Alpha – Terminé.

La station qui débute la transmission doit mettre fin à celle-ci.

**EFFECTUER DES CONTRÔLES RADIO**

Il faut prendre en compte que toutes les stations ont une bonne intensité de signal, sauf indication contraire. Les vérifications de l'intensité des signaux et de l'intelligibilité doivent être seulement effectuées sur demande ou lorsque des problèmes surviennent. Les termes de procédure suivants doivent être utilisés pour effectuer cette procédure :

Les termes de procédure sont des expressions ou mots prononçables auxquels on a attribué une signification afin d'accélérer l'acheminement des messages dans les liaisons utilisant la procédure radiotéléphonique.

CONTRÔLE RADIO : Quelles sont l'intensité et l'intelligibilité de mes signaux?

REÇU : J'ai reçu votre transmission de façon satisfaisante.

RIEN ENTENDU : À utiliser si aucune réponse ne parvient de la station.

Pour répondre à un contrôle radio, indiquer l'intensité et l'intelligibilité du signal de la façon suivante :

| Rapports | Réponse | Signification |
|---|---|---|
| RAPPORT D'INTENSITÉ DU SIGNAL | FORT | Le signal est très fort. |
| | BON | Le signal est bon. |
| | FAIBLE | Le signal est faible. |
| | TRÈS FAIBLE | Le signal est très faible. |
| | ÉVANESCENT | Le signal s'affaiblit et les communications continues ne sont plus fiables. |
| RAPPORT D'INTELLIGIBILITÉ | CLAIR | La qualité est excellente. |
| | INTELLIGIBLE | La qualité est satisfaisante. |
| | NON INTELLIGIBLE | Le message est non intelligible. |

| Rapports | Réponse | Signification |
|---|---|---|
| | DÉFORMÉ | Problème de compréhension en raison du signal déformé. |
| | BROUILLÉ | Problème de compréhension en raison de l'interférence. |
| | INTERMITTENT | Problème de compréhension en raison du signal intermittent. |

**Exemple d'un contrôle radio vers une station**

1. Un Alpha transmet : Deux Bravo – ici Un Alpha – contrôle radio - À vous.
2. Deux Bravo répond au contrôle radio en émettant la réponse : Deux Bravo – fort et clair – À vous.
3. Un Alfa termine les transmissions radio en transmettant : Un Alpha – Reçu – Terminé.

**Exemple d'un contrôle radio vers plusieurs stations**

1. Un Alpha transmet : Trois Alfa, Deux Bravo, Un Charlie – ici Un Alpha – contrôle radio - À vous.
2. Les stations radio répondent, à tour de rôle, au contrôle radio en émettant :
   Trois Alfa – fort et clair – À vous.
   Deux Bravo – bon brouillé – À vous.
   Un Charlie – fort et intelligible – À vous.
3. Un Alfa termine les transmissions radio en émettant : Un Alpha – Reçu – Terminé.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5**

La participation des cadets à la mise en pratique de la procédure radiotéléphonique servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 6** — **Expliquer et démontrer comment transmettre un SOS en code Morse par le son et la lumière et demander aux cadets de s'y exercer**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration et exécution

Pour cette habileté, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer comment transmettre un SOS en code Morse par le son et la lumière.
2. Expliquer et démontrer chaque étape de la transmission d'un SOS en code Morse par le son et la lumière. Surveiller les cadets pendant qu'ils mettent en pratique chaque étape.
3. Surveiller la performance des cadets pendant la mise en pratique de la transmission d'un SOS en code Morse par le son et la lumière.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

**CODE MORSE**

Le code Morse est une méthode de transmission d'informations télégraphiques qui utilise des séquences normalisées d'éléments courts et longs pour représenter les lettres, les chiffres, les signes de ponctuation et les caractères spéciaux d'un message. Dans la Marine, le code Morse est appelé la « télégraphie par points et traits », où chaque lettre et chiffre est représenté par un agencement particulier de points et de tirets. Lors de la transmission, les points (di) et les tirets (dah) sont représentés respectivement par de courtes et de longues impulsions de son ou de lumière. Ce système a été inventé par Samuel F. B. Morse (1791-1872), qui est également connu pour avoir produit le premier poste télégraphique fonctionnel en 1836.

Par exemple, on épelle le terme « cadet » avec des points et des traits, de la façon suivante :
C **-. -.** A **.-** D**-..** E**.** T**-**

Le premier message en code Morse, qui était, en anglais, « What hath God wrought », a été envoyé de Washington, D.C., à Baltimore, Maryland.

Le code Morse peut s'utiliser en signalisation sonore (radio et sifflet) ou visuelle (lumières et drapeaux).

On pourrait, par exemple, transmettre des signaux sonores en utilisant le bouton de microphone sur une radio portative et des signaux visuels à l'aide d'une lampe de poche.

**SOS**

Le code Morse le plus connu est le SOS (pour « Save Our Souls », en anglais). Le SOS est le signal obligatoire depuis le 1er juillet 1908.

On utilise le format suivant pour le transmettre :

- di-di-di-dah-dah-dah-di-di-di;
- **...---...**

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 6**

La transmission d'un SOS, à l'aide du son et de la lumière, par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 7** **Discuter des méthodes de communication de rechange**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Un téléphone cellulaire, un téléphone mobile GSN ou une balise de localisation personnelle peut être d'un grand secours dans une situation d'urgence, permettant aux personnes d'appeler à l'aide presque immédiatement. Cela à condition que la réception soit bonne, que les piles soient rechargées et que l'appareil ne soit pas endommagé.

Dans la communauté du plein air, il y a beaucoup de discussions concernant l'utilisation des téléphones cellulaires et des téléphones mobiles GSN. Certains font valoir que ces appareils sont essentiels à la sécurité dans l'arrière-pays, alors que d'autres trouvent qu'ils nuisent à l'expérience de plein air. Il est important de comprendre que les dispositifs de communication fonctionnent différemment selon les régions et les situations, et qu'on ne devrait donc pas trop en dépendre.

**TÉLÉPHONES MOBILES GSN**

- Pour établir une liaison par satellite, il ne doit y avoir aucun obstacle entre le téléphone mobile GSN et le ciel.
- Bien que la technologie s'améliore de jour en jour, il arrive souvent qu'on ne puisse pas établir de liaison lorsqu'on se trouve dans des forêts profondes, des canyons, des régions de faible élévation ou des gorges profondes.
- Les téléphones mobiles GSN consomment beaucoup d'électricité des piles; il est donc nécessaire, en fonction de la durée de l'excursion, d'apporter des piles supplémentaires ou des panneaux solaires de charge.

**TÉLÉPHONES CELLULAIRES**

- Il arrive souvent que les téléphones cellulaires ne fonctionnent pas en régions éloignées.
- Lorsqu'on planifie une excursion en milieu sauvage, on ne doit pas compter sur les téléphones cellulaires comme seul dispositif de communication d'urgence.
- Les téléphones cellulaires sont limités par la région desservie.
- Ils sont vulnérables au froid, à l'humidité, au sable et à la chaleur – Ils requièrent que les utilisateurs les protègent contre les éléments à risque.

Certains téléphones cellulaires disposent de localisateurs GPS internes qui peuvent s'avérer utiles lorsqu'on se trouve en milieu sauvage. Dans des situations d'urgence, cette fonction permet aux sauveteurs de localiser les personnes avec précision. Cependant, les mêmes limitations que celles discutées précédemment s'appliquent. Par exemple, si les personnes se trouvent dans une région arborée de faible élévation, elles ne recevront aucun signal.

**BALISE DE LOCALISATION PERSONNELLE**

- Légère et fiable.
- Elle doit être enregistrée auprès d'une organisation de recherches et sauvetages nationale.
- En cas d'urgence, appuyer sur le bouton de l'appareil (qui tient dans la paume de la main) pour envoyer, par satellite, un signal unique comportant ses coordonnées GPS à un centre d'appel centralisé.
- En cas de détresse sans danger immédiat, ou pour signaler que tout va bien, envoyer un message d'assistance ou un message « OK » par courriel, à vos personnes-ressources.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 7**

---

**QUESTIONS**

Q1. Lorsqu'on tente de faire un appel en utilisant un téléphone mobile GSN, quels facteurs doit-on prendre en considération pour s'assurer d'établir la liaison par satellite?

Q2. Quelle est la principale contrainte de l'utilisation d'un téléphone cellulaire?

Q3. Quels avantages procurent d'avoir le localisateur GPS dans un téléphone cellulaire?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Pour établir une bonne liaison par satellite, on doit s'assurer que le signal ne sera pas obstrué et qu'on ne se trouve pas dans une forêt profonde, un canyon, une région de faible élévation ou une gorge profonde.

R2. Les téléphones cellulaires sont limités par la région desservie.

R3. Dans des situations d'urgence, cette fonction permet aux sauveteurs de localiser les personnes avec précision. Cependant, les mêmes limitations que celles discutées précédemment s'appliquent. Par exemple, si les personnes se trouvent dans une région arborée de faible élévation, elles ne recevront aucun signal.

---

**Point d'enseignement 8** **Diriger une activité de communication**

Durée : 40 min Méthode : Activité pratique

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de pratiquer la radiocommunication en utilisant l'alphabet phonétique, en commençant et terminant les transmissions radio, en effectuant des contrôles radio et en transmettant un SOS en code Morse par le son ou la lumière.

**RESSOURCES**

- un lieu assez grand pour permettre d'espacer les membres de chaque groupe d'au moins 5 m (16 pi),
- une radio portative par groupe,
- trois piles AA par radio,
- l'exercice de radiocommunication qui se trouve à l'annexe J,
- une lampe de poche par groupe.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

1. Diviser les cadets en trois groupes.
2. Attribuer un indicatif d'appel à chaque membre de groupe (en fonction du nombre de personnes, il peut être nécessaire d'attribuer le même indicatif d'appel à plus d'une personne dans un groupe, ou encore d'attribuer deux indicatifs d'appel à une même personne dans un groupe).
3. Remettre une copie de l'exercice de radiocommunication à chaque groupe.
4. Attribuer une zone précise à chaque groupe en laissant un espace d'au moins 5 m (16 pi) entre les personnes.
5. Faire ensemble l'exercice de radiocommunication.

6. Une fois l'exercice terminé, demander à chaque groupe de transmettre un SOS en utilisant le bouton de microphone sur leur radio, puis en utilisant une lampe de poche.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 8

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité de communication servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

Il est très important que le chef d'activités en plein air comprenne les principes de radiocommunication et qu'il soit capable de transmettre des messages radio. Durant une expédition, il pourrait avoir à établir des communications entre son groupe et d'autres groupes dans le cadre de sa routine quotidienne. De plus, il pourrait se retrouver dans une situation où il doit mettre à exécution des stratégies de communication d'urgence.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les modèles de radio portative peuvent varier. L'instructeur doit se référer au guide de l'utilisateur pour les instructions détaillées sur le fonctionnement de la radio.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-034 ACP 125 CANSUPP Ministère de la Défense nationale. (1984). *Procédure radiotéléphonique à l'intention des Forces canadiennes (Élément terre)*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-069 Motorola Inc. (2004). *Talkabout FRS/GMRS Recreational Two-Way Radios Models T5000, T5500, T5550 User's Guide*.

C1-003 (ISBN 11-770973-5) Royal Navy. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship* (Vol. 1). Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationary Office.

C2-016 (ISBN 1-4000-5309-9) Curtis, R. (2005). *The Backpacker's Field Manual, A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*. New York, New York, Three Rivers Press.Le guide d'utilisation des radios portatives bidirectionnelles.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

# OCOM C325.02 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION SUR LE PROGRAMME DU PRIX DU DUC D'ÉDIMBOURG

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 30 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Communiquer avec la division locale du programme du Prix du Duc d'Édimbourg et rassembler les documents de présentation concernant le programme.

Un membre du personnel du corps de cadets peut présenter cette leçon si aucun représentant du programme du Prix du Duc d'Édimbourg n'est disponible.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de présenter, clarifier, faire ressortir et résumer les objectifs du programme du Prix du Duc d'Édimbourg.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir participé à une présentation du programme du Prix du Duc d'Édimbourg.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent toutes les occasions de développement qui s'offrent à eux. Le programme du Prix du Duc d'Édimbourg en est une qui leur est largement accessible. En connaissant les

exigences du programme et quelles récompenses y sont liées, les cadets comprendront mieux le programme et pourront décider s'ils souhaitent y prendre part.

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

Se procurer le matériel pour cette leçon auprès du bureau provincial du programme du Prix du Duc d'Édimbourg. Les vidéos, les brochures et les activités utilisées pour présenter la matière se trouvent au www.dukeofed.org.

Le programme a été créé en 1956 par Son Altesse Royale le prince Philip, duc d'Édimbourg K.G. K.T., à Londres, en Angleterre, afin d'encourager et de motiver les jeunes. Il incite les jeunes à participer à des activités qui les intéressent déjà, à se fixer des objectifs personnels et à s'accomplir. Il est basé sur l'amélioration et l'effort individuel.

Le programme du Prix du Duc d'Édimbourg offre la possibilité aux jeunes de relever des défis personnels en plus de favoriser et d'encourager :

1. l'autonomie et l'autodiscipline,
2. la persévérance et la détermination,
3. l'esprit d'initiative et la créativité,
4. la participation aux activités communautaire et la responsabilité sur le plan social,
5. l'approche et la prise de décisions axées sur les valeurs,
6. l'esprit d'aventure,
7. la bonne forme physique et mentale,
8. le développement de compétences professionnelles, culturelles et familiales,
9. la compréhension et la conscience des besoins à l'échelle internationale.

Les récompenses se composent d'un insigne ou d'une broche ainsi que d'un certificat. L'épinglette du niveau or sera présentée par Son Altesse Royale le prince Philip.

Plus de 30 000 jeunes Canadiens participent actuellement au programme; dont plusieurs sont dans le Mouvement des cadets du Canada.

**Point d'enseignement 1** — **Décrire les différents niveaux du programme**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

Le programme du Prix du Duc d'Édimbourg comporte trois niveaux. Le degré d'engagement et de difficulté augmente à chaque niveau. Les niveaux sont : bronze, argent et or. Le jeune peut choisir de participer à tout moment et à n'importe quel niveau, à condition qu'il remplisse les exigences relatives à l'âge.

**Bronze.** Pour les jeunes de plus de 14 ans. La durée de participation minimale est de 6 mois.

**Argent.** Pour les jeunes de plus de 15 ans. La durée de participation minimale est de 12 mois.

**Or.** Pour les jeunes de plus de 16 ans. La durée de participation minimale est de 18 mois.

Si le participant a obtenu le niveau précédent, la durée de participation est réduite de six mois (p. ex., un cadet qui aurait obtenu le niveau bronze peut obtenir le niveau argent en six mois).

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Nommer les trois niveaux du programme.

Q2. Quelles sont les exigences relatives à l'âge pour participer au programme?

Q3. Quand peut-on commencer le niveau or?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les trois niveaux du programme sont : bronze, argent et or.

R2. L'âge minimum est de 14 ans; chaque niveau subséquent a une limite d'âge minimale si le participant commence le programme.

R3. On peut commencer le niveau or à 16 ans.

**Point d'enseignement 2** **Expliquer les cinq sections du programme**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Les activités du programme sont réparties en sections, offrant chacune de nombreux choix. Le programme comporte cinq sections, dont les quatre les plus courants sont :

- le service à la communauté,
- le voyage d'aventure,
- l'habileté,
- le conditionnement physique.

Au niveau or, les participants doivent réaliser un projet de résidence.

### SERVICE COMMUNAUTAIRE

Le service communautaire consiste en un engagement bénévole à l'égard des besoins des autres.

Le but de ce service est d'encourager les participants à se rendre compte qu'en tant que membres d'une communauté, ils ont une responsabilité envers les autres et les autres ont besoin de leur aide. Lorsque les participants aideront les autres, on espère qu'ils éprouveront de la satisfaction et qu'ils auront le goût de s'engager à effectuer le service communautaire à vie.

### VOYAGE D'AVENTURE

Le voyage d'aventure vise à développer l'autonomie par l'entreprise d'un voyage de découvertes. Il favorise, chez les participants, le développement d'une conscience du milieu naturel et de l'importance de le protéger.

La distance que le cadet doit parcourir et la durée du voyage varient selon le niveau :

- Bronze – deux jours, incluant une nuit,
- Argent – trois jours, incluant deux nuits,

- Or – quatre jours, incluant trois nuits.

Les heures que le cadet doit consacrer aux activités prévues varient selon le niveau :

- Bronze – six heures par jour en moyenne,
- Argent – sept heures par jour en moyenne,
- Or – huit heures par jour en moyenne.

Trois types de voyages peuvent être entrepris :

- **L'exploration.** L'exploration est l'action de faire un voyage en ayant un but. Au cours de ce voyage, les participants doivent consacrer au moins 10 heures au déplacement (ils doivent se déplacer sans avoir recours aux moyens de transport motorisés). Le temps qu'il reste est consacré à une activité spéciale (p. ex. l'exploration d'un site historique ou l'étude de la flore et de la faune). L'exploration doit s'accompagner d'une recherche préalable au voyage, d'études sur le terrain et d'un rapport sur les résultats.
- **L'expédition.** L'expédition est un voyage effectué dans un but précis. Dans ce type de voyage, les participants changent d'emplacement de camping chaque nuit. Les heures requises seront consacrées au déplacement, à l'orientation et au choix d'itinéraire, et éventuellement aux tâches liées au but de l'expédition.
- **Le projet d'aventure.** Le projet d'aventure est un voyage qui ne répond pas exactement aux descriptions précédentes, ou qui peut être une combinaison des deux. Ce type de voyage pourrait être utilisé pour les personnes ayant des contraintes médicales ou qui nécessitent plus de défis à relever.

Toutes les explorations et expéditions et tous les projets d'aventure doivent avoir un but clairement défini et préétabli.

**L'HABILETÉ**

Le but de la section des habiletés est d'encourager la découverte des intérêts personnels et de favoriser le développement des aptitudes sociales et pratiques. On encourage les participants à prendre intérêt à une variété d'activités pratiques, sociales et culturelles. Les compétences peuvent prendre la forme d'une activité progressive comme collectionner des timbres, jouer un instrument de musique, étudier une matière d'intérêt personnel, comme les questions d'argent, ou bien d'une tâche précise, comme fabriquer un objet.

**LE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE**

Le but de la section des loisirs actifs est d'encourager la participation à des activités physiques et de donner l'occasion d'améliorer ses performances et d'apprendre à apprécier les loisirs actifs en tant qu'élément important d'un mode de vie sain.

La participation à une ou plusieurs activités physiques pour le nombre de semaines requis :

- Bronze – 30 heures sur au moins 15 semaines,
- Argent – 40 heures sur au moins 20 semaines,
- Or – 50 heures sur au moins 25 semaines.

Pour se qualifier dans cette section d'activités, il est essentiel d'améliorer son rendement global.

**PROJET DE RÉSIDENCE**

Le projet de résidence vise à développer la capacité d'adaptation sociale par la participation au sein d'un groupe. Il fait participer les jeunes à des projets ou à une formation en compagnie de ses pairs qui ne sont pas ses compagnons de tous les jours.

Bien que le projet de résidence ne s'applique qu'au niveau or, il peut être réalisé à tout moment durant la participation au programme du Prix.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les cinq sections du programme du Prix du Duc d'Édimbourg?

Q2. Quel est le but de la section « habileté »?

Q3. Quand le projet de résidence peut-il être réalisé?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les cinq sections du programme sont les suivantes :

- le service communautaire,
- le voyage d'aventure,
- l'habileté,
- les loisirs actifs,
- le projet de résidence.

R2. Le but de la section des habiletés est d'encourager la découverte des intérêts personnels et de favoriser le développement des aptitudes sociales et pratiques. On encourage les participants à prendre intérêt à une variété d'activités pratiques, sociales et culturelles.

R3. On peut réaliser le projet de résidence à tout moment durant la participation au programme du Prix.

**Point d'enseignement 3** — **Décrire les relations entre le corps de cadets, les programmes du CIEC et le programme du Prix du Duc d'Édimbourg**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à informer les cadets des occasions dans le programme du Prix du Duc d'Édimbourg qui correspondent aux activités au sein des Organisations de cadets du Canada (OCC).

Les OCC offrent de nombreuses occasions qui permettent aux participants de travailler en vue d'obtenir leurs niveaux respectifs.

Il existe de nombreuses occasions au sein des programmes du corps de cadets et du CIEC qui permettent aux cadets de remplir les exigences du programme du Prix du Duc d'Édimbourg. Au-delà des occasions mentionnées, il en existe beaucoup d'autres, particulièrement dans les corps de cadets très actifs. Voici des exemples d'activités de cadets qui répondent aux exigences du programme du Prix du Duc d'Édimbourg :

- **SERVICE COMMUNAUTAIRE**
  - participer à des activités de service communautaire dans le cadre de l'OREN 302 (Effectuer un service communautaire, chapitre 2), dans le programme du corps de cadets;

- participer à des occasions de former des cadets subalternes en tant que cadet sénior durant le programme du corps de cadet;
- contribuer au bulletin d'information du corps de cadets;
- aider bénévolement la Légion royale canadienne lors de la Journée du coquelicot;
- participer à une démonstration de fanfare où le corps de cadets ne reçoit aucune rétribution en retour.

- **VOYAGE D'AVENTURE**
  - la participation à l'exercice en campagne – bivouac – lors d'une fin de semaine pour les niveaux de l'étoile argent et or peut remplacer le voyage de pratique ou d'aventure pour les niveaux bronze et argent;
  - la participation à la plupart des exercices de 2ieme année et au programme du CIEC peut remplacer le voyage de pratique ou d'aventure pour les niveaux bronze et argent;
  - la participation aux expéditions régionales/internationales et nationales permet d'obtenir le niveau or, à condition que le cadet participe directement à l'aspect planification de l'activité.
- **HABILETÉ**
  - participer à une fanfare du corps de cadets;
  - participer à l'équipe de tir de précision;
  - participer à l'équipe d'exercice militaire.
- **CONDITIONNEMENT PHYSIQUE**
  - participer à des sports récréatifs dans le cadre de l'OREN 305 (Participer à des sports récréatifs, chapitre 5);
  - participer à l'évaluation de la condition physique des cadets dans le cadre de l'OREN 304 (Mettre à jour le plan d'activité personnel, chapitre 4);
  - participer à des sports récréatifs dans le cadre du programme du CIEC.
- **PROJET DE RÉSIDENCE**
  - participer à n'importe quelle qualification à un CIEC.

L'OAIC 13-19, *Le Prix du Duc d'Édimbourg*, décrit les exigences de participation d'un jeune à titre de membre du programme des cadets de l'Armée.

En plus de toutes les exigences du programme du Prix du Duc d'Édimbourg qui sont reconnues dans le cadre du programme des cadets, de nombreuses activités auxquelles participent les cadets à l'extérieur du corps de cadets compteront aussi, comme :

- les activités de bénévolat,
- les sports d'équipe hors programme,
- les clubs scolaires,
- les passe-temps.

Les épinglettes du Prix du Duc d'Édimbourg peuvent être portées sur l'uniforme de cadet conformément à l'OAIC 46-01, *Règlements sur la tenue des cadets de l'Armée*.

Une fois que les cadets ont été informés sur le programme du Duc d'Édimbourg et qu'ils démontrent un intérêt à y participer, discutez-en avec le cmdt.

Communiquer avec le bureau divisionnaire du programme du Prix du Duc d'Édimbourg. Les coordonnées pour communiquer avec les bureaux se trouvent au www.dukeofed.org.

Après avoir communiqué avec le bureau divisionnaire :

1. Recueillir les droits d'inscription de chaque cadet qui souhaite participer au programme.
2. Si seulement quelques cadets souhaitent y participer, les inscrire individuellement.
3. Si l'ensemble du corps de cadets souhaite y participer, les inscrire en tant que groupe.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Quelles activités du corps de cadets peuvent être effectuées dans le cadre de la section service du prix?

Q2. Quelles activités facultatives dans le corps de cadets peuvent être utilisées pour la section « habileté »?

Q3. Quand le projet de résidence peut-il être réalisé?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les activités suivantes peuvent être réalisées sous la section « service communautaire », à votre corps de cadets :

- participer à des activités de service communautaire dans le cadre de l'OREN 302 (Effectuer un service communautaire, chapitre 2), du programme du corps de cadets;
- participer à des occasions de former des cadets subalternes en tant que cadet sénior durant le programme du corps de cadet;
- contribuer au bulletin d'information du corps de cadets;
- aider bénévolement la Légion royale canadienne lors de la Journée du coquelicot;
- participer à une démonstration de fanfare où le corps de cadets ne reçoit aucun fonds en retour.

R2. La participation à une fanfare du corps de cadet, à l'équipe de tir de précision ou à l'équipe d'exercice militaire peut être utilisée sous la section « habileté ».

R3. Le projet de résidence est réalisé avec n'importe quelle qualification à un CIEC.

**Point d'enseignement 4** **Animer une période de questions et réponses**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Permettre aux cadets de poser des questions et de discuter de la participation au programme.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

La participation des cadets à la période de questions et réponses servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la présentation du programme du Prix du Duc d'Édimbourg servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

Le programme du Prix du Duc d'Édimbourg est l'un des programmes de prix à l'intention des jeunes les plus importants au monde. La présentation du programme aux cadets les incitera à y participer. Cela leur permettra de vivre des expériences positives qui les accompagneront dans le programme de cadets et dans la vie.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Le matériel d'instruction est établi en contactant le conférencier invité avant la présentation.

La participation des cadets au programme du Prix du Duc d'Édimbourg peut être une activité facultative.

Un membre du personnel du corps de cadets peut présenter cette leçon si aucun représentant du programme du Prix du Duc d'Édimbourg n'est disponible.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-196 Le Prix du Duc d'Édimbourg (2008). *Le prix*. Extrait le 12 février 2008 du site http://www.dukeofed.org/Award.htm.

C0-197 Le Prix du Duc d'Édimbourg (2007). *Participant's Record Book*. Markham, Ontario, Langstaff Reed Printing Ltd.

**MISE EN SITUATION**

Fort d'une confiance en lui acquise pendant son premier cours de leadership lors d'activités en plein air, Pierre avait décidé de s'inscrire à un voyage d'aventure au Népal. Ses instructeurs étant apparemment expérimentés et compétents, il jugeait que le voyage serait sans danger. Les participants provenaient de partout au pays. Ils avaient tous déjà de l'expérience en activité de plein air. Ils semblaient tous en bonne condition physique et prêts à s'engager dans une aventure amusante. Les membres du groupe ont rencontré les instructeurs à Kathmandu. On les a ensuite emmenés à l'hôtel, où ils ont assisté à une brève séance d'information.

Le jour suivant, on a acheminé le groupe vers les montagnes à bord d'un autobus. Un groupe de sherpas et de porteurs s'est joint à eux pour leur préparer les repas, leur servir de guide et transporter leurs vêtements et équipements. Pierre était mentalement préparé à vivre une belle aventure. Ils ont traversé des lits de rivières et des montagnes, en ascensions et en descentes vertigineuses tous les jours. Puisqu'on était au printemps, il faisait beau et l'air était frais. Les membres du groupe s'exerçaient à parler le népalais tous les soirs en jouant au volleyball avec les porteurs et en chantant des chansons avec eux.

Un jour, les instructeurs ont donné la chance au groupe de traverser un col à 5395 m (17 700 pi) à la marche. On a brièvement discuté de l'itinéraire à prendre, puisqu'on avait conseillé au groupe d'apporter des vêtements légers pour la randonnée pédestre. Si des personnes avaient des vestes ou des chandails chauds en surplus, elles les partageraient avec les porteurs. Pierre aimait l'idée d'un tel défi et d'une ascension à haute altitude. Il avait une confiance absolue en ses instructeurs et au programme. Au moment où ils ont levé le camp, à trois heures du matin, il neigeait. Ils ont entrepris l'ascension en deux groupes.

Après 10 heures de randonnée, le groupe a commencé à avoir des ennuis. Une fille souffrait d'hypothermie; un sherpa l'a transportée sur son dos pour descendre la montagne. D'autres étaient étendus sur la neige, vomissaient ou étaient simplement assis, épuisés. Les deux groupes se sont perdus de vue, mais aucun des participants ne s'en souciait vraiment. Ils continuaient d'avancer en suivant les ordres. Finalement, le sherpa en chef est allé rejoindre le groupe de tête pour lui dire que le groupe retournerait au campement. Le groupe a rebroussé chemin de peine et de misère. Épuisés, gelés et malades, les membres du groupe ont finalement rejoint le campement. Le jour suivant, on a discuté de l'expérience. Les instructeurs ont informé le groupe que les porteurs avaient fait demi-tour bien avant le groupe et qu'ils refusaient de transporter les effets personnels jusqu'au campement suivant. On a aussi découvert que le campement suivant était une hutte communautaire qui ne disposait pas de bois de feu. Le dernier groupe qui avait traversé le col avait tout utilisé la nuit précédente. Étant donné l'état du groupe, ils craignaient que quatre ou cinq personnes ne souffrent d'hypothermie grave ou ne meurent s'ils avaient poursuivi le chemin.

Le groupe restait muet. Pierre s'imaginait être l'un de ces malchanceux puisqu'il avait ressenti le besoin de dormir – il en serait sûrement mort. Il s'était foulé la jambe en tombant sur le sentier et était terrifié. Il avait essentiellement perdu confiance aux chefs et en leur capacité de prendre des décisions qui assureraient leur sécurité. Il doutait de ses propres habiletés et s'était juré de ne plus jamais participer à un voyage organisé, à moins qu'il ne dispose de tous les détails avant le départ. Pourquoi avait-il tenté de traverser un col à 5000 m (17 000 pi) en espadrilles et en pantalons de coton? Il aurait dû user de plus de bon sens, mais il s'en était remis complètement aux chefs pour prendre de bonnes décisions. Plus il y pensait, plus il sentait la rage monter en lui; il s'en est surtout voulu d'avoir agi de façon si dangereuse. Cette expérience a aussi donné à Pierre l'idée de devenir chef d'activités en plein air pour offrir à d'autres personnes une expérience agréable et sécuritaire. Il suivrait la formation nécessaire pour travailler avec les participants en respectant leur niveau d'habileté. Il a aussi réalisé que la vie est fragile et facile à perdre quand on est dans la nature sauvage.

Son excès de confiance après son premier cours avait été mal placé. Il savait que les expériences de plein air pouvaient changer les personnes en mieux, mais il a maintenant appris que de mauvaises décisions prises par les chefs pouvaient avoir de graves conséquences. Pierre a appris sa leçon et a pu remettre en contexte sa mauvaise expérience afin d'avoir la détermination nécessaire pour s'améliorer et partager ce qu'il a appris avec les autres. Il est allé chercher une formation complémentaire ainsi que d'autres occasions pour apprendre des compétences techniques. Son expérience en enseignement l'a aidé à travailler efficacement avec les groupes et à être à l'écoute des besoins des participants d'âges et d'expériences variés.

Pierre a dû se livrer à une introspection critique. Il a appris que tout ne va pas de soi dans la nature. En renforçant sa conscience de lui-même, il est devenu un excellent chef d'activités en plein air. Il a maintenant dirigé des centaines d'étudiants dans les montagnes. Rétrospectivement, il est content d'avoir vécu des expériences qui lui ont fait prêter attention aux limites des personnes dans des activités de plein air. Il prend des décisions prudentes et dirige régulièrement des voyages sécuritaires. Il est chanceux d'avoir pu tirer des leçons positives d'une mauvaise expérience. Maintenant plus complet en tant qu'être humain, il est un chef d'activités en plein air réputé et mature (Martin, B., Cashel, C., Wagstaff, M. et Breunig, M., *Outdoor Leadership: Theory and Practice*, Human Kinetics (pages 120 à 121)).

## FICHE DE RENSEIGNEMENTS A

### CONSCIENCE DE SOI ET CONDUITE PROFESSIONNELLE

**Être conscient de soi**

Un chef d'activités en plein air compétent doit être conscient de lui. Être conscient de soi c'est être conscient de :

- son tempérament,
- ses sentiments,
- ses motivations.

Pour un chef d'activités en plein air, qui est responsable de la sécurité, du bien-être et de l'organisation d'un groupe de personnes, la conscience de soi :

- permet d'assurer une expérience de qualité à tous les membres du groupe;
- permet d'établir de meilleurs rapports avec les membres du groupe.

**Être conscient de ses capacités et limites personnelles**

La conscience de soi commence par une bonne compréhension de ses propres capacités et limites personnelles. S'il ne connaît pas bien ses propres capacités et limites personnelles, le chef d'activités en plein air aura de la difficulté à établir des défis adaptés aux capacités et limites personnelles des membres de son groupe. De plus, il pourrait avoir tendance à placer la barre trop haute et compromettre la sécurité émotive et physique des membres du groupe qu'il dirige. Le chef d'activités en plein air pourrait ainsi devenir un danger pour le groupe, diminuant la qualité de l'expérience pour tous.

**Être conscient de toutes ses actions**

Les bons chefs d'activités en plein air sont toujours conscients de leurs actions – et agissent de manière réfléchie. Ils agissent en tenant compte des buts ultimes de l'expérience de groupe, en se souciant autant des besoins des membres du groupe que des tâches à accomplir.

**Gérer le stress**

- Le stress causé par le danger physique n'est pas le type de stress le plus difficile à gérer pour un chef d'activités en plein air.
- Les situations ordinaires – une pluie torrentielle qui s'abat sur un groupe à 5 km (3 mi) du début du sentier et les membres du groupe qui rejettent leurs propres frustrations sur le chef de groupe, qui doit écouter leurs plaintes pendant que de l'eau s'infiltre par le col de son parka – sont plus stressantes parce qu'elles durent habituellement longtemps, nécessitent une attention soutenue et demandent aux chefs d'activités en plein air de faire face à des facteurs incontrôlables.

**Démontrer une conduite professionnelle**

Puisque les chefs d'activités en plein air sont placés dans une poste de responsabilité, ils doivent se conduire en conséquence dans toutes les situations. C'est le risque inhérent aux activités d'aventure en plein air qui rend la conduite professionnelle si importante pour un chef d'activités en plein air – il est crucial d'assurer la sécurité des participants.

La conduite professionnelle se caractérise par la démonstration des qualités suivantes :

- la confiance,
- la souplesse,
- l'accessibilité,
- l'engagement,
- la reconnaissance de la position d'autorité,
- donner le bon exemple.

**GESTION DES CONFLITS**

Il est inévitable que des conflits éclatent pendant des activités d'aventure en plein air. La difficulté pour le chef d'activités en plein air est de désamorcer le conflit avant qu'il ne s'intensifie, ou d'intervenir aussi rapidement et efficacement que possible. La plupart des conflits qui surviennent lors des activités de plein air sont le résultat de ce qui suit :

- les conditions météorologiques;
- un niveau inégal d'expérience parmi les membres du groupe;
- le côté défi de l'activité;
- les personnalités des membres du groupe.

Un chef d'équipe de plein air capable de communiquer clairement avec tous les membres du groupe sera mieux en mesure de régler les conflits. Bien que ce ne soit jamais plaisant d'avoir à gérer des conflits, on doit toujours prendre le temps au début de s'adresser à la personne et de discuter des problèmes avec calme et délicatesse.

**PRISE DE DÉCISION ET JUGEMENT**

**Prise de décision.** La prise de décision est un processus consistant à choisir la meilleure solution parmi un ensemble de solutions possibles. Pour faire ce choix, le chef d'activités en plein air doit avoir recours à son jugement.

**Jugement.** Le jugement est une opinion informée basée sur des expériences passées. Le chef d'activités en plein air doit aussi se servir de son jugement pour prévoir les problèmes avant qu'ils surviennent. Grâce à son expérience à diriger des personnes durant une activité d'aventure en plein air, il est en mesure de prévoir si les choses se passent bien ou s'il faut intervenir.

- Les chefs d'activités en plein air n'ont pas nécessairement à prendre les décisions importantes tout seul.
- La communication avec les membres de son groupe et la mise à profit de leurs expériences et idées pour prendre une décision font aussi partie intégrante du processus de prise de décisions.
- Une décision doit être prise et suivie de manière résolue.
- Les chefs d'activités en plein air doivent avoir confiance en la décision qu'ils ont prises.
- Les membres du groupe doivent avoir confiance en la décision prise par leur chef d'activités en plein air.

## FICHE DE RENSEIGNEMENTS B

### FACILITATION DE L'EXPÉRIENCE EN EXPÉDITION

#### FACILITATION

La facilitation est un processus consistant à aider un groupe ou une personne à atteindre le résultat désiré. La facilitation :

- favorise une dynamique de groupe productive;
- permet aux membres du groupe de collaborer afin de mener à bonne fin l'activité d'aventure en plein air de manière sécuritaire et agréable;
- permet de développer des relations interpersonnelles entre les membres du groupe.

#### FACILITATEUR

Un facilitateur est un véhicule qui rend possibles les expériences. En tant que facilitateurs, les chefs d'activités en plein air doivent :

- résoudre des conflits;
- communiquer efficacement;
- entretenir la confiance des personnes et la coopération dans le groupe;
- donner une rétroaction et guider la réflexion sur une activité d'aventure en plein air.

Un chef d'activités en plein air efficace peut faciliter l'expérience et faire d'une simple excursion de plein air une expérience d'apprentissage dynamique.

### HABILETÉS TECHNIQUES

Le chef d'activités en plein air peut posséder d'excellentes compétences en facilitation et être extrêmement efficace à organiser une activité d'aventure en plein air, mais s'il n'a pas l'habileté technique requise pour diriger l'activité, ces compétences ne lui seront d'aucun recours. Les habiletés techniques se répartissent en deux grandes catégories : les habiletés générales et les habiletés spécialisées.

#### Habiletés générales

Les habiletés générales sont les compétences que le chef d'activités en plein air doit posséder, peu importe l'activité d'aventure en plein air. En voici des exemples :

- les prévisions météorologiques,
- les premiers soins en milieu sauvage,
- la planification d'une expédition,
- la navigation,
- les compétences en camping,
- les compétences générales en plein air,
- le conditionnement physique,
- la conscientisation.

**Habiletés spécialisées**

Les habiletés spécialisées sont les compétences propres à l'activité d'aventure en plein air que le chef d'activités en plein air aura à diriger. Voici des exemples :

- la randonnée en montagne,
- le vélo de montagne,
- le rappel,
- l'escalade,
- la spéléologie,
- le canotage,
- le kayak.

Il n'est pas nécessaire que le chef d'activités en plein air soit un expert dans toutes les activités. Souvent, il choisit des activités qui l'intéressent particulièrement et tire profit des expériences qu'elles ont à offrir. Seule l'expérience peut mener à l'acquisition d'une compétence dans une activité d'aventure en plein air. Plus le chef d'activités en plein air acquiert de l'expérience, plus il devient compétent.

Il ne doit pas laisser ses compétences se déchoir; il doit constamment participer au perfectionnement professionnel pour mettre à jour ses connaissances et compétences. Le chef d'activités en plein air a la responsabilité de tenir à jour ses compétences dans les domaines où il doit diriger les autres.

**TECHNIQUES D'INSTRUCTION**

Les compétences en enseignement sont importantes parce que le chef d'activités en plein air a souvent l'occasion d'enseigner et de partager ainsi d'importantes compétences et connaissances avec les personnes qu'il dirige.

Le chef d'activités en plein air qui a la responsabilité d'enseigner doit maîtriser certaines compétences, comme :

- l'utilisation des aides didactiques,
- l'élaboration de plans de leçon sur une compétence,
- l'utilisation de diverses stratégies d'enseignement.

L'enseignement par l'expérience est la principale méthode qu'utilisent les chefs d'activités en plein air pour enseigner le contenu pédagogique. Chaque leçon demande une certaine part d'explications et de démonstrations et une part plus importante de mise en pratique – qui donne l'occasion aux personnes d'apprendre les compétences dans un contexte pratique.

## FICHE DE RENSEIGNEMENTS C

### GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT

### ÉTHIQUE ENVIRONNEMENTALE

- Les chefs d'activités en plein air doivent changer l'attitude des personnes envers la préservation et la conservation de l'environnement.
- Ils doivent appliquer et faire respecter le code d'éthique environnementale représenté par les sept principes de la notion « Ne laissez aucune trace ».

### CONNAISSANCE DES ENJEUX ÉCOLOGIQUES

La connaissance des enjeux écologiques va de pair avec une réflexion et des gestes critiques dans un contexte environnemental, particulièrement quand vient le temps de prendre des décisions et d'exercer son jugement en ce qui concerne les enjeux environnementaux.

### GESTION DES PARCS ET DES AIRES PROTÉGÉES

- Les endroits utilisés par les chefs d'activités en plein air pour diriger des activités d'aventure en plein air sont gérés par des organismes provinciaux et nationaux.
- Il est crucial que les chefs d'activités en plein air connaissent les politiques et les règlements du parc ou de l'aire de conservation qu'ils utilisent et qu'ils se conforment à ces règles.
- Les chefs d'activités en plein air doivent enseigner à leurs groupes les techniques de camping écologique, de gestion des déchets et de déplacement.

### GESTION DE PROGRAMME

### UTILISER LA GESTION DE LA SÉCURITÉ ET DES RISQUES

Les activités d'aventure en plein air se caractérisent essentiellement par le risque inhérent qui leur est associé. Le risque est l'un des éléments indispensables qui rendent la programmation des activités de plein air si prisée et fructueuse. Les chefs d'activités en plein air doivent être capables d'établir un équilibre entre les risques et la sécurité.

Le chef d'activités en plein air doit :

- évaluer le niveau de risque de l'activité d'aventure en plein air;
- gérer les risques durant l'activité;
- établir un plan d'urgence pour assurer la sécurité de tous les participants.

### PLANIFIER, ORGANISER ET GÉRER

#### Planifier

Le chef d'activités en plein air doit établir un plan détaillé pour les excursions ou activités qu'il dirige. Il est essentiel de planifier adéquatement les activités d'aventure en plein air, car tout manquement pourrait entraîner des accidents.

Un plan d'excursion ou d'activité inclut ce qui suit :

- les détails relatifs à la gestion des urgences,
- les plans d'urgence,
- les plans de gestion du temps,
- les plans de gestion de l'énergie,
- les plans de rationnement,
- les plans de communication,
- l'approvisionnement en équipement et en ressources, etc.

**Organiser**

Une fois qu'un plan a été élaboré, la capacité de le mettre en œuvre repose sur les compétences organisationnelles du chef d'activités en plein air. La mise en œuvre consiste à créer un système d'accomplissement des tâches et demande une certaine compétence pour coordonner les divers éléments du plan pour qu'ils s'intègrent en un tout harmonieux.

**Gérer**

Les compétences en gestion font appel à la capacité du chef d'activités en plein air à diriger le groupe efficacement en vue d'accomplir toutes les tâches nécessaires tout au long de l'activité d'aventure en plein air. Par exemple, une fois le groupe arrivé à l'emplacement de camping, après une longue journée de rame, un chef d'activités en plein air organisé aura déjà réparti le groupe en sous-groupes pour accomplir plusieurs tâches simultanément afin d'installer le campement, de recueillir de l'eau, d'allumer un feu et de préparer le souper.

**FEUILLE D'ACTIVITÉS D'EXPERT**

**Donner un bref aperçu de chaque compétence de chef d'activités en plein air qui vous a été assignée.**

Compétence n° 1 _____

Compétence n° 2 _____

Compétence n° 3 _____

**Utiliser la mise en situation pour donner des exemples (positifs ou négatifs) de chaque compétence qui vous a été assignée.**

Compétence n° 1 _____

Compétence n° 2 _____

Compétence n° 3 _____

## DOCUMENT DE COURS PORTANT SUR LES COMPÉTENCES D'UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR

## CONSCIENCE DE SOI ET CONDUITE PROFESSIONNELLE

### Être conscient de soi

Un chef d'activités en plein air compétent doit être conscient de lui. Être conscient de soi c'est être conscient de son tempérament, de ses sentiments et de ses motivations. Pour un chef d'activités en plein air, qui est responsable de la sécurité, du bien-être et de l'organisation d'un groupe de personnes, la conscience de soi l'aidera à assurer une expérience de qualité à tous les membres du groupe. En étant conscient de ses propres sentiments et motivations, le chef d'activités en plein air pourra établir de meilleurs rapports avec les membres de son groupe.

### Être conscient de ses capacités et limites personnelles

La conscience de soi commence par une bonne compréhension de ses propres capacités et limites personnelles. S'il ne connaît pas bien ses propres capacités et limites personnelles, le chef d'activités en plein air aura de la difficulté à établir des défis adaptés aux capacités et limites personnelles des membres de son groupe. De plus, il pourrait avoir tendance à placer la barre trop haute et compromettre la sécurité émotive et physique des membres du groupe qu'il dirige. Le chef d'activités en plein air pourrait ainsi devenir un danger pour le groupe, diminuant la qualité de l'expérience pour tous.

### Être conscient de toutes ses actions

Les bons chefs d'activités en plein air sont toujours conscients de leurs actions – et agissent de manière réfléchie. Ils agissent en tenant compte des buts ultimes de l'expérience de groupe, en se souciant autant des besoins des membres du groupe que des tâches à accomplir.

### Gérer le stress

Le stress peut être causé par de nombreux facteurs. Bien que certains pensent que le stress causé par le danger physique est le plus difficile à gérer, ce n'est pas le cas. Les situations qui génèrent du stress chez le chef d'activités en plein air sont souvent bien moins graves qu'un événement singulier, comme le bris d'une corde pendant une activité d'escalade. Ce type d'événement survient tellement vite que la montée d'adrénaline se produit avant même que l'on puisse subir un stress. Or, c'est la banalité d'une situation qui la rend si stressante. En voici un exemple. Une pluie torrentielle s'abat sur un groupe à 5 km (3 mi) du début du sentier. Les membres rejettent alors leurs propres frustrations sur le chef de groupe qui non seulement doit écouter leurs plaintes, mais aussi s'occuper de l'eau qui s'infiltrent par le col de son propre parka.

### Faire preuve d'une conduite professionnelle

Puisque les chefs d'activités en plein air sont placés dans un poste de responsabilité, ils doivent se conduire en conséquence dans toutes les situations. Un manquement dans la conduite professionnelle pourrait, par exemple, causer une blessure durant une activité de maniement de pagaie ou encore une dégradation de la dynamique de groupe pendant une activité d'aventure en plein air. C'est le risque inhérent aux activités d'aventure en plein air qui rend la conduite professionnelle si importante pour un chef d'activités en plein air. La conduite professionnelle se caractérise par la démonstration des qualités suivantes :

- la confiance,
- la souplesse,
- l'accessibilité,
- l'engagement,
- la reconnaissance de la position d'autorité,
- donner le bon exemple.

## GESTION DES CONFLITS

Il est inévitable que des conflits éclatent pendant des activités d'aventure en plein air. La difficulté pour le chef d'activités en plein air est de désamorcer le conflit avant qu'il ne s'intensifie, ou d'intervenir aussi rapidement et efficacement que possible. La plupart des conflits qui surviennent lors des activités de plein air sont le résultat de ce qui suit :

- les conditions météorologiques,
- un niveau inégal d'expérience parmi les membres du groupe,
- le côté défi de l'activité,
- les personnalités des membres du groupe.

Un chef d'équipe de plein air capable de communiquer clairement avec tous les membres du groupe sera mieux en mesure de régler les conflits. Il y aura toujours des situations où le chef d'activités en plein air devra dialoguer avec des personnes difficiles. Un membre du groupe avec lequel on avait du plaisir et qui s'entendait bien avec tout le monde à l'emplacement de camping, au début d'une expédition de 10 jours, peut, au 8e jour, avoir des ampoules causées par des bottes mal ajustées et se disputer avec tout le monde. Il revient alors au chef d'activités en plein air de gérer la situation. Un conflit qui surgit pendant une expédition se compare à une blessure : si on ne s'en occupe pas, il se répandra et s'envenimera. Bien que ce ne soit jamais plaisant d'avoir à gérer des conflits, on doit toujours prendre le temps au début de s'adresser à la personne et de discuter des problèmes avec calme et délicatesse.

## PRISE DE DÉCISION ET JUGEMENT

**Prise de décision.** La prise de décision est un processus consistant à choisir la meilleure solution parmi un ensemble de solutions possibles. Pour faire ce choix, le chef d'activités en plein air doit avoir recours à son jugement.

**Jugement.** Le jugement est une opinion informée basée sur des expériences passées. Le chef d'activités en plein air doit aussi se servir de son jugement pour prévoir les problèmes avant qu'ils surviennent. Grâce à son expérience à diriger des personnes durant une activité d'aventure en plein air, il est en mesure de prévoir si les choses se passent bien ou s`il faut intervenir.

Les chefs d'activités en plein air sont placés dans ce poste en raison de leur expérience. Il est donc entendu que lorsqu'ils dirigent un groupe, ils auront la compétence nécessaire pour prendre des décisions qui se répercuteront sur la sécurité et le bien-être du groupe. Cela ne veut pas dire qu'ils doivent prendre les décisions importantes tout seul; la capacité de communiquer avec les membres de leur groupe et de tirer profit de leurs expériences et idées pour prendre une décision fait aussi partie intégrante du processus de prise de décisions. Par exemple, un chef d'activités en plein air qui a suivi le même itinéraire qu'une autre personne pour escalader une montagne peut demander le point de vue de celui-ci avant de décider de continuer ou non l'ascension ou bien de s'arrêter en raison du manque de motivation des membres du groupe.

La prise de décision est un processus qui doit se dérouler de manière résolue. Une fois que le chef d'activités en plein air a examiné les solutions possibles et pris une décision, il doit s'y adhérer, à moins que les circonstances changent. Il ne doit pas se laisser influencer par les autres membres du groupe. Il a l'expérience, a évalué les facteurs et a pris une décision. Dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air, où la sécurité est une préoccupation constante, le chef d'activités en plein air doit avoir confiance en sa propre décision et le groupe doit avoir confiance en la décision prise par son chef.

## FACILITATION DE L'EXPÉRIENCE EN EXPÉDITION

Quand on dirige des personnes dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air, on n'est pas toujours certain qu'ils apprendront quelque chose. L'expérience de plein air peut apporter joie et émerveillement en plus d'aider

à développer de nouvelles relations et à faire des découvertes. Elle incite les gens à en apprendre sur eux-mêmes, sur les autres et sur la nature.

On peut se retrouver dans la nature, rater ces opportunités et ne pas tirer de plaisir de ces expériences. Certains participants refusent d'apprendre en plein air pour les raisons suivantes :

- ils ne se sentent pas en sécurité dans un nouvel environnement;
- ils ont eu des expériences négatives par le passé;
- ils ne souhaitent pas tirer profit au maximum de l'expérience.

Un chef d'activités en plein air efficace peut faciliter l'expérience et faire d'une simple excursion de plein air une expérience d'apprentissage dynamique.

La facilitation est un processus consistant à aider un groupe ou une personne à atteindre le résultat désiré. Un facilitateur est un véhicule qui rend possibles les expériences. Pour un chef d'activités en plein air, la facilitation est une compétence qui favorise une dynamique de groupe productive, permettant à tous les membres de collaborer afin de mener à bonne fin l'activité d'aventure en plein air de manière sécuritaire et agréable, tout en développant les relations interpersonnelles.

Le chef d'activités en plein air devra souvent :

- résoudre des conflits;
- communiquer efficacement;
- entretenir la confiance des personnes et la coopération dans le groupe;
- donner une rétroaction et guider la réflexion durant et après l'activité d'aventure en plein air.

## HABILETÉS TECHNIQUES

Le chef d'activités en plein air peut posséder d'excellentes compétences en facilitation et être extrêmement efficace à organiser une activité d'aventure en plein air, mais s'il n'a pas l'habileté technique requise pour diriger l'activité, ces compétences ne lui seront d'aucun recours. Les habiletés techniques se répartissent en deux grandes catégories : les habiletés générales et les habiletés spécialisées.

### Habiletés générales

Les habiletés générales sont les compétences que le chef d'activités en plein air doit posséder, peu importe l'activité d'aventure en plein air. En voici des exemples :

- les prévisions météorologiques,
- les premiers soins en milieu sauvage,
- la planification d'une expédition,
- la navigation,
- les compétences en camping,
- les compétences générales en plein air,
- le conditionnement physique,
- la conscientisation.

### Habiletés spécialisées

Les habiletés spécialisées sont les compétences propres à l'activité d'aventure en plein air que le chef d'activités en plein air aura à diriger. En voici des exemples :

- la randonnée en montagne,
- le vélo de montagne,
- le rappel,
- l'escalade,
- la spéléologie,
- le canotage,
- le kayak.

Il n'est pas nécessaire que le chef d'activités en plein air soit un expert dans toutes les activités. Souvent, il choisit des activités qui l'intéressent particulièrement et tire profit des expériences qu'elles ont à offrir. Seule l'expérience peut mener à l'acquisition d'une compétence dans une activité d'aventure en plein air. Plus le chef d'activités en plein air acquiert de l'expérience, plus il devient compétent.

Il ne doit pas laisser ses compétences se déchoir; il doit constamment participer au perfectionnement professionnel pour mettre à jour ses connaissances et compétences. Le chef d'activités en plein air a la responsabilité de tenir à jour ses compétences dans les domaines où il doit diriger les autres.

**TECHNIQUES D'INSTRUCTION**

Les compétences en enseignement sont importantes parce que le chef d'activités en plein air a souvent l'occasion d'enseigner et de partager ainsi d'importantes compétences et connaissances avec les personnes qu'il dirige. Le chef d'activités en plein air qui a la responsabilité d'enseigner doit maîtriser certaines compétences, comme l'utilisation des aides didactiques et de diverses stratégies d'enseignement, et l'élaboration de plans de leçon portant sur une compétence. L'enseignement par l'expérience est la principale méthode qu'utilisent les chefs d'activités en plein air pour enseigner le contenu pédagogique. Chaque leçon demande une certaine part d'explications et de démonstrations et une part plus importante de mise en pratique – qui donne l'occasion aux personnes d'apprendre les compétences dans un contexte pratique.

**GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT**

Le terme « gérance de l'environnement » est un terme à trois facettes qui tient compte de l'éthique environnementale, de la connaissance des enjeux écologiques et de la gestion des parcs et des aires protégées. La culture actuelle ayant un impact important sur l'environnement, c'est au chef d'activités en plein air de changer l'attitude des personnes envers la préservation et la conservation de l'environnement. Lorsqu'il dirige des groupes, le chef d'activités en plein air doit appliquer et faire respecter le code d'éthique environnementale, représenté par les sept principes de la notion « Ne laissez aucune trace », qui est à la base des relations respectueuses de l'environnement avec le milieu naturel.

La connaissance des enjeux écologiques va de pair avec une réflexion et des gestes critiques dans un contexte environnemental, particulièrement quand vient le temps de prendre des décisions et d'exercer son jugement en ce qui concerne les enjeux environnementaux.

Un grand nombre d'endroits utilisés par les chefs d'activités en plein air pour diriger des activités d'aventure en plein air sont gérés par des organismes provinciaux et nationaux. Il est crucial que les chefs d'activités en plein air connaissent les politiques et les règlements du parc ou de l'aire de conservation qu'ils utilisent et qu'ils se conforment à ces règles. Le parc ou l'aire de conservation a mis a œuvre ces politiques et règlements comme moyen pour réduire l'impact environnemental tout en permettant aux gens d'apprécier la nature sauvage. Les chefs d'activités en plein air doivent comprendre que tout geste a un impact potentiel sur le milieu naturel et qu'ils doivent prendre les précautions nécessaires pour protéger l'environnement lorsqu'ils se déplacent ou qu'ils font du camping en plein air. De plus, ils doivent enseigner à leurs groupes les techniques de camping écologique, de gestion des déchets et de déplacement.

**GESTION DE PROGRAMME**

La gestion de programme comporte deux grands domaines : la gestion de la sécurité et des risques, et la planification, l'organisation et la gestion. Les activités d'aventure en plein air se caractérisent essentiellement par le risque inhérent qui leur est associé. Le risque est l'un des éléments indispensables qui rendent la programmation des activités de plein air si prisée et fructueuse. Le chef d'activités en plein air doit être capable d'établir un équilibre entre le risque et la sécurité – trop de risques rendraient l'expérience trop dangereuse, tandis qu'une trop grande sécurité enlèverait le sens de l'aventure à l'activité. Le chef d'activités en plein air est tenu d'évaluer le niveau de risque de l'activité d'aventure en plein air, de gérer les risques durant l'activité et d'établir un plan d'urgence pour assurer la sécurité de tous les participants. La plupart des aspects de la gestion des risques est mise en œuvre au cours de la phase de planification de l'activité.

Le chef d'activités en plein air doit établir un plan détaillé pour les excursions ou activités qu'il dirige. Il est essentiel de planifier adéquatement les activités d'aventure en plein air, car tout manquement pourrait entraîner de graves conséquences. Un plan d'excursion ou d'activité comprend ce qui suit :

- les détails relatifs à la gestion des urgences,
- les plans d'urgence,
- les plans de gestion du temps,
- les plans de gestion de l'énergie,
- les plans de rationnement,
- les plans de communication,
- l'approvisionnement en équipement et en ressources, etc.

Une fois qu'un plan a été élaboré, la capacité de le mettre en œuvre repose sur les compétences organisationnelles du chef d'activités en plein air. La mise en œuvre consiste à créer un système d'accomplissement des tâches et demande une certaine compétence pour coordonner les divers éléments du plan pour qu'ils s'intègrent en un tout harmonieux.

Les compétences en gestion font appel à la capacité du chef d'activités en plein air à diriger le groupe efficacement en vue d'accomplir toutes les tâches nécessaires tout au long de l'activité d'aventure en plein air. Par exemple, une fois le groupe arrivé à l'emplacement de camping, après une longue journée de rame, un chef d'activités en plein air organisé aura déjà réparti le groupe en sous-groupes pour accomplir plusieurs tâches simultanément afin d'installer le campement, de recueillir de l'eau, d'allumer un feu et de préparer le souper.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**DEVOIR**

Utiliser les mises en situation ci-dessous pour répondre aux questions suivantes :

1. Quelles compétences sont présentées dans la mise en situation?
2. Comment les compétences ont-elles été présentées?
3. Les interventions du chef d'activités en plein air ont-elles été constructives ou destructives?
4. Si elles ont été destructives, qu'aurait dû faire le chef d'activités en plein air pour corriger le tir?

**MISE EN SITUATION n° 1**

Sarah vient de se joindre à votre club, et la première excursion à laquelle elle s'est s'inscrite est la vôtre. Au début du sentier, vous remarquez qu'elle est plutôt fière de montrer sa nouvelle paire de bottes. Que les bottes soient de qualité ou non, vous savez très bien que de nouvelles chaussures peuvent parfois causer des problèmes; vous lui demandez alors plusieurs fois durant les deux premiers milles si elle va bien. Elle vous affirme que tout va bien, sur un ton de voix qui semble signifier de vous mêlez de vos affaires.

La plupart des chefs s'en tiendraient là, mais vous notez que Sarah est une personne entêtée et de nature très fière et indépendante. En outre, la fierté avec laquelle elle montrait ses bottes au début du sentier vous laisse croire qu'elle admettrait difficilement avoir un problème. Bref, vous craignez que Sarah ne vous dise pas quand elle a un problème.

Et vous êtes au début d'une excursion de quatre jours. Une personne qui a très mal aux pieds la première journée vivra une expérience très désagréable, en plus de ralentir considérablement la progression du groupe. Vos craintes se confirment quand vous voyez Sarah avancer en boitant. Vous soupçonnez qu'elle a un début d'ampoule et qu'elle n'en dira rien avant qu'il soit trop tard pour éviter un véritable problème.

À la pause suivante, vous faites semblant d'enlever vos propres bottes pour vérifier vos pieds, en faisant tout bonnement remarquer que tout le monde aurait avantage à en faire de même. Plusieurs personnes suivent votre exemple, donnant ainsi l'occasion à Sarah de faire de même. Vous sortez un pansement et aidez Sarah à soigner la rougeur sur son talon (Martin, B., Cashel, C., Wagstaff, M. et Breunig, M., *(Outdoor Leadership: Theory and Practice*, Human Kinetics (pages 72 à 73)).

**RÉPONSES – MISE EN SITUATION n° 1**

**MISE EN SITUATION n° 2**

Vous dirigez la descente d'un tronçon de la rivière Roughwater, qui peut être très dangereuse à ce temps-ci de l'année. Deux autres personnes dans le groupe sont des rafteurs chevronnés et tous les autres débutants. Il a plu fort dans les montagnes au cours des deux derniers jours, et la rivière est haute. La première étape de la descente se passe bien; vous êtes maintenant rendus à la fourche du diable, où la rivière se sépare en deux. Le bras droit de la fourche ne présente pas plus de difficulté que ce que vous avez déjà connu. Le bras gauche de la fourche par contre, comporte des rapides dangereux, sans compter les pluies récentes. Vous ne disposez pas de rapports de première main concernant l'état de la rivière, mais vous supposez que le gras gauche de la fourche est trop dangereuse pour votre groupe.

Lorsque vous dites au groupe que vous pensez descendre le bras droit de la fourche, tout le monde est d'accord, sauf Dan et Nora. Ces deux personnes, qui sont au moins aussi expérimentés que vous dans la descente en eaux vives, remettent en cause votre évaluation en affirmant qu'elle est trop prudente. Elles disent que la descente de la fourche gauche serait une « expérience inoubliable » et commencent à inciter deux autres personnes à former un radeau complet. Elles réussissent à faire changer d'idée plusieurs débutants.

Vous êtes tenté d'accepter leurs arguments – ce serait, en effet, une descente formidable. Vous savez cependant qu'il serait irresponsable de prendre un tel risque avec ce groupe. Vous annoncez à tout le monde que votre décision est prise – ce sera la fourche droite. Vous leur expliquez qu'étant donné le niveau élevé de la rivière, seul un radeau de quatre rafteurs chevronnés serait en mesure de descendre le bras gauche de la fourche.

Dans votre for intérieur, vous savez aussi que même si deux personnes avec l'expérience de Dan et Nora descendaient les rapides, vous resteriez seul avec deux radeaux de débutants surchargés - situation risquée, même pour la descente du bras « facile » de la fourche. Vous signifiez à Dan et Nora que le groupe doit rester ensemble et que la descente se fera sur le bras facile de la fourche (Martin, B., Cashel, C., Wagstaff, M. et Breunig, M., pages 122 à 123.).

**RÉPONSES – MISE EN SITUATION n° 2**

**MISE EN SITUATION n° 3**

Un instructeur de kayak de mer se présente à un petit lac intérieur pour donner un cours d'introduction au kayak de mer. Il distribue des combinaisons humides et des gilets de sauvetage de base aux étudiants, puis il revêt une combinaison étanche Gore-Tex, un bonnet en néoprène et un gilet de sauvage dernier cri équipé d'une radio VHF dans la pochette, de fusées éclairantes, d'un sifflet, d'une boussole et d'une gourde – en opposition complète avec l'équipement que les étudiants utilisent. Puis, il monte à bord d'un nouveau kayak en Kevlar, pendant que les étudiants s'installent dans des bateaux en plastique. Au fil de la journée, les étudiants s'étonnent de voir l'aisance avec laquelle l'instructeur manœuvre son bateau ultra-performant, alors qu'ils peuvent à peine gouverner le leur. Ils étaient aussi réticents à aller dans l'eau froide, même en voyant que l'instructeur pouvait flotter, en raison de son équipement sophistiqué (Gilberston, K., Bates, T., McLaughlin et Ewert, A., *Outdoor Education: Methods and Strategies*, Human Kinetics (page 25)).

**RÉPONSES – MISE EN SITUATION n° 3**

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**MISE EN SITUATION**

Vous êtes nommé chef d'activités en plein air pour la troisième fois. Vous devez guider un groupe de débutants en randonnée sur un sentier facile qui monte jusqu'au lac Moustique. Votre groupe se déplace un peu moins vite que prévu, mais étant donné qu'il fait beau et que la nature est en fleur, vous jugez qu'il n'y aurait aucun problème à préparer le souper dans l'obscurité, le cas échéant.

Tout à coup, vous voyez de la pluie tomber de nuages sombres au-dessus d'une crête à l'ouest, et dans l'espace de quelques minutes une tempête d'été fonce sur vous. Les premières gouttes de pluie sont tellement grosses qu'elles font voler la poussière sur le sentier. Des éclairs jaillissent à l'arrière des sommets, et la force et la proximité du tonnerre indiquent que l'œil de la tempête sera sur vous en quelques minutes.

Vous venez d'entreprendre une section sur une longue crête à découvert. Si vous poursuivez votre chemin, le risque d'être frappée par la foudre est élevé, et même s'il ne l'était pas, il y a fort à parier qu'une personne paniquerait dans un orage aussi violent. Par contre, si vous retournez dans la forêt plus bas, vous ne parviendrez pas au lac avant la nuit; vous devrez camper plus bas et vous n'êtes pas certain qu'il y a de l'eau à cet endroit.

Jusqu'ici, puisque le sentier est facile et très utilisé, le groupe n'avait besoin d'aucune « direction ». Les choses ont maintenant changé. Il s'agit de la première excursion de Ben dans les montagnes. Il s'inquiète manifestement de plus en plus à chaque éclair qui jaillit (Graham, J., *Outdoor Leadership: Technique, Common Sense & Self-Confidence*, The Mountaineers (pages 15 et 16)).

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**DOCUMENT DE COURS SUR L'ALPHABET PHONÉTIQUE ET LA PRONONCIATION DES CHIFFRES**

| Lettre | Alphabet phonétique | Prononciation | | Lettre | Alphabet phonétique | Prononciation |
|---|---|---|---|---|---|---|
| A | ALFA | AL FAH | | N | NOVEMBER | NO VÈMM BER |
| B | BRAVO | BRA VO | | O | OSCAR | OSS KAR |
| C | CHARLIE | TCHAR LI | | P | PAPA | PAH PAH |
| D | DELTA | DEL TAH | | Q | QUEBEC | KÉH BEK |
| E | ECHO | ÉK O | | R | ROMEO | RO MI O |
| F | FOXTROT | FOX TROTT | | S | SIERRA | SI ER RAH |
| G | GOLF | GOLF | | T | TANGO | TANG GO |
| H | HOTEL | HO TÈLL | | U | UNIFORM | YOU NI FORM |
| I | INDIA | IN DI AH | | V | VICTOR | VIK TAR |
| J | JULIETT | DJOU LI ÈTT | | W | WHISKEY | OUISS KI |
| K | KILO | KI LO | | X | X-RAY | EKSS RÉ |
| L | LIMA | LI MAH | | Y | YANKEE | YANG KI |
| M | MIKE | MAÏK KE | | Z | ZULU | ZOU LOU |

| Numéro | Prononciation | | Numéro | Prononciation |
|---|---|---|---|---|
| 0 | ZÉ-RO | | 5 | CINQUE |
| 1 | UN | | 6 | SIS-SE |
| 2 | DEUX | | 7 | SETTE |
| 3 | TROIS | | 8 | HUITTE |
| 4 | QUATRE | | 9 | NEUFE |

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**EXERCICE DE RADIOCOMMUNICATION**

| SÉRIE | DE | À | MESSAGE | REMARQUES |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 | Toutes les stations | Toutes les stations 1 – ICI – 1 – CONTRÔLE RADIO – À VOUS | Vérification du réseau. |
| | Toutes les stations | 1 | 11 – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>11A – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>11B – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>11C – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>12 – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>12A – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>12B – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>12C – FORT ET CLAIR – À VOUS<br>13 – FAIBLE, MAIS INTELLIGIBLE – À VOUS<br>13A – FAIBLE ET DÉFORMÉ – À VOUS<br>13B – FAIBLE, MAIS INTELLIGIBLE – À VOUS<br>13C – STATION INCONNUE – REDITES – À VOUS | 13C n'a pas entendu l'indicatif d'appel de la station émettrice. |
| | 1 | Toutes les stations | Toutes les stations – ICI – 1 – REÇU – 13C – ICI – 1 – JE REDIS, CONTRÔLE RADIO – À VOUS | |
| | 13C | 1 | 13C – FORT ET CLAIR – À VOUS | |
| | 1 | Toutes les stations | 1 – REÇU – FORT ET CLAIR – TERMINÉ | |
| 2 | 1 | 11, 12, 13 | 11, 12, 13 – ICI – 1 – FAITES VENIR SUNRAY – À VOUS | Utilisation des appellations convention-nelles. |
| | 11 | 1 | 11 – ICI SUNRAY – À VOUS | |
| | 12 | 1 | 12 – ATTENDEZ – TERMINÉ | |
| | 13 | 1 | 13 – ICI SUNRAY MINOR, SUNRAY n'est pas ici – À VOUS | Termes de procédure |
| | 12 | 1 | 1 – ICI SUNRAY – À VOUS | |

| SÉRIE | DE | À | MESSAGE | REMARQUES |
|---|---|---|---|---|
| | 1 | 11, 12, 13 | 1 – ROMEO VICTOR à COORDONNÉES 159597 – À VOUS | Alphabet phonétique et chiffres |
| | 11, 12, 13 | 1 | 11 – REÇU – À VOUS<br>12 – REÇU – À VOUS<br>13 – REÇU – À VOUS | |
| | 1 | 11, 12, 13 | 1 – REÇU – TERMINÉ | |
| 3 | 11 | 11A,11B, 11C | Toutes les stations 11 – ICI – 11 – MESSAGE LONG – À VOUS | |
| | 11A,11B, 11C | 11 | 11A – ENVOYEZ – À VOUS<br>11B – ATTENDEZ – À VOUS<br>11A – ENVOYEZ – À VOUS | Attendre moins de 5 secondes. |
| | 11B | 11 | 11 – ICI – 11B – ENVOYEZ – À VOUS | |
| | 11 | 11A,11B, 11C | 11 – se déplacera à FOXTROT UNIFORM PAPA à CHIFFRES 0330 heures. 11C sera en tête, suivi de 11, 11B et 11A. À SUIVRE – À VOUS | Message long. |
| | 11A,11B, 11C | 11 | 11A – REÇU – À VOUS<br>11B – REÇU – À VOUS<br>11C – REÇU – À VOUS | |
| | 11 | 11A,11B, 11C | 11 – INDICATIF D'APPEL BLUEBELL viendra à FOXTROT UNIFORM PAPA avec nous. 11A fermera la marche – À VOUS | |
| | 11A,11B, 11C | 11 | 11A – REÇU – À VOUS<br>11B – REÇU – À VOUS<br>11C – REDITES TOUT APRÈS « avec nous » – À VOUS | Termes de procédure REDITES et APRÈS |
| | 11 | 11C | 11 – JE REDIS TOUT APRÈS « avec nous », « 11A fermera la marche » – À VOUS | |
| | 11C | 11 | 11C – REÇU – À VOUS | |
| | 11 | 11A,11B, 11C | 11 – REÇU – TERMINÉ | |
| 4 | 12 | 12A,12B, 12C | Toutes les stations 12 – ICI – 12 – MESSAGE LONG – À VOUS | |

| SÉRIE | DE | À | MESSAGE | REMARQUES |
|---|---|---|---|---|
| | 12A,12B, 12C | 12 | 12A – ENVOYEZ – À VOUS<br>12B – ENVOYEZ – À VOUS<br>12C – ENVOYEZ – À VOUS | |
| | 12 | 12A,12B, 12C | 12 – nous déplaceront à FOXTROT UNIFORM PAPA à CHIFFRES 030 heures … CORRECTION … CHIFFRES 0330 heures. 12C sera en tête, suivi de 12, 12A et 12B…. À SUIVRE – À VOUS | Message long, faire des corrections. |
| | 12A,12B, 12C | 12 | 12A – REÇU – À VOUS<br>12B – REÇU – À VOUS<br>12C – REÇU – À VOUS | |
| | 12 | 12A,12B, 12C | 12 – PLAYTIME sera sur place pour faire l'appoint de PAPA OSCAR LIMA quand on arrivera à FOXTROT UNIFORM PAPA. 12C sera à gauche, 12B au centre, 12A à droite, 12 en profondeur – À VOUS | Appellation convention-nelle. |
| | 12A,12B, 12C | 12 | 11C – REDITES TOUT ENTRE « PLAYTIME » et « arrivera » – À VOUS<br>12B – REÇU – À VOUS<br>12C – REÇU – À VOUS | 12A a manqué une partie du message. |
| | 12 | 12A | 12 – JE REDIS TOUT ENTRE « PLAYTIME » et « arrivera », « PLAYTIME sera sur place pour faire l'appoint de PAPA OSCAR LIMA quand on arrivera » – À VOUS | |
| | 12A | 12 | 12A – REÇU – À VOUS | |
| | 12 | 12A,12B, 12C | 12 – REÇU – TERMINÉ | |
| 5 | 13 | 13A,13B, 13C | Toutes les stations 13 – ICI – 13 – À VOUS | |
| | 13A,13B, 13C | 13 | 13A – REÇU – À VOUS<br>13B – REÇU – À VOUS | Quelques secondes s'écoulent. |
| | 13 | 13A,13B, 13C | 13 – 13A, 13B – REÇU – 13C, ICI 13 – À VOUS | Quelques secondes s'écoulent. |
| | 13 | 13C | 13C – ICI – 13 – À VOUS | |

| SÉRIE | DE | À | MESSAGE | REMARQUES |
|---|---|---|---|---|
| | 13C | 13 | 13C – ENVOYEZ – À VOUS | |
| | 13 | 13C | 13 – ASSUREZ-VOUS DE CONTINUELLEMENT SURVEILLER LE RÉSEAU – À VOUS | |
| | 13C | 13 | 13C – REÇU – À VOUS | |
| | 13 | 13A,13B, 13C | Toutes les stations 13 – bivouac à COORDONNÉES 178342 d'ici à CHIFFRES 0430 heures. Attendez-vous à des visiteurs de – J'ÉPELLE ALFA DELTA VICTOR ECHO NOVEMBER TANGO UNIFORM ROMEO ECHO CHARLIE OSCAR YANKEE – À VOUS | Alphabet phonétique, épeler des mots difficiles. |
| | 13A,13B, 13C | 13 | 13A – REÇU – À VOUS<br>13B – REDITES TOUT APRÈS « des visiteurs de » – À VOUS<br>13C – REÇU – À VOUS | |
| | 13 | 13B | 13 – 13B RELISEZ….JE REDIS TOUT APRÈS « des visiteurs de »… « des visiteurs de J'ÉPELLE<br>ALFA DELTA VICTOR ECHO NOVEMBER TANGO UNIFORM ROMEO ECHO CHARLIE OSCAR YANKEE – À VOUS | S'assurer que le message est compris. |
| | 13B | 13 | 13B – JE RELIS… des visiteurs de J'ÉPELLE ALFA DELTA VICTOR ECHO NOVEMBER TANGO UNIFORM ROMEO ECHO CHARLIE CHARLIE YANKEE – À VOUS | Une erreur est faite. |
| | 13 | 13B | 13 – NÉGATIF… « des visiteurs de J'ÉPELLE ALFA DELTA VICTOR ECHO NOVEMBER TANGO UNIFORM ROMEO ECHO CHARLIE OSCAR YANKEE – À VOUS | |
| | 13B | 13 | 13B – JE RELIS… « des visiteurs de J'ÉPELLE ALFA DELTA VICTOR ECHO NOVEMBER TANGO UNIFORM ROMEO ECHO CHARLIE OSCAR YANKEE – À VOUS | |
| | 13 | 13C | 13 – REÇU – TERMINÉ | |
| 6 | 12 | 13 | 13 – ICI – 12 – À VOUS | Faire passer le message. |

| SÉRIE | DE | À | MESSAGE | REMARQUES |
|---|---|---|---|---|
| | 12 | 13 | 13 – ICI – 12 – À VOUS | |
| | 12 | 13 | 13 – ICI – 12 – À VOUS | |
| | 13C | 12 | 12 – ICI – 11B – PAR MOI – À VOUS | |
| | 12 | 13C | 12 – REÇU – TRANSMETTEZ À 12 – ENVOYEZ Emplacement de ROMEO VICTOR – À VOUS | |
| | 13C | 12 | 13C – REÇU – TERMINÉ | |
| | 13C | 13 | 13C – ICI – 13 – À VOUS | |
| | 13 | 13C | 13 – ENVOYEZ – À VOUS | |
| | 13C | 13 | 12 – TRANSMETTEZ PAR DE 12 – « ENVOYEZ l'emplacement de ROMEO VICTOR » – À VOUS | |
| | 13 | 13C | 13C – REÇU – ROMEO VICTOR est à COORDONNÉES 137954 – À VOUS | |
| | 13C | 13 | 13C – REÇU – TERMINÉ | |
| | 13C | 12 | 12 – ICI – 13 – À VOUS | |
| | 12 | 13C | 12 – ENVOYEZ – À VOUS | |
| | 13C | 12 | 13C – TRANSMETTEZ PAR DE 13 – « ROMEO VICTOR est à COORDONNÉES 137954 » – À VOUS | |
| | 12 | 13C | 12 – REÇU – TERMINÉ | |
| 7 | 1 | Toutes les stations | Toutes les stations 1 – ICI – 1 – BULL DOG – À VOUS | Mettre fin au réseau. |

| SÉRIE | DE | À | MESSAGE | REMARQUES |
|---|---|---|---|---|
| | Toutes les stations | 1 | 11 – REÇU – À VOUS<br>11A – BULL DOG – À VOUS<br>11B – BULL DOG – À VOUS<br>11C – BULL DOG – À VOUS<br>12 – BULL DOG – À VOUS<br>12A – BULL DOG – À VOUS<br>12B – BULL DOG – À VOUS<br>12C – BULL DOG – À VOUS<br>13 – BULL DOG – À VOUS<br>13A – BULL DOG – À VOUS<br>13B – BULL DOG – À VOUS<br>13C – BULL DOG – À VOUS | |
| | 1 | Toutes les stations | 1 – BULL DOG – MAINTENANT – TERMINÉ | |

# CHAPITRE 16

# OREN 326 – METTRE EN PRATIQUE LES COMPÉTENCES EN EXPÉDITION

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 1**

# OCOM M326.01 – SE PRÉPARER POUR L'INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 30 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Se procurer les exemples requis de vêtements et d'équipement de plein air.

Se procurer les exemples requis de collations à haute teneur énergétique, si possible.

Se procurer la version à jour des instructions de ralliement pour le centre d'expédition.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour faire connaître aux cadets l'instruction sur les expéditions et leurs responsabilités à l'égard de l'équipement.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de se préparer pour l'instruction sur les expéditions.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent l'importance de se préparer pour l'instruction sur les expéditions afin qu'ils soient plus à l'aise. La révision des instructions de ralliement avant l'instruction des cadets aidera les cadets à s'y préparer.

**Point d'enseignement 1** — **Discuter de la sélection des vêtements, des chaussures et de l'équipement personnel et de groupe**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à familiariser les cadets avec les vêtements et l'équipement appropriés à apporter pour l'instruction sur les expéditions.

Ce PE est une introduction aux critères de sélection de vêtements et de l'équipement personnel de groupe. Les cadets devraient déjà avoir des connaissances acquises lors des instructions de l'étoile verte et de l'étoile rouge sur ce sujet.

Avoir des exemples de vêtements de plein air, si possible.

Adapter la leçon en fonction des conditions météorologiques prévues aux centres d'expédition respectifs et des activités qui s'y dérouleront. On doit conseiller aux cadets de vérifier les prévisions météorologiques avant l'instruction.

## LES VÊTEMENTS

La façon la plus efficace de se garder au chaud et d'assurer son confort dans des conditions changeantes est de porter plusieurs couches de vêtements, plutôt qu'une seule. Les couches de vêtements créent un microclimat autour du corps que l'on peut adapter en fonction de l'humidité, du vent, de la température et des niveaux d'effort.

Ne pas oublier :

- mieux vaut rester au chaud que d'essayer de se réchauffer après avoir eu froid;
- on a besoin de plus d'isolation pour rester au chaud lorsqu'on est assis sans bouger que lorsqu'on bouge;
- la chaleur se perd plus rapidement au contact d'un objet solide, par conduction, qu'au contact de l'air froid, par convection; c'est ce qu'on appelle transfert de chaleur par mouvement ascendant.

## LES CHAUSSURES

Les chaussures constituent un aspect important de l'habillement pour l'instruction sur les expéditions. Des chaussures ou bottes bien ajustées et confortables rendront l'instruction plus agréable pour le cadet. Des bottes de randonnées qui arrivent au bas de la cheville sont les chaussures idéales. Il est important de trouver des chaussures ou bottes qui protègent adéquatement la cheville.

On ne devrait pas porter de bottes de combat ou autres bottes militaires qui dépassent la cheville, durant l'instruction sur les expéditions.

**L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL**

Consulter les instructions de ralliement pour obtenir une liste de l'équipement personnel requis.

L'équipement d'expédition personnel est composé d'articles qui sont utiles pour le participant et qu'il doit entretenir. L'équipement personnel est le bagage que les cadets doivent transporter sur eux.

Articles à apporter de la maison :

- **Une trousse d'hygiène.** incluant tous les articles personnels nécessaires au maintien d'une bonne santé et d'une bonne hygiène, soit :
  - du savon de camping (biodégradable),
  - une brosse à dents,
  - du dentifrice,
  - du papier hygiénique,
  - une débarbouillette ou une petite serviette.
- **Un insectifuge.** L'ingrédient actif d'un insectifuge est le DEET. Il existe de nombreuses marques d'insectifuge, qu'on peut acheter dans la plupart des épiceries.
- **Un baume pour les lèvres.** Le baume pour les lèvres avec écran solaire aide à protéger les lèvres. Les lèvres brûlent facilement en altitude, et les vents froids et secs peuvent les gercer et les faire saigner.
- **Un écran solaire.** Un facteur de protection solaire (FPS) de 4 signifie que cela prendra quatre fois plus de temps que si elle n'était pas protégée, pour que la peau brûle. Bien qu'on puisse prévenir la plupart des coups de soleil avec un FPS de 15 et une protection UVA et UBV, il est recommandé d'utiliser un FPS de 30 ou plus pour la plupart des activités.
- **Des lunettes de soleil.** Lunettes de protection.
- **Un bloc-notes et un crayon.** Permet de prendre des notes ou de laisser un message dans toute situation.
- **Un récipient d'eau.** Bouteille d'eau ou gourde étanche.
- **Un appareil photographique.** L'appareil photographique est un excellent moyen pour enregistrer de nouvelles expériences.

Articles que le centre d'expédition peut fournir :

- **Une lampe de poche ou une lampe frontale.** On doit toujours avoir sur soi une lampe de poche ou une lampe frontale; un petit modèle est préférable pour limiter le poids (s'assurer d'apporter des piles et des ampoules de rechange lors de chaque voyage). Les lampes frontales permettent un fonctionnement mains libres.
- **Des allumettes.** Au moins 20 allumettes de ménage résistantes à l'eau. Conserver les allumettes et un frottoir dans un contenant distinct, à l'intérieur de l'équipement (on peut utiliser des contenants pour film 35 mm).
- **Un couteau de poche ou un outil polyvalent.** Outil utile pour de nombreuses applications dans la campagne. Les couteaux de chasse équipés d'une longue lame fixe ne sont pas appropriés pour les activités de cadet.
- **Une trousse de survie.** Remplie d'articles particulièrement utiles pour l'environnement du lieu où on ira.

- **Un sifflet.** À utiliser comme dispositif de signalisation en cas d'urgence.
- **Des collations à haute teneur énergétique.** Telles qu'elles sont décrites au PE 2.

On pourrait exiger de chaque participant qu'il apporte une assiette, un bol et des ustensiles, selon la nourriture qu'il consommera pendant l'instruction sur les expéditions.

**L'ÉQUIPEMENT DE GROUPE**

L'équipement de groupe doit être choisi en fonction de sa polyvalence, de son poids et de la facilité avec laquelle on peut l'utiliser et l'emballer. Plus un article est compact ou peut le devenir, plus il est facile à emballer et à transporter.

L'équipement de groupe sera remis aux cadets à leur arrivée au centre d'expédition.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelle façon est la plus efficace pour se garder au chaud et assurer son confort dans des conditions changeantes?

Q2. Quels types de chaussures sont idéaux pour l'instruction sur les expéditions?

Q3. Quels articles personnels le cadet doit-il apporter au centre d'expédition?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La façon la plus efficace de se garder au chaud et d'assurer son confort dans des conditions changeantes est de porter plusieurs couches de vêtements, plutôt qu'un seul vêtement.

R2. Des bottes de randonnées qui arrivent au bas de la cheville sont les chaussures idéales pour l'instruction sur les expéditions.

R3. Les articles personnels que le cadet doit apporter au centre d'expédition sont les suivants :

- une trousse d'hygiène,
- un insectifuge,
- du baume pour les lèvres,
- un écran solaire,
- des lunettes de soleil,
- un bloc-notes et un crayon,
- un récipient d'eau,
- un appareil photographique.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des collations à haute teneur énergétique**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à présenter aux cadets l'importance de manger et de prendre des collations pendant les activités à haute dépense énergétique.

Si possible, utiliser de vrais aliments en guise d'exemple.

La nourriture est l'un des facteurs les plus importants à prendre en considération lorsqu'on dépense beaucoup d'énergie pendant une activité. Il est important de bien choisir les collations qui complèteront les repas afin de s'alimenter et de conserver son énergie.

Les risques de blessures augmentent vers 1100 heures et 1500 heures, moments où le taux de sucre dans le sang est faible et où les personnes sont fatiguées de leur activité.

**BARRES DE CÉRÉALES**

Les barres de céréales représentent une collation facile à apporter en randonnée et qui génère peu de déchets. Le papier d'emballage d'une barre de céréales peut être plié et mis dans un sac en plastique refermable qu'on jettera plus tard. Si on la mange en chemin, on peut simplement mettre le papier d'emballage dans une poche.

Les barres de céréales sont vendues dans une variété de saveurs, qui inclue souvent le chocolat. Elles contiennent en grande partie des produits céréaliers et ont une haute valeur calorique. Elles contiennent souvent de 10 à 14 grammes de glucides et de 11 à 16 grammes de lipides.

Éviter les barres de céréales qui contiennent plus de 20 % de lipides, car elles ne feront que nuire au niveau d'énergie.

**FRUITS ET NOIX SÉCHÉS**

Les fruits déshydratés peuvent se conserver pendant des mois sans perdre l'essentiel de leur valeur nutritive. Ils sont avantageux sur le plan énergétique et légers, car 80 % du contenu en eau a été enlevé. La plupart des épiceries offrent une variété de fruits, qui peuvent être déshydratés à la maison.

**Pommes déshydratées maison :**

1. Couper les pommes en tranches minces.
2. Les déposer sur une plaque de cuisson en une seule couche.
3. Mettre au four à basse température (60 degrés Celsius [140 degrés Fahrenheit]).
4. Vérifier le degré de déshydratation toutes les 20 minutes.
5. Entrouvrir la porte du four pour laisser s'échapper l'humidité et améliorer les résultats.

Cette recette peut prendre jusqu'à quatre heures.

Les graines et les noix sont d'excellentes sources de glucides, de protéines et de lipides. Les protéines représentent une partie essentielle de tout régime alimentaire; il est reconnu qu'il ne faut jamais partir sans cette collation indispensable. Leur teneur élevée en gras ralentit la digestion, c'est pourquoi il est préférable de les manger pour refaire le plein d'énergie pendant les pauses plus longues. Les noix procurent aussi du magnésium, qui protège les muscles contre les brûlures causées par l'acide lactique.

**FROMAGE**

Bonne source de produits laitiers en randonnée, le fromage assure un bon apport en calcium.

Les fromages à forte teneur en eau se conservent mal s'ils ne sont pas réfrigérés pendant longtemps.

Voici des fromages à faible teneur en eau :

- le cheddar,
- le colby,
- le suisse.

Les fromages à faible teneur en eau se conservent longtemps. La matière grasse du lait se liquéfie à température élevée. Malgré l'apparence désagréable qui en résulte, cela ne signifie pas que le fromage est avarié.

**RAISINS SECS ET ARACHIDES – UN BON VIEUX MÉLANGE**

Le bon vieux mélange est un mélange de raisins secs et d'arachides. On ajoute souvent une source de glucides, comme des pépites de chocolat, à un fruit déshydraté.

Il existe de nombreuses variétés de bon vieux mélange. On peut soit en acheter, déjà préparé, dans la plupart des épiceries ou en préparer à la maison. On a tous une recette préférée. La recette peut varier d'une expédition à l'autre, en fonction des ingrédients disponibles ou de ce que l'on a le goût de manger.

Les petits ingrédients, comme les graines de tournesol, se ramasseront au fond du sac pendant que les ingrédients plus gros resteront en surface. C'est pour cela qu'il faut mélanger le contenu du sac avant de le manger.

**Recette simple de bon vieux mélange :**

118 ml (1/2 tasse) d'arachides

118 ml (1/2 tasse) de raisins secs

59 ml (1/4 tasse) de pépites de chocolat*

59 ml (1/4 tasse) de canneberges déshydratées.

*Par temps chaud, on peut remplacer les pépites de chocolat par des morceaux de chocolat enrobés de sucre qui ne fondront pas.

Mélanger le tout dans un bol et entreposer dans un contenant hermétique ou un sac refermable.

Cette recette donne un peu plus de 354 ml (1 ½ tasse). Ajouter ou enlever des ingrédients selon votre goût.

Voici des exemples d'ingrédients qu'on peut mettre dans un bon vieux mélange :

- des pommes déshydratées,
- des brisures de banane,
- des papayes déshydratées,
- des dattes,
- des canneberges déshydratées,
- de la noix de coco,
- des amandes,
- des noix de cajou,
- des arachides,
- du chocolat,
- des grains de caroube,
- des morceaux de chocolat enrobés de sucre,
- des raisins secs enrobés de chocolat ou de yogourt,
- des graines de tournesol,
- des pois verts déshydratés,
- des bretzels.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Quand a-t-on tendance à se blesser le plus souvent en randonnée?

Q2. Quels nutriments sont contenus dans les noix?

Q3. Qu'est-ce que le bon vieux mélange?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les risques de blessures augmentent vers 1100 heures et 1500 heures, moments où le taux de sucre dans le sang est faible et où les personnes sont fatiguées de leur activité.

R2. Les noix sont une excellente source de glucides, de protéines et de lipides.

R3. Le bon vieux mélange est un mélange de raisins secs et d'arachides. On ajoute souvent une source de glucides, comme des pépites de chocolat, à un fruit déshydraté.

---

**Point d'enseignement 3** — **Réviser les instructions de ralliement et l'horaire de l'instruction sur les expéditions de l'étoile argent et en informer les cadets**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

---

Ce PE vise à informer les cadets de ce dont ils auront besoin pendant l'instruction au centre d'expédition.

Réviser les instructions de ralliement et après en avoir informé les cadets, répondre à toutes les questions qu'ils pourraient avoir.

**RISQUES LIÉS À L'INSTRUCTION SUR LES EXPÉDITIONS**

Les activités dirigées aux centres d'expédition comprendront probablement de la randonnée pédestre, du vélo, du canotage et du camping. Toutes les activités d'aventure comportent des risques qui leurs sont inhérents. Le risque est la possibilité qu'un danger, une perte ou une blessure survienne. Chaque activité comporte ses propres risques.

La randonnée pédestre est une activité de marche dans la nature sauvage sur des sentiers non revêtus qui peut se faire sur des types de terrains et dans des milieux très variés. Il n'est pas rare que des cadets se blessent en trébuchant, en tombant et en glissant sur des racines ou des roches mouillées ou en tombant sur une petite pente.

Le vélo de montage est une activité qui consiste à conduire un vélo sur des sentiers ou des routes secondaires au moyen d'équipement spécialisé. Les cadets risquent de tomber du vélo ou de se blesser à cause d'une utilisation incorrecte. Les blessures en vélo de montagne peuvent prendre la forme de coupures et d'éraflures, de contusions, de blessures superficielles ou de fractures.

Le canotage consiste à se déplacer en canot. Les cadets doivent être assis, porter leur V.F.I. et agir de façon responsable dans le canot. Ces gestes limiteront les risques associés au canotage.

Le canotage a une signification culturelle importante pour les Canadiens; lors d'une instruction sur les expéditions, il permet aux cadets de découvrir les espaces sauvages du Canada d'un point de vue différent.

Se reporter à l'OAIC 40-01, *Programme d'expéditions des cadets de l'Armée*, pour des informations générales sur les expéditions.

**Renseignements médicaux**

Le formulaire de renseignements médicaux se trouve dans l'A-CR-CCP-951/PT-003, chapitre 1, annexe B. Tous les cadets doivent le remplir avant d'entreprendre l'instruction sur les expéditions. Il contient des questions générales concernant la santé.

**Consentement à la formation par l'aventure**

En plus du formulaire de renseignements médicaux, les cadets participants doivent remplir le formulaire de consentement à la formation par l'aventure, qui se trouve dans l'A-CR-CCP-951/PT-003, chapitre 1, annexe A. Ce formulaire informe les instructeurs et les organisateurs que le cadet comprend ce qu'il entreprend et qu'il se conformera à l'ensemble des règles et règlements.

**Politiques**

On doit rappeler à tous les cadets, avant de participer à l'instruction sur les expéditions, de respecter les politiques suivantes :

- OAIC 11-08, *Politique sur la gérance de l'environnement*;
- OAIC 13-23, *Politique sur l'utilisation de drogues et d'alcool*;
- OAIC 13-24, *Politique sur la prévention et la résolution du harcèlement*;
- OAIC 13-26, *Politique sur le retour à l'unité*;
- OAIC 15-22, *Politique sur la conduite et la discipline des cadets*.

**INSTRUCTIONS DE RALLIEMENT**

Les instructions de ralliement sont publiées afin de fournir aux cadets tous les renseignements dont ils pourraient avoir besoin pour arriver étant préparés au centre d'expédition et être en mesure d'effectuer l'instruction requise. Elles sont formulées pour toutes les activités qui se déroulent à l'extérieur du corps de cadets local.

Chaque région dispose d'instructions de ralliement propre à son centre d'expédition.

Les instructions de ralliement relatives à l'instruction sur les expéditions se trouvent sur le site web régional, par le biais du site www.cadets.ca.

Les instructions de ralliement comportent des renseignements tels que :

- des renseignements généraux sur l'activité,
- les indications pour se rendre au centre d'expédition,
- les dates d'instruction,
- les exigences relatives au transport,
- l'identification requise,
- des renseignements administratifs et des renseignements sur les réclamations,
- des renseignements sur les vivres et le logement,
- les exigences relatives à l'uniforme,
- la conduite attendue du cadet,

- la liste de bagages requis.

Les instructions de ralliement comprendront souvent un calendrier ou un horaire.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à la séance d'information sur la fin de semaine d'instruction au centre d'expédition servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la séance d'information sur la fin de semaine d'instruction aux centres d'expédition servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

### OBSERVATIONS FINALES

La participation des cadets à une séance d'information sur le centre d'expédition local, les vêtements à porter et l'équipement et les collations à apporter les aideront à mieux se préparer pour les prochains défis qu'ils auront à relever lors de l'instruction sur les expéditions.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les instructions de ralliement et l'horaire auquel il est fait référence au PE 3 varie selon la région. Les instructeurs doivent les obtenir auprès du centre d'expédition local.

Cet OCOM doit être enseigné pendant les deux semaines qui précèdent la fin de semaine d'instruction de l'étoile argent au centre d'expédition.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 Directeur – Cadets 3. (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-051 (ISBN 978-0-7153-2254-3) Bagshaw, C. (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*. Cincinnati, Ohio, David & Charles.

C2-066 (ISBN 1-4000-5309-9) Curtis, R. (2005). *The Backpacker's Field Manual: A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*. New York, New York, Three Rivers Press.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 2**

# OCOM M326.02A – PAGAYER EN CANOT

Durée totale : 165 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 3 et le PE 6 afin d'initier les cadets au canotage, de stimuler leur intérêt et de leur présenter la matière de base ou les renseignements généraux sur le canotage, l'équipement de canotage et les consignes de sécurité.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 4, 5 et 9 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment portager un canot, équiper un canot et comment effectuer les coups de pagaie de base tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE 7 et 8, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la mise à l'eau et l'accostage du canot et la récupération de canot en T dans un environnement contrôlé.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 10, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de faire l'expérience de canoter dans un environnement sécuritaire et contrôlé lors d'une expédition. L'expédition contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances en canotage dans un environnement amusant et stimulant sur l'eau.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir identifié les parties du canot et de la pagaie; fait la démonstration de la façon d'équiper correctement un canot avec l'équipement de sécurité, la façon de se préparer pour des activités sur l'eau et de mettre à l'eau et accoster un canot; il devrait avoir effectué une récupération de canot en T; et exécuté les coups de pagaie de base.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets connaissent les parties du canot et de la pagaie pour qu'ils puissent suivre les directives de l'instructeur lorsqu'ils participent à des activités de canotage. Afin d'assurer la sécurité des cadets et des personnes les entourant pendant une activité de canotage, il est essentiel que tous les cadets sachent comment équiper un canot avec l'équipement de sécurité nécessaire, sachent comment communiquer au moyen d'une pagaie et de signaux de sifflet, sachent comment ajuster correctement un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.), comprennent les méthodes de portage, de mise à l'eau et de chargement, connaissent les procédures de sauvetage, et soient capables de manœuvrer leur canot sur l'eau.

---

**Point d'enseignement 1** **Identifier les parties d'un canot**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

---

Il est important que les cadets puissent voir le canot et ses parties. Il doit y avoir un canot sur place. L'instructeur ou l'assistant doit désigner les pièces au fur et à mesure qu'il les identifie.

Il existe plusieurs styles de canot. Avec les améliorations technologiques apportées à la fabrication des canots, il est facile de choisir un canot performant. Malgré l'évolution de la conception, les éléments de base du canot demeurent les mêmes. Voici les parties du canot :

**Proue.** La proue correspond à la section avant du canot. On peut la repérer facilement en se basant sur les sièges. L'espace pour les jambes entre l'extrémité du canot et le siège de la proue est le plus grand.

**Poupe.** La poupe correspond à la section arrière du canot; la direction du canot se fait essentiellement de cette position.

**Plats-bords.** Les plats-bords sont les bords supérieurs des côtés du canot.

**Banc central.** Le banc central sur un canot est la pièce transversale fixée aux plats-bords, aux deux tiers de la distance à partir de la proue. Le banc central sert de structure et de support aux plats-bords et à la coque.

**Coque.** La coque est le corps du canot qui déplace l'eau et assure la flottabilité du canot.

**Quille.** La quille est la bande étroite qui passe au centre du fond de la coque, de la proue à la poupe. Elle améliore l'alignement (déplacement en ligne droite) et la stabilité en plus d'agir comme une barrière entre le sol et la coque.

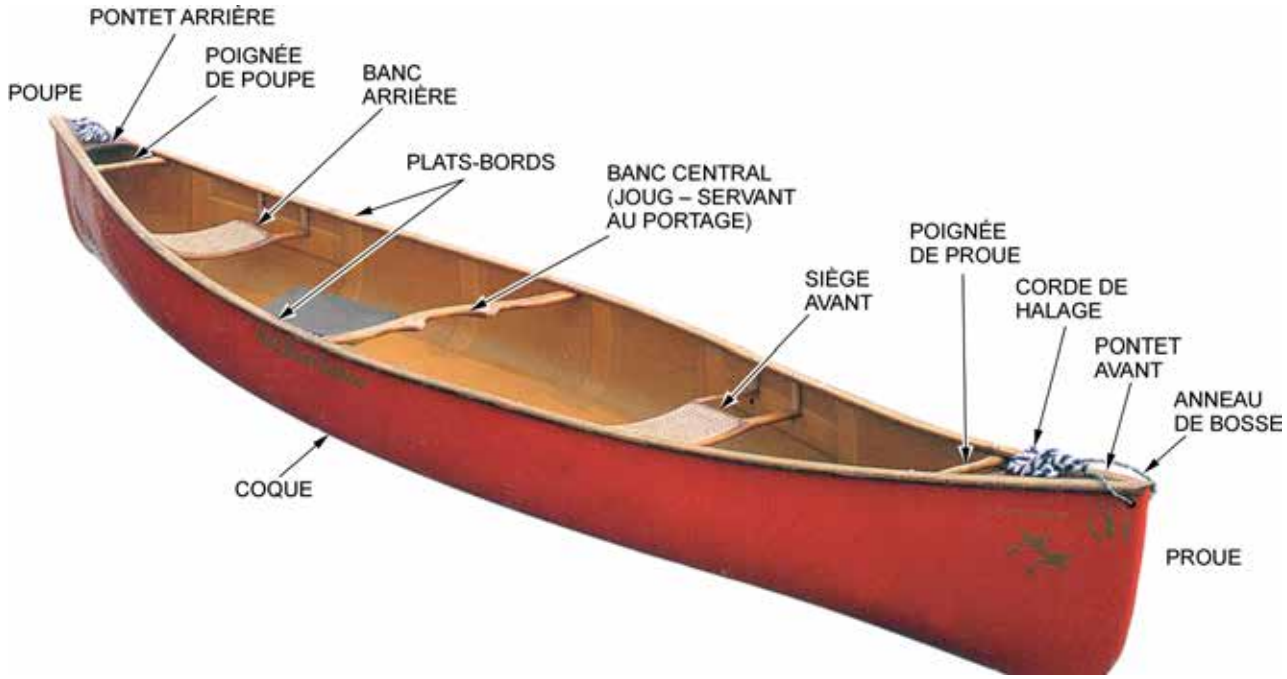
**Siège avant.** Le siège avant se trouve à l'avant (proue) du canot, à une distance de l'extrémité du canot qui permet au pagayeur avant d'avoir assez d'espace pour les jambes.

**Banc arrière.** Le banc arrière se trouve à l'arrière (poupe) du canot. Il est étroit et fixé aux plats-bords vers l'arrière du canot.

**Poignée de proue.** Il s'agit d'une prise située à la proue qui permet de lever et transporter le canot.

**Poignée de poupe.** Il s'agit d'une prise située à la poupe qui permet de lever et transporter le canot.

**Pontet.** Les pontets sont des pièces triangulaires fixées entre les plats-bords, aux deux extrémités du canot. On les appelle souvent le pontet avant et le pontet arrière. Le pontet sert de poignée pratique lorsque le canot n'a pas de poignée de proue ou de poupe; on peut aussi y attacher une corde de halage.




*G. McGuffin & J. McGuffin, Paddle Your Own Canoe, The Boston Mills Press (page 13)*

Figure 16-2-1 Parties du canot

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

---

**QUESTIONS**

Q1. Comment s'appellent l'avant et l'arrière du canot?

Q2. Qu'est-ce que la coque?

Q3. Où se situe la quille?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. L'avant et l'arrière du canot sont appelés la proue et la poupe.

R2. La coque est le corps du canot qui déplace l'eau et assure la flottabilité du canot.

R3. La quille se trouve au fond du canot, de la proue à la poupe.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des pagaies**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Avoir une pagaie pour montrer ses diverses parties.

Après le canot, la pagaie est la pièce d'équipement la plus importante pour le canotage. Elle permet de donner l'élan qui déplace le canot.

**LES PARTIES DE LA PAGAIE**

**Manche.** Le manche est le col étroit de la pagaie, entre la poignée et la pale.

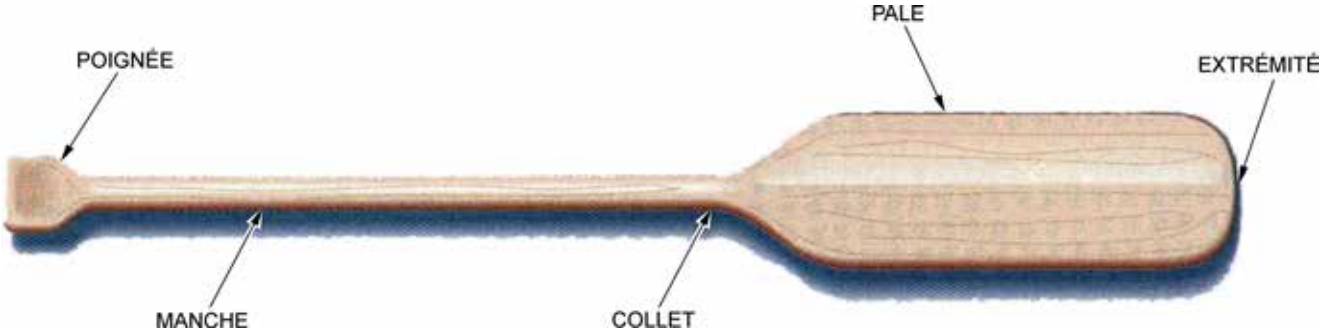
**Poignée.** La poignée se trouve au haut du manche, où le pagayeur tient la pagaie.

**Collet.** Le collet se trouve au bas du manche, où le pagayeur tient la pagaie de l'autre main.

**Pale.** La pale est la partie de la pagaie qui est plongée dans l'eau. Elle a deux côtés :

- **Face propulsive.** La face propulsive est la face de la pagaie qui prend appui sur l'eau lors de la propulsion vers l'avant.
- **Face non-propulsive.** La face non-propulsive est la face de la pagaie sur laquelle aucune pression n'est exercée lors de la propulsion vers l'avant. La face non-propulsive est du côté opposé à la face propulsive.

**Extrémité.** L'extrémité est le bord inférieur de la pale de la pagaie.




*L. Guillon, Outdoor Pursuits Series: Canoeing, Human Kinetics Publishers (page 21)*

Figure 16-2-2 Parties de la pagaie

**DIMENSION D'UNE PAGAIE**

Lorsqu'on sélectionne une pagaie, il est important d'en déterminer la dimension nécessaire. La longueur du torse, la hauteur du siège du canot et le style de maniement de la pagaie sont des éléments qui permettront de déterminer la longueur de pagaie nécessaire.

La plupart des pagayeurs en tandem ont besoin d'une pagaie d'une longueur qui varie entre 137 cm (54 po) et 147 cm (58 po). Les pagaies plus courtes permettent d'augmenter le rythme des coups. Si la main sur la poignée passe au-dessus de la tête quand on donne des coups, la pagaie est trop longue.

La longueur de la pagaie nécessaire varie en fonction des facteurs comme la préférence individuelle, le confort et l'efficacité.

Lorsqu'on doit choisir une pagaie parmi d'autres, il existe deux façons de déterminer la longueur nécessaire :

1. tenir la pagaie avec les deux mains, au-dessus de la tête, une main sur la poignée et l'autre sur le manche, près du collet. Avec la pagaie reposant sur la tête, on doit pouvoir plier les bras confortablement pour former un angle de 90 degrés au niveau du coude;
2. tenir la pagaie dans une main et poser la pale sur le dessus du pied. La poignée doit arriver à la hauteur du menton.

**COMMENT TENIR LA PAGAIE**

On tient la pagaie avec les deux mains. On place une main sur la poignée (main de contrôle) et l'autre main (main du manche) entre le manche et le collet. Si les bras du pagayeur sont courts, il faut placer la main du manche plus haut sur le manche.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

**QUESTIONS**

Q1. À quels endroits le pagayeur doit-il tenir la pagaie?

Q2. Qu'est-ce que le manche?

Q3. Nommer les deux faces de la pale du pagayeur.

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Le pagayeur doit tenir la pagaie par la poignée et le collet du manche.

R2. Le manche est le col étroit de la pagaie, entre la poignée et la pale.

R3. Les deux faces de la pale de la pagaie sont la face propulsive et la face non-propulsive.

---

**Point d'enseignement 3** **Discuter des V.F.I**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

Disposer d'un gilet de sauvetage et d'un V.F.I. pour montrer les différences entre les deux aux cadets.

De nombreuses personnes utilisent l'eau aussi bien pour des activités récréatives que pour des tâches liées à leur travail. Un gilet de sauvetage/V.F.I. aide à garder une personne à flot au cas où elle tomberait à l'eau.

Les règlements du gouvernement du Canada stipulent que toute personne qui se trouve sur l'eau ou près de l'eau doit porter un vêtement de flottaison approuvé par la Garde côtière canadienne ou par Transports Canada.

## LA DIFFÉRENCE ENTRE UN GILET DE SAUVETAGE ET UN V.F.I.

Lorsqu'une personne est dans l'eau, le gilet de sauvetage est conçu pour garder sa figure au-dessus de l'eau, même si elle est inconsciente.

Un V.F.I. n'est pas en mesure de relever la figure de l'utilisateur, mais il lui permet de flotter (sans qu'il batte des pieds ou utilise les bras).

### Confection d'un V.F.I.

La Garde côtière canadienne règlemente la confection d'un V.F.I. Voici les éléments à rechercher lors du choix d'un V.F.I. :

- le symbole d'approbation de la Garde côtière canadienne/Transports Canada;
- la protection contre l'hypothermie;
- une liberté de mouvement maximale;
- un vêtement bien ajusté;
- la facilité à le revêtir ou à l'enlever;
- approprié au poids de l'utilisateur.

### Instructions liées à l'entretien d'un V.F.I.

Il est important de prendre soin d'un V.F.I. pour en augmenter la longévité.

Voici une liste de ce qu'il ne faut pas faire à un V.F.I. :

- nettoyer à sec,
- modifier ou réparer,
- utiliser des produits nettoyants,
- laisser au soleil pendant de longues périodes,
- laisser près d'une source de chaleur directe (feux, radiateurs, séchoir à cheveux),
- placer sous des objets lourds,
- utiliser comme coussin ou agenouilloir,
- attacher à une embarcation.

Avant d'utiliser un V.F.I., on doit s'assurer qu'il n'y a pas de :

- déchirures,
- dommages aux coutures et aux boucles, aux courroies ou aux fermetures à glissière,
- signes de saturation d'eau, de moisissure ou de durcissement du matériau de flottabilité.

## AJUSTER UN V.F.I.

L'ajustement est le facteur le plus important dont il faut tenir compte lors du choix d'un V.F.I. Un V.F.I. doit respecter les critères suivants :

- ne pas être facile à enlever;
- être parfaitement ajusté;

- être bien attaché.

Il faut toujours porter un V.F.I. près de l'eau ou sur l'eau, comme couche de vêtement extérieure.

Se reporter à l'A-CR-CCP-030/PT-001, *Ordonnances de sécurité nautique*, pour plus d'information.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

**QUESTIONS**

Q1. Quelle est la différence entre un gilet de sauvetage et un V.F.I.?

Q2. Quels sont les organismes d'approbation des V.F.I. et des gilets de sauvetage au Canada?

Q3. De quelle façon un V.F.I. doit-il être ajusté?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Un gilet de sauvetage est conçu pour garder le visage de l'utilisateur hors de l'eau, tandis que le V.F.I. ne permet que de flotter.

R2. La Garde côtière canadienne (GCC) et Transports Canada sont les organismes d'approbation des V.F.I. et des gilets de sauvetage au Canada.

R3. Un V.F.I. doit respecter les critères suivants :

- ne pas être facile à enlever;
- être parfaitement ajusté;
- être bien attaché.

**Point d'enseignement 4** — **Expliquer et démontrer comment portager un canot et demander aux cadets de le pratiquer**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. expliquer et démontrer chaque méthode de portage pendant que les cadets observent;
2. expliquer et démontrer chaque étape nécessaire à l'exécution de chaque méthode de portage. Surveiller les cadets pendant qu'ils pratiquent les gestes de chaque étape.
3. surveiller la performance des cadets pendant qu'ils mettent en pratique chaque méthode de portage.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

## TRANSPORT D'UN CANOT JUSQU'À L'EAU

Une fois qu'un canot a été retiré d'un véhicule ou d'une remorque, il doit être transporté jusqu'à l'eau. Il existe plusieurs façons de le faire; une personne située à chaque extrémité est la façon habituelle de le faire. Il faut positionner les mains et les bras pour être le plus à l'aise possible pour se sentir en équilibre et en sécurité pour ne pas échapper le canot.

Il est important de ne pas traîner le canot au sol, car cela pourrait endommager la coque ou le fond du canot et le trouer.

### Transport du canot à deux

Sur une courte distance en terrain relativement plat, on peut transporter un canot, un peu comme on transporterait une valise. Cette méthode est appelée « transport à deux ».

Voici les étapes du transport à deux :

1. le pagayeur avant se tient à la proue, au côté gauche ou droit du canot;
2. le pagayeur arrière se tient à la poupe, au côté opposé au pagayeur avant;
3. chaque pagayeur soulève le canot par la poignée d'extrémité.

*L. Guillon, Outdoor Pursuits Series: Canoeing, Human Kinetics Publishers (page 36)*

Figure 16-2-3 Transport à deux

### Portage du canot à deux

Sur de longues distances, on peut transporter un canot sur les épaules selon le portage à deux. Le canot est levé au-dessus de la tête et transporté de façon à ce que le banc arrière repose sur les épaules de la personne à l'arrière et que le pontet avant repose sur une épaule de la personne à l'avant.

Voici les étapes du portage à deux :

1. se tenir debout et droit, avec les jambes légèrement écartées et les genoux pliés. Saisir le plat-bord le plus près du corps, à un endroit près du siège avant et du banc arrière respectivement. Placer les doigts à l'intérieur du plat-bord et les pouces, à l'extérieur;
2. en gardant le dos droit et les genoux pliés, lever le canot jusqu'aux cuisses dans un mouvement de bascule;
3. s'étirer pour atteindre l'autre côté du canot et y saisir le plat-bord. Les doigts pointent vers l'extérieur et le pouce est à l'intérieur. Changer la position de la main de l'étape 1. de manière à ce que les doigts soient à l'extérieur et le pouce à l'intérieur;
4. basculer de nouveau le canot et utiliser les jambes pour pousser le canot et le lever au-dessus de la tête;
5. pendant que le canot est soulevé, se tourner pour faire face à la proue, puis guider les sièges de poupe et de proue pour les appuyer sur les épaules;
6. faire reposer le poids du canot sur les épaules. La personne à l'avant doit s'avancer pour avoir une meilleure visibilité;
7. pour s'avancer, le pagayeur avant avance ses mains graduellement le long du plat-bord tout en se dirigeant vers l'avant du canot. Équilibrer le poids du canot d'un côté à l'autre et de l'avant à l'arrière;
8. faire reposer le pontet sur l'épaule du pagayeur avant.

*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (page 136)*

Figure 16-2-4 (feuille 1 de 2) Étapes 1 à 8 du portage à deux

*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (page 136)*

Figure 16-2-4 (feuille 2 de 2) Étapes 1 à 8 du portage à deux

Pour baisser le canot, suivre la procédure dans l'ordre inverse. Il est important de poser le canot le canot sur les cuisses en le baissant avant de le déposer au sol.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

### QUESTIONS

Q1. Pour quelle raison arrive-t-il souvent qu'on échappe un canot?

Q2. Quelles sont les différentes façons de transporter un canot jusqu'à l'eau?

Q3. Pour un très long portage, quelle est la meilleure façon de transporter un canot?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Il arrive souvent qu'on échappe un canot parce qu'on a mal placé les mains.

R2. On peut transporter un canot jusqu'à l'eau par la méthode du transport à deux ou par celle du portage à deux.

R3. Quand le portage est très long, la meilleure façon de transporter le canot est par la méthode du portage à deux.

**Point d'enseignement 5** | **Expliquer et démontrer la façon d'équiper un canot avec l'équipement de sécurité et demander aux cadets de se pratiquer**

Durée : 15 min | Méthode : Démonstration et exécution

Pour ce PE portant sur les compétences, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. expliquer et démontrer la façon complète d'équiper un canot pendant que les cadets observent;
2. expliquer et démontrer chaque étape requise pour équiper un canot. Surveiller les cadets pendant qu'ils pratiquent les gestes de chaque étape;
3. surveiller la performance des cadets pendant la mise en pratique de la compétence entière pour équiper un canot.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

Chaque embarcation qui est mise à l'eau doit être équipée d'un certain équipement de sécurité exigé par la loi. La Garde côtière canadienne (GCC) et le ministère des Transports estiment que chaque canot doit comprendre l'équipement de sécurité suivant :

**UNE LIGNE D'ATTRAPE FLOTTANTE OU UN SAC DE SAUVETAGE**

Une ligne d'attrape flottante d'au moins 15 m (49 pi) de long doit être disponible en cas d'urgence, par exemple en cas de chavirement des pagayeurs. La ligne d'attrape doit pouvoir flotter et doit être attachée en utilisant un nœud en huit; le sac de sauvetage doit être fixé au banc central ou à la poignée de poupe.

Un sac de sauvetage est fabriqué en nylon et comporte un bout de corde lâche à l'intérieur qui pourrait être filé rapidement par le haut lorsqu'on le lance à une personne à l'eau.

**ÉCOPE**

Une écope consiste en tout contenant pouvant permettre de retirer l'eau d'un canot. Elle doit être faite de plastique ou de métal, avoir une ouverture de 65 $cm^2$ (25 $po^2$) et un volume minimal de 750 ml (25 oz). Elle doit être attachée au banc central du canot en utilisant une demi-clé à capeler.

**UNE PAGAIE DE RECHANGE**

En plus des pagaies utilisées par les pagayeurs, une troisième pagaie est nécessaire pour les cas où une pagaie serait perdue, brisée ou oubliée sur le rivage. La pagaie de rechange doit être fixée, mais elle doit être disponible immédiatement en situation d'urgence. Il n'est pas recommandé de fixer la pagaie au canot au moyen de cordages.

**SIFFLET**

Un sifflet sans roulette ou un appareil permettant de faire du bruit pour communiquer avec les autres pagayeurs et pour émettre un signal en cas d'urgence. le sifflet est souvent attaché au V.F.I. du pagayeur; on peut aussi le porter sur une corde autour du cou.

**UN FEU DE SIGNALISATION BLANC**

Un feu de signalisation blanc consiste en une lampe de poche étanche avec des piles en bon état. Ce feu peut permettre d'émettre des signaux aux autres pagayeurs et être utile en cas d'urgence. Il est attaché au pontet avant au moyen d'un mousqueton ou d'un bout de cordage.

On doit présenter aux cadets le besoin d'un feu de signalisation blanc comme équipement de sécurité. Puisque les cadets ne navigueront pas la nuit, il n'y a aucun besoin d'utiliser ce dispositif lorsqu'on équipe un canot.

**DES CORDES DE HALAGE**

On doit disposer de deux cordes de halage de 6 m (19 pi) de long fabriquées avec des cordes de polypropylène flottantes de 10 mm (0.3 po), sans nœud. Les cordes doivent être attachées à la proue (amarre de l'avant) et à la poupe (amarre de l'arrière) du canot. Elles permettent de tirer le canot dans des eaux peu profondes et à le fixer à la berge ou à un objet fixe. Les cordes de halage doivent être attachées aux poignées de proue et de poupe en utilisant un nœud en huit.

**UN V.F.I.**

Le V.F.I. est une veste de style débardeur remplie de panneaux ou de tubes de mousse qui lui permettent de flotter. Il faut toujours porter un V.F.I. lorsqu'on se trouve à 3 m (10 pi) ou moins du rivage, avant ou après une activité sur l'eau. Il est important de s'assurer que la glissière du V.F.I. est fermée et que le V.F.I. est correctement attaché avant de s'approcher du bord de l'eau.

L'A-CR-CCP-030/PT-001, stipule ce qui suit. Le V.F.I. doit toujours être porté par-dessus le vêtement extérieur. On doit toujours s'assurer que les attaches et les boucles de serrage sont utilisées comme elles devraient être. Un V.F.I. bien ajusté enserre le haut du corps du cadet lorsqu'il se trouve dans l'eau ou hors de l'eau. Il ne doit pas remonter sur le visage quand les attaches et les boucles de serrage sont bien ajustées et solidement en place. Si c'est le cas, une taille plus petite est nécessaire.

L' A-CR-CCP-951/PT-003, stipule qu'un V.F.I. ou un gilet de sauvetage de taille appropriée et approuvé au Canada doit être disponible pour chaque personne à bord.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5**

La participation des cadets à l'activité d'équiper un canot avec l'équipement de sécurité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 6** **Discuter des préoccupations de sécurité en canotage**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Lorsqu'une instruction est donnée aux cadets, la sécurité constitue toujours le premier sujet de préoccupation. C'est aussi le cas lorsque les cadets se trouvent dans une région inconnue ou en terrain non familier, par exemple un plan d'eau. Il est important de tenir compte des dangers potentiels et d'apprendre à connaître les points forts et les limites des membres du groupe.

Discuter des responsabilités sur l'eau et des procédures de dépassement.

## COMPRENDRE LES RESPONSABILITÉS PERSONNELLES

### Niveau de compétence

Il incombe au pagayeur de s'assurer qu'il possède les aptitudes nécessaires pour canoter. Il est conseillé aux participants de toujours informer le personnel s'ils se sentent mal à l'aise ou mal préparés pour n'importe quel aspect de l'instruction sur le canotage.

### Condition physique

La forme et le bien-être constituent une partie importante du canotage. Les personnes doivent prendre la responsabilité de leur bien-être. Le pagayeur doit s'assurer qu'il est prêt physiquement et mentalement pour canoter.

Pour être prêt physiquement, il faut posséder l'endurance nécessaire pour pouvoir canoter pendant toute la randonnée. Le pagayeur ne doit pas avoir de rhume ou de maladie, ni de blessures physiques, comme des crampes ou des muscles endoloris.

## IDENTIFIER LES SIGNAUX FAITS AVEC LA PAGAIE

Lorsqu'on explique les signaux faits avec une pagaie, il est important que les cadets les voient en pratique. Démontrer tous les signaux de pagaie.

Les cours d'eau peuvent être des endroits bruyants. L'utilisation de sifflets, de pagaies ou de gestes constitue la meilleure façon de capter l'attention des autres pagayeurs.

Avant d'emprunter un plan d'eau, il est important de connaître et comprendre les signaux universels de pagaie. Les signaux faits avec la pagaie sont importants lorsqu'il y a une certaine distance entre les canots et qu'il est difficile de s'entendre. Une bonne communication sur l'eau est essentielle pour prévenir les accidents et assurer une réponse rapide en cas d'urgence.

Lorsqu'on reçoit un signal, il est important de le répéter à la personne qui l'a transmis et de le communiquer aux pagayeurs qui sont derrière soi.

Les signaux de pagaie servent à communiquer à un groupe entier la direction de déplacement ou une situation imprévue, comme le chavirement d'un canot.

**Arrêter.** Pour communiquer le signal d'arrêt, former une barre horizontale avec la pagaie et faire un mouvement de haut en bas jusqu'à ce que les autres pagayeurs l'aperçoivent. Si vous êtes déjà arrêté, restez au même endroit. Attendre le signal de fin d'alerte avant de repartir.

*J. Rounds, Basic Kayaking: All the Skills and Gear You Need to Get Started, Stackpole Books (page 83)*

Figure 16-2-5 Arrêt

| | |
|---|---|
| | Les signaux de pagaie doivent être donnés pour indiquer la direction de la navigation, non pas l'emplacement des obstacles. |

**Demander de l'aide/signaler une urgence.** Pour communiquer le signal de demande d'aide/signal d'urgence, on brandit une pagaie, un casque ou un objet brillant (pas un V.F.I.) dans un mouvement continu au-dessus de la tête. Le signal signifie « venir au secours du signaleur le plus rapidement possible ».

*J. Rounds, Basic Kayaking: All the Skills and Gear You Need to Get Started, Stackpole Books (page 83)*

Figure 16-2-6 Urgence

**Se regrouper.** Pour communiquer le signal de groupement, placer la pagaie en position verticale au-dessus de la tête et faire un mouvement circulaire. Ce signal signifie « me joindre ».

**Fin d'alerte.** Pour communiquer le signal de fin d'alerte, placer la pagaie au-dessus de la tête à la verticale. Maintenir la pagaie dans les airs pour s'assurer que tous les membres du groupe ont vu le signal. Ce signal est utilisé lorsqu'il est sécuritaire de continuer sur la voie et indique qu'il n'y a pas d'obstacles ou de dangers.

*J. Rounds, Basic Kayaking: All the Skills and Gear You Need to Get Started, Stackpole Books (page 83)*

Figure 16-2-7 Fin d'alerte

**IDENTIFIER LES SIGNAUX FAITS AVEC LE SIFFLET**

Lorsqu'on explique les signaux de sifflet, il est important que les cadets les entendent en pratique. Démontrer tous les signaux de sifflet.

Un coup de sifflet constitue une façon efficace d'attirer l'attention des autres pagayeurs lorsque la visibilité est limitée et qu'il y a beaucoup de bruits. Avant d'emprunter un plan d'eau, il est important de connaître et comprendre les signaux de sifflet universels. Une bonne communication sur l'eau est essentielle pour prévenir les accidents et assurer une réponse rapide en cas d'urgence.

Il faut rappeler aux cadets qu'ils ne doivent pas jouer avec le sifflet ni souffler dedans, sauf en situation d'urgence.

**Le signal de détresse universel.** Trois coups de sifflet signalent une situation d'urgence. Il faut tout arrêter et prendre des mesures relatives à la situation d'urgence. Ce signal signifie : venir au secours du signaleur le plus rapidement possible.

*J. Rounds, Basic Kayaking: All the Skills and Gear You Need to Get Started, Stackpole Books (page 83)*

Figure 16-2-8 Signal de détresse universel

**Revenir au rivage/se regrouper.** Ce signal indique que les membres du groupe doivent se rassembler. Lorsque deux coups de sifflet se font entendre, tout le personnel doit regarder l'instructeur ou le chef du groupe pour recevoir des instructions et des directives sur le point de rencontre, qu'il s'agisse de se rendre au rivage ou de se grouper à un point donné. Ce signal ne doit être utilisé que lorsque d'autres formes de communication ne fonctionnent pas.

**Fin d'alerte, regardez-moi.** Lorsqu'un coup de sifflet se fait entendre, porter son attention sur l'instructeur (regardez-moi). Ce signal permet d'attirer l'attention du groupe. Il peut aussi signifier fin d'alerte.

Puisque les signaux d'un coup et de deux coups de sifflet ont plus d'une signification, il est impératif que le groupe sache ce qu'ils signifient pour leur groupe. Le chef d'équipe ou de groupe précisera le moment d' aller à l'eau.

Toute série de trois signaux, comme trois coups de sifflet ou trois coups de sirène, signale une urgence. Il faut arrêter immédiatement toute activité et venir en aide à ceux qui en ont besoin.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 6

### QUESTIONS

Q1. Quelles sont les responsabilités personnelles du pagayeur lorsqu'il fait du canot?

Q2. Comment fait-on le signal de se grouper avec une pagaie?

Q3. Quelle action doit être prise lorsque deux coups de sifflet se font entendre?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les responsabilités personnelles du pagayeur comprennent les suivantes :

- s'assurer qu'il est prêt physiquement;
- s'assurer qu'il possède les aptitudes nécessaires.

R2. Pour communiquer le signal de groupement, le pagayeur doit placer la pagaie à la verticale au-dessus de la tête et faire un mouvement circulaire.

R3. Lorsque deux coups de sifflet se font entendre, tout le personnel doit regarder l'instructeur ou le chef du groupe pour recevoir des instructions et des directives sur le point de rencontre.

---

**Point d'enseignement 7** — **Expliquer et démontrer la façon de mettre à l'eau et d'accoster avec un canot**

Durée : 10 min — Méthode : Démonstration

---

Pour ce point d'enseignement, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. expliquer et démontrer comment mettre à l'eau et accoster un canot pendant que les cadets observent;
2. expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence.

**Nota :** Les cadets auront l'occasion de pratiquer cette compétence pendant l'entraînement sur l'eau et l'activité pratique.

**TROUVER UN EMPLACEMENT**

La mise à l'eau d'un canot et sa sortie de l'eau doivent être effectuées avec précaution, sans heurt et sans endommager le canot.

L'emplacement idéal pour mettre à l'eau un canot est une plage ou un rivage uni, où l'eau est calme. Éviter les endroits où se trouvent de grosses roches, des souches et des racines, de forts vents ou de grosses vagues.

Si on met un canot à l'eau à partir d'une plage peu profonde, le faire à angle droit par rapport à la plage et tenir le canot pour que sa poupe touche le fond au bord de l'eau.

**ÉVITER D'ENDOMMAGER L'ÉQUIPEMENT**

Il faut éviter de pousser, tirer ou glisser un canot dans l'eau ou hors de l'eau à partir d'une plage, d'une rive ou d'un quai. Au moment de la mise à l'eau, il est préférable de déposer le canot sur l'eau à partir d'une position de levage. Il faut le lever avec la même précaution que lorsqu'on le sort de l'eau.

Le canot doit être vide au moment de sa mise à l'eau. Une fois que le canot est mis à l'eau, on peut charger l'équipement pendant qu'il flotte.

**EMBARQUER DANS UN CANOT**

Embarquer dans un canot la première fois est difficile; mais avec de la pratique, cela devient plus facile. Le pagayeur arrière doit toujours stabiliser le canot pendant que le pagayeur avant embarque. De même, une fois dans le canot, le pagayeur avant doit stabiliser le canot à l'aide de sa pagaie et de son corps pendant que le pagayeur arrière embarque.

Les étapes pour embarquer dans un canot sont les suivantes :

1. maintenir le profil du corps bas en tout temps, pour baisser le centre de gravité; ne jamais se tenir debout dans un canot;
2. pour plus de stabilité, placer le manche de la pagaie en travers sur les plats-bords;
3. saisir les deux plats-bords et embarquer dans le canot sur l'axe longitudinal;
4. marcher le long de l'axe longitudinal et glisser les mains et la pagaie le long des plats-bords pour se déplacer vers le siège.

**METTRE LE CANOT À L'EAU**

**Mise à l'eau à partir du rivage**

Il n'est pas recommandé de mettre un canot à l'eau ni de l'accoster dans des vagues. Attendre une accalmie et garder le canot à angle droit par rapport à l'eau.

Si le canot est inondé à tout moment, éviter d'être situé entre le canot et le rivage. Un canot rempli d'eau pèse environ 1 tonne (1 000 kg) et peut blesser gravement un pagayeur.

Il existe plusieurs façons de mettre un canot à l'eau à partir du rivage. La façon la plus courante est la mise à l'eau de la proue en premier.

Voici la méthode de mise à l'eau, proue en premier :

1. revêtir un V.F.I. et placer les pagaies dans le canot ou sur le rivage. Disposer le canot à angle droit avec le rivage;
2. placer la pagaie de rechange et la pagaie de proue au milieu du canot. Demander au pagayeur arrière de tenir le canot pendant que le pagayeur avant marche le long du canot, en maintenant un profil bas, le long de l'axe longitudinal. Pour maintenir la stabilité, garder le manche de la pagaie en travers sur les plats-bords;
3. demander au pagayeur avant de s'asseoir, de s'agenouiller, et de placer la pagaie en position d'attente, comme illustré à la figure 16-2-9. Pour plus de stabilité, le pagayeur arrière garde le manche de la pagaie en travers sur les plats-bords;
4. demander au pagayeur arrière de glisser sa pagaie vers l'avant le long des plats-bords, en continuant de tenir à la fois le manche de la pagaie et les plats-bords. La pale est positionnée du côté opposé au côté où pagaie le pagayeur avant;
5. une fois que le pagayeur arrière est agenouillé en position d'attente, éloigner le canot du rivage.

*G. McGuffin & J. McGuffin, Paddle Your Own Canoe, The Boston Mills Press (page 36)*

Figure 16-2-9 Mise à l'eau, proue en premier

Par temps venteux, le canot doit être mis à l'eau, face au vent.

**Mise à l'eau à partir d'un quai**

Voici la méthode de mise à l'eau à partir d'un quai :

1. revêtir un V.F.I. et placer les pagaies dans le canot ou sur le quai. Saisir le canot par le milieu et le baisser main sur main dans l'eau en position perpendiculaire au quai;
2. mettre la pagaie de rechange au milieu du canot. Demander au pagayeur arrière de déplacer le canot en position parallèle au quai (la proue faisant face au vent, le cas échéant). Le degré de flottabilité de la proue est plus élevé; il faut donc demander au pagayeur avant d'embarquer dans le canot en premier, pendant que le pagayeur arrière stabilise le canot;
3. demander au pagayeur avant, en position accroupie sur le quai, de stabiliser l'extrémité avant en tenant le manche de la pagaie en travers sur les plats-bords, avec la pale propulsive tournée vers le bas. Demander au pagayeur avant d'embarquer, en restant accroupi sur l'axe longitudinal;
4. demander au pagayeur avant de s'agenouiller en tenant la pagaie en position d'attente, comme illustré à la figure 16-2-9. Le pagayeur arrière doit stabiliser le canot en plaçant sa pagaie en travers sur les plats-bords. Avec la pale du côté où il pagaie et en continuant de tenir le quai, ce dernier doit embarquer dans le canot en maintenant le poids bas et en gardant l'équilibre le long de l'axe longitudinal;
5. une fois que le pagayeur arrière est en position d'attente, déplacer le canot pour l'éloigner du quai.

*G. McGuffin & J. McGuffin, Paddle Your Own Canoe, The Boston Mills Press (page 35)*

Figure 16-2-10 Mise à l'eau à partir d'un quai

## ACCOSTER UN CANOT

### Accoster à une rive

Après avoir trouvé un emplacement convenable pour débarquer du canot, suivre la procédure suivante :

1. accoster le canot sans heurter le rivage;
2. demander au pagayeur avant de débarquer en premier pour stabiliser le canot au profit du pagayeur arrière;
3. demander au pagayeur arrière de s'avancer, en maintenant son poids bas dans le canot;
4. demander au pagayeur arrière de sortir du canot à l'avant.

### Accoster à un quai

1. accoster le canot sans heurter le quai;
2. demander au pagayeur arrière de tenir le quai et de stabiliser le canot pendant que le pagayeur avant sort du canot;
3. demander au pagayeur avant de stabiliser, en position accroupie sur le quai, le canot à côté du quai au profit du pagayeur arrière;

4. demander au pagayeur arrière de sortir du canot en maintenant un profil bas et en débarquant sur le quai.

**DÉBARQUER D'UN CANOT**

Pour débarquer du canot, suivre la procédure utilisée pour l'embarquement dans l'ordre inverse.

1. accoster le canot lentement et avec précaution;
2. maintenir le profil du corps bas en tout temps, pour baisser le centre de gravité;
3. pour plus de stabilité, placer le manche de la pagaie en travers sur les plats-bords;
4. saisir les deux plats-bords et le manche de la pagaie, et se déplacer vers l'avant du canot;
5. débarquer du canot, en maintenant le poids bas.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 7**

---

**QUESTIONS**

Q1. Lors de la mise à l'eau à partir d'un quai, quel pagayeur doit embarquer dans le canot en premier?

Q2. Comment faut-il mettre un canot à l'eau par rapport au vent?

Q3. Comment un canot est-il conduit au quai pour accoster?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Lors de la mise à l'eau d'un canot à partir d'un quai, le pagayeur avant doit embarquer dans le canot en premier.

R2. Par temps venteux, le canot doit être mis à l'eau, avec vent de face.

R3. Il faut conduire le canot au quai pour accoster avec précaution et sans entrer en collision avec le quai, pour éviter d'endommager le canot.

---

**Point d'enseignement 8** — **Expliquer et démontrer les mesures à prendre en cas de chavirement**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration

---

Pour ce PE portant sur les compétences, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. discuter du processus que le sauveteur doit suivre en cas de chavirement d'un canot, y compris les responsabilités du cadet et ce que le sauveteur fera et ne fera pas pour l'aider;
2. expliquer et démontrer la récupération de canot en T pendant que les cadets observent;
3. expliquer et démontrer les étapes nécessaires pour effectuer une récupération de canot en T.

**Nota :** Les cadets auront l'occasion de pratiquer cette compétence pendant l'entraînement sur l'eau et pendant l'activité pratique.

Bien que de bonnes compétences en sauvetage soient importantes, prévenir les sauvetages en prenant des décisions prudentes et éclairées réduira les risques de chavirement. Anticiper les changements du temps et les mouvements des autres pagayeurs et être bien formé aideront à la prévention des accidents.

**PRIORITÉS DE SAUVETAGE**

La priorité du sauvetage est énumérée ci-dessous, cependant les sauveteurs entreprendront le sauvetage seulement s'il est sécuritaire de le faire sans se blesser.

En exécutant des sauvetages, il est essentiel que chaque individu qui y participe connaisse les priorités de sauvetage. Les priorités de sauvetage sont les suivantes :

**Sauveteur.** La sécurité du sauveteur est prioritaire. Le sauveteur ne doit effectuer aucune sorte de sauvetage qui dépasse le champ de ses compétences de sauveteur. Une autre victime n'aura pour effet que d'augmenter l'urgence.

**Personnes.** Il s'agit des pagayeurs dans l'eau. Chaque pagayeur s'assurera qu'il est correct et que son partenaire est correct. S'ils ne peuvent pas voir leur partenaire, ils doivent établir une communication orale pour confirmer que leur partenaire est conscient, qu'il n'est pas sérieusement blessé et qu'il se prépare à un sauvetage individuel.

**Canots.** Les canots seront récupérés une fois que tous les pagayeurs dans l'eau sont en sécurité.

**Équipement.** L'équipement est la dernière chose à être récupéré puisqu'il n'est pas essentiel. Les vêtements et la nourriture peuvent être partagés en cas de besoin.

S'il participe à un sauvetage à risques élevés, l'équipe de sauvetage ou le sauveteur doit être préparé et formé à exécuter le sauvetage de façon efficace et avec diligence et à suivre les procédures.

L'eau froide et le vent accélèrent la perte de la chaleur corporelle. La personne peut souffrir très rapidement d'hypothermie, même par temps chaud.

**RÉCUPÉRATION DE CANOT EN T**

La récupération de canot en T est le moyen de sauvetage universel.

Les figures ci-dessous représentent deux pagayeurs solos qui effectuent une récupération de canot en T. Cette méthode est pratiquement la même que pour une récupération en tandem, à part de légères différences, qui sont expliquées en détail dans la procédure numérotée. Utiliser les figures comme guide.

ÉTAPE 1

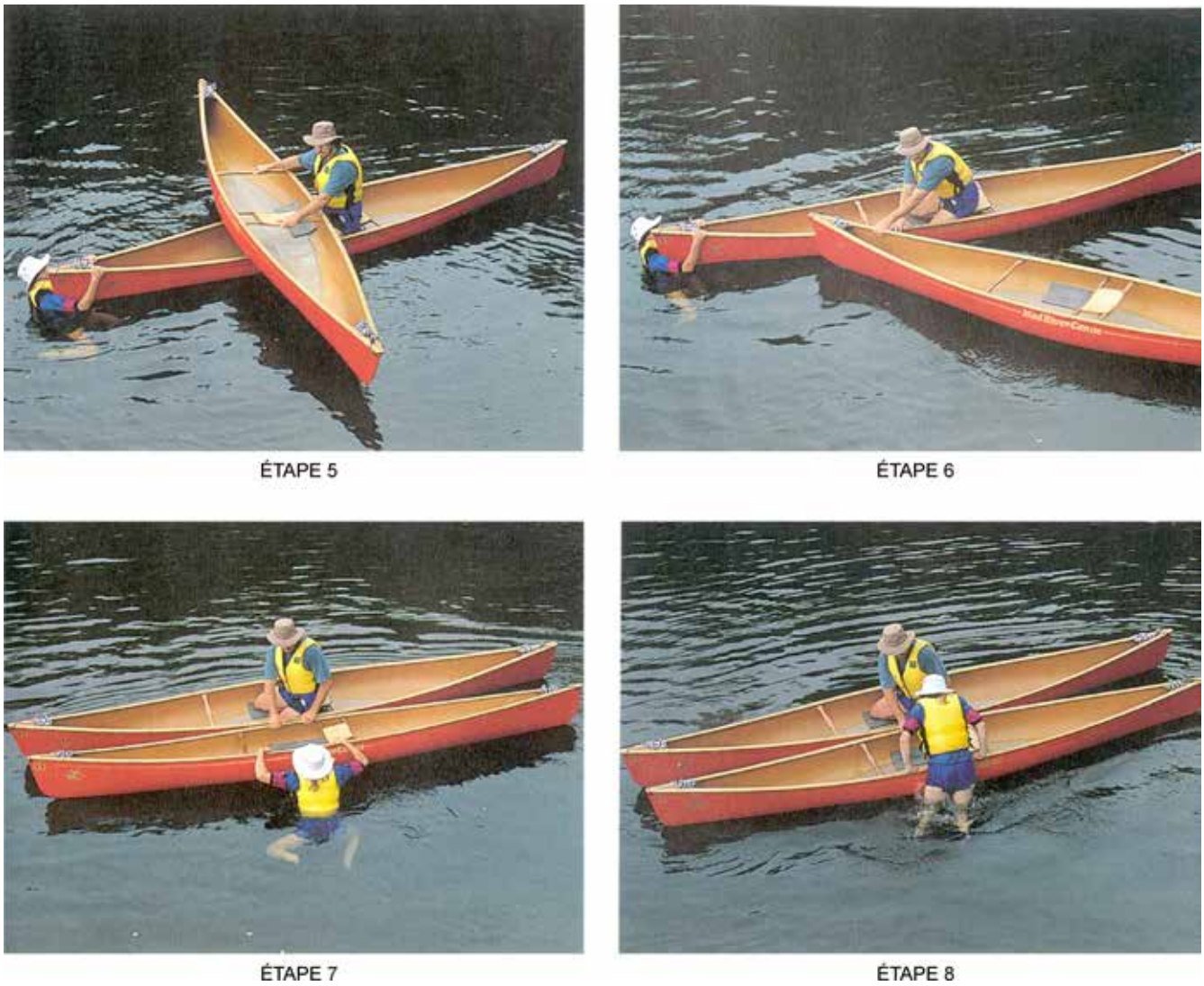
ÉTAPE 2

ÉTAPE 3

ÉTAPE 4

*G. McGuffin & J. McGuffin, Paddle Your Own Canoe, The Boston Mills Press (page 36)*

Figure 16-2-11 (feuille 1 de 2) Récupération de canot en T (pagayeurs solos)




*G. McGuffin & J. McGuffin, Paddle Your Own Canoe, The Boston Mills Press (page 36)*

Figure 16-2-11 (feuille 2 de 2) Récupération de canot en T (pagayeurs solos)

La procédure à suivre pour la récupération de canot en T est la suivante :

1. un pagayeur nage vers la poupe du canot de sauvetage, s'y agrippe et sort son corps de l'eau le plus possible;
2. le deuxième pagayeur nage à l'autre extrémité du canot;
3. les sauveteurs soulèvent le canot chaviré, tandis que le deuxième pagayeur pousse l'extrémité opposée du canot vers le bas pour briser la succion;
4. le deuxième pagayeur nage ensuite vers la proue du canot de sauvetage, s'y agrippe et sort son corps de l'eau le plus possible;
5. les deux pagayeurs gardent cette position jusqu'à ce que les sauveteurs leur demandent de bouger. Les sauveteurs tirent le canot en travers des plats-bords de leur canot. Une fois que le canot est centré, ils le retournent et le glissent doucement dans l'eau;
6. maintenir la communication et, quand on leur donne le signal, les pagayeurs montent, un à la fois, à bord du canot de l'une des deux façons suivantes :

(a) accrocher une jambe à chaque canot pour se sortir de l'eau et monter dans le canot;

(b) se propulser vers le haut en faisant de puissants battements en ciseaux, en repliant les épaules et en roulant dans le canot.

7. reprendre la position pour canoter.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 8**

---

**QUESTIONS**

Q1. Quelles sont les priorités de sauvetage?

Q2. Quand le sauveteur doit-il arrêter un sauvetage?

Q3. Quelles sont les deux méthodes pouvant être utilisées pour monter à bord du canot après un chavirement?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les priorités de sauvetage sont les sauveteurs, les personnes, les canots et l'équipement.

R2. Le sauveteur doit arrêter un sauvetage quand il est en danger ou que le sauvetage dépasse le champ de ses connaissances.

R3. Les deux méthodes qu'un pagayeur peut utiliser pour monter à bord du canot après un chavirement sont les suivantes :

- accrocher une jambe à chaque canot pour se sortir de l'eau et monter dans le canot;
- se propulser vers le haut en faisant de puissants battements en ciseaux, en repliant les épaules et en roulant dans le canot.

---

**Point d'enseignement 9** — **Expliquer et démontrer la façon de donner des coups de pagaie et demander aux cadets de les pratiquer**

Durée : 35 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Pour cette leçon portant sur les compétences, il est recommandé que l'enseignement se déroule de la façon suivante :

1. expliquer et démontrer chaque coup de pagaie pendant que les cadets observent;
2. expliquer et démontrer chaque étape requise pour donner un coup de pagaie. Surveiller les cadets lorsqu'ils pratiquent les gestes de chaque étape;
3. surveiller la performance des cadets pendant qu'ils pratiquent chaque coup de pagaie.

**Nota :** Le temps consacré à la pratique durant ce PE sera limité en raison des contraintes de temps; cependant, plus de temps sera accordé aux cadets pour pratiquer les coups de pagaie individuels pendant l'activité pratique.

La position à genou est privilégiée pour canoter parce qu'elle améliore la stabilité du canot. Quand une personne est à genou, son centre de gravité est plus bas. Pour soulager ses genoux endoloris, le pagayeur peut s'asseoir sur le siège.

Les quatre phases d'un coup de pagaie qui aident à assurer une transition naturelle et aisée entre les coups sont expliquées ci-dessous.

**L'attaque.** C'est le début du coup de pagaie, quand la pale entre dans l'eau.

**La force.** Mouvement de pagaie dans l'eau en tournant le tronc pour transmettre la force à la pale. Lorsqu'on donne des coups de pagaie, il est important d'utiliser les muscles du tronc, qui ont plus de force et d'endurance que ceux des bras.

**La sortie.** Moment où la pagaie quitte l'eau.

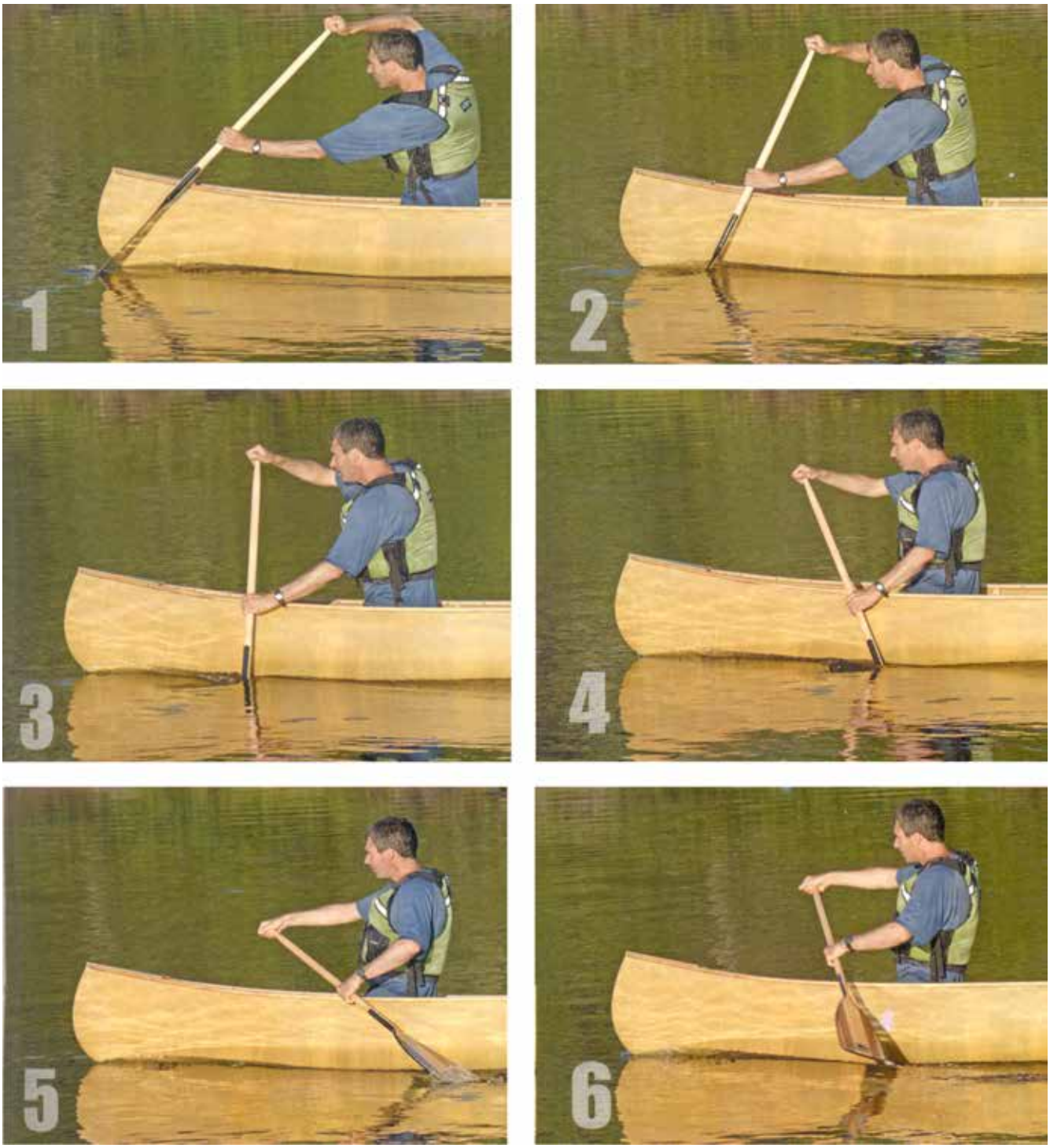
**Le retour.**Moment où la pagaie retourne à sa position d'attaque. Pour ce faire, la pale glisse légèrement hors de l'eau (en position plate et tout juste au-dessus de la surface de l'eau) pour réduire la résistance au vent.

Le pagayeur arrière contrôle la direction du canot à l'aide de coups de pagaie correcteurs, lorsqu'il y a lieu. Le pagayeur avant effectue surtout des coups de force en canot, sauf si le pagayeur arrière a besoin d'aide pour effectuer des coups correcteurs.

**LE COUP DE PROPULSION**

Le coup de propulsion sert à faire avancer le canot. Il s'agit du coup de base sur lequel la plupart des autres coups sont fondés. Le coup de propulsion est effectué près du côté du canot et en parallèle avec la quille, alors que le manche de la pagaie se déplace sur un plan vertical ou quasi-vertical. Pour effectuer le coup de propulsion :

1. tourner le tronc vers l'avant, en direction de la proue, pour engager les muscles pour le coup de pagaie;
2. placer la pale profondément dans l'eau, en faisant le moins d'éclaboussures possible.
3. Redresser le tronc tout en tirant sur le manche (avec la main inférieure) et en poussant avec la main de contrôle (la main supérieure);
4. déplacer la pagaie dans l'eau jusqu'à ce que la pale de la pagaie soit en ligne avec le genou;
5. sortir la pagaie en fendant l'eau vers le côté;
6. retourner la pagaie à sa position d'attaque en déplaçant la pale en position plate tout juste au-dessus de l'eau (pour réduire la résistance au vent) et donner un autre coup de pagaie.




*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (page 71)*

Figure 16-2-12 Le coup de propulsion

**LE COUP EN J**

Surveiller la gouverne pendant que les cadets pratiquent le coup en J. La gouverne se réalise lorsque le pagayeur arrière place sa pagaie dans l'eau derrière la hanche et qu'il la déplace en mouvements de va-et-vient pour faire tourner le canot. Il se crée alors une traînée qui ralentit l'impulsion avant du canot.

Le coup en J est une version du coup de propulsion utilisé comme coup correcteur par le pagayeur arrière pour aider à faire avancer le canot en ligne droite. Lorsqu'il est appliqué avec force, il peut servir à faire tourner le canot du côté où le pagayeur arrière pagaie. Pour effectuer le coup en J :

1. suivre les quatre premières étapes du coup de propulsion, en terminant avec la main de contrôle au-dessus du plat-bord et la main sur le manche au niveau de la hanche;
2. tourner le pouce de la main de contrôle vers l'avant et le bas tout en tirant la main sur le manche vers l'intérieur pour former un « J »;
3. retourner à la position d'origine pour donner un autre coup de pagaie.

*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (pages 74 et 75)*

Figure 16-2-13 Le coup en J

**LA TRACTION**

Le but de la traction est de faire tourner le canot dans le sens opposé au côté où pagaie le canoéiste. Il s'agit d'un coup large donné par la pagaie, en utilisant la face propulsive de la pale. Ce coup de pagaie peut être utilisé dans de nombreux cas, comme les suivants :

- faire pivoter le canot complètement ou partiellement;
- manœuvrer le canot pour contourner des obstacles;
- suivre les méandres des cours d'eau ou des rivières;

- changer soudainement la direction de la pagaie;
- aider à rester en ligne droite lorsqu'il y a un vent de travers;
- combiner à d'autres coups de pagaie au besoin pour maîtriser le canot.

Pour la rétropropulsion circulaire, la face non propulsive de la pale est utilisée et il s'agit du coup opposé à la traction. Les deux coups ont plusieurs fonctions en commun.

En tant que pagayeur avant, pour effectuer la traction avant :

1. tourner le tronc et se pencher légèrement vers l'avant, tout en entrant la pale dans l'eau presque horizontalement près de l'avant du canot;
2. pousser la main sur le manche légèrement vers l'extérieur au niveau de la taille, en formant un arc de 90 degrés, jusqu'à ce que le bras soit allongé vers l'extérieur au niveau de la hanche (la pagaie doit former un angle droit par rapport au côté du canot);
3. retourner à la position d'origine pour donner un autre coup de pagaie.

En tant que pagayeur arrière, pour effectuer la traction avant :

1. se pencher légèrement vers l'arrière en tournant la partie supérieure du corps, tout en allongeant et en entrant la pagaie dans l'eau dans une position presque horizontale, en formant un angle droit avec le côté du canot au niveau de la hanche, et en gardant la main inférieure au niveau de la taille avec le pouce pointant vers le haut;
2. pousser légèrement vers l'extérieur avec la main sur le manche tout en formant un arc de 90 degrés (la pagaie devrait presque toucher à la poupe);
3. retourner à la position d'origine pour donner un autre coup de pagaie;

Lorsque le pagayeur avant complète une traction, le coup ne doit jamais dépasser son corps. Tout mouvement supplémentaire créera une traînée et une perte d'impulsion du canot.

ÉTAPE 1

ÉTAPE 2

ÉTAPE 3

*G. McGuffin & J. McGuffin, Paddle Your Own Canoe, The Boston Mills Press (page 51)*

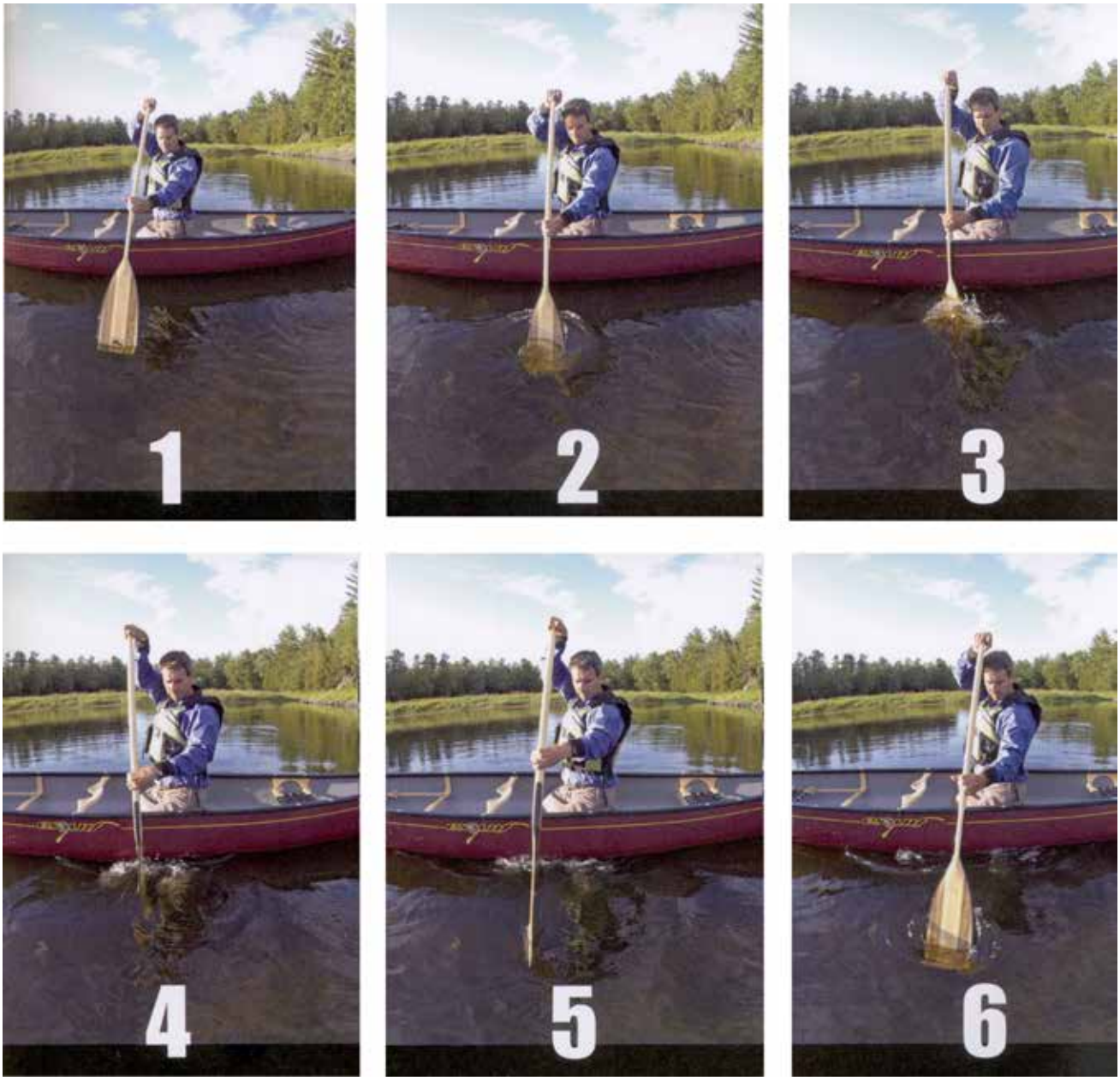
Figure 16-2-14 La traction

**L'APPEL**

Le but de l'appel est de faire tourner le canot ou de le déplacer latéralement. Le coup d'appel peut être donné par le pagayeur avant ou arrière. Pour donner le coup d'appel :

1. tourner le tronc et allonger complètement les bras pour placer la pagaie sur le côté du canot, en position adjacente au genou;
2. s'étirer en travers du canot avec la main de contrôle et placer la pagaie en position verticale dans l'eau;
3. entrer la pale profondément dans l'eau et tirer la face propulsive vers le corps;
4. tourner le pouce de la main de contrôle dans le sens opposé au corps et tourner la pale de 90 degrés (avant qu'elle ne frappe le canot);
5. ramener la pagaie à sa position d'origine en fendant l'eau;

6. tourner la pale à sa position d'origine pour donner un autre coup de pagaie.




*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (page 95)*

Figure 16-2-15 L'appel

**L'ÉCART ACTIF**

L'écart actif est un coup de pagaie puissant en eau profonde qui peut être appliqué par le pagayeur avant ou arrière pour déplacer le canot en sens inverse au côté de la pagaie dans l'eau. Pour donner le coup d'écart actif :

1. placer la pagaie en position verticale contre la partie du plat-bord adjacente au genou, avec les deux mains placées à un niveau supérieur au plat-bord;

2. tirer vers l'intérieur avec la main de contrôle pour forcer la pagaie en l'éloignant du canot;

3. tourner la pale de 90 degrés en tournant le pouce de la main de contrôle en sens opposé au corps, et en ramenant la pale au point de départ en fendant l'eau.

*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (page 96)*

Figure 16-2-16 L'écart actif

Si le pagayeur avant donne un coup d'écart actif et que le pagayeur arrière donne un coup d'appel, le canot se déplacera latéralement. Cette combinaison de coups peut être utile pour tenter de déplacer un canot en parallèle à un quai ou pour monter une rivière.

**L'APPUI EN POUSSÉE**

L'appui en poussée aide à redresser le canot pour l'empêcher de chavirer ou s'il commence à pencher. Ce coup de pagaie aide aussi un pagayeur à s'appuyer sur la pagaie pour stabiliser le canot, de même qu'à se créer un appui dans les virages. Il peut aussi être utilisé par le pagayeur arrière pour stabiliser le canot lorsque le pagayeur avant amorce un virage. Pour donner un coup d'appui en poussée :

1. tourner la partie supérieure du corps vers l'eau, avec la pagaie à un angle de 90 degrés par rapport au canot;
2. frapper l'eau avec la face non propulsive de la pagaie, pour avoir un appui et équilibrer le corps dans le canot;
3. commencer à mettre les genoux de niveau dans le canot en penchant la tête vers le manche de la pagaie;
4. prendre une position stable avec la tête centrée à l'intérieur du canot, une fois que le canot est de niveau.

*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (pages 98 et 99)*

Figure 16-2-17 L'appui en poussée

**LE COUP D'ARRÊT**

Lorsqu'il est donné, le coup d'arrêt permet d'arrêter rapidement l'impulsion avant du canot. Pour donner ce coup, le pagayeur doit placer la pagaie dans l'eau, en formant un angle droit par rapport au canot, et en position verticale.

**LA RÉTROPULSION**

Pour reculer, le pagayeur avant peut donner un coup de propulsion inversé. Au besoin, le pagayeur arrière peut donner un écart actif au début pour stabiliser le canot. Pour donner un coup de rétropulsion, suivre les étapes suivantes :

1. se pencher légèrement vers l'arrière, tourner les épaules vers l'arrière et plonger la pale de la pagaie dans l'eau jusqu'au collet, en position verticale, à l'arrière du canot;

2. redresser le corps tout en poussant vers l'avant avec la main sur le manche et en tirant avec la main de contrôle;

3. continuer jusqu'à ce que les épaules forment un angle droit avec les plats-bords;
4. lever la pale hors de l'eau et revenir à la position d'origine pour donner un autre coup de pagaie.

*A. Westwood, Canoeing: The Essential Skills and Safety, Heliconia Press (pages 98 et 99)*

Figure 16-2-18 La rétropulsion

| | |
|---|---|
| | Si les deux pagayeurs donnent des coups de rétropulsion, le canot tournera dans le sens contraire au côté du pagayeur avant. |

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 9

La participation des cadets à pratiquer des coups de pagaie servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 10** | **Demander aux cadets de pratiquer les compétences de canotage durant une expédition**

Durée : 40 min | Méthode : Activité pratique

Les cadets devront recevoir des commentaires pendant et après l'activité. Demander à chaque cadet de donner les coups de pagaie individuellement. Pendant ce temps, surveiller de près les aspects suivants :

**Le coup de propulsion**

Le cadet doit se pencher vers l'avant, placer la pagaie en position verticale dans l'eau jusqu'au collet, tourner le tronc pendant qu'il tire sur le manche et qu'il pousse avec la main de contrôle jusqu'à ce que la pagaie dépasse tout juste le genou et qu'elle soit alignée avec la hanche, puis sortir la pale en fendant l'eau, puis retourner à la position d'origine.

**Le coup en J**

Le cadet doit se pencher vers l'avant, placer la pagaie en position verticale dans l'eau jusqu'au collet, tourner le tronc pendant qu'il tire sur le manche et qu'il pousse avec la main de contrôle, terminer avec la main de contrôle au-dessus du plat-bord et la main du manche au niveau de la hanche, tourner le pouce de la main de contrôle vers l'avant et vers le bas tout en tirant avec la main du manche vers l'intérieur pour former un J, sortir la pale en fendant l'eau, puis retourner à la position d'origine.

**La traction**

Le cadet doit se pencher vers l'arrière, allonger et entrer la pagaie dans l'eau au niveau de la hanche dans une position horizontale, en formant un angle droit avec le côté du canot, pousser et tirer avec la main qui est sur le manche, balancer la pagaie pour faire un arc de cercle de 90 degrés par rapport à l'arrière du canot, sortir la pale en fendant l'eau, puis retourner à la position d'origine.

**L'appel**

Le cadet doit tourner le tronc et allonger complètement les bras pour placer la pagaie au côté du canot, en position adjacente au genou, allonger la main de contrôle en travers du canot , placer la pagaie en position verticale dans l'eau, tirer la face propulsive vers le corps, tourner le pouce de la main de contrôle dans le sens opposé au corps, tourner la pale de 90 degrés tout juste avant qu'elle ne frappe le canot, puis sortir la pale en fendant l'eau pour retourner à la position d'origine.

**L'écart actif**

Le cadet doit placer la pagaie en position verticale contre la partie du plat-bord adjacente au genou avec les deux mains au-dessus du plat-bord, tirer vers l'intérieur avec la main de contrôle pour forcer la pagaie à s'éloigner du canot, tourner la pale de 90 degrés en tournant le pouce de la main de contrôle dans le sens opposé au corps, puis ramener la pale au point de départ en fendant l'eau.

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à une activité d'expédition pratique pour pratiquer les coups de pagaie en canot dans un environnement contrôlé, pendant une longue période.

### RESSOURCES

- L'équipement de canotage, y compris :
  - des canots pour deux personnes (un par deux cadets),
  - des pagaies (trois par canot),
  - des V.F.I. (un par cadet),
  - un sifflet (un par cadet),
  - une écope (une par canot),
  - des cordes de halage (deux par canot),
  - une ligne d'attrape flottante de 15 m ou un sac de sauvetage (un par canot).
- des contenants à eau (un par cadet),
- des cartes topographiques de la région (deux par équipe ou groupe),
- des boussoles (une par équipe ou groupe),
- des dispositifs de communication (deux par équipe ou groupe),
- des récepteurs GPS (un par équipe ou groupe),
- des piles (piles de rechange pour le dispositif de communication et le récepteur GPS),
- des trousses de premiers soins (une par équipe ou groupe).

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Tous les canots doivent être prêts à mettre à l'eau.
- Tous les canots doivent être équipés.
- L'itinéraire de canotage d'expédition désigné.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en partenaires de canot.
2. Assigner un pagayeur avant et un pagayeur arrière (ils devront interchanger à mi-chemin de l'activité).
3. Permettre à chaque groupe de cadets de mettre son canot à l'eau, un à la fois.
4. Demander aux cadets de pratiquer les coups de pagaie pour avancer en ligne droite, tourner de 180 degrés et arrêter pour la première moitié de l'itinéraire désigné.
5. Demander à chaque groupe d'effectuer une récupération de canot en T.
6. Demander aux cadets d'accoster leur canot, d'interchanger les positions et de mettre de nouveau leur canot à l'eau.

7. Demander aux cadets de pratiquer les coups de pagaie pour avancer en ligne droite, tourner de 180 degrés et arrêter pour la deuxième moitié de l'itinéraire désigné.

8. Demander aux cadets d'accoster leur canot et de ranger l'équipement.

Pendant que les cadets sont sur l'eau, observer la technique qu'ils utilisent pour donner les coups de pagaie et les corriger au besoin.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Tous les cadets doivent porter leur V.F.I. en tout temps.
- Les cadets doivent respecter les limites préétablies pour cette activité.
- Les équipes ou groupes doivent se déplacer en file simple.
- Les équipes ou groupes ne doivent pas se dépasser, à moins d'indication contraire par leur instructeur.
- Tous les cadets doivent disposer d'au moins 500 ml (16 oz) d'eau.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 10

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité d'expédition pratique servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 7 (COREN 326).

**OBSERVATIONS FINALES**

Le canotage est l'un des trois moyens de transport dynamique qu'on peut utiliser pendant l'instruction sur les expéditions. Il est essentiel que les cadets comprennent l'importance de suivre les consignes de sécurité relatives au canotage lorsqu'ils sont sur l'eau. Être capable de manœuvrer un canot lors d'une expédition donnera aux cadets un sentiment profond de liberté et d'accomplissement. Les cadets doivent connaître de nombreux coups de pagaie différents avant d'entreprendre une expédition de canotage; il leur faudra beaucoup de temps pour les maîtriser, mais plus ils les pratiqueront, plus ils les exécuteront avec aisance.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les centres d'expédition sont tenus de choisir deux moyens de transport dynamiques entre l'OCOM M326.02A (Pagayer en canot), l'OCOM M326.02B (Faire une randonnée en vélo de montagne, section 3) et l'OCOM

M326.02C (Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire, section 4) à inclure dans leur fin de semaine d'instruction.

On a alloué à cet OCOM cinq périodes et demie sur le nombre total de périodes allouées pour le cours. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

Les cadets seront répartis en équipes ou en groupes à leur arrivée au centre d'expédition. Ces équipes ou groupes doivent rester les mêmes tout au long de la fin de semaine.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A1-010 A-CR-CCP-030/PT-001 Directeur – Cadets 3. (2005). *Ordonnances de sécurité nautique*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 Directeur – Cadets 4. (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-025 (ISBN 1-895465-33-8) Gifford, D. (éd.) (2000). *Canoeing Instructor's Resource Manual*. Merrickville, Ontario, Association canadienne du canotage récréatif.

C2-076 (ISBN 0-87322-443-4) Gullion, L. (1994). *Outdoor Pursuits Series: Canoeing*. Champaign, Illinois, publié par Human Kinetics Publishers.

C2-077 (ISBN 1-55013-654-2) Mason, B. (1995). *Path of the Paddle: An Illustrated Guide to the Art of Canoeing*. Toronto, Ontario, Key Porter Books Limited.

C2-078 (ISBN 1-55013-079-X) Mason, B. (1988). *Song of the Paddle: An Illustrated Guide to Wilderness Camping*. Toronto, Ontario, Key Porter Books Limited.

C2-106 (ISBN 0-900082-04-6) Rowe, R. (1997). *Canoeing Handbook*. Guildford, Royaume-Uni, Biddles Limited.

C2-112 (ISBN 1-55046377-2) McGuffin, G. & McGuffin, J. (2005). *Paddle Your Own Canoe: An Illustrated Guide to the Art of Canoeing*. Erin, Ontario, Boston Mills Press.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 3**

# OCOM M326.02B – FAIRE UNE RANDONNÉE EN VÉLO DE MONTAGNE

Durée totale : 180 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Tous les cadets doivent disposer d'une bouteille d'eau avant le début de la leçon.

Tous les vélos de montagne et les casques utilisés doivent être organisés par grandeur avant le début de cette leçon.

Pour le PE 3, choisir un vélo de montagne comme modèle pour identifier les parties du vélo. Ces parties doivent être étiquetées sur le vélo avec du ruban pour équipement ou du ruban-cache.

Choisir un emplacement suffisamment grand pour permettre aux cadets de faire du vélo et d'en pratiquer les techniques au fur et à mesure qu'elles sont présentées, mais pas trop grand pour perdre la maîtrise du groupe. Le terrain doit comprendre des côtes et des dénivellations.

Disposer de matériel de nettoyage pour pouvoir effectuer les vérifications avant une randonnée et les vérifications après une randonnée.

Les durées de cet OCOM peuvent varier. Bien qu'une instruction initiale soit requise, l'accent doit être mis sur l'exécution de chaque technique par les cadets par l'entremise de l'activité pratique du PE 7.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2 afin de présenter les principes d'une randonnée à vélo sécuritaire et de donner un aperçu des parties d'un vélo de montagne.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 3, 4, 6 et 8 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer le choix et l'ajustement d'un vélo de montagne, les procédures de vérification avant et après la randonnée de même que les techniques de vélo de montagne appropriées, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer chaque compétence sous supervision.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 5, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les mesures de sécurité en vélo de montagne.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 7, parce que c'est une façon interactive d'initier les cadets aux techniques et procédures du vélo de montagne dans un environnement contrôlé lors d'une expédition. L'expédition contribue au perfectionnement des compétences et à l'application des procédures dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir choisi et préparé un vélo de montagne, suivi les règles d'étiquette sur les sentiers, respecté les règles de sécurité et fait du vélo de montagne.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient en mesure de faire du vélo de montagne en assurant leur propre sécurité ainsi que celle des personnes qui les entourent. Les pratiques de conduite sécuritaire reposent sur la connaissance des parties d'un vélo de montagne, la capacité de l'ajuster correctement, le perfectionnement des techniques de vélo de montagne et la connaissance des règles d'étiquette sur les sentiers. Le choix d'un vélo de montagne bien ajusté rendra l'expérience de randonnée plus agréable et plus confortable pour les cadets, en limitant les possibilités et les situations de blessures et en augmentant la performance générale du cycliste. La maîtrise des techniques de vélo de montagne aidera les cadets à suivre les membres de leur équipe et à exécuter l'activité pratique de l'expédition. Le respect des règles d'étiquette sur les sentiers fait en sorte que tous les utilisateurs des sentiers (cyclistes, randonneurs pédestres, joggeurs et automobilistes) puissent emprunter les sentiers et les routes de manière sécuritaire et agréable.

**Point d'enseignement 1** — **Présenter les principes d'une randonnée à vélo sécuritaire**

Durée : 5 min — Méthode : Exposé interactif

L'information suivante sera expliquée aux cadets comme introduction aux compétences techniques liées au vélo de montagne.

Le vélo de montagne est un sport de plus en plus populaire en Amérique du Nord. Dans les années 1980, sa popularité surpassait celle de tous les autres styles de vélo combiné, et elle atteignit son point culminant lorsqu'il fut ajouté aux disciplines des Jeux Olympiques de 1996 à Atlanta, sous forme de course.

Au cours des deux dernières décennies, la popularité de ce sport a mené à la création d'un système de classement des sentiers. Celui-ci renseigne les cyclistes sur le type de sentier et la difficulté technique de centaines de sentiers qui existent partout en Amérique du Nord et dans le reste du monde.

### LE SYSTÈME DE CLASSEMENT DES SENTIERS

Les sentiers de vélo de montagne sont classés par les organismes de vélo de montagne. L'établissement de critères uniformes pour le classement des sentiers a suscité un intérêt croissant.

La *International Mountain Bicycling Association (IMBA)* a mis au point une méthode de base qui permet de classer la difficulté technique des sentiers récréatifs. Le système est une adaptation du *International Trail Marking System* (système international de classement des sentiers), utilisé dans les centres de ski à travers le monde.

Le système de classement du niveau de difficulté des sentiers de l'IMBA a été créé pour les raisons suivantes :

- aider les utilisateurs des sentiers à prendre des décisions éclairées;
- encourager les visiteurs à utiliser des sentiers dont le niveau de difficulté correspond à leur niveau d'expertise;
- gérer le risque et réduire le plus possible le nombre de blessures;
- améliorer l'expérience de plein air d'une grande diversité de visiteurs;
- aider à la planification des sentiers et des systèmes relatifs aux sentiers.

Les sentiers pour vélo de montagne, conformément au *Trail Difficulty Rating System* (système de classement de la difficulté technique des sentiers) de l'IMBA, sont classés en trois catégories selon la largeur du sentier, sa surface, son inclinaison, ses obstacles et ses caractéristiques techniques.

**Sentiers pour débutants.** Pour parcourir un sentier pour débutants au complet, il faut deux heures ou moins. En voici les caractéristiques :

- les surfaces sont fermes;
- le sentier peut comporter quelques pentes qui nécessitent des compétences limitées pour les monter ou les descendre, de courte durée, quelques obstacles à contourner et peu d'obstacles sur le sentier;
- aucune descente à vitesse élevée;
- la plus grande partie du sentier est plate et comprend des caractéristiques intéressantes, comme de petites racines, des rondins et des roches dont il faut faire le tour.

**Sentiers pour intermédiaires.** Pour parcourir un sentier pour intermédiaires au complet, il faut entre trois et quatre heures. En voici les caractéristiques :

- diverses pentes dont l'inclinaison est modérée qui nécessitent des compétences techniques pour les monter et les descendre avec facilité;
- quelques descentes à vitesse élevée;
- quelques obstacles difficiles comme des racines, des rondins et des roches, mais ils ne doivent pas en constituer une caractéristique générale du sentier;
- une partie de la surface est molle.

**Sentiers pour experts.** Pour parcourir un sentier pour experts au complet, il faut entre un et plusieurs jours. En voici les caractéristiques :

- une combinaison de terrains plats et de terrains qui offrent des difficultés techniques (pentes, obstacles et virages);
- une variété de montées et de descentes dans des pentes abruptes et sur des terrains accidentés;
- une combinaison de surfaces fermes et molles;
- des obstacles comme des roches, des racines et des rondins le long du chemin.

Il est essentiel que les cyclistes respectent les niveaux de difficulté des sentiers et qu'ils choisissent des sentiers qui correspondent à leur niveau d'habileté et d'expérience.

## SIX RÈGLES DE CONDUITE

Avec la popularité croissante du vélo de montagne, les problèmes entre les cyclistes et les autres utilisateurs de sentiers sont de plus en plus nombreux. Ces conflits ont souvent entraîné la fermeture de sentiers dans les parcs et les régions sauvages qui a forcé les amateurs de ce sport à chercher d'autres endroits pour faire leurs randonnées.

L'une des meilleures façons d'empêcher les fermetures de sentiers et d'améliorer l'image de ce sport qu'ont les personnes qui ne le pratiquent pas est d'améliorer les relations entre tous les utilisateurs de sentier. Pour ce faire, les cyclistes doivent comprendre les règles d'étiquette sur les sentiers et les respecter chaque fois qu'ils les empruntent. L'IMBA a élaboré six règles de conduite qui réduisent au maximum les conséquences négatives de l'utilisation du vélo de montagne pour l'environnement et les autres utilisateurs de sentier; tous les randonneurs sont encouragés à les respecter lorsqu'ils empruntent les sentiers.

### Circuler uniquement sur les sentiers ouverts

Les cyclistes ne doivent jamais circuler sur des sentiers ou des routes fermées. Vérifier l'état des routes et des sentiers avant de les parcourir. S'assurer d'obtenir les permis et les autorisations nécessaires. Respecter les propriétés privées et de l'État.

### Mettre en pratique les principes de la notion écologique « Ne laissez aucune trace »

Être sensible à la terre. Même lorsqu'un sentier est ouvert, il faut veiller à ne laisser aucune trace une fois qu'on a passé dessus. Après la pluie ou le dégel, le sol peut être mou et pour éviter de l'endommager, il ne faut pas passer dessus. Lorsque le sentier est mou, il faut considérer choisir un autre sentier. Pratiquer le vélo de montagne écologique en évitant de glisser pendant la randonnée et en demeurant sur les sentiers existants plutôt que d'en créer de nouveaux. Ne pas passer dans les ruisseaux et ramener avec soi ce qu'on a apporté.

### Contrôler son vélo

Le manque d'attention peut causer des accidents. Prêter attention au sentier et être conscient des randonneurs pédestres et à vélo qui s'approchent. La vitesse excessive peut causer des blessures aux cyclistes et aux autres personnes sur le sentier. Respecter toutes les règles relatives à la vitesse.

### Laisser passer les autres utilisateurs

S'approcher prudemment des autres utilisateurs du sentier. Leur signaler bien à l'avance l'approche d'un randonneur à vélo. Des salutations amicales (ou un coup de clochette) sont courtoises et efficaces. Tenter de ne pas effrayer les autres personnes sur le sentier en s'approchant d'eux à grande vitesse. Faire preuve de respect quand on les dépasse en ralentissant, ou même en s'arrêtant si la largeur du sentier l'exige. Prévoir la possibilité que d'autres utilisateurs du sentier arrivent dans les virages ou les angles morts.

### Éviter les animaux

Si on s'approche des animaux sans s'annoncer ou si on fait un mouvement brusque ou un grand bruit, on pourrait les effrayer. Cette situation peut être dangereuse pour le cycliste, les autres utilisateurs du sentier et les animaux. Allouer de l'espace aux animaux, ainsi que du temps pour leur permettre de s'ajuster. Lorsqu'on dépasse des chevaux, il est recommandé d'enlever son casque et ses lunettes de soleil. Être prudent et suivre les directives des cavaliers. C'est une faute grave que de frapper des bêtes et de déranger les animaux sauvages.

**Planifier**

Connaître l'équipement utilisé, l'habileté du cycliste et le niveau de difficulté du sentier, et se préparer en conséquence. Être autosuffisant en tout temps. Porter un casque, veiller à l'entretien du vélo et transporter l'équipement nécessaire en ce qui trait aux variations de température et aux autres conditions. Une randonnée bien préparée permet au cycliste de vivre une expérience satisfaisante.

Tous les randonneurs en vélo de montagne devraient respecter les autres passionnés qu'ils rencontrent sur les sentiers, ainsi que l'environnement.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

**QUESTIONS**

Q1. Quel niveau de difficulté présente un sentier composé d'une combinaison de terrains plats et de terrains qui offrent des difficultés techniques, d'une combinaison de surfaces fermes et molles, d'une variété de montées et de descentes dans des pentes abruptes et sur des terrains accidentés, et de certains obstacles à contourner comme des roches, des racines et des rondins?

Q2. Quelles mesures faut-il prendre pour pratiquer le vélo de montagne écologique?

Q3. Quelles mesures faut-il prendre à l'approche d'un cheval sur un sentier?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Un sentier pour experts.

R2. Pratiquer le vélo de montagne écologique en évitant de glisser pendant la randonnée, en demeurant sur les sentiers existants plutôt que d'en créer de nouveaux, en évitant de passer dans les ruisseaux et en ramenant avec soi ce qu'on a apporté.

R3. À l'approche d'un cheval sur un sentier, il est recommandé d'enlever son casque et ses lunettes de soleil. Être prudent et suivre les directives des cavaliers.

**Point d'enseignement 2** **Identifier les parties d'un vélo de montagne**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à donner aux cadets un aperçu des différentes parties du vélo de montagne.

Utiliser un vélo de montagne comme aide à l'instruction pour montrer chaque partie lorsqu'elle fait l'objet de la discussion. Permettre aux cadets de voir le vélo de près.

Les cadets auront déjà une certaine connaissance du matériel présenté dans ce PE. Utiliser cette connaissance en posant des questions pour identifier les parties.

Pour faciliter la mémorisation des différentes parties, les présenter aux cadets dans le sens horaire, tel que montré à la figure 16-3-1.

*« Fullerton Bicycle Co. & Buena Park Bicycle Co. », Dirt-Mountain Bikes. Extrait le 25 octobre 2007 du site http://www.fullertonbicycle.com/images/Yukon.lg.jpg*

Figure 16-3-1 Parties d'un vélo de montagne

**Le guidon.** Le guidon consiste en une barre horizontale fixée au vélo, avec à chaque extrémité une poignée sur laquelle sont installées une manette de frein et une manette de dérailleur.

**La manette de dérailleur.** Il y a deux manettes de dérailleur qui sont placées aux deux extrémités du guidon. La manette de dérailleur avant, qui change la vitesse du dérailleur avant, est normalement située du côté gauche. La manette de dérailleur arrière, qui change la vitesse du dérailleur arrière, est normalement située du côté droit.

**La manette de frein.** Une manette de frein est placée de chaque côté du guidon et sert à activer les freins. La manette de frein gauche contrôle le frein avant, et la manette droite, le frein arrière.

**Le tube horizontal.** Le tube horizontal est le tube supérieur qui traverse le vélo en diagonale; il procure solidité et stabilité au cadre du vélo.

**Le pneu.** Le pneu est un tube de caoutchouc posé sur la jante pour former une roue.

**Le levier de déclenchement rapide.** Les leviers de déclenchement rapide se trouvent aux roues avant et arrière. Ces leviers permettent d'enlever les roues sans qu'il soit nécessaire d'utiliser un tournevis ou un autre outil.

**Le dérailleur (avant et arrière).** Le dérailleur est un mécanisme, commandé par la manette de dérailleur, qui déplace la chaîne d'un pignon ou d'un plateau à l'autre, ce qui change le rapport d'engrenage.

« Pignon » est le terme général qui s'applique aux plateaux et aux pignons de cassette. Le pignon est défini comme une roue dentée qui entraîne la chaîne lorsqu'on fait tourner les pédales du vélo pour le faire avancer.

**Le plateau.** Un plateau est une roue dentée fixée à la manivelle et dont la fonction est d'entraîner la chaîne.

**Le pédalier.** Le pédalier est composé de deux ou trois plateaux qui entraînent la chaîne lorsqu'on fait tourner les pédales.

**La base.** La base est la barre inférieure du cadre du vélo à laquelle est fixée la roue arrière.

**La pédale.** La pédale est une plate-forme sur laquelle pousse le pied et elle est fixée à la manivelle.

**La chaîne.** La chaîne est un ensemble circulaire de liens qui sert à transférer la puissance des plateaux à l'avant du vélo aux pignons à l'arrière du vélo.

**Les pignons.** Un pignon est une roue dentée qui entraîne la chaîne lorsqu'on fait tourner les pédales du vélo pour le faire avancer. Les pignons sont bloqués ensemble pour former une cassette qui fonctionne conjointement avec le dérailleur arrière.

**La cassette.** Une cassette est composée d'un certain nombre de pignons montés ensemble et fixés au moyeu arrière. Les petits pignons correspondent à une vitesse supérieure (plus difficile) qui permet de rouler plus rapidement, tandis que les gros pignons correspondent à une vitesse inférieure (plus facile) qui permet de monter les côtes.

**Les freins.** Un vélo est équipé de deux ensembles de freins : un ensemble à l'avant et l'autre à l'arrière. Les freins sont activés par les manettes de frein qui sont fixées au guidon.

Il existe deux types différents de systèmes de freinage qui sont utilisés sur les vélos de montagne. Le système conventionnel à tension directe (freins en V) et le système plus perfectionné de freins à disque. Certains vélos peuvent être équipés d'une combinaison des deux types, avec le système de frein à disque à l'avant et le système à tension directe à l'arrière.

**Le tube de selle.** Le tube de selle est un tube creux qui commence tout juste sous la selle et descend jusqu'au boîtier de pédalier du vélo dans lequel est insérée la tige de selle.

**Levier de tige de selle.** Le levier de tige de selle est un levier à déclenchement rapide qui retient la tige de selle à la position voulue lorsqu'elle se trouve à l'intérieur du tube de selle.

**La tige de selle.** La tige de selle est un support ajustable pour la selle qui s'insère dans le tube de selle.

**La selle.** La « selle » est le terme utilisé pour désigner le siège d'un vélo.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Si on tire sur la manette de frein gauche, quel frein sera actionné – le frein avant ou le frein arrière?

Q2. Lorsqu'il monte une côte, le cycliste doit utiliser la manette de dérailleur de quel côté pour déplacer la chaîne sur un plus petit pignon de la cassette?

Q3. Quels sont les deux différents types de système de freinage qui sont utilisés sur les vélos de montagne?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Le frein avant.

R2. La manette de dérailleur droite.

R3. Les deux types de systèmes de freinage qui sont utilisés sur les vélos de montagne sont les freins à disque et les freins à tension directe (freins en V).

**Point d'enseignement 3** — **Expliquer et démontrer la façon de choisir et d'ajuster un vélo de montagne, et demander aux cadets de la mettre en pratique**

Durée : 20 min — Méthode : Démonstration et exécution

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. initier les cadets à l'importance de choisir un vélo de montagne et un casque qui conviennent;
2. discuter du choix d'un casque, puis démontrer la façon d'ajuster le casque;
3. discuter des différentes méthodes qu'on peut utiliser pour choisir un vélo de montagne;
4. à l'aide d'un vélo déjà choisi et ajusté convenablement, expliquer la procédure complète à suivre pour choisir et ajuster un vélo de montagne;
5. expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape;
6. une fois que chaque cadet a choisi un vélo de montagne et un casque, il doit les étiqueter en utilisant du ruban pour équipement ou du ruban-cache.

**Nota :** On peut demander à des instructeurs adjoints de surveiller la performance des cadets.

Depuis la présentation du premier vélo de montagne au milieu des années 70, la conception des vélos a évolué. En quête de nouveaux produits, on a constamment amélioré et perfectionné les matériaux utilisés pour fabriquer les vélos, de même que la conception générale des vélos eux-mêmes. Avec la présentation de nouveaux vélos à chaque année par des fabricants avant-gardistes, l'utilisation de nouveaux matériaux, plus résistants et plus légers, et de conceptions révolutionnaires, tout est en place pour maximiser la vitesse, la puissance et la robustesse.

Bien qu'il soit important d'avoir un vélo de montagne bien conçu, s'il n'est pas bien ajusté pour le cycliste, les avantages de l'excellente conception seront perdus. Avoir un vélo bien ajusté est important pour pouvoir faire une randonnée efficace, de même que pour la puissance et la sécurité. Si le vélo est mal ajusté pour le cycliste, il est plus probable que des blessures surviennent.

**CHOISIR UN CASQUE**

Un casque bien ajusté doit respecter les critères suivants :

- être de niveau et bien droit sur la tête;
- couvrir le front;
- être ajusté serré sur la tête, lorsque la mentonnière n'est pas attachée;
- ne pas glisser lorsqu'on bouge la tête;
- les sangles doivent être serrées et se croiser tout juste sous l'oreille.

*« Ministère des Transports Ontario », L'art du cyclisme : Règles de sécurité à l'usage des cyclistes adolescents et adultes, Droit d'auteur 2005 par le gouvernement de l'Ontario. Extrait le 5 octobre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/English/pubs/cycling/cyclingskills.htm*

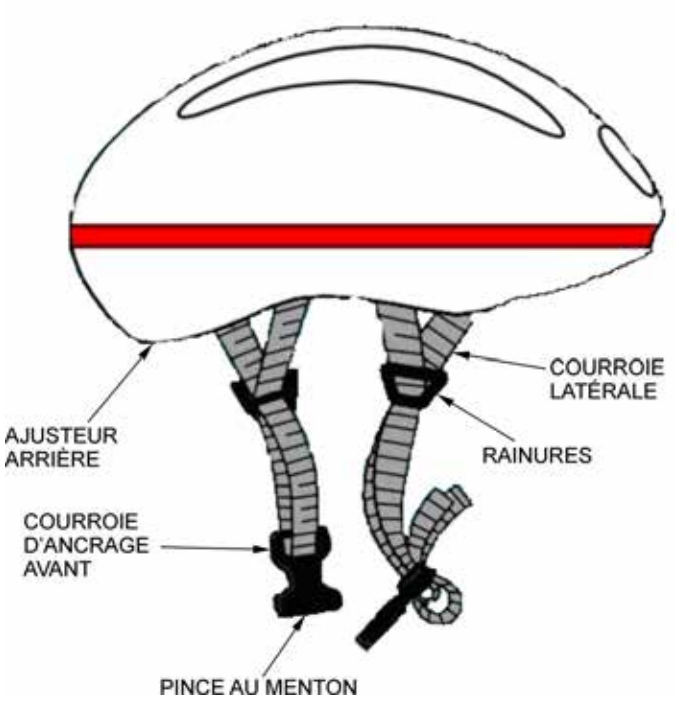
Figure 16-3-2 Ajustement approprié du casque

La grandeur des casques varie de très petit à très grand, et il est important d'essayer différentes grandeurs pour s'assurer qu'il est de la bonne dimension.

**AJUSTER LE CASQUE**

Un casque ne convient pas nécessairement sans qu'il soit nécessaire d'apporter des ajustements mineurs. Voici certains ajustements de base qu'on peut effectuer pour s'assurer que le casque protégera le cycliste en cas d'accident :

- ajuster le rembourrage amovible, au besoin, pour que l'ajustement soit ferme et confortable;
- centrer la pince au menton, pour qu'elle soit tout juste sous le menton et que la longueur de la courroie soit la même des deux côtés. Pour ce faire, on doit tirer sur la courroie d'un côté à l'autre en la faisant passer à travers le dessous du casque;
- ajuster les courroies de côté en les tirant ou en les poussant à travers les rainures. La rainure doit être placée tout juste sous les oreilles, formant un V;
- utiliser l'ajusteur arrière (s'il y en a un) en glissant le mécanisme pour l'agrandir ou le réduire;
- boucler la pince au menton et s'assurer que deux doigts tout au plus peuvent passer dessous.




*« U.S. Consumer Product Safety Commission », CPSC Issues New Safety Standard for Bike Helmets. Extrait le 30 octobre 2007 du site http://www.cpsc.gov/cpscpub/prerel/prhtml98/98062.html*

Figure 16-3-3 Parties d'un casque

**TAILLE D'UN VÉLO DE MONTAGNE**

Bien que certains fabricants classent leurs vélos selon les désignations petit, moyen, grand et extra grand, dans la plupart des cas, les dimensions sont données en pouces et sont fondées sur la longueur des jambes. La dimension est déterminée par la mesure de la distance à partir du point où la manivelle est fixée au vélo jusqu'à l'intersection du tube de selle et du tube horizontal.

*« Dynamic Bicycles », Bike Sizing Guide, Droit d'auteur 2005 par Dynamic Bicycles, Inc. Extrait le 31 octobre 2007 du site http://www.dynamicbicycles.com/bikes/sizing.php*

Figure 16-3-4 Mesures de la dimension

Les étapes suivantes doivent être suivies pour déterminer la dimension d'un vélo de montagne :

1. **Déterminer la dimension à vue.** La première étape pour déterminer la dimension d'un vélo est d'en choisir un dont la dimension du cadre coïncide avec la taille du cycliste.

2. **Test d'enfourchement.** L'étape suivante est d'enjamber le vélo. Il doit y avoir un écart minimal de cinq centimètres (deux pouces) entre le tube horizontal et l'entrejambe une fois que le cycliste a enjambé le vélo de montagne.

3. **Ajuster la selle.** Se tenant à côté du vélo, le cycliste doit ajuster la hauteur de la selle juste au-dessus de sa hanche en ouvrant le levier de tige de selle, en montant ou en descendant la selle, puis en refermant le levier de tige de selle. Le cycliste doit ensuite s'asseoir sur la selle et placer son pied gauche sur la pédale, avec la pointe du pied sur le centre de la pédale. La jambe gauche devrait être presque perpendiculaire, sans que le genou soit bloqué.

Il est important que les cadets étiquettent leur vélo et leur casque une fois qu'ils les ont choisis et ajustés. Pour ce faire, ils peuvent utiliser différentes couleurs de ruban pour équipement ou de ruban-cache pour chaque équipe ou groupe. Sur le vélo, il est préférable d'enrouler le ruban pour équipement autour du côté gauche du guidon, puis d'utiliser un marqueur permanent pour y inscrire les initiales des cadets. Sur le casque, on peut enrouler le ruban autour d'une des courroies latérales intérieures. S'assurer que les initiales des cadets sont également inscrites sur ce ruban.

**Nota :** Il est préférable d'avoir des instructeurs adjoints comme aide pour l'étiquetage.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

Le choix et l'ajustement d'un vélo de montagne et d'un casque serviront de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 4** | **Expliquer et démontrer la procédure de vérification avant une randonnée à l'aide de la méthode de vérification rapide AFC et demander aux cadets de la mettre en pratique**

Durée : 10 min | Méthode : Démonstration et exécution

Pour cette compétence, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. expliquer et démontrer la vérification avant une randonnée pendant que les cadets observent;
2. expliquer et démontrer chaque étape de la vérification avant une randonnée. Surveiller les cadets lorsqu'ils mettent en pratique chaque étape;
3. surveiller la performance des cadets pendant qu'ils pratiquent la vérification complète avant une randonnée.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

Pendant la démonstration de la vérification avant une randonnée, demander aux cadets de s'asseoir à l'écart des vélos pour s'assurer qu'ils écoutent attentivement.

Les cadets doivent porter leur casque avant de commencer à effectuer les étapes de la vérification avant une randonnée. On s'assurera ainsi qu'aucun cadet ne fera du vélo sans casque.

La pratique du vélo de montagne est extrêmement dure pour le vélo et l'équipement. Avant de commencer une randonnée, il est important de parcourir une liste de vérification pour s'assurer que le vélo est dans le meilleur état possible pour être conduit. Il semble répétitif de le faire avant chaque randonnée, en particulier lorsqu'une vérification suivant la dernière randonnée a été effectuée; toutefois, il ne faut qu'un câble rompu ou une crevaison pour gâcher une randonnée.

La vérification rapide AFC constitue une façon rapide de se rappeler de quelles parties du vélo doivent être vérifiées pendant une vérification avant une randonnée. Elle consiste en une série de questions que le cycliste doit se poser, relativement à cinq sections du vélo de montagne. Il faut pratiquer la vérification rapide AFC pour pouvoir l'effectuer rapidement et efficacement. Le cycliste corrige tout problème mineur au moment de la vérification avant une randonnée; tous les problèmes majeurs, ou ceux dont la correction exige l'utilisation d'un outil de vélo, doivent être portés à l'attention du guide de la randonnée pour qu'il s'en occupe.

**L'AIR**

Pendant la première étape de la vérification avant une randonnée, le cycliste concentre son attention sur les roues et les pneus du vélo.

**Les pneus sont-ils suffisamment gonflés?**

Pour le vérifier, on peut utiliser une pompe à vélo avec un manomètre intégré pour pneus. La pression du pneu d'un vélo de montagne ne doit pas être inférieure à 35 livres par pouce carré (lb/po$^2$) (240 kPa) ni supérieure à 65 lb/po$^2$ (448 kPa).

Lorsqu'ils gonflent les pneus, les cadets doivent s'assurer que la pression se situe entre 45 et 50 lb/po$^2$ (310 et 345 kPa). Ils pourront ainsi rouler sur des sentiers de diverses conditions.

Pour différentes conditions de sentier, il faut différentes pressions de gonflage des pneus. Sur les surfaces dures, il est plus facile de rouler avec des pneus durs, gonflés à une pression de 50 à 65 lb/po$^2$ (345 à 448 kPa), et inversement, sur les surfaces molles, il est plus facile de rouler avec des pneus mous, gonflés à une pression de 35 à 40 lb/po$^2$ (240 à 275 kPa).

**Y A-T-IL DE L'USURE EXCESSIVE SUR LA BANDE DE ROULEMENT OU DES COUPURES SUR LES FLANCS DES PNEUS?**

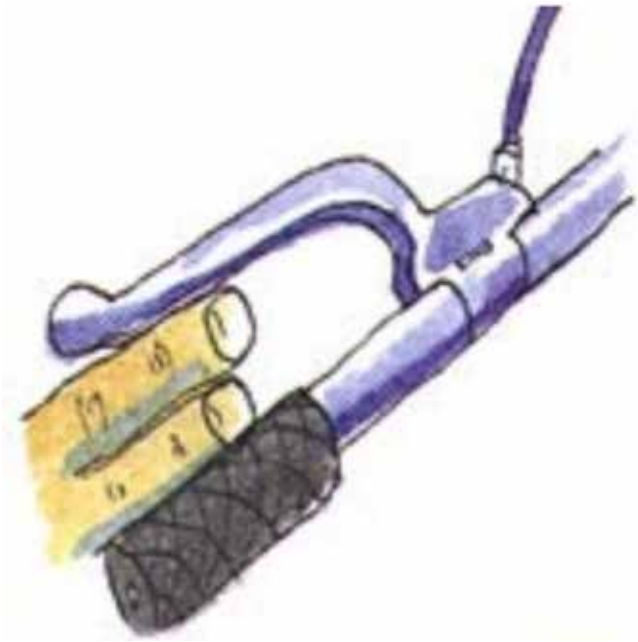
Toute boue ou tout débris lâche ou encastré dans la bande de roulement doit être enlevé. On aidera ainsi à éliminer la possibilité que des objets tranchants traversent le pneu puis la chambre à air, causant ainsi une crevaison.

**LES FREINS**

Le cycliste doit inspecter les freins avant et arrière du vélo. Il est important de prendre le temps de vérifier les manettes de frein, de même que le mécanisme de freinage.

**Les manettes de frein fonctionnent-elles bien?**

Il doit y avoir un espacement d'au moins deux doigts entre le guidon et chaque manette de frein lorsqu'elle est tirée. L'engagement de la manette de frein doit exiger peu d'effort. Si la manette de frein est dure, il faut ajuster les câbles de frein.



*« Ministère des Transports de l'Ontario », Guide du jeune cycliste, droit d'auteur 2005 par le gouvernement de l'Ontario. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/french/safety/cycling/youngcyclist.htm*

Figure 16-3-5 Positionnement de la manette de frein

**Les freins fonctionnent-ils bien?**

Il faut vérifier les freins avant et arrière séparément. Le cycliste doit se tenir à côté de son vélo et le pousser vers l'avant par le guidon. Lorsqu'il appuie uniquement sur la manette de frein avant, la roue arrière doit lever alors que la roue avant se bloque. Lorsqu'il appuie uniquement sur la manette de frein arrière, la roue arrière doit se bloquer et glisser sur le sol.

**CHAÎNE ET MANIVELLE**

La chaîne et la manivelle sont les pièces qui font avancer le vélo. Si elles ne sont pas en bon état de fonctionnement, le vélo sera difficile à manœuvrer et ne se rendra probablement pas très loin.

**La chaîne est-elle bien placée et huilée?**

La chaîne doit pouvoir se déplacer librement autour des pignons avant et arrière lorsque les pédales tournent, et elle ne doit laisser voir aucun signe de pli ou de tortillement. Il ne doit pas y avoir de signes de rouille sur la chaîne. S'il y en a, une application de lubrifiant devrait éliminer la rouille.

*« Ministère des Transports de l'Ontario », Guide du jeune cycliste, droit d'auteur 2005 par le gouvernement de l'Ontario. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/french/safety/cycling/youngcyclist.htm*

Figure 16-3-6 Lubrification de la chaîne

**Les pédales tournent-elles librement?**

Le cycliste doit lever la roue arrière et faire tourner les pédales avec une main pour vérifier leur fonctionnement.

**DÉCLENCHEMENT RAPIDE**

Les leviers de déclenchement rapide se trouvent aux roues avant et arrière, de même que sur le tube de selle.

**Les leviers de déclenchement rapide des roues fonctionnent-ils?**

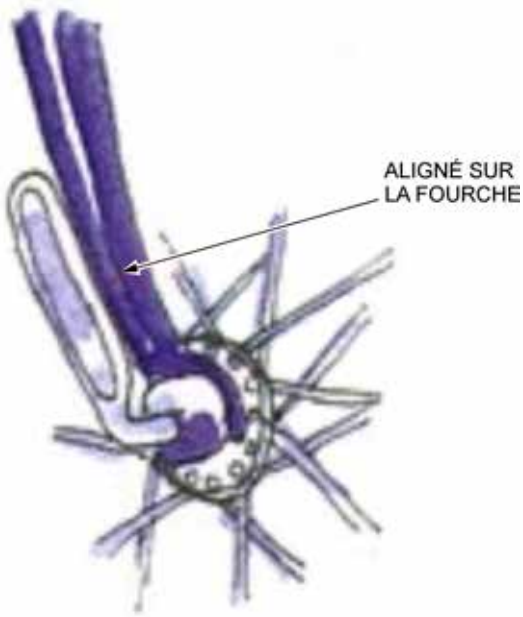
Ouvrir et fermer les leviers de déclenchement rapide avant et arrière. Ils doivent être faciles à ouvrir et à fermer, sinon on peut y appliquer du lubrifiant. S'assurer qu'ils sont complètement serrés après la vérification et qu'ils sont alignés avec les fourches.

*« Ministère des Transports de l'Ontario », Guide du jeune cycliste, droit d'auteur 2005 par le gouvernement de l'Ontario. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/french/safety/cycling/youngcyclist.htm*

Figure 16-3-7 Position incorrecte du levier de déclenchement rapide – Exemple 1

*« Ministère des Transports de l'Ontario », Guide du jeune cycliste, droit d'auteur 2005 par le gouvernement de l'Ontario. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/french/safety/cycling/youngcyclist.htm*

Figure 16-3-8 Position incorrecte du levier de déclenchement rapide – Exemple 2




*« Ministère des Transports de l'Ontario », Guide du jeune cycliste, droit d'auteur 2005 par le gouvernement de l'Ontario. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/french/safety/cycling/youngcyclist.htm*

Figure 16-3-9 Position correcte du levier de déclenchement rapide

**Le levier de déclenchement rapide de la selle fonctionne-t-il?**

Ouvrir et fermer le levier pour s'assurer qu'il est en bon état de fonctionnement. Il doit être facile à ouvrir et à fermer, sinon on peut y appliquer du lubrifiant. Lorsqu'il est fermé, le levier doit être aligné avec le tube de selle et orienté vers l'arrière du vélo.

**VÉRIFICATION FINALE**

En dernier lieu, le cycliste doit effectuer une vérification finale de son vélo. Il doit le soulever de cinq à sept centimètres (2 à 3 pouces) du sol, puis le laisser tomber de façon contrôlée. Lorsque le vélo retombe, le cycliste doit écouter si des bruits dénotent des pièces lâches (sons métalliques et tintements).

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**

---

La participation des cadets dans la vérification avant une randonnée à vélo de montagne servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 5** | **Expliquer et démontrer les mesures de sécurité à respecter en vélo de montagne**

Durée : 10 min | Méthode : Démonstration

Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. discuter des règles de la route;
2. démontrer les trois signaux de la main (à gauche, à droite, arrêter) pendant que les cadets observent;
3. discuter de la discipline à vélo;
4. démontrer les distances à respecter lors des randonnées et les procédures d'arrêt.

La sécurité en vélo de montagne relève d'une combinaison de bon sens, de prise de risques fondée et d'une dose suffisante de bon jugement. Il est beaucoup plus facile de prévenir les blessures que d'obtenir des soins médicaux après un accident. En respectant les règles de sécurité de base sur les sentiers et sur la route, on s'assure d'une randonnée sécuritaire non seulement pour le cycliste, mais également pour les autres utilisateurs du sentier.

Trouver les règles et règlements de sécurité à vélo qui s'appliquent à sa province ou son territoire pour les communiquer aux cadets, en plus du matériel présenté dans ce PE.

Chaque province et territoire a ses propres règles et règlements relatifs à la sécurité à vélo. Puisque les vélos constituent les plus petits véhicules sur la route, il est très important que les cyclistes soient le plus visible possible en tout temps pour les autres utilisateurs de la route.

**LES RÈGLES DE LA ROUTE**

Chaque province dispose de ses propres règles de la route qui servent de loi. En Ontario, ces règles sont stipulées dans le *Code de la route*.

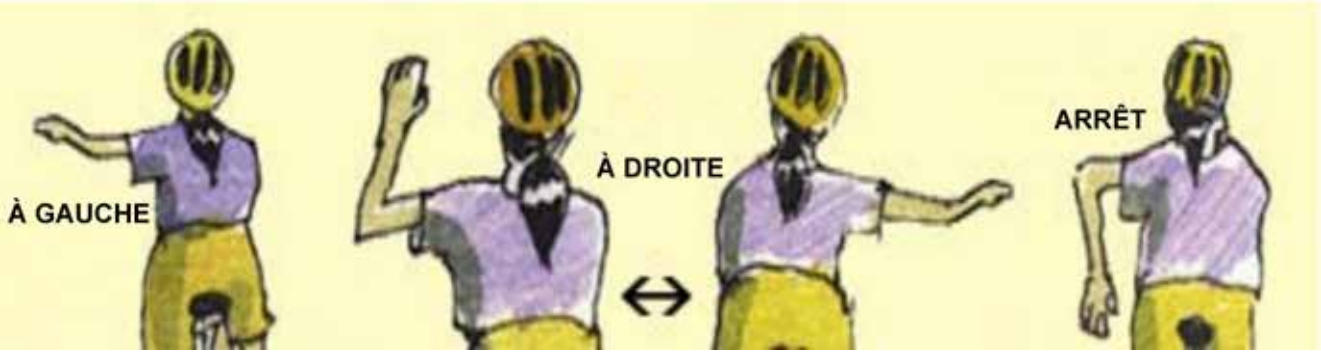
Voici certaines règles importantes que les cyclistes doivent connaître :

- une bicyclette est un véhicule et les mêmes droits et obligations s'appliquent aux cyclistes qu'aux autres usagers de la route;
- il faut s'arrêter aux feux de circulation rouges et aux panneaux d'arrêt, et se déplacer dans le sens indiqué sur les rues à sens unique;
- une bicyclette est un véhicule lent et doit rouler le plus à droite possible, sauf pour virer à gauche ou dépasser. Rouler suffisamment loin de la bordure pour pouvoir rouler en ligne droite;
- le cycliste ne doit jamais compromettre sa sécurité pour satisfaire à un automobiliste; il doit utiliser n'importe quelle partie de la voie s'il est plus sécuritaire de le faire;
- arrêter aux passages pour piétons et marcher à côté de sa bicyclette pour les traverser;
- arrêter aux autobus scolaires lorsque les signaux supérieurs clignotent et que le panneau d'arrêt est déployé;
- arrêter à 2 m (6.5 pi) derrière les portes d'un tramway et attendre que les passagers soient montés à bord ou qu'ils aient atteint le bord du trottoir;

- ne pas attacher une bicyclette à un véhicule pour se faire « remarquer »;
- ne pas rouler en vélo sur les autoroutes, les routes express ou les routes où un panneau interdit l'accès aux bicyclettes;
- les cyclistes doivent s'identifier correctement lorsqu'ils sont arrêtés par la police après avoir enfreint un règlement de la circulation.

**SIGNALER**

Lorsque les cyclistes circulent sur une route, ils doivent veiller à ce que les conducteurs de véhicules motorisés sachent en tout temps quelle direction ils vont prendre. Un virage surprise devant une voiture est dangereux à la fois pour le cycliste et le conducteur. En enseignant aux cyclistes les bons signaux de la main, on les aide à éliminer certains risques liés à la circulation à vélo sur les routes.




*« Ministère des Transports de l'Ontario », Guide du jeune cycliste, droit d'auteur 2005 par le gouvernement de l'Ontario. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/french/safety/cycling/youngcyclist.htm*

Figure 16-3-10 Signaux de la main

**DISCIPLINE À VÉLO**

Que l'on roule à vélo sur les rues secondaires de la ville ou sur un sentier à deux voies dans une aire de conservation, on s'assurera que les autres sont en sécurité en faisant preuve de prévenance envers eux. La discipline à vélo comporte plusieurs facettes qui ont trait à divers aspects du vélo de montagne, qu'il s'agisse de l'organisation de randonnées individuelles et en groupe, ou des procédures d'arrêt et de départ.

Les randonnées de groupe constituent l'une des façons les plus sécuritaires de faire du vélo. Il est important de se rappeler que chaque cycliste est responsable de la personne qui le suit. Il faut toujours garder à l'œil le cycliste derrière soi. Si on ne l'aperçoit plus, il faut s'arrêter et attendre un moment. S'il ne se montre pas après un délai raisonnable, il faut demander aux cyclistes devant de s'arrêter et de retourner en arrière pour chercher le cycliste manquant.

Voici quelques conseils de sécurité à retenir lorsqu'on fait une randonnée en groupe :

- former le plus possible une seule file lorsqu'on circule sur les routes et les sentiers;
- le premier cycliste doit signaler les virages, les obstacles et les changements de vitesse au reste du groupe en faisant des signaux de la main et en criant des commandements;
- sur un terrain plat, garder une distance minimale de 1 m (3.2 pi) entre les cyclistes du groupe;
- sur une pente descendante, garder une distance minimale de 3 m (9.8 pi) entre les cyclistes;
- sur une pente ascendante, former une seule file et demeurer à droite;
- lorsque le groupe s'arrête, veiller à ce que tous les membres soient situés complètement hors du sentier ou de la route;

- lorsqu'ils sont arrêtés, tous les membres du groupe doivent descendre de leur vélo, le placer de manière à ce qu'il soit face à la route, fermer les rangs et se tenir du côté gauche de leur vélo;
- si le groupe est nombreux et qu'il circule sur des routes, il doit se diviser en petits groupes d'environ dix personnes; ces groupes doivent garder entre eux une distance minimale de 1 km (0.62 mi) pour permettre aux véhicules de circuler;
- pour traverser une route, les membres du groupe doivent être alignés parallèlement à l'autre côté de la route, puis ils doivent traverser en ligne en marchant à côté de leur vélo.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

### QUESTIONS

Q1. Dans quel document se trouvent les règles de la route?

Q2. Quand on fait un virage à gauche, quel signal de la main doit être utilisé?

Q3. Comment les membres d'un groupe doivent-ils traverser la route?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Elles se trouvent dans les règlements provinciaux.

R2. Le bras gauche doit être étendu perpendiculairement au corps.

R3. Pour traverser une route, les membres du groupe doivent être alignés parallèlement à l'autre côté de la route, puis ils doivent traverser en ligne en marchant à côté de leur vélo.

**Point d'enseignement 6** — **Expliquer et démontrer les techniques de vélo de montagne et demander aux cadets de les pratiquer**

Durée : 55 min — Méthode : Démonstration et exécution

Les cadets doivent se tenir du côté gauche de leur vélo, avec leur casque sur la tête, en formant un grand demi-cercle pour la partie de démonstration de chaque compétence.

Lorsque les cadets pratiquent chaque technique individuelle, il est important d'établir des limites claires et bien définies de l'endroit où ils peuvent faire du vélo. Il est aussi important d'établir des limites de temps précises pour chaque phase de la pratique et de donner un signal aux cadets pour leur indiquer de retourner à l'aire d'enseignement principale ou de reformer un demi-cercle pour recevoir les prochaines instructions. Il pourrait s'agir d'un coup de sifflet. Établir des signaux avant la démonstration et s'assurer que les cadets savent quelles actions doivent suivre.

Les techniques de vélo de montagne doivent être présentées en respectant le format suivant :

1. expliquer et démontrer chaque technique pendant que les cadets observent;
2. expliquer et démontrer les étapes de chaque technique dans l'ordre suivant pendant que les cadets observent : monter sur le vélo, freiner, descendre du vélo, changer de

vitesse et monter et descendre des côtes. On peut faire la démonstration pour monter et descendre des côtes simultanément;

3. de façon contrôlée, demander aux cadets de pratiquer les étapes pour toutes les techniques. Les passages d'une étape à l'autre et d'une technique à l'autre doivent se faire sur le commandement de l'instructeur;

4. surveiller les cadets pendant qu'ils pratiquent toutes les techniques.

**Nota :** Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

**MONTER SUR UN VÉLO**

Pour monter sur un vélo, l'enjambement constitue la façon la plus courante de le faire. Il est toujours recommandé que le vélo soit en première ou dans une vitesse facile avant que l'on monte dessus.

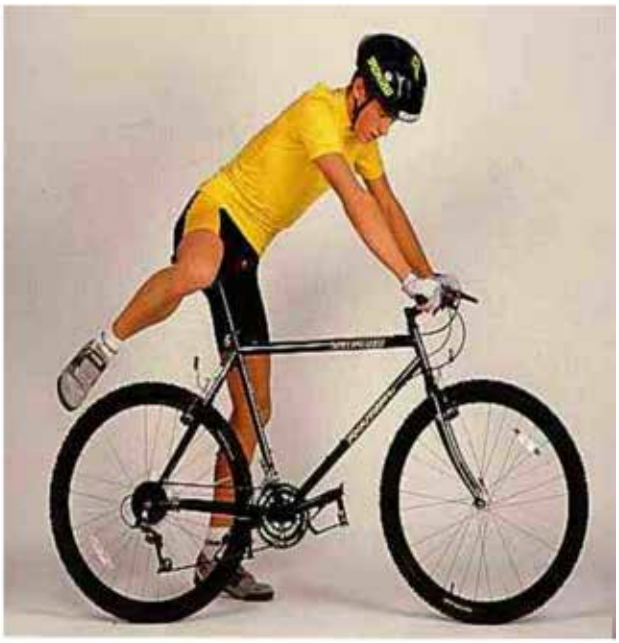
Il est recommandé que le cycliste monte sur le vélo à partir de son côté non dominant. S'il est droitier, il devrait commencer par la pédale gauche et s'il est gaucher, par la pédale droite.

Les instructions destinées aux cadets qui préfèrent commencer par la jambe gauche sont entre parenthèses.

Voici les étapes pour monter sur un vélo par enjambement :

1. se tenir sur un côté du vélo, avec les mains fermées sur le guidon;
2. lever la jambe droite (gauche) par-dessus la selle et enjamber le vélo;
3. faire tourner la pédale droite (gauche) jusqu'à la position de trois heures;
4. bien placer le pied gauche (droit) sur la pédale gauche, puis passer par-dessus la selle et pousser vers l'avant;
5. une fois en mouvement vers l'avant, placer le pied droit (gauche) sur la pédale droite (gauche) et continuer à pédaler.

ÉTAPE 1



ÉTAPE 2

ÉTAPE 3 À 5

*« DK Images », Sports, Games, Recreation, Mountain Biking, droit d'auteur 2007 par DK Limited. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.dkimages.com/discover/Home/Sports-Games-Recreation/Outdoor-Adventure/Mountain-Biking/index.html*

Figure 16-3-11 Monter sur un vélo par enjambement

**FREINER**

Le freinage ne sert pas uniquement à s'arrêter, mais aussi à ralentir et à contrôler le vélo sur des portions techniques du sentier. Il est important qu'un cycliste soit en mesure de déterminer la quantité de pression nécessaire et le moment de l'appliquer dans diverses situations sur les routes et les sentiers. Ces

connaissances permettront d'assurer la sécurité personnelle, de même que celle des autres cyclistes et utilisateurs des sentiers.

La manette de frein gauche contrôle le frein avant, et la manette droite, le frein arrière. La plus grande partie du freinage est appliquée par la main droite pour les freins arrière, et la main gauche vient appuyer cette fonction au besoin.

*« DK Images », Sports, Games, Recreation, Mountain Biking, Droit d'auteur 2007 par DK Limited. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.dkimages.com/discover/Home/Sports-Games-Recreation/Outdoor-Adventure/Mountain-Biking/index.html*

Figure 16-3-12 Positionnement des mains sur les manettes de frein

**DESCENDRE D'UN VÉLO**

La descente par enjambement est la plus courante et la plus sécuritaire.

Voici les étapes à suivre pour descendre d'un vélo par enjambement :

1. se préparer à arrêter en serrant les freins pour ralentir le vélo;
2. pendant le déplacement en roue libre, demeurer assis sur la selle;
3. placer la pédale gauche (droite) à la position de six heures;
4. retirer le pied droit (gauche) de la pédale droite (gauche) et le placer sur le sol un peu à l'extérieur de la pédale;
5. une fois que le vélo est complètement arrêté, glisser vers l'avant hors de la selle et placer le pied gauche (droit) sur le sol;
6. lever la jambe droite (gauche) par-dessus l'arrière du vélo.

Les cyclistes doivent éviter d'utiliser uniquement la manette de frein gauche. Elle permet d'arrêter le vélo, mais l'élan avant peut propulser le cycliste vers l'avant des guidons et du vélo et lui causer des blessures.

## CHANGER DE VITESSE

En vélo de montagne, les caractéristiques du terrain peuvent changer rapidement. La capacité de faire un changement de vitesse juste au bon moment est une technique essentielle à maîtriser. Des changements de vitesse appropriés font la différence entre une randonnée aisée et facile et une randonnée éprouvante et difficile. Les composants de changement de vitesse comprennent des vitesses préréglées et des dérailleurs intégrés au plateau et aux pignons pour aider la chaîne à se déplacer sans problèmes d'une vitesse à l'autre. Le cycliste doit passer à la bonne vitesse au bon moment.

Les changements de vitesse règlent la charge à la pédale que le cycliste peut adapter en fonction des caractéristiques du terrain. Une vitesse est définie par le nombre de dents sur le pignon utilisé.

### Le rapport d'engrenage

Le rapport d'engrenage est le rapport entre le plateau avant et le pignon arrière utilisé. Si le plateau et le pignon ont le même nombre de dents, alors la roue arrière tournera une fois pour chaque tour de pédale et le rapport sera de 1:1. Si le plateau a plus de dents que le pignon, par exemple 34 par rapport à 17, alors le rapport sera de 2:1, et la roue arrière tournera deux fois pour chaque tour de pédale. Le rapport d'engrenage peut aussi être négatif, par exemple lorsque le pignon arrière a plus de dents que le plus petit plateau, ce qui fera tourner la roue arrière plus lentement que les pédales.

PÉDALIER, À L'AVANT

CASSETTE, À L'ARRIÈRE

*« DK Images », Sports, Games, Recreation, Mountain Biking, droit d'auteur 2007 par DK Limited. Extrait le 5 novembre 2007 du site http://www.dkimages.com/discover/Home/Sports-Games-Recreation/Outdoor-Adventure/Mountain-Biking/index.html*

Figure 16-3-13 Pédalier, à l'avant et cassette, à l'arrière

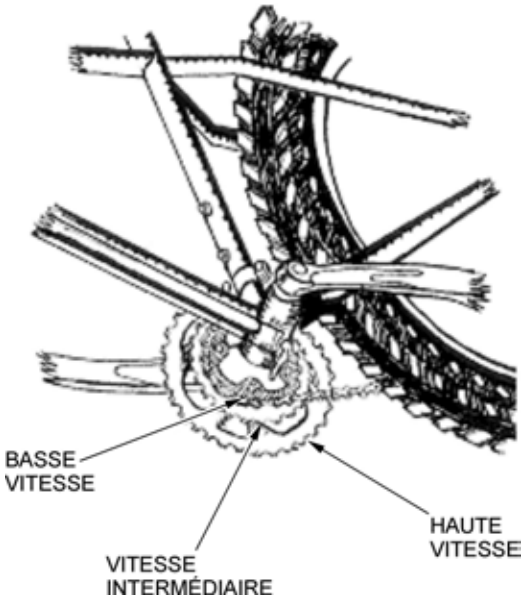
En général, les vélos de montagne ont deux ou trois plateaux à l'avant et sept à neuf pignons à l'arrière. Chacun de ces pignons a une valeur numérique qui est liée à un numéro du mécanisme de changement de vitesse sur le guidon.

### Le pédalier

Les vitesses du pédalier sont numérotées de un à trois. Le plus gros plateau du pédalier, le numéro trois, se trouve à l'extérieur de l'ensemble, alors que le plus petit plateau, le numéro un, se trouve à l'intérieur.

Le plus gros plateau du pédalier est utilisé pour pédaler sur les terrains plats, à haute vitesse, en descente et sur une route. Le plateau intermédiaire du pédalier est utilisé pour la plupart des situations hors route, y

compris les voies uniques, les petites côtes et les descentes accidentées. Le plus petit plateau est utilisé pour les montées abruptes et les terrains d'un niveau de difficulté technique très élevé.

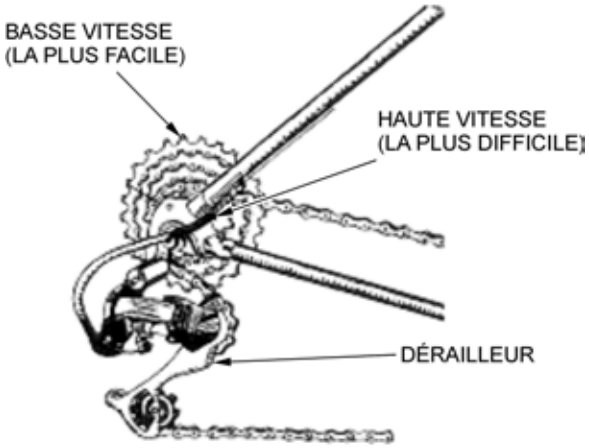



*« Gorp », Your First Mountain Bike Moves: Shifting Gears, droit d'auteur 2007 par Orbitz Away LLC. Extrait le 7 novembre 2007 du site http://www.gorp.away.com/gorp/publishers/menasha/how_ride5.htm*

Figure 16-3-14 Pédalier, à l'avant

**La cassette**

La cassette est numérotée de 1 à 9, à partir de l'intérieur, le côté le plus près du cadre, vers l'extérieur. Les pignons intérieurs, soit les plus gros, correspondent aux vitesses basses, qui sont les plus faciles et qui sont utilisées principalement pour monter des côtes et pour traverser des terrains accidentés. Les pignons extérieurs, soit les plus petits, correspondent aux vitesses les plus élevées, qui sont utilisées pour gagner de la vitesse sur un terrain plat.




*« Gorp », Your First Mountain Bike Moves: Shifting Gears, droit d'auteur 2007 par Orbitz Away LLC. Extrait le 7 novembre 2007 du site http://www.gorp.away.com/gorp/publishers/menasha/how_ride5.htm*

Figure 16-3-15 La cassette arrière

La chaîne de bicyclette ne doit jamais se trouver simultanément sur les plus gros pignons à l'avant et à l'arrière. Ces positions exercent une énorme tension sur la chaîne puisqu'elle passe alors d'une ligne droite à une ligne diagonale.

**Changer de vitesse**

Le contrôle des manettes de dérailleur ressemble à celui des manettes de frein : la manette de dérailleur gauche contrôle les plateaux du pédalier à l'avant, alors que la manette de dérailleur droite contrôle les pignons de la cassette à l'arrière. Lorsqu'on pousse sur la manette de dérailleur, le dérailleur, avant ou arrière, déplace la chaîne d'un pignon à un autre.

*« 2 Wheel Bikes », Suspension Mountain Bikes. Extrait le 7 novembre 2007 du site http://www.2wheelbikes.com/suspension-mountainbikes/sm3000-mountain-bike.html*

Figure 16-3-16 Manette de dérailleur droite

Toutes les vitesses des vélos de montagne sont indexées, ce qui signifie qu'elles sont préréglées et qu'elles enclenchent au bon endroit lorsque la manette de dérailleur est activée. La plupart des vélos ont un indicateur visuel des deux côtés, qui montre à quelle vitesse le vélo est embrayé.

Si on pousse la manette de dérailleur, la chaîne se déplace sur un plateau ou un pignon plus gros, parce que le mouvement se fait contre la tension ressort du dérailleur. Le cycliste doit pousser la manette de dérailleur plus loin que le point d'arrêt, pour que la chaîne puisse se déplacer jusqu'au plateau ou au pignon plus gros. Pour ce faire, il utilise son pouce, parce qu'il est plus fort que son index.

Le passage à un plateau ou à un pignon plus petit est plus facile, parce que la manette relâche la tension ressort, permettant ainsi au dérailleur de tomber naturellement en position. Pour effectuer ces changements de vitesse, le cycliste doit tirer le levier vers l'avant avec son index.

Il est possible de changer plus d'une vitesse à la fois. Pour ce faire, le cycliste effectue une série de déclics ou un seul mouvement, selon le type de mécanisme de changement de vitesse dont le vélo est équipé.

Il faut retenir plusieurs points importants lorsqu'on change de vitesse :

- il n'est pas possible de changer de vitesse si les pédales ne sont pas en mouvement;
- les pignons servent aux petits changements de vitesse, comme dans le cas où le cycliste monte une longue côte graduelle;
- les plateaux servent aux changements de vitesse les plus importants, comme pour la descente à partir du sommet d'une côte;

- la vitesse idéale pour commencer à rouler se trouve quelque part au milieu de la cassette, au quatrième ou au cinquième pignon, et au plateau intermédiaire.

**L'ASCENSION DE COLLINES**

L'ascension de collines en vélo de montagne représente un défi et ce véhicule a été conçu précisément pour pouvoir relever ce défi. Avec ses pneus larges et de forte adhésion, le positionnement du cycliste au-dessus de la roue arrière et son nombre accru de vitesses, le vélo de montagne est techniquement apte à monter des côtes.

Un vélo de montagne peut monter des côtes inclinées à près de 45 degrés sur des terrains très accidentés.

La capacité de monter une côte est en fonction de deux facteurs : la puissance et l'équilibre. L'équilibre s'apprend par la conscience et la pratique, alors que la puissance s'acquiert par la répétition de la compétence, et la force musculaire et cardiovasculaire.

Certains facteurs ont une incidence sur la technique du cycliste pendant qu'il tente de monter une côte.

**Position**

Le centre de gravité d'un vélo et d'un cycliste se trouve au niveau de l'abdomen. Pendant la montée d'une côte, le centre de gravité doit se déplacer vers l'avant du vélo pour permettre au cycliste de conserver son équilibre. Le cycliste doit transférer son poids vers l'avant du vélo au fur et à mesure que l'inclinaison augmente, sans quoi le poids sur le pneu avant sera insuffisant et la roue lèvera, causant ainsi une chute du cycliste.

Le centre de gravité est le point où se concentre tout le poids d'un objet.

*T. Brink, The Complete Mountain Bike Book, Ragged Mountain Press (page 51)*

Figure 16-3-17 Position de montée appropriée

Il peut sembler plus facile de se lever de la selle lorsqu'on monte des côtes, mais cela requiert plus de puissance et d'énergie de la part du cycliste. Le maintien du corps vers le bas et l'avant, tout en demeurant sur la selle, constitue une position beaucoup plus efficace pour monter une côte.

**Les changements de vitesse**

Compte tenu de la raideur d'une côte, il peut être acceptable que la chaîne soit sur le plateau intermédiaire du pédalier, position deux. En ce qui a trait à la cassette arrière, cela dépend davantage de la pente de la côte. À l'approche d'une côte, il est recommandé de commencer à passer à une vitesse inférieure, une vitesse intermédiaire, comme au quatrième ou au cinquième pignon. Une fois que le cycliste aura commencé à monter, il devra continuer à passer à des vitesses inférieures, en fonction de sa capacité à maintenir la puissance sur les pédales. Ne pas oublier que pour changer de vitesse, les pédales doivent être en mouvement et que plus la pente est raide, plus il est difficile de pédaler.

**LA DESCENTE DE COLLINES**

La descente de collines est une question de laisser la gravité faire son travail, tandis que le cycliste se concentre sur le freinage et la répartition du poids. Il s'agit d'une combinaison d'équilibre et d'application des freins au bon moment. Les cyclistes doivent toujours être prévoyants et être conscients des terrains difficiles, des virages, des obstacles et des autres cyclistes qui peuvent se trouver sur le sentier. Il est essentiel d'appliquer les freins pour contourner ou traverser les obstacles, mais il ne faut pas le faire de façon trop brusque, sinon le cycliste pourrait perdre complètement l'élan qu'il a pris dans la côte.

**Position**

Pendant la descente d'une côte, il est essentiel que le centre de gravité du cycliste ne dépasse pas la moitié du tube horizontal du vélo pour ne pas que le cycliste passe par-dessus le guidon. Le cycliste doit déplacer le poids de son corps vers l'arrière du vélo, tout en se baissant le plus possible et en étirant ses bras de façon qu'ils soient presque droits devant lui. Dans certains cas et selon la raideur de la pente, le cycliste devra peut-être glisser ses fesses en arrière de la selle pour plus de stabilité.

*« 2 Wheel Bikes », Suspension Mountain Bikes. Extrait le 7 novembre 2007 du site http://www.2wheelbikes.com/suspension-mountainbikes/sm3000-mountain-bike.html*

Figure 16-3-18 Position de descente appropriée

**Les changements de vitesse**

Les changements de vitesse ne sont pas aussi importants pendant la descente d'une côte que pendant la montée. L'élément clé à retenir est que la descente d'une côte donne un élan et qu'il faut maintenir sa vitesse une fois rendu en bas de la côte. Pour ce faire, il faut être prévoyant et passer aux vitesses qui permettront de maximiser son élan. Sur le pédalier, la chaîne doit être sur le plus gros plateau et sur la cassette, elle doit être sur la plus haute vitesse, soit le huitième pignon. Il pourrait être nécessaire de passer à des vitesses inférieures une fois que l'élan de la côte commence à se perdre et qu'il devient plus difficile de pédaler.

En descente, le cycliste doit contrôler sa vitesse en appliquant une pression uniforme, au besoin, sur les freins avant et arrière. Ses mains doivent demeurer sur les manettes de frein pendant la descente et il doit être prêt à freiner à tout moment.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 6**

La participation des cadets à la mise en pratique de chaque technique de vélo de montagne servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

| **Point d'enseignement 7** | **Demander aux cadets de pratiquer les compétences et les techniques de vélo de montagne durant une expédition** |
|---|---|
| Durée : 45 min | Méthode : Activité pratique |

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à une activité pratique de l'expédition afin de mettre en pratique les compétences et les techniques de vélo de montagne dans un environnement contrôlé et pendant une longue période.

### RESSOURCES

- équipement de vélo de montagne, y compris :
  - un vélo de montagne (un par cadet);
  - un casque (un par cadet);
  - une sonnerie ou un avertisseur (un par vélo de montagne);
  - des feux et des réflecteurs;
  - un récipient d'eau (un par cadet);
  - un sac à dos pour une journée (un par cadet).
- une carte topographique de la région (une par équipe ou groupe);
- une boussole (une par équipe ou groupe);
- un sifflet (un par cadet);
- un dispositif de communication (deux par équipe ou groupe);
- un récepteur GPS (un par équipe ou groupe);
- des piles (piles de rechange pour le dispositif de communication et le récepteur GPS);
- une trousse de premiers soins (une par équipe ou groupe);
- un outil pour l'entretien des vélos (un par équipe ou groupe).

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Le sentier de vélo de montagne pour débutants désigné.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de prendre leur vélo et leur casque.
2. Demander aux cadets d'effectuer une vérification avant une randonnée pendant un maximum de 10 minutes.
3. Diriger une phase de randonnée à vélo de l'activité pratique de l'expédition, en suivant l'itinéraire désigné pour pratiquer :
   (a) des techniques de vélo de montagne, y compris :

(1) monter sur le vélo;

(2) freiner;

(3) descendre du vélo;

(4) changer de vitesse;

(5) monter des collines;

(6) descendre des collines.

(b) des formations en randonnée;

(c) les compétences à communiquer.

4. Au point d'arrivée, enseigner le PE 8, puis demander aux cadets de ranger leur vélo et leur casque.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Chaque groupe doit comprendre un cadet qui porte un gilet réflecteur à l'avant et un autre à l'arrière.
- Il faut réviser le code de la route et les règlements des sentiers avec les cadets avant le début de la randonnée.
- Les cadets doivent se déplacer en file simple en tout temps.
- Les cadets doivent utiliser les signaux de la main pour la route.
- Tous les cadets doivent disposer d'au moins 500 ml (16 oz) d'eau.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 7**

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 8** **Expliquer et démontrer la procédure de vérification après une randonnée**

Durée : 5 min Méthode : Démonstration et exécution

Ce PE peut être enseigné après la phase de randonnée à vélo de l'activité pratique de l'expédition. L'instructeur doit d'abord démontrer la procédure sur son vélo, puis demander aux cadets d'effectuer une vérification après randonnée sur leur propre vélo.

L'entretien proactif peut réduire les chances de panne sur les sentiers. Il incombe au cycliste de s'assurer que le vélo est prêt à rouler sur une route ou un sentier. L'étape initiale de ce processus est l'exécution de la vérification avant la randonnée sur un vélo. Si la vérification avant une randonnée est importante, celle qui suit une randonnée l'est tout autant.

Une vérification après une randonnée comprend les éléments suivants :

- le nettoyage;
- l'évaluation des réparations.

**NETTOYAGE**

Le vélo de montagne peut être une activité sportive salissante. Même si pédaler dans la boue, la saleté et l'eau sur les sentiers fait partie de cette expérience, si on laisse ces éléments sur le vélo pendant une longue période, ils risquent de nuire aux composants techniques du vélo de montagne. Des pièces nettoyées régulièrement durent plus longtemps. Pour nettoyer le vélo, effectuer les étapes suivantes :

1. laver le vélo à jet d'eau pour en retirer le plus de boue et de saleté possible;
2. tourner le vélo à l'envers et essuyer les pneus;
3. à l'aide d'une brosse, nettoyer tout excès de saleté et de graisse sur la cassette à l'arrière et le pédalier à l'avant;

**ÉVALUATION DES RÉPARATIONS**

Il faut effectuer une évaluation rapide et finale du vélo pour s'assurer qu'aucun élément n'aura besoin d'entretien avant sa prochaine utilisation. Voici certains points importants à vérifier :

- câbles effilochés ou endommagés;
- irrégularité dans le système de câbles et de manettes de freins; la manette de frein ne doit pas pouvoir toucher au guidon;
- coupures sur les flancs des pneus;
- usure, coupures et crampons manquants sur les pneus.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 8

La participation des cadets à la vérification après une randonnée à vélo de montagne servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité pratique de l'expédition servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 7 (COREN 326).

**OBSERVATIONS FINALES**

Le vélo de montagne est l'un des trois moyens de transport dynamiques qu'on peut utiliser pendant l'instruction sur les expéditions. Il est essentiel que les cadets comprennent l'importance d'entretenir un vélo de montagne et de s'en servir de façon sécuritaire. En ayant la possibilité de pratiquer les techniques liées au vélo de montagne, les cadets jouiront d'une expérience agréable et sécuritaire pendant la phase de randonnée à vélo de l'activité pratique de l'expédition.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les centres d'expédition sont tenus de choisir deux moyens de transport dynamiques entre l'OCOM M326.02A (Pagayer en canot, section 2), l'OCOM M326.02B (Faire une randonnée en vélo de montagne) et l'OCOM M326.02C (Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire, section 4) à inclure dans leur fin de semaine d'instruction.

Cinq périodes et demie sont allouées pour cet OCOM selon la répartition générale des périodes du cours. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

Dès leur arrivée au centre d'expédition, les cadets seront répartis en équipes ou en groupes. Ces équipes ou groupes doivent rester les mêmes tout au long de la fin de semaine.

Conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-951/PT-003, l'équipement suivant est nécessaire à la randonnée de familiarisation :

1. un gilet réflecteur (porté par la personne située à l'arrière du groupe);
2. une carte topographique de la région (s'il s'agit d'une région inconnue);
3. une boussole;
4. une trousse de premiers soins;
5. un dispositif de communication (un téléphone cellulaire ou une radio portative);
6. une trousse de réparation de vélo de base.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 Directeur – Cadets 3. (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-082 (ISBN 1-57954-883-0) Downs, T. (2005). *Bicycle Maintenance & Repair for Road & Mountain Bikes*. États-Unis, Rodale Inc.

C2-083 (ISBN 0-07-149390-5) Brink, T. (2007). *The Complete Mountain Biking Manual*. Camden, Maine, Ragged Mountain Press.

C2-084 (ISBN 1-55297-734-X) Allwood, M. (2004). *Mountain Bike Maintenance: The Illustrated Manual*. Richmond Hill, Ontario, Firefly Books Ltd.

C2-087 Badyk, M., Buck, K., Sahl, N., Schultz, R., & Vrooman, D. (1998). *Ontario Learn to Mountain Bike Clinic Workbook* (2e éd.). North York, Ontario, Ontario Cycling Association et Ontario Recreational Mountain Bicycling Alliance.

C2-088 (ISBN 1-55297-653-X) Crowther, N. (2002). *The Ultimate Mountain Bike Book: The Definitive Illustrated Guide to Bikes, Components, Techniques, Thrills and Trails*. Toronto, Ontario, Firefly Books Ltd.

C2-089 Ministère des Transports de l'Ontario. (2007). *Guide du jeune cycliste*. Extrait le 5 octobre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/french/safety/cycling/youngcyclist.shtml.

C2-090 International Mountain Bicycling Association. (2007). *Trail Difficulty*. Extrait le 10 octobre 2007 du site http://www.imba.com/resources/trail_building/itn_17_4_trail_difficulty.html.

C2-092 Ministère des Transports de l'Ontario. (2007). *L'art du cyclisme. Guide du cyclisme sécuritaire en Ontario*. Extrait le 5 octobre 2007 du site http://www.mto.gov.on.ca/english/pubs/cycling/cyclingskills.htm.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 4**

# OCOM M326.02C – EFFECTUER UNE RANDONNÉE PÉDESTRE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE

Durée totale : 165 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

S'assurer que chaque cadet dispose d'une bouteille d'eau.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Les instructeurs doivent connaître les lieux historiques et les particularités géographiques d'intérêt le long de l'itinéraire ainsi que des jeux-questionnaires sur la flore et la faune, et en discuter. Cela enrichira l'expérience des cadets et suscitera leur intérêt. La randonnée pédestre doit être considérée comme une expérience d'apprentissage, et non comme une marche forcée.

### APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de la randonnée pédestre sur un terrain de catégorie 3 dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de faire une randonnée pédestre de 8 à 10 km le long d'un itinéraire qui comporte des caractéristiques d'un terrain de catégorie 3, en utilisant au besoin le « pas de repos » et les techniques pour franchir des obstacles.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables d'effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire qui comporte des caractéristiques d'un terrain de catégorie 3 afin de les préparer aux difficultés techniques associées à des expéditions de niveau plus avancé s'ils ont l'occasion d'y participer. La randonnée pédestre ne

consiste pas seulement à marcher le long d'un sentier ou d'un itinéraire préétabli, mais elle exige du randonneur qu'il soit conscient de son environnement, de ses limites et des limites du groupe avec lequel il voyage. Il est essentiel de savoir ce qu'il faut faire quand on rencontre un obstacle sur le chemin afin d'assurer la sécurité de tous. De plus, une connaissance et une compréhension de base des techniques, comme le « pas de repos », rendront la randonnée plus agréable pour tous les membres.

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

Les PE de cette leçon seront présentés durant l'instruction de familiarisation de randonnée pédestre. Une partie de la matière peut être présentée avant le départ, mais le reste doit être intégré aux périodes propices à l'apprentissage et aux pauses tout au long de la randonnée. Les cadets auront été initiés à bon nombre de concepts théoriques; cette activité leur donnera l'occasion de mettre en pratique ce qu'ils ont déjà appris.

### LA DIFFÉRENCE ENTRE LA RANDONNÉE PÉDESTRE, LA RANDONNÉE EN MONTAGNE ET LA GRANDE RANDONNÉE PÉDESTRE

La randonnée pédestre est une activité de marche énergique en plein air ou en milieu sauvage sur des sentiers non revêtus, soit sur des sentiers ou sur des chemins non balisés. La randonnée d'un jour consiste généralement à se déplacer sur divers types de terrains pouvant parfois comporter des montées et des descentes. Elle donne l'occasion d'atteindre des destinations qui pourraient, dans bien des cas, ne pas être accessibles par d'autres moyens.

L'objectif de la randonnée pédestre est d'apprendre des compétences qui ont un effet positif sur la santé physique. Elle offre un environnement d'apprentissage différent qui permet aux participants d'explorer le milieu naturel environnant. Les activités de randonnée pédestre peuvent être très stimulantes pour les personnes qui n'y ont jamais participé. Les randonneurs expérimentés peuvent aussi y trouver des défis en variant l'emplacement et le type de terrain où se déroulent les randonnées.

La randonnée en montagne est un voyage qui s'effectue sur de grandes distances et pendant plusieurs jours qui exigent beaucoup. Elle se fait généralement sur un terrain comportant des obstacles à franchir.

La randonnée pédestre se transforme en grande randonnée pédestre quand il faut transporter de l'équipement pour un voyage de plus de 24 heures.

### VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENT PERSONNELS POUR LA RANDONNÉE PÉDESTRE

#### Les vêtements

Les vêtements pour le plein air sont légèrement différents de ceux qu'on porte tous les jours; tout le monde possède cependant des vêtements à la maison qu'ils peuvent porter en plein air. Les vêtements pour le plein air qu'on choisit doivent :

- être en bon état;
- respirer : la transpiration doit pouvoir s'échapper du corps et s'évaporer (selon le niveau d'effort, le corps s'échauffera et deviendra humide, voire collant de sueur);
- être appropriés aux conditions météorologiques et à l'activité;
- être faits de matériaux qui sèchent rapidement;
- assurer une protection contre le vent et la pluie;
- être isolants et rembourrés;
- être flexibles, mais sans traîner;

- peuvent être portés par-dessus d'autres vêtements, le cas échéant;
- être confortables.

**Les chaussures**

Le facteur le plus important dont il faut tenir compte quand on choisit des chaussures de randonnée pédestre est l'ajustement. Les chaussures doivent être suffisamment robustes pour bien tenir jusqu'à la fin du voyage. Elles doivent protéger les pieds et avoir une bonne semelle pour marcher et grimper. Les bottes d'aujourd'hui utilisent la même technologie que les chaussures athlétiques. Elles sont légères, confortables et fonctionnelles. Voici quelques caractéristiques à rechercher lorsqu'on choisit une botte de randonnée :

**Solidité.** La botte doit supporter les pieds et empêcher les chevilles de se tordre sur les surfaces accidentées. Des bottes plus hautes avec un soutien pour les chevilles offrent une rigidité latérale. La botte doit aussi empêcher le pied de trop plier lorsqu'on met trop de poids sur les orteils ou le talon.

**Légèreté.** Plus les bottes sont légères, plus il est facile de marcher. Chaque livre supplémentaire des chaussures est comparable à ajouter cinq livres au sac à dos.

**Confort.** Les bottes doivent être bien ajustées : le talon appuyé contre le dos de la botte et assez d'espace pour permettre aux orteils de bouger.

**Bonne pointure.** Des bottes bien ajustées assureront le confort durant la randonnée. Une botte est bien ajustée quand :

- sa largeur est légèrement supérieure à la largeur du pied avec un peu d'espace supplémentaire;
- sa languette repose confortablement sur l'orteil;
- les orteils ont assez de place pour bouger.

**Les chaussettes**

La botte n'est qu'une partie de l'ensemble des chaussures; les chaussettes forment la première ligne de défense pour les pieds. Le système à deux chaussettes est couramment employé dans de nombreuses activités. À moins qu'on effectue régulièrement des randonnées pédestres par temps chaud et humide, il est conseillé de porter une paire de chaussettes épaisses par-dessus une paire de chaussettes légères. Toujours s'assurer de porter des chaussettes de la bonne pointure.

**Chaussettes intérieures.** Cette couche mince aide à évacuer l'humidité du pied. Ces chaussettes sont généralement faites de polypropylène.

**Chaussettes extérieures.** Cette couche est faite le plus souvent de laine, ou d'un mélange de laines, qui peut absorber l'humidité. Cette couche protège le pied et fournit l'isolation.

**Sac**

Il existe de nombreux types de sac conçus pour aider au transport des charges durant une randonnée. Pour les randonnées d'un jour, utiliser un petit sac qui peut aisément contenir tous les articles nécessaires. L'hiver, on pourrait avoir besoin d'un sac plus grand.

**Sac banane.** Le sac idéal pour les randonnées pédestres de courte durée ou les randonnées en montagne d'au plus quelques heures est le sac banane. Il s'agit d'un petit sac discret porté au bas du dos et muni d'une ceinture mince s'attachant autour de la taille. On l'appelle aussi « ceinture banane » ou « sacoche de ceinture ». La forme la plus simple de ce type de sac consiste en une poche cousue à une sangle plate. Les sacs bananes plus recherchés ont une capacité de plus de 10 l et comportent des ceintures et des bretelles rembourrées. Ils sont légers et gardent la charge près de la colonne vertébrale et du centre d'équilibre. Les articles transportés dans le sac banane ne doivent pas peser plus de 4.5 kg (10 lb) au total.

*ABC-of-Hiking, 2007, Shop Backpacks, droit d'auteur 2007 par Max Lifestyle.net « Go Hiking Like Max ».*
*Extrait le 19 avril 2007 du site http://www.abc-of-hiking/shopitems/backpacks/prowler5-backpacks.asp*

Figure 16-4-1 Sac banane

**Sac à dos d'une journée.** Les sacs à dos d'une journée sont disponibles en nombreux modèles, mais ils possèdent tous des bretelles et une ceinture. La plupart ont des poches permettant d'organiser l'équipement et des accessoires extérieures de base (p. ex., des boucles porte-hache et des sangles à boucles).

Un bon sac à dos d'une journée possède les qualités importantes suivantes :

- un rembourrage dans le dos pour protéger les omoplates;
- des bretelles bien rembourrées;
- des sangles d'ajustement permettant de placer le poids entre les épaules et les hanches;
- une armature interne (prolonge la vie du sac et le rend plus confortable à porter);
- une ceinture de hanche rembourrée d'une largeur de 4 pouces aux hanches et de 2 pouces à la boucle;
- une capacité de 35 à 40 l (environ 9 à 13 kg [20 à 30 lb]).

*ABC-of-Hiking, 2007, Shop Backpacks, droit d'auteur 2007 par Max Lifestyle.net « Go Hiking Like Max ».*
*Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.abc-of-hiking/shopitems/backpacks/team-backpacks.asp*

Figure 16-4-2 Sac à dos d'une journée

**Les dix articles essentiels**

**Un récipient d'eau.** L'un des éléments indispensables à toute trousse de voyage en milieu sauvage est le récipient d'eau. Pour transporter de l'eau pendant une randonnée pédestre, il faut une bouteille d'eau légère avec un couvercle étanche et facile à remplir. L'équipement polyvalent est avantageux pour l'utilisateur. Il est recommandé de choisir une bouteille qui peut résister aux températures de liquides congelés ou chauds.

Les bouteilles à grand goulot constituent un choix pratique, puisque de nombreux filtres à eau ont été conçus pour être vissés directement sur l'ouverture de la bouteille, ce qui simplifie le processus de filtrage de l'eau.

Les sacs-gourdes constituent un excellent équipement de transport de l'eau qui permet à l'utilisateur de transporter facilement entre 1 l et 4 l d'eau. Ils sont intégrés dans un sac et consistent en un réservoir souple de plastique léger et un tube d'hydratation qui passe par-dessus l'épaule de l'utilisateur et lui permet de boire facilement pendant une randonnée pédestre.

*« Mountain Equipment Coop », droit d'auteur 2007 par Mountain Equipment Coop. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524442500177&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696609&bmUID=1177425692300*

Figure 16-4-3 Bouteille d'eau à grand goulot

*« Bionic Sports », droit d'auteur 2007 par Bionic Sports. Extrait le 16 novembre 2007 du site// www.bionicsports.com/acatalog/Hydration.html*

Figure 16-4-4 Sac-gourde

**Un couteau de poche.** Un couteau universel, ou un outil universel, est essentiel pour réparer de l'équipement et couper de la corde, de la ficelle ou des bandages. L'idéal est de choisir un couteau ou un outil suffisamment petit et qui comprend tous les accessoires (lame, ciseaux, tournevis) dont on pourrait avoir besoin en randonnée pédestre.

**Des aliments supplémentaires.** Il est toujours recommandé d'apporter des aliments supplémentaires en randonnée pédestre. Des aliments, tels que des barres de céréales, des mélanges de raisins secs et d'arachides (bon vieux mélange), des tablettes de chocolat et des fruits déshydratés, procurent un regain d'énergie au randonneur. En situation d'urgence, ils peuvent accroître les chances de survie.

**Des vêtements supplémentaires.** Les vêtements supplémentaires doivent comprendre un vêtement chaud et un imperméable. Un gilet de duvet léger, un chandail ou une veste de laine polaire amovible procurera l'isolation nécessaire si le temps se refroidit de façon inattendue ou durant les pauses quand la transpiration s'évapore et le corps se refroidit. Ce n'est pas parce qu'il fait soleil au départ d'une randonnée, qu'il sera toujours au rendez-vous à destination. On peut aussi utiliser les imperméables pour construire un abri en cas d'urgence.

**De l'écran solaire.** L'écran solaire empêche l'exposition de la peau au soleil ou aux rayons ultraviolets. La peau brûle quand son exposition au soleil ou à la source de rayons ultraviolets dépasse la capacité de protection du pigment protecteur du corps. Selon l'Association canadienne de dermatologie, on devrait porter un écran d'au moins 15 FPS, avec une protection UVA et UVB.

**Des lunettes de soleil.** Les randonneurs devraient toujours porter des lunettes de soleil pour protéger leurs yeux contre les dommages causés par les rayons du soleil (p. ex., rayons ultraviolets, lumière forte ou intense et lumière bleue). Cette recommandation est particulièrement importante l'hiver, car l'ophtalmie des neiges est une blessure courante.

**Un chapeau.** Un chapeau à large bord empêche la nuque, les oreilles et le visage de brûler. Une tuque en hiver garde les oreilles au chaud et empêche la chaleur de s'échapper par la tête.

**Un insectifuge.** La présence de moustiques et de mouches noires agaçantes peut avoir un effet négatif sur une randonnée pédestre. Porter des vêtements lâches fermés aux poignets et appliquer un insectifuge pour éloigner les insectes indésirables. L'insectifuge doit être appliqué sur les parties exposées du corps. De nombreux insectifuges contiennent des produits chimiques, comme le DEET, pour éloigner les insectes et agissent longtemps après l'application.

**Une lampe frontale.** Une lampe frontale est constituée simplement d'une lampe de poche qui a été attachée à une courroie ajustable que l'utilisateur peut placer sur sa tête. Elle est utile en randonnée pédestre, car elle libère les mains de l'utilisateur afin de lui permettre d'accomplir des tâches lorsqu'il fait sombre ou noir.

*« Mountain Equipment Coop », droit d'auteur 2007 par Mountain Equipment Coop. Extrait le 16 novembre 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524442621000&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302697057&bmUID=1195238790425*

Figure 16-4-5 Lampe frontale

**Une trousse de survie.** La trousse de survie est essentielle pour toute randonnée pédestre en milieu sauvage. Elle doit contenir des comprimés de purification d'eau, une source de lumière, des allumettes imperméables, un dispositif de signalisation et du matériel de premiers soins.

**Un bloc-notes et un crayon.** Le bloc-notes et le crayon permettront aux randonneurs de tenir un journal tout au long de la randonnée. Les informations recueillies, comme les particularités d'un itinéraire, les conditions

du sentier, la difficulté du sentier et des observations générales, leur seront utiles pour planifier d'autres randonnées. Ils leur serviront aussi à prendre des notes sur leur expérience.

**LE TERRAIN**

Le terrain correspond aux caractéristiques physiques du sol, qu'il s'agisse d'un terrain plat, d'un sentier droit ou d'une montagne à pic glacé. On peut s'attendre à rencontrer différents types de terrains dans un itinéraire.

Conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003, le MCC utilise le système décimal Yosemite pour classer les sentiers par niveau de difficulté. Ce système classe, selon une échelle de 1 à 5, les sections les plus difficiles ou nécessitant le plus d'habileté d'un terrain ou d'un itinéraire. Il fournit aussi un classement pour le déplacement en terrain plat.

**Catégorie 1.** Randonnée pédestre, généralement sur un sentier.

**Catégorie 2.** Grimpées simples; franchir des obstacles qui nécessite l'utilisation occasionnelle des mains; nécessite les compétences pour s'orienter et trouver son chemin; une région boisée de l'arrière-pays.

**Catégorie 3.** Forte inclinaison nécessitant l'utilisation des mains pour maintenir l'équilibre; grimpée sur des rochers en s'aidant des pieds et des mains; on peut avoir à transporter une corde.

**Catégorie 4.** Escalade simple, nécessitant souvent une corde d'assurance en raison du danger de chute. Une chute pourrait s'avérer grave ou mortelle. Il est généralement facile de trouver une protection naturelle.

**Catégorie 5.** L'escalade de haut niveau commence à cette catégorie. Elle nécessite l'utilisation de cordes, de cordes d'assurance et la mise en place d'une protection naturelle ou artificielle pour le chef en cas de chute. Cette catégorie comporte une notation décimale étendue afin de classer les montées.

**Types de terrain**

**Des terrains de niveau facile.** Il s'agit d'un terrain plat sur lequel il est facile d'y maintenir l'équilibre. Il est généralement facile de marcher sur les routes des forêts, les sentiers qui longent des ruisseaux et les terrains ondulés.

**Des terrains de niveau moyen.** Il s'agit d'un terrain avec un sentier dont la plus grande partie est ferme et qui comprend une colline passablement à pic ou une série de petites collines ou de tapis forestiers avec des sous-bois de densité légère.

**Des terrains de niveau difficile.** Il s'agit de tout terrain de dénivellation de plus de 150 m sur 1 km. Il peut aussi s'agir de zones de forêt dense, de végétation dense et de sentiers rocailleux ou recouverts de racines.

La vitesse de déplacement varie en fonction des membres du groupe, de l'équipement, du terrain, de l'altitude, etc. En général :

- sur un terrain facile et portant un sac à dos, on peut s'attendre à ce que les membres d'un groupe se déplacent à une vitesse de 3 à 5 km/h;
- sur un terrain difficile et portant un sac à dos, on peut s'attendre à ce que les membres d'un groupe se déplacent à une vitesse de 1.5 à 3 km/h;
- sur un terrain difficile, la vitesse de déplacement chute au tiers ou même au quart de la vitesse sur un terrain facile;
- sur un terrain supérieur à 3000 m, la vitesse de déplacement chute considérablement. En moyenne, une personne se déplace à 1 km/h de moins pour chaque 1000 m de plus en altitude;

- dans le cas de la descente d'un terrain facile, la vitesse peut être deux fois plus rapide que celle d'une montée.

## UTILISER DES BÂTONS DE RANDONNÉE EN MONTAGNE

### Types de bâtons

Il existe trois types de bâtons de randonnée en montagne : les bâtons de ski, les bâtons de marche en bois et les bâtons de randonnée en montagne télescopiques. Le choix de bâton est en fonction de l'activité.

Les bâtons de randonnée en montagne améliorent l'équilibre et réduisent les tensions dans les genoux, les épaules et le dos. Ils absorbent une partie de l'impact que le corps absorberait autrement. Les bâtons absorbent le choc au lieu du corps, réduisent la fatigue dans les bras et les jambes et augmentent l'endurance.

Les bâtons de ski et les bâtons de marche peuvent être utilisés pour de longues marches et des randonnées en montagne faciles sur des surfaces relativement plates. Le bâton de marche peut s'avérer un bon choix pour les randonnées en montagne de niveau modéré. Les bâtons de randonnée en montagne télescopiques constituent le choix le plus polyvalent. On peut s'en servir pour faire des randonnées pédestres et des randonnées en montagne en terrain accidenté.

*Black Diamond, 2005, Gear, droit d'auteur 2006 par Black Diamond Equipment Ltd. Extrait le 12 avril 2007 du site http://www.bdel.com/gear/fixed_length_ski.php*

Figure 16-4-6 Bâton de ski

*Wintergoodies.com, 2007, Hiking, Trekking & Walking Pole Adjustable, droit d'auteur 2007 par Wintergoodies.com. Extrait le 12 avril 2007 du site http://www.winterbrookgoodies.com/pd_swissgear_hiking_trekking_walking_pole.cfm*

Figure 16-4-7 Bâton de randonnée en montagne télescopique

*The Walking Stick, 2005, Hiking Poles & Walking Sticks & Staffs, droit d'auteur 2005 par The Walking Stick. Extrait le 12 avril 2007 du site http://www.backpacking.net/walkstik.html*

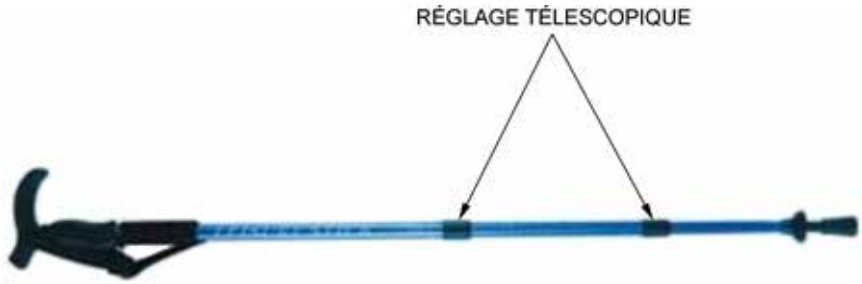
Figure 16-4-8 Bâton de marche en bois

**Critères pour choisir des bâtons de randonnée en montagne**

Pour trouver des bâtons de randonnée en montagne ou des bâtons de marche qui conviennent, on doit tenir compte du type d'activités pour lequel ils seront utilisés, du type de terrain et du poids qu'on transportera.

Les bâtons télescopiques en aluminium représentent le meilleur choix. Ils sont abordables et durent longtemps.

**Réglage télescopique.** Les bâtons munis d'un réglage télescopique peuvent être allongés ou raccourcis en fonction du type de terrain. Plusieurs personnes peuvent utiliser la même paire de bâtons; il suffit d'en modifier la longueur. Ces bâtons sont faciles à ranger lorsqu'on ne s'en sert pas.




*Alibaba.com, 2007, Trekking Poles, droit d'auteur 2007 par Alibaba.com Corporation and Licensors. Extrait le 17 avril 2007 du site http://aoqida.en.alibaba.com/product/50252655/51316862/Trekking_Poles/Trekking_Pole.html*

Figure 16-4-9 Bâton télescopique

**Poignées.** Les poignées qui ont une forme adaptée à la main sont plus confortables et faciles à utiliser sur une longue période. Les poignées qui sont dures peuvent devenir mouillées à cause de la transpiration et elles sont inconfortables à tenir. Il est préférable d'essayer plusieurs modèles afin de trouver celui qui est le mieux adapté à sa main. La poignée devrait être munie d'une dragonne réglable pour empêcher d'échapper le bâton.

*Moontrail, Backcountry Equipment Ltd, 2006, MSR Denali II, Telescoping Trekking Poles, droit d'auteur 2006 par Backcountry Equipment, Ltd. Extrait le 17 avril 2007 du site http://moontrail.com/msr-denali2.php*

Figure 16-4-10 Poignée avec dragonne

**Système antichoc (absorption des chocs).** Le système antichoc est intégré au bâton. Certains systèmes sont très complexes et offrent divers réglages en fonction des préférences de l'utilisateur et des conditions de la randonnée. Le système antichoc aide à absorber l'impact du bâton contre le sol pendant la marche, permettant un relâchement des tensions dans les épaules et les bras. Un mécanisme de verrouillage est essentiel, puisqu'il permet à l'utilisateur de bloquer le réglage pendant la randonnée.

**Rondelles.** Les rondelles sont les anneaux au bout des bâtons de randonnée en montagne. Elles empêchent les bâtons de s'enfoncer dans la surface (neige, boue ou sol saturé d'eau). Il en existe une variété. Les rondelles qui ont la forme d'un flocon de neige sont celles qu'il convient d'utiliser dans la neige. Les rondelles pleines et larges conviennent mieux sur un terrain boueux mou, parce qu'elles empêchent les bâtons de s'enfoncer. Si l'on prévoit acheter des bâtons de randonnée en montagne équipés de rondelles, il faut s'assurer qu'on peut les changer facilement.

*Backcountry Edge, 2004, LEKI Snowflake Baskets, droit d'auteur 2004 par Backcountry Edge, Inc. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.backcountryedge.com/products/leki/snowflake_baskets.aspx*

Figure 16-4-11 Rondelles en forme de flocon de neige

*Backcountrygear.com, 2007, Black Diamond Trekking Pole Spare Baskets. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.backcountrygear.com/catalog/accessdetail.cfm/BD320*

Figure 16-4-12 Rondelles pleines

**Pointes.** Il existe trois types de pointe : pointe simple, pointe ciselée et pointe en caoutchouc. Chacune de ces pointes est adaptée à un environnement particulier. La pointe la plus polyvalente est la pointe ciselée. Elle ressemble à des entailles pratiquées sur le bout du bâton pour former plusieurs pointes en saillie. Ce type de pointe est durable et assure une bonne traction dans presque toutes les conditions.

*GoSki-Real Resort Info, 2005, Poles and Trekking Poles, droit d'auteur 2005 par RSN. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.goski.com/gear/product/LifeLink_Replaceable_Flex_Tip_Pair.html*

Figure 16-4-13 Pointes remplaçables

**Méthodes d'utilisation**

L'utilisation de bâtons de randonnée en montagne peut prévenir les douleurs. Ils sont utiles pour stabiliser les charges lourdes et franchir des obstacles sur les sentiers. En plus d'aider à l'équilibre, ils réduisent les tensions dans le dos, les jambes et, en particulier, les genoux. Ils absorbent une partie de l'impact que le corps aurait à absorber autrement.

Pendant l'explication, démontrer les différentes techniques utilisées pour tenir les bâtons de randonnée en montagne.

**Monter une pente en randonnée en montagne.** Quand on marche sur un terrain plat, tenir la poignée en gardant les bras parallèles au sol. Pendant une montée, raccourcir les bâtons pour plus de confort et de stabilité. Cela donnera de l'énergie au mouvement.

*TrekkingPoles.com, 2006, How to Use Trekking Poles, droit d'auteur 2006 par NicheRetail, LLC Company. Extrait le 26 avril 2007 du site http://www.trekkingpoles.com/custserv/custserv.jsp?pageName=How_To_Use*

Figure 16-4-14 Monter une pente en randonnée en montagne

**Descendre une pente en randonnée en montagne.** Les bâtons de randonnée en montagne aident à réduire l'impact de chaque pas sur les articulations durant la descente. Pour plus de confort et de stabilité, il est recommandé d'allonger les bâtons.

*TrekkingPoles.com, 2006, How to Use Trekking Poles, droit d'auteur 2006 par NicheRetail, LLC Company. Extrait le 26 avril 2007 du site http://www.trekkingpoles.com/custserv/custserv.jsp?pageName=How_To_Use*

Figure 16-4-15 Descendre une pente en randonnée en montagne

Les conseils suivants peuvent aider lorsqu'on descend un terrain rocailleux :

- marcher lentement en évaluant l'état de chaque roche avant d'y mettre tout son poids;
- se pencher en avant pour appuyer le corps sur les bâtons de randonnée en montagne;
- saisir fermement les bâtons;
- garder les bras pliés à 90 degrés;
- si possible, déplacer un bâton vers l'avant, puis faire un pas avec la jambe opposée.

Les bâtons de randonnée en montagne peuvent aussi servir à :

- évaluer la profondeur des flaques ou la solidité des ponts de neige;
- éloigner les animaux agressifs;
- soutenir un appareil photo.

Certaines personnes préfèrent avoir une main libre et n'utiliser qu'un bâton. Il est cependant préférable pour assurer un meilleur appui, d'en utiliser deux.

On peut trouver un bâton de marche en bois solide dans la nature en tout temps pendant une expédition.

**RYTHME DE RANDONNÉE PERSONNEL**

Une journée moyenne de randonnée pédestre comprend des périodes de déplacement et des périodes de repos. La combinaison d'un bon rythme, d'une bonne vitesse et d'intervalles fixes de repos sont des éléments qui distinguent les randonneurs débutants des randonneurs d'expérience. L'enthousiasme amène souvent le randonneur à partir trop vite, à se fatiguer plus rapidement, à prendre un repos trop tôt et à repartir trop vite.

**Rythme et vitesse des pas**

Un rythme de marche soutenu est généralement plus plaisant, car il permet au corps de moins se fatiguer et maintient l'effort physique à un niveau confortable. Un rythme soutenu permet au randonneur de suivre un horaire fixe et de diminuer la tension subie par le corps. Cela permet au randonneur de voyager en étant moins fatigué.

**Développer un rythme de randonnée.** Le rythme de randonnée pédestre est très personnel et s'établit au cours des nombreuses randonnées pédestres. Pour établir un rythme, voici certaines lignes directrices à suivre :

- choisir un rythme et une vitesse spécifiques et les maintenir. Un bon rythme doit permettre au randonneur de marcher à la même intensité pendant au moins une heure sans période de repos;
- choisir un rythme en fonction du terrain, de la température et du poids. Le moment où le randonneur ne peut plus entretenir une conversation indique qu'il n'a pas choisi un rythme confortable;
- faire du rythme un mouvement corporel fluide où la respiration et le balancement des bras sont en harmonie;
- les surfaces accidentées comme les pentes et les côtes d'inclinaison variées peuvent rendre difficile le maintien d'un rythme de randonnée stable.

**Limiter la fatigue**

Le but des périodes de repos est de ralentir le rythme cardiaque et la respiration pour que le cœur et les poumons se reposent. Le repos donne au corps le temps d'éliminer l'acide lactique présent dans les muscles et de récupérer de coups de chaleur ou de douleurs.

Lignes directrices sur le repos :

- se reposer à des intervalles réguliers; essayer des périodes de 10 minutes pour chaque heure de randonnée (les inclure dans le rythme);
- maintenir des pauses de 10 minutes. Les périodes de repos prolongé ne doivent être utilisées que pour le dîner et le souper;

- les périodes de 10 minutes sont les plus efficaces pour la récupération du corps;
- s'assurer de retirer les sacs à dos, de se reposer à l'ombre et de s'asseoir durant les pauses;
- pendant les périodes de repos prolongé, enlever les chaussures pour les aérer et pour reposer et faire sécher les pieds.

**Ajuster le rythme**

En général, il est facile de maintenir le rythme de randonnée pédestre sur une surface plane. Par contre, lorsque la température et le poids supplémentaire sont de la partie, la marche devient plus difficile. La vitesse de déplacement dépend de la forme physique de tout le groupe, du terrain, de l'altitude et du poids du sac à dos. Une des meilleures façons de mesurer et de contrôler le pas est de porter une attention particulière au rythme de la respiration.

Si la respiration détermine le pas, sur un terrain de niveau, par exemple, une personne fait trois pas par inspiration et trois pas par expiration. Pour monter une côte, en gardant le même rythme de respiration, faire deux pas par inspiration. Une bonne règle à suivre est de marcher à un rythme où on peut entretenir une conversation.

Lorsqu'on marche dans d'autres conditions, la vitesse de marche change selon :

- **Temps.** Lors de mauvais temps, le randonneur réduit le rythme et l'enjambée pour plus de sécurité.
- **Poids.** Le poids affecte l'enjambée, puisque plus il est important, plus le randonneur doit utiliser de l'énergie.
- **Terrain.** Monter une côte diminue l'enjambée et la distance parcourue.

**Synchronisation complète du corps**

Le rythme de randonnée pédestre s'applique au corps en entier. Tout comme la marche, la randonnée pédestre requiert des mouvements coordonnés où chaque action produit une réaction. Le balancement des bras permet de prendre de l'élan, la respiration permet de contrôler les pas, etc. Pour bien maintenir le rythme, il faut d'abord apprendre quelles parties du corps travaillent à l'unisson. Pour assurer une synchronisation complète du corps pendant le déplacement, les bras doivent bouger naturellement de façon contraire aux jambes.

**Intervalles de repos**

Une journée moyenne de randonnée pédestre comprend des périodes de déplacement et des périodes de repos. Les intervalles de repos doivent avoir lieu toutes les heures et ne durer que 10 minutes dans un endroit ombragé et près d'une source d'eau, si possible. Au cours des cinq à sept premières minutes de repos, le corps élimine environ 30 pour cent de l'acide lactique présente dans les muscles, mais n'en élimine que 5 pour cent dans les 15 minutes suivantes (s'assurer de limiter la période de repos à 10 minutes).

En plus d'accumuler de l'acide lactique dans les muscles, le corps travaille à l'unisson et d'autres parties peuvent se fatiguer. Lorsqu'on se repose :

- le rythme cardiaque ralentit et le cœur bat à un rythme réduit;
- les poumons fournissent moins d'oxygène au corps;
- le corps et l'esprit se reposent;
- les pieds et les chaussures peuvent être aérés pour réduire les risques d'ampoules.

**Le pas de repos**

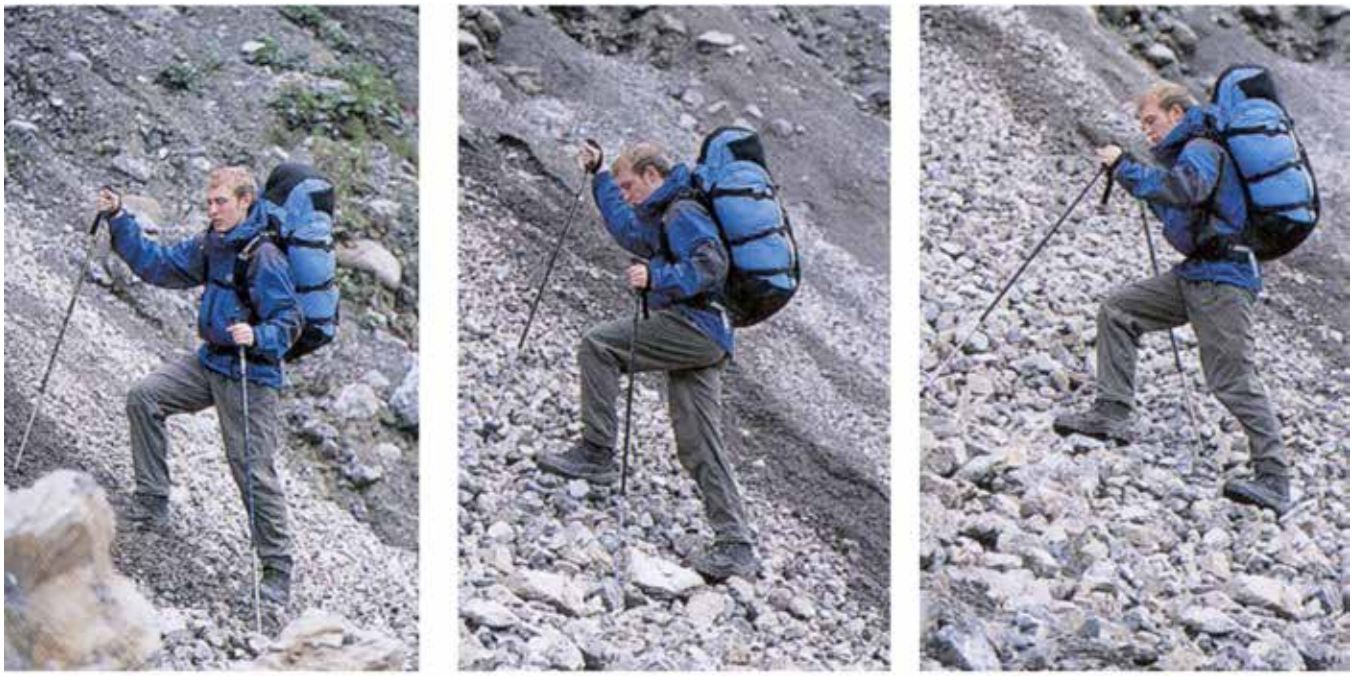
Pendant une randonnée en montagne, il arrive parfois qu'une pente soit si raide qu'il n'est pas possible de la gravir sans prendre de pauses. Dans ces cas, on peut utiliser le pas de repos. Le pas de repos est aussi utile lors des randonnées dans la neige ou le brouillard.

Pour utiliser le pas de repos :

1. commencer en position verticale. Faire un pas en avant avec la jambe droite, en gardant le poids sur la jambe gauche (arrière) avec le genou bloqué. Marquer une pause avant de faire le prochain pas, en conservant le poids sur la jambe arrière;

2. transférer le poids sur la jambe droite. Pousser vers le haut avec la jambe droite et faire un pas vers l'avant avec la jambe gauche. Bloquer le genou de la jambe droite, de manière à ce que la jambe droite supporte tout le poids du corps. Marquer une pause avant de faire le prochain pas, en conservant le poids sur la jambe arrière;

3. transférer le poids sur la jambe gauche. Pousser vers le haut avec la jambe gauche et faire un pas vers l'avant avec la jambe droite. Marquer une pause avant de faire le prochain pas, en conservant le poids sur la jambe arrière. Continuer à avancer, en marchant à un pas lent et régulier.



ÉTAPE 1 ÉTAPE 2 ÉTAPE 3

*K. Berger, Backpacking and Hiking, DK Publishing, Inc. (p. 143)*

Figure 16-4-16 Le pas de repos

**TECHNIQUES DE RANDONNÉE PÉDESTRE SUR UN TERRAIN DE CATÉGORIE 3**

**Effectuer la grimpée**

La grimpée est un terme utilisé pour décrire une montée sur un terrain difficile et accidenté ou sur des roches en escaladant ou en rampant. L'utilisation des deux mains et des pieds est généralement nécessaire.

Les points suivants doivent être pris en compte quand on utilise la technique de la grimpée :

- vérifier les prises de main et les prises de pieds avant d'y mettre le poids du corps;
- garder la partie inférieure du corps près des roches;
- se servir de ses mains pour garder l'équilibre;
- se servir des muscles puissants des jambes pour supporter le poids du corps;

- toujours maintenir trois points de contact avec les roches.

*Talisman Newsletter, 2006, Merry Christmas, droit d'auteur 2007 par Talisman Mountaineering Activities Scotland. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.talisman-activities.co.uk/downloads/newsletters/newsletter4/newsletter4.htm*

Figure 16-4-17 Technique de la grimpée

Durant une montée et avant une section difficile, arrêter un instant pour reprendre son souffle. Examiner ses choix d'itinéraire et déterminer toujours un chemin de retour.

**Sauter de rocher en rocher**

Cette technique consiste à utiliser sa vitesse et son élan pour sauter délicatement de rocher en rocher en se servant de ses bras ou de ses bâtons de randonnée en montagne pour garder l'équilibre.

Les points suivants doivent être pris en compte quand on saute de rocher en rocher :

- prévoir son itinéraire. Les gros rochers sont plus stables;
- se servir de ses mains pour se stabiliser;
- garder les genoux pliés et détendus;
- maîtriser sa vitesse. Sauter délicatement;
- si on commence à perdre l'équilibre, se déplacer vers l'avant et sautiller délicatement d'un pied à l'autre jusqu'à ce que l'équilibre revienne.

*Great Outdoor, 2006, Hiking the Forgotten End of the AT, droit d'auteur 2006 par Greatoutdoor.com. Extrait le 12 avril 2007 du site http://www.greatoutdoors.com/go/photos.jsp?title=hikingtheforgottenendoftheat&imag=1*

Figure 16-4-18 Sauter de rocher en rocher en se servant de bâtons de marche

**Franchir des éboulis**

Un éboulis est un amas de petites roches légères qui se trouve souvent au-dessus de la limite des arbres sur les pentes des montagnes. Pour franchir un éboulis, il faut faire preuve de prudence.

*East Riding of Yorkshire Council, E Riding Media Library-England North, droit d'auteur 2007 par School Improvement Service, East Riding of Yorkshire Council. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.eriding.net/media/england_north.shtml*

Figure 16-4-19 Éboulis

**Traverser un éboulis**

La traversée d'un éboulis se fait en marchant obliquement ou en se déplaçant latéralement.

Les éboulis peuvent avoir des surfaces très glissantes. Lorsqu'on traverse un éboulis, il est recommandé de le faire en zigzag. L'itinéraire doit être réparti en courtes sections. Contrôler la vitesse de marche et se rappeler que plus on va vite, plus on risque de se blesser.

**Marcher latéralement.** En marchant latéralement, on assure un meilleur contact du côté long du pied avec le terrain pour améliorer la stabilité.

**Grimper sur un éboulis**

Il faut éviter de grimper sur un éboulis, dans la mesure du possible, car cela peut être très épuisant. S'il n'y a pas d'autres choix, les conseils suivants doivent être pris en compte :

- rester sur les bords de l'éboulis. Les roches y sont plus stables et on peut y trouver de gros rochers;
- essayer de garder le pied à l'horizontale. Si l'éboulis est assez petit, avancer en enfonçant la pointe des pieds dans la pente (comme s'il s'agissait de neige);
- monter avec les pieds écartés pour aider à mettre le poids sur la cambrure de chaque botte;
- faire de petits pas pour réduire la tension dans les jambes et les risques de glissement;
- plier les jambes aux genoux pour supporter le corps.

**Descendre d'un éboulis**

Pour descendre d'un éboulis, garder son poids sur les talons et faire de petits pas. Le dos doit être droit et les genoux légèrement pliés pour absorber la tension et améliorer l'équilibre.

Les points suivants doivent être pris en compte quand on descend d'un éboulis :

- enfoncer les talons dans le sol;
- se servir de ses mains pour garder l'équilibre;
- détendre les genoux et poursuivre la descente.

**FRANCHIR DES OBSTACLES D'EAU**

**Rivières**

La traversée de rivières peut être très difficile, selon le temps de l'année (p. ex., au printemps quand la neige fond dans les cours d'eau et les rivières). Avant de traverser une rivière, il faut établir un plan.

**Choisir un endroit pour traverser.** La traversée la plus sécuritaire est à l'endroit où l'eau est calme et n'arrive pas à une hauteur au-delà des hanches. On trouve de telles conditions près des coudes de rivières, où le cours d'eau s'élargit et ralentit pour prendre le virage. Plus l'eau est foncée (et verte), plus elle est profonde.

Éviter les conditions suivantes :

- une agitation qui occasionne des eaux vives;
- de l'eau foncée;
- un courant rapide.

Si les conditions semblent dangereuses, remonter le courant à la recherche d'un endroit plus sécuritaire. Traverser toujours avec prudence.

**Meilleur temps pour traverser.** Le meilleur temps pour traverser est tôt le matin. Les rivières coulent moins vite le matin, car l'eau est plus froide la nuit que le jour.

**Traverser à gué une rivière.** La traversée à gué est la solution la plus sécuritaire. Durant la traversée, faire toujours face à l'amont et avancer en diagonale par rapport au courant.

Si la traversée se fait en groupe, se donner le bras et placer les personnes les plus fortes à l'arrière. Le groupe doit se déplacer lentement en file simple et en diagonale par rapport au courant.

On peut se servir de bâtons de randonnée en montagne pour traverser à gué une rivière, parce qu'ils aident à garder l'équilibre.

Quand on traverse une rivière, enlever ses bottes pour les garder au sec et mettre des sandales de sport. À défaut d'avoir des sandales de sport, enlever ses chaussettes et chaussons de botte, remettre ses bottes et traverser la rivière.

**Sauter.** Le saut est une technique utilisée avec les rochers qui peut aider à traverser une rivière en restant au sec. Les points suivants doivent être pris en compte quand on choisit le saut :

- prévoir son itinéraire. Évaluer les pas à prendre;
- choisir les roches qui sont stables;
- vérifier l'état des roches avant d'y mettre le pied;
- si une roche est instable, se déplacer rapidement vers la prochaine.

Marcher dans l'eau est une solution. Il est préférable de marcher dans l'eau et se mouiller que d'y tomber.

**Traverser des rivières en utilisant un pont de bois ou des cordes.** Les ponts de bois peuvent être soit aménagés ou être formés de rondins disposés en travers d'un cours d'eau. Évaluer toujours le pont avant de le traverser pour s'assurer qu'il est solidement attaché et stable. Traverser un pont de rondins, une personne à la fois, pour éviter de déplacer les rondins en raison du poids. Si un pont ou un rondin est trop étroit, instable ou élevé, le traverser en se traînant en position assise.

À moins d'être formé en sauvetage de rivière, on ne doit pas utiliser de cordes tenues à la main. Si une corde est fixée en place, on peut l'utiliser pour s'y accrocher. Éviter de s'enchevêtrer dans la corde. Ne pas utiliser de mousquetons pour attacher une personne à la corde.

**Sols saturés d'eau**

Éviter, si possible, de traverser des sols saturés d'eau. À défaut de pouvoir les contourner, prévoir un itinéraire pour les traverser. Les traces de pas laissées par d'autres randonneurs peuvent donner une indication de la profondeur et de la dureté du sol.

**Points durs naturels.** Lorsqu'on planifie un itinéraire, on peut gagner du temps en repérant les points durs du sol. La présence d'arbres et de buissons est une indication que le sol pourrait être ferme à cet endroit. De grosses roches et des touffes d'herbe dure sont aussi de bons indicateurs.

**Sentiers.** Il arrive parfois que des sentiers traversent des sols saturés d'eau. Les sentiers fréquemment utilisés comportent souvent de petites passerelles en bois (ressemblant à des petits ponts) construites pour faciliter la traversée. On peut aussi utiliser des ponts faits de troncs d'arbre tombés.

Lorsqu'on traverse des sols saturés d'eau, s'assurer que ses bottes sont bien lacées. La succion de la boue pourrait tirer sur les bottes.

**Traverser sur la neige et la glace**

**Déchiffrer la neige pour planifier un itinéraire sécuritaire.** Lorsqu'on planifie un itinéraire, il est préférable d'éviter les endroits rocailleux. Les roches absorbent la chaleur, qui fait fondre plus rapidement la neige à proximité. La neige molle peut ne pas être assez solide pour soutenir le poids d'une personne. Avant d'emprunter un chemin, vérifier l'état de la neige à l'aide des bâtons de randonnée en montagne afin d'éviter des blessures. Il est préférable de traverser un grand champ de neige tôt le matin quand la neige est dure. Au lever du soleil, le temps se réchauffe et la neige fond inégalement, créant des endroits mous.

**Monter sur la neige.** Quand on doit marcher sur la neige, ce sont les conditions qui décideront de l'itinéraire à prendre. On peut avoir à changer d'itinéraire pour assurer une montée sécuritaire. On peut aussi monter en zigzag. S'il est plus facile de monter en ligne droite, donner des coups de pied plusieurs fois au même endroit pour former des marches solides. Avant de se tenir sur ces marches, on doit toujours en vérifier la solidité.

Il peut être épuisant de monter une pente en randonnée en montagne dans la neige. Il est recommandé de prévoir deux fois plus de temps pour effectuer ce type de randonnée. Faire des pauses au besoin.

**Traverser sur la glace.** Quand on traverse un endroit glacé, il faut faire preuve de prudence. Dans ce cas, utiliser des bâtons de randonnée en montagne pour rechercher des trous ou évaluer l'état de la neige. Sur la glace, ne pas se fier aux traces de pas laissées par d'autres personnes. Le chemin peut ne plus être sécuritaire si elles datent de quelques jours. Vérifier toujours l'état du terrain avant de progresser.

La glace est mince au début de l'hiver et au printemps. Pendant ces saisons, on doit essayer de la contourner.

---

**Point d'enseignement 1** — **Participer à une instruction de familiarisation de randonnée pédestre**

Durée : 160 min — Méthode : Activité pratique

---

**ACTIVITÉ**

---

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire qui comporte des caractéristiques d'un terrain de catégorie 3 en utilisant au besoin le « pas de repos » et les techniques pour franchir des obstacles.

**RESSOURCES**

- l'équipement nécessaire à une randonnée pédestre :
  - des bottes de randonnée (une paire par cadet) ;
  - un sac à dos d'une journée (un par cadet);

- un récipient d'eau (un par cadet);
- des bâtons de randonnée en montagne (un bâton par cadet).

- une carte topographique/carte des sentiers de la région (deux par équipe ou groupe);
- une boussole (une par équipe ou groupe);
- un sifflet (un par cadet);
- un dispositif de communication (deux par équipe ou groupe);
- un récepteur GPS (un par équipe ou groupe);
- des piles (piles de rechange pour la radio portative et le récepteur GPS);
- une trousse de premiers soins (une par équipe ou groupe).

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

L'itinéraire de randonnée pédestre désigné comportant certaines caractéristiques d'un terrain de catégorie 3.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

En raison des différences dans les endroits géographiques, les ressources et l'environnement, il peut être impossible d'enseigner tous les PE de cette leçon pendant le voyage le long de l'itinéraire de randonnée pédestre préétabli. Il est conseillé de réviser les concepts théoriques avant le départ. Cela doit prendre la forme d'une discussion avec les cadets, en posant des questions amenant le sujet pour aider à définir les concepts clés. Pendant la randonnée pédestre, réaffirmer ces points à l'aide d'exemples pratiques, comme faire remarquer aux cadets qu'ils se déplacent sur un terrain facile par rapport à un terrain de difficulté moyenne. Les PE sont répartis en deux grandes sections (avant le départ et durant la randonnée), bien qu'il soit sous-entendu que les concepts discutés dans la section avant le départ seront revus durant la randonnée pédestre.

1. Donner l'instruction avant le départ en révisant les concepts suivants au moyen d'une discussion :
   (a) la différence entre la randonnée pédestre, la randonnée en montagne et la grande randonnée pédestre;
   (b) les vêtements et l'équipement personnels pour la randonnée pédestre;
   (c) le terrain, y compris :
      (1) le système décimal Yosemite;
      (2) les types de terrain, y compris :
         (a) facile;
         (b) moyen;
         (c) difficile.
   (d) les bâtons de randonnée en montagne, y compris :
      (1) les types de bâtons;
      (2) les critères pour choisir des bâtons de randonnée en montagne.
2. Donner une séance d'information préalable à la randonnée pédestre, y compris :

(a) les exigences relatives aux vêtements et à l'équipement;

(b) l'étiquette sur les sentiers;

(c) les besoins quotidiens en eau;

(d) les intervalles de repos;

(e) un aperçu de l'itinéraire.

3. Attribuer les postes suivants aux cadets et leur donner l'équipement nécessaire (il y aura une rotation des postes tout au long de la randonnée) :

(a) navigateur (carte topographique et carte des sentiers de la région, boussole);

(b) secouriste (trousse de premiers soins);

(c) opérateur radio (radio portative, piles de rechange).

4. Demander aux cadets de récupérer leur sac à dos d'une journée et leurs bâtons de randonnée en montagne et de se préparer à partir.

5. S'engager sur l'itinéraire de familiarisation de randonnée pédestre préétabli en intégrant les PE restants, s'il y a lieu, dans des périodes propices à l'enseignement et des pauses tout au long de la randonnée, y compris :

(a) les méthodes d'utilisation des bâtons de randonnée en montagne durant la randonnée pédestre;

(b) le rythme de randonnée personnel, y compris :

(1) le rythme et la vitesse des pas;

(2) le contrôle de la fatigue;

(3) l'adaptation du rythme;

(4) la synchronisation complète du corps;

(5) les intervalles de repos;

(6) le pas de repos.

(c) les techniques de randonnée pédestre sur un terrain de catégorie 3, y compris :

(1) effectuer la grimpée;

(2) sauter de rocher en rocher;

(3) franchir des éboulis, y compris :

(a) traverser un éboulis;

(b) grimper sur un éboulis;

(c) descendre d'un éboulis.

(4) franchir des obstacles d'eau, y compris :

(a) les rivières;

(b) les sols saturés d'eau,

(c) la neige et la glace.

6. Dès l'arrivée à destination, donner une rétroaction aux cadets et leur demander de retourner l'équipement.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

- Les cadets doivent respecter les limites préétablies pour cette activité.
- Les équipes ou groupes doivent se déplacer en file simple.
- Les équipes ou groupes ne doivent pas se dépasser, à moins d'indication contraire par leur instructeur.
- Tous les cadets doivent disposer d'au moins 500 ml (16 oz) d'eau.
- Un approvisionnement en eau sera disponible le long de l'itinéraire.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité pratique de l'expédition servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 7 (COREN 326).

**OBSERVATIONS FINALES**

La randonnée pédestre est l'un des trois moyens de transport dynamiques qu'on peut utiliser pendant l'instruction sur les expéditions. Il est essentiel que les cadets aient l'occasion d'effectuer une randonnée pédestre sur des itinéraires qui comportent des caractéristiques d'un terrain de catégorie 3 pour qu'ils soient prêts pour les expériences en expédition plus avancée. La conscience du rythme et de la possibilité d'utiliser le pas de repos pendant une randonnée pédestre rendra l'expérience de randonnée plus agréable pour le cadet et l'équipe ou le groupe. Quand on se déplace sur un terrain de randonnée pédestre pour experts, on risque fort de rencontrer des obstacles; il est donc important que tous les membres sachent comment les franchir de façon sécuritaire.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Les centres d'expédition sont tenus de choisir deux moyens de transport dynamiques entre l'OCOM M326.02A (Pagayer en canot, section 2), l'OCOM M326.02B (Faire une randonnée en vélo de montagne, section 3) et l'OCOM M326.02C (Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire) à inclure dans leur fin de semaine d'instruction.

Cet OCOM s'est vu alloué six périodes sur le nombre total de périodes allouées pour le cours. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

Les durées de cet OCOM peuvent varier. Bien qu'une instruction initiale soit requise, l'accent doit être mis sur la pratique des techniques de randonnée pédestre par l'entremise d'un exercice pratique.

Dès leur arrivée au centre d'expédition, les cadets seront répartis en équipes ou en groupes. Ces équipes ou groupes doivent rester les mêmes tout au long de la fin de semaine.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 Directeur – Cadets 3. (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C2-016 (ISBN 1-4000-5309-9) Curtis, R. (2005). *The Backpacker's Field Manual: A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*. New York, New York, Three Rivers Press.

C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*. New York, New York, DK Publishing, Inc.

C2-051 (ISBN 978-0-7153-2254-3) Bagshaw, C. (éd.). (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*. Cincinnati, Ohio, David & Charles.

C2-103 (ISBN 0-89886-427-5) Graydon, D., & Hanson, K. (éd.). (2001). *Mountaineering: The Freedom of the Hills* (6e éd.). Seattle, Washington, The Mountaineers.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 5**

# OCOM M326.03 – METTRE EN PRATIQUE LA GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT À TITRE DE CHEF D'ÉQUIPE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La discussion de groupe a été choisie pour le PE 1 parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur les principes écologiques « Ne laissez aucune trace ». Une discussion de groupe aide aussi les cadets à améliorer leurs aptitudes à écouter et à se développer en tant que membres d'une équipe.

Un exposé interactif a été choisi pour les PE 2 et 3 afin de présenter et de donner un aperçu des problèmes actuels de gestion des terres au Canada et de susciter l'intérêt relativement aux principes écologiques « Ne laissez aucune trace ».

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de mettre en pratique la gérance de l'environnement à titre de chef d'équipe.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent les principes de gérance de l'environnement en ce qui a trait à la durabilité de l'environnement et au camping écologique. La gestion environnementale est en constante

évolution, et la connaissance des pratiques acceptables aidera le cadet à prendre de bonnes décisions à titre de chef.

**Point d'enseignement 1** **Réviser les principes du camping écologique**

Durée : 5 min Méthode : Discussion de groupe

**CONNAISSANCES PRÉALABLES**

L'objectif de la discussion de groupe est d'amener les cadets à énoncer les principes du camping écologique, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion et des questions suggérées fournies.

**PRINCIPES DU CAMPING ÉCOLOGIQUE**

**Planifier et se préparer**

Planifier en tenant compte de ses objectifs et attentes. Afin de limiter les impacts sur le sentier, il faut prendre des dispositions avant le voyage. Voici certains points qui aideront à la préparation :

- **Connaître les règlements et les considérations particulières associés aux régions visitées.** Prendre le temps de se documenter sur les régions particulières afin de mieux se préparer et d'avoir une meilleure idée de ce qu'il faut emporter.
- **Se préparer aux conditions climatiques extrêmes, aux dangers et aux urgences.** L'information concernant les conditions météorologiques, les dangers potentiels et les urgences ne doit jamais être tenue pour acquis ou son importance ne doit jamais être sous-estimée. Vérifier auprès des services de prévision météorologique et faire des recherches sur l'historique du climat saisonnier dans la région pour avoir une indication du temps qu'il pourrait faire. Toujours prévoir les pires conditions et être prêt pour toute urgence.
- **Planifier soigneusement les repas et remballer les aliments pour limiter les déchets.** Réduire la quantité de nourriture à transporter en planifiant soigneusement les repas et en remballant les aliments afin de limiter la quantité de déchets générés. En éliminant les déchets, on fait en sorte qu'aucun déchet ne puisse être oublié sur place.

**Camper et marcher sur des surfaces solides**

Une végétation piétinée ou des sentiers érodés resteront ainsi pendant des années, voire une vie. Marcher et monter les tentes sur des surfaces durables (p. ex., roche, sable, gravier, herbe sèche et neige). Respecter les lignes directrices suivantes :

- **Demeurer sur les sentiers et les bivouacs existants.** Dans les régions populaires, demeurer sur les surfaces qui montrent des signes d'achalandage manifestes. En marchant sur des surfaces déjà érodées, on réduit l'impact global sur l'environnement à long terme.
- **Marcher en file simple au milieu du sentier, même s'il est humide ou boueux.** Les sentiers couramment utilisés montrent des signes d'érosion. En restant au milieu du chemin, on empêche l'érosion de s'étendre jusqu'aux bords du sentier.
- **Éviter de prendre des raccourcis qui s'éloignent des sentiers établis.** Prendre des raccourcis pour contourner des itinéraires ou des obstacles peut faire gagner du temps, mais a pour effet d'endommager la végétation et l'environnement. Éviter de prendre des raccourcis autant que possible.
- **Marcher sur la roche, le gravier, l'herbe sèche ou la neige.** Ces surfaces sont durables et peuvent résister aux pressions exercées par le va-et-vient des humains. Dans les zones vierges où aucun impact

n'est visible, les groupes doivent éviter de marcher en file simple en se dispersant et en empruntant des chemins différents.

- **Camper à 100 m (300 pi) des lacs et des cours d'eau.** L'eau souterraine et l'eau des lacs et des cours d'eau pourraient facilement devenir polluées en raison d'un contact accru avec les humains. En campant à une distance minimale de 100 m (300 pi) de ces sources d'eau, les cadets peuvent contribuer à limiter leur impact sur l'écosystème de la région.

**Jeter les déchets de façon convenable**

**Emballer et rapporter ses déchets.** Inspecter le bivouac et les aires de repos pour vérifier s'il reste des ordures ou des aliments échappés. Rapporter toutes les ordures, les restes de nourriture et les détritus.

**Éliminer les déchets d'origine humaine.** Déposer tous les déchets d'origine humaine dans des petits trous de 16 à 20 cm (6 à 8 po) de profondeur, situés à au moins 60 m (200 pi) de sources d'eau, de campements et de sentiers. Couvrir et déguiser le trou après avoir terminé. Veiller à suivre toute indication supplémentaire donnée par le propriétaire ou le superviseur de la région où se déroule l'instruction, et respecter les directives régionales en vigueur.

**Rapporter le papier hygiénique et les produits d'hygiène.** Le papier hygiénique et les produits d'hygiène féminine utilisés prennent un temps considérable à se décomposer, particulièrement si de nombreuses personnes participent à la randonnée en montagne. Veiller à adopter un plan d'élimination approprié.

**Se laver le corps ou laver la vaisselle.** Transporter l'eau à 60 m (200 pi) du cours d'eau ou du lac et utiliser une petite quantité de savon biodégradable. Disperser l'eau de vaisselle filtrée.

**Laisser sur place ce qu'on y a trouvé**

Au cours d'une randonnée en montagne, on pourrait voir des structures d'une grande beauté, des objets intrigants ou des articles pouvant susciter l'intérêt. Les articles de ce genre doivent être laissés sur place pour que d'autres personnes puissent les admirer.

Voici certaines lignes directrices à suivre :

- **Préserver le passé.** Ne toucher à aucune structure de nature culturelle ou historique et à aucun objet façonné pour que d'autres puissent les admirer.
- **Ne toucher ni à la flore ni à la faune.** Ne pas toucher et déranger les plantes, les roches et les animaux.
- **Éviter de fabriquer des structures.** En campagne, il est courant d'inventer ou de fabriquer des structures et des meubles ou de creuser des tranchées pour améliorer sa qualité de vie. Ces gestes laissent cependant des traces visibles et non naturelles de la présence humaine dans l'environnement. Si les structures sont fabriquées par nécessité, retourner les matériaux de construction à l'endroit où on les a pris une fois qu'on en a plus de besoin.

**Minimiser les effets des feux de camp**

Les feux en plein air traditionnels détruisent le paysage; on peut les éviter en utilisant des réchauds compacts. Si les feux sont autorisés, construire des feux à faible impact en se servant d'un foyer existant, d'une cuvette ou d'un monticule pour feu. On ne devrait utiliser que du bois mort ou des morceaux d'arbre tombé, pas plus gros que le poignet d'un adulte. Laisser le feu brûler jusqu'à ce qu'il ne reste plus que des centres. Ensuite, saturer les cendres d'eau et les disperser. Il ne doit rester aucun signe de la présence d'un feu.

**Respecter les animaux sauvages**

Les animaux dans leur milieu naturel ne sont pas habitués aux humains. Alors que certains animaux sauvages s'adaptent à la présence humaine, d'autres la fuient en abandonnant parfois leur progéniture et leur habitat privilégié. En tant qu'invités dans leur milieu et en tant que randonneurs, on doit respecter la faune en suivant ces lignes directrices simples :

- observer la faune en gardant ses distances;
- ne jamais nourrir les animaux;
- protéger la faune et la nourriture en rangeant les vivres et les déchets dans un endroit sûr;
- maîtriser les animaux de compagnie;
- éviter tout contact avec la faune à certains temps de l'année où ils sont vulnérables (p. ex., accouplement, nidification, pendant qu'ils élèvent leur progéniture, ou l'hiver).

**Respecter les autres visiteurs**

Pendant une randonnée en montagne, il est probable qu'on rencontre d'autres randonneurs. Veiller à les respecter et être courtois à leur égard :

- les respecter pour ne pas nuire à la qualité de leur expérience;
- leur céder le passage sur le sentier;
- camper loin des sentiers et des autres visiteurs;
- laisser régner les sons de la nature.

## DISCUSSION DE GROUPE

**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION**

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

**QUESTIONS SUGGÉRÉES**

Q1. Quels sont les sept principes du camping écologique?

Q2. En milieu sauvage, les écureuils sont souvent présents autour du bivouac. Quelle quantité de nourriture doit-on réserver pour nourrir les animaux?

Q3. Quand on se prépare pour une randonnée en montagne, que doit-on vérifier pour déterminer les vêtements nécessaires à apporter?

Q4. Où doit-on construire les feux de camp?

Q5. Quels gestes doit-on poser à l'égard des autres campeurs?

D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.

Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 2** **Discuter des problèmes de gestion des terres au Canada**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à présenter aux cadets les problèmes de gestion des terres au Canada qui peuvent avoir un impact sur les expéditions. Cette information permettra aussi aux cadets d'acquérir des connaissances sur les questions environnementales d'actualité.

**FORESTERIE DURABLE**

La foresterie durable vise à satisfaire aux demandes sans cesse grandissantes de produits forestiers tout en respectant les valeurs de la société et en préservant la santé des forêts.

Les forêts canadiennes ont presque 15 000 ans, mais sans foresterie durable, elles pourraient ne plus exister dans 15 000 ans. Au cours de la dernière décennie, les groupes de défense de l'intérêt public, les peuples autochtones et les citoyens préoccupés par la situation ont exprimé leurs inquiétudes concernant les forêts. On se préoccupe notamment de la coupe à blanc, de l'utilisation de pesticides et de la gestion des forêts dans le respect de la faune, des valeurs culturelles, de la gestion des activités récréatives et des parcs, et des réserves d'eau douce.

**Pourquoi est-il important pour le Canada de disposer de normes relatives à la foresterie durable?**

Il est crucial que le Canada assure la viabilité de ses ressources, la protection à long terme de ses écosystèmes forestiers et le maintien des emplois dans le secteur forestier afin de demeurer concurrentiel sur les marchés internationaux. L'industrie forestière emploie directement le plus grand nombre de travailleurs parmi tous les secteurs industriels au Canada, soit plus de 339 900 Canadiens.

La gestion durable des forêts est à la base du bien-être social, environnemental et économique. Le Canada abrite environ 30 pour cent de la forêt boréale planétaire. Nos forêts se composent de 180 espèces indigènes d'arbres qui constituent l'habitat de 70 espèces de mammifères et de 300 espèces d'oiseaux.

Dans ce 30 pour cent de forêt boréale, 294.8 millions d'hectares sont disponibles pour usage commercial. Un total de 143.7 millions d'hectares de forêts pour usage commercial est géré activement. La majeure partie du terrain forestier du Canada appartient à l'État (93 pour cent), dont 77 pour cent est de compétence provinciale.

Il est important de noter qu'avant de procéder à quelque activité de foresterie que ce soit, un plan d'aménagement forestier doit être établi.

**Plan d'aménagement forestier.** Il s'agit d'un plan établi par des chefs de file dans l'industrie, des forestiers professionnels et des citoyens, qui est conforme au Manuel de planification de la gestion forestière. Le plan prévoit la définition des régions disponibles pour la récolte et l'évaluation des critères et des indicateurs de durabilité.

Les sociétés forestières gèrent les forêts de la Couronne sous des licences appelées « permis d'aménagement forestier durable ». Ces permis sont valides pour 20 ans, mais ils doivent être renouvelés tous les cinq ans pour assurer la conformité aux règlements ainsi que la vérification publique. Si une société ne satisfait pas à la norme, son permis n'est pas renouvelé.

Les droits de coupe sont des frais que les sociétés doivent payer pour avoir le droit de récolter du bois. Ces frais sont en fonction du nombre d'arbres récoltés.

Le Canada s'est engagé à appliquer l'aménagement forestier durable, domaine où il est un chef de file mondial. Depuis 2006, il est le pays qui détient le plus de forêts certifiées par une tierce partie indépendante au monde.

**Forêts certifiées par une tierce partie indépendante.** Il s'agit de forêts qui ont été certifiées par une tierce partie indépendante et qui doivent être gérés en employant des méthodes durables.

## GESTION DES DÉCHETS

La gestion des déchets a considérablement changé depuis que le recyclage occupe une grande partie dans la stratégie de réduction des déchets. La gestion des déchets relève de tous les ordres de gouvernement. La délivrance des permis aux producteurs, transporteurs et installations de traitement de déchets dangereux relève des gouvernements provinciaux.

La gestion des déchets est sous-traitée en grande partie à des entreprises privées.

En campagne et en milieu sauvage, la gestion des déchets incombe aux résidents de la région, au personnel du parc ou à une entreprise de gestion privée.

En régions sauvages, il est essentiel de rapporter tout ce qu'on y apporte afin d'assurer une gestion des déchets appropriée. Rapporter ses déchets à la maison ou au centre d'entraînement, où l'on dispose de mesures d'élimination adéquates, contribue à garder les régions sauvages propres.

## CONSERVATION DES EAUX

Près des trois-quarts de la superficie de la Terre est occupé par l'eau, dont 99.6 pour cent est de l'eau douce emprisonnée dans les glaciers et les champs de glace ou se trouvant à grande profondeur. Dans la masse terrestre, le Canada possède environ 7 pour cent de l'eau douce renouvelable de la planète.

Bien que détenant 20 pour cent de l'eau douce de la planète, le Canada ne renferme que 7 pour cent des réserves renouvelables.

Les Canadiens dépendent de ce 7 pour cent d'eau douce pour la consommation, l'agriculture, les activités récréatives, le secteur industriel et les écosystèmes. La gestion de cette vaste ressource relève de tous les ordres de gouvernement. La conservation et la gestion de l'eau représentent une préoccupation importante que beaucoup de Canadiens tiennent pour acquis.

**Pourquoi est-il si important de conserver l'eau?**

Bien que le Canada possède la réserve d'eau douce la plus importante au monde, elle diminue de jour en jour. Les besoins en eau augmentent, la pollution s'aggrave dans les réserves d'eau, les nappes phréatiques s'épuisent et les temps chauds prolongés occasionnent de plus en plus d'épisodes de sècheresse. Tous ces facteurs amenuisent les réserves d'eau utilisable.

L'eau est utilisée pour cuire les aliments, se laver, laver le linge et boire. Une fois utilisée, l'eau est habituellement renvoyée au plan d'eau d'où elle provient, mais dans un état dégradé.

**Qu'entend-on par conservation de l'eau?**

La conservation de l'eau signifie gaspiller moins d'eau, consommer l'eau plus efficacement et utiliser l'eau à bon escient.

**Utilisation de l'eau en milieu sauvage**

En milieu sauvage, on doit recueillir l'eau des rivières, des cours d'eau et des lacs avec précaution.

La baignade dans les lacs contamine l'eau. Se laver avec du savon est particulièrement néfaste, car cela ajoute des produits chimiques et des bactéries étrangers à l'eau. Même les savons dits biodégradables peuvent être nocifs pour l'eau.

Une goutte d'huile peut rendre impropre à la consommation jusqu'à 25 l d'eau.

L'augmentation de la population canadienne a mené à un accroissement de la demande en eau. Une quantité accrue de produits chimiques et de polluants bactériologiques se retrouvent dans les réserves d'eau. Les maladies hydriques qui trouvent leur origine dans l'eau municipale ont conscientisé les organismes partout au pays et les ont poussés à agir. Cette situation, combinée à un épuisement de la nappe phréatique, signifie qu'il n'a jamais été aussi important de maintenir une réserve d'eau propre et stable.

Environ un pour cent seulement de l'eau des Grands Lacs est renouvelée chaque année par la chute de pluie et la fonte des neiges.

L'ensemble de la population de l'Île-du-Prince-Édouard et plus de 60 pour cent de celle du Nouveau-Brunswick et du Yukon dépendent de l'eau souterraine pour répondre à leurs besoins quotidiens.

**LA GESTION DE L'ÉCOSYSTÈME**

**L'écosystème.** Ensemble autorégulé de plantes et d'animaux vivants et de leurs milieux physique et chimique non vivants.

La sphère de la vie et de l'activité organique s'étend du fond des océans jusqu'à environ 8 km (5 mi) dans l'atmosphère. Il y existe des milliers d'écosystèmes différents. Dans un écosystème, le changement apporté à un élément peut entraîner des changements dans les autres, puisque tous les systèmes s'adaptent aux nouvelles conditions. Un écosystème se compose d'éléments biotiques (vivants) et abiotiques (non vivants). Tous ces éléments travaillent en harmonie; par conséquent, le moindre changement dans l'écosystème peut avoir un impact considérable sur sa santé.

**Facteur limitant.** Il s'agit d'un facteur physique ou chimique qui freine les processus biotiques (par un manque ou un excès).

Les changements qui peuvent menacer la biodiversité d'une région sont les suivants :

- la perte et la dégradation de l'habitat;
- les espèces exotiques envahissantes;
- la pollution;
- le changement climatique.

La *Loi sur les espèces en péril* adoptée par le Canada en 2002 vise à protéger les espèces sauvages et les écosystèmes, et s'harmonise avec les lois existantes pour ce faire. La Loi a pour objectif d'assurer l'établissement de plans d'action pour rétablir les espèces en déclin et s'applique à toutes les terres fédérales. La plupart des provinces disposent d'une législation pour protéger les espèces en péril.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Qu'entend-on par conservation de l'eau?

Q2. Pourquoi la gestion de l'écosystème est-elle si importante?

Q3. Qu'est-ce qui peut menacer la biodiversité d'une région?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La conservation de l'eau signifie gaspiller moins d'eau, consommer l'eau plus efficacement et utiliser l'eau à bon escient.

R2. La gestion de l'écosystème est importante, car un changement apporté à un élément peut entraîner des changements dans les autres et tous les systèmes s'adaptent aux nouvelles conditions.

R3. Les menaces à la biodiversité d'une région sont les suivantes :

- la perte et la dégradation de l'habitat;
- les espèces exotiques envahissantes;
- la pollution;
- le changement climatique.

**Point d'enseignement 3** | **Identifier les façons qu'un chef d'équipe peut mettre en œuvre les principes écologiques « Ne laissez aucune trace »**

Durée : 10 min | Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à inciter les cadets à suivre les principes écologiques « Ne laissez aucune trace ».

Permettre aux cadets de développer leurs propres idées et de les mettre en œuvre lors des sorties et des exercices du corps de cadets.

**PRINCIPES ÉCOLOGIQUES « NE LAISSEZ AUCUNE TRACE »**

**Suivre les principes écologiques « Ne laissez aucune trace » en montrant l'exemple**

Les cadets écoutent leur chef et suivent leur exemple. Ils observent tout et remarquent quand leur chef fait les choses différemment. En voyant leur chef suivre les principes écologiques « Ne laissez aucune trace », les cadets pourront comprendre comment ils sont mis en pratique. Les cadets subalternes seront portés à suivre l'exemple de leur chef de groupe en voyant comment il met en pratique les principes.

**Désigner un chef au sein du groupe pour faire appliquer les principes écologiques « Ne laissez aucune trace »**

Avant d'effectuer une randonnée pédestre, une sortie ou une expédition, désigner un cadet pour faire appliquer les principes écologiques « Ne laissez aucune trace ». Ce cadet doit veiller à ce que le groupe suive ces principes tout au long de l'activité.

Rendre cette tâche amusante en attachant un écusson ou un insigne sur le sac à dos de cette personne pour l'identifier.

**Se faire l'avocat des principes écologiques « Ne laissez aucune trace »**

Se faire l'avocat des principes écologiques « Ne laissez aucune trace » signifie suivre ces principes à la maison ainsi qu'à l'école. Consommer moins d'eau, prendre le transport en commun, marcher à l'école, recycler et composter.

Même les personnes qui ne vont pas en milieu sauvage ont un impact sur les endroits appréciés par les autres, notamment en épuisant la nappe phréatique, en contribuant à la pollution atmosphérique et en vivant dans de grandes maisons qui exigent plus de chauffage que les petites maisons.

**Mettre en place un système de récompenses pour ceux qui suivent les principes écologiques « Ne laissez aucune trace »**

On peut récompenser les cadets qui suivent les principes écologiques « Ne laissez aucune trace », ou qui incitent les autres à faire de même, en leur donnant des collations de randonnée ou des gâteries ou même des certificats (ou des prix plus gros).

**Partager avec les autres l'information relative aux principes écologiques « Ne laissez aucune trace »**

**Raconter des histoires, au lieu de prêcher.** Les exposés ne feront qu'ennuyer le groupe. Ne pas sermonner le groupe en lui disant de ne pas laisser de détritus ou le harceler pendant la randonnée. Faire ressortir un point en racontant une expérience ou une histoire fictive. Une histoire, comme celle de maman ourse et de ses oursons qui vivent des déchets au lieu de chasser pour survivre, sera plus constructive que si on sermonnait les cadets.

**Périodes propices à l'apprentissage.** Il est préférable d'attirer l'attention sur les sentiers érodés ou les sources d'eau polluées que d'enseigner de la matière théorique. Donner un enseignement quand les occasions se présentent d'elles-mêmes.

**Montrer la bonne façon d'agir.** Au lieu de dire aux cadets que ce qu'ils font est incorrect, il est préférable de leur montrer la bonne façon d'agir.

**Autorité de la ressource.** Faire passer l'autorité du commandant de peloton à la Terre. Inciter les personnes à changer leur comportement en faisant appel à leur désir d'aider l'environnement plutôt qu'au besoin d'obéir à un symbole d'autorité.

## ACTIVITÉ

Durée : 5 min

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de réfléchir sur des façons de mettre en œuvre les principes écologiques « Ne laissez aucune trace ».

### RESSOURCES

S.O.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en petits groupes de deux ou trois personnes.
2. Demander aux cadets de réfléchir sur des façons de mettre en œuvre les principes énumérés au PE 1.
3. Demander aux cadets de partager leurs idées avec tout le groupe.

### MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à la séance de remue-méninges au sujet de la mise en œuvre des principes écologiques « Ne laissez aucune trace » servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

### QUESTIONS

Q1. Décrire le deuxième principe écologique « Ne laissez aucune trace » : camper et marcher sur des surfaces solides.

Q2. Qu'est-ce que la foresterie durable?

Q3. Qu'entend-on par se faire l'avocat des principes écologiques « Ne laissez aucune trace »?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Une végétation piétinée ou des sentiers érodés resteront ainsi pendant des années, voire une vie. Marcher et monter des tentes sur des surfaces solides (p. ex., roche, sable, gravier, herbe sèche et neige).

R2. La foresterie durable vise à satisfaire aux demandes sans cesse grandissantes de produits forestiers, tout en respectant les valeurs de la société et en préservant la santé des forêts.

R3. Se faire l'avocat des principes écologiques « Ne laissez aucune trace » signifie suivre ces principes à la maison ainsi qu'à l'école. Consommer moins d'eau, prendre le transport en commun, marcher à l'école, recycler et composter.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

S.O.

**OBSERVATIONS FINALES**

En comprenant les principes de gérance de l'environnement et ses pratiques, les chefs d'équipe seront en mesure de prendre des décisions éclairées en matière de gérance lorsqu'ils sont en milieu sauvage.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Cet OCOM peut être enseigné par un agent local ou un représentant du ministère des Richesses naturelles.

Si un conférencier invité enseigne cet OCOM, il peut l'adapter au secteur local; cependant, le thème de l'impact humain doit être traité. Le conférencier invité doit présenter les problèmes particuliers actuels de la gestion des terres de la région.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-011 (ISBN 0-89886-910-2) McGivney, A. (2003). *Leave No Trace: A Guide to the New Wilderness Etiquette*. Seattle, Washington, Mountaineers Books.

C2-186 Gouvernement de l'Ontario – Ministère des Richesses naturelles. (2002). *Today's Forests – Promoting Sustainability*. Extrait le 25 mars 2008 du site http://ontarioforests.mnr.gov.on.ca/spectrasites/viewers/showArticle.cfm?objectid=551DC374-4876-4590-A4F564FD9E79093B&method=DISPLAYFULLBARNOTITLEWITHRELATED&id=551DC374-4876-459 A4F564FD9E79093B.

C2-187 Environnement Canada. (2002.) *De la source au robinet : protéger la qualité de notre eau*. Extrait le 20 mars 2008 du site http://www.ec.gc.ca/EnviroZine/french/issues/22/feature1_f.cfm.

C2-188 Environnement Canada. (2006). *L'eau : pas de temps à perdre (Les mythes et les faits)*. Extrait le 25 mars 2008 du site http://ec.gc.ca/water/fr/info/pubs/nttw/f_nttw8a.htm.

C2-189 Ressources naturelles Canada. (2008). *Aménagement forestier durable – Les forêts du Canada*. Extrait le 26 mars 2008 du site http://foretscanada.rncan.gc.ca/articlesujet/top_suj/4.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 6**

# OCOM M326.04 – NAVIGUER LE LONG D'UN ITINÉRAIRE EN UTILISANT UNE CARTE ET UNE BOUSSOLE

Durée totale : 60 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de réviser la matière déjà enseignée sur la navigation.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 2, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de pratiquer la navigation dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances de navigation dans un environnement amusant et stimulant.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit avoir navigué le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent la façon de naviguer le long d'un itinéraire, parce qu'elle sert de fondement à l'acquisition des compétences de navigation subséquentes. La navigation est un aspect important de l'instruction sur les expéditions. Tous les cadets doivent saisir chaque occasion de pratiquer et de perfectionner ces compétences.

**Point d'enseignement 1** | **Conformément à l'OREN 222 (Naviguer le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 12), effectuer une révision de la navigation**

Durée : 10 min | Méthode : Exposé interactif

## DÉTERMINER LA DISTANCE SUR UNE CARTE

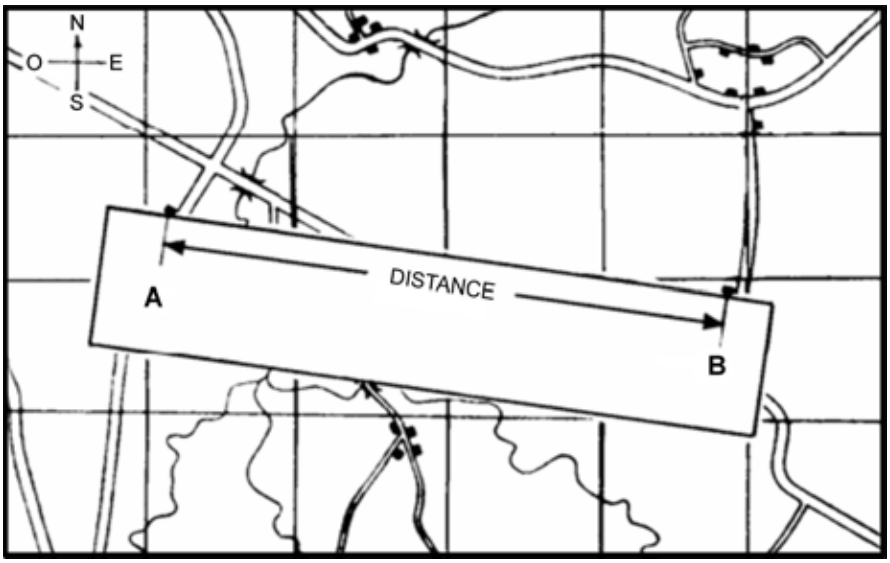
Les cadets peuvent utiliser leurs cartes pour mesurer la distance entre deux points (A et B) au sol. Toutes les cartes sont dessinées à l'échelle. Par conséquent, une distance précisée sur une carte équivaut à la distance précisée au sol. L'échelle d'une carte est imprimée au haut et au bas de chaque carte (p. ex., l'échelle de 1:50 000). Cela signifie qu'un centimètre sur la carte équivaut à 50 000 cm (500 m) au sol.

Il existe deux façons de déterminer la distance sur une carte topographique : de point à point et le long d'un itinéraire.

### Mesure de point à point

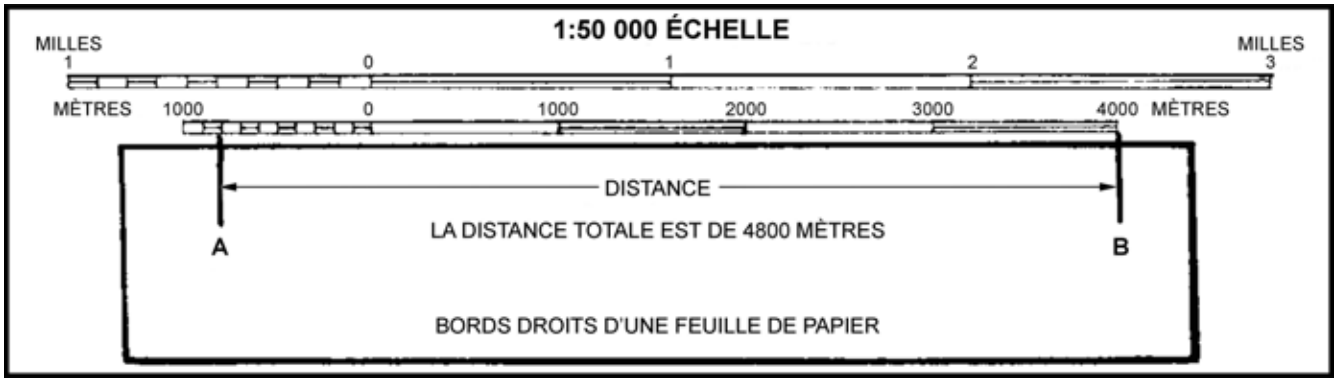
Pour mesurer une distance de point à point :

1. Étaler le bord droit d'une feuille de papier sur les deux points.
2. Avec un crayon aiguisé, marquer le papier aux points A (départ) et B (arrivée).
3. Placer le papier juste en dessous de l'échelle de distance (en mètres) et déplacer la marque B vers l'arrière à chaque marque de milliers jusqu'à ce que la marque A se situe dans les milliers sous-divisés (en centaines) à la gauche du zéro.
4. Pour calculer la distance totale, additionner le nombre de milliers où la marque B se situe au nombre de milliers sous-divisées là où la marque A se trouve à la gauche du zéro.




*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-24)*

Figure 16-6-1 Mesure de la distance de point à point




*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-25)*

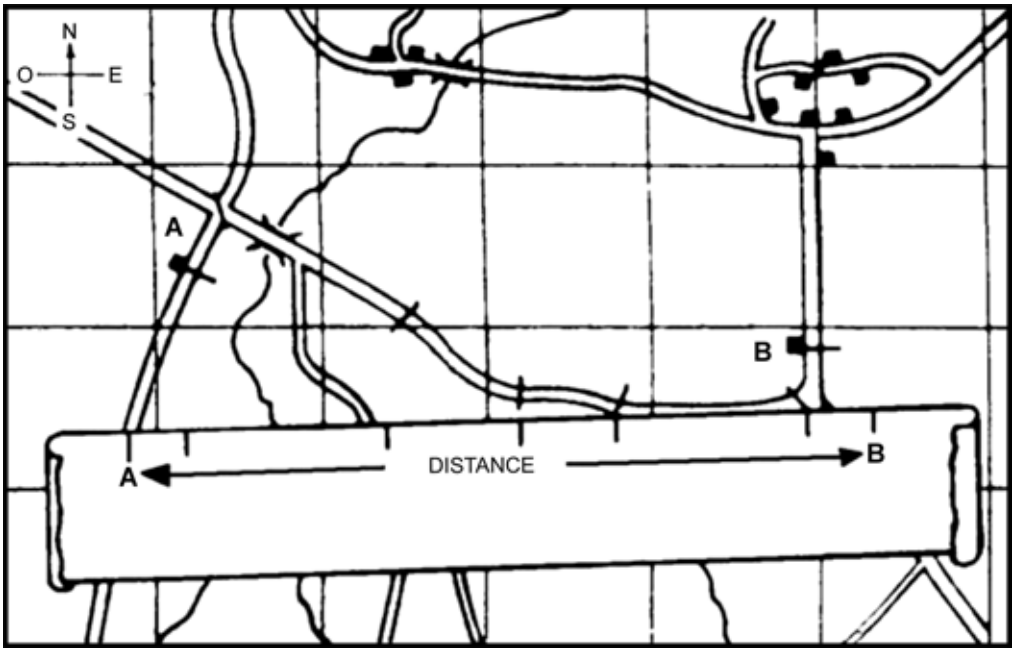
Figure 16-6-2 Calcul de la distance

Pour une distance qui est plus longue que 5000 mètres, mesurer les premiers 5000 mètres et marquer le papier avec une nouvelle ligne et l'identifier comme étant « 5000 mètres ». Placer la nouvelle marque à zéro ou aux marques de milliers jusqu'à ce que la marque A se positionne à l'intérieur de l'échelle de milliers sous-divisés. Ajouter le total de cette distance aux 5000 mètres et le résultat sera la distance totale.

**Mesurer le long d'un itinéraire**

Parfois, les cadets ont besoin de trouver la distance entre A et B le long des courbes sur la route ou le long d'un itinéraire prévu. Pour mesurer la distance le long d'un itinéraire entre deux points :

1. Placer le bord droit d'une feuille de papier sur le point A.
2. Avec un crayon aiguisé, marquer le point A sur le papier et la carte.
3. Aligner le papier avec le bord de la route jusqu'à ce qu'il y ait une courbe et faire une autre marque sur le papier et sur la carte.
4. Tourner le papier pour qu'il continue à suivre le bord de la route. Répéter jusqu'à ce que le point B soit atteint.
5. Marquer le papier et la carte au point B.
6. Placer le papier juste en dessous de l'échelle de distance (en mètres) et déplacer la marque B vers l'arrière à chaque marque de milliers jusqu'à ce que la marque A se situe dans les milliers sous-divisés à la gauche du zéro.
7. Additionner le nombre de milliers où la marque B se situe au nombre de milliers sous-divisés où se trouve la marque A à la gauche du zéro pour déterminer la distance totale.




*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-25)*

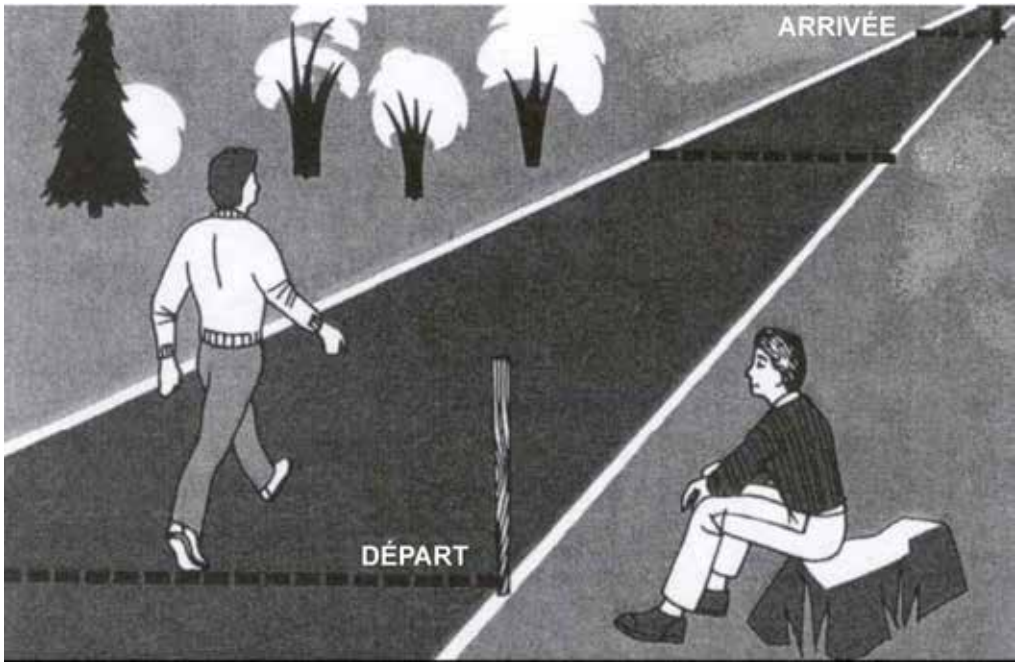
Figure 16-6-3 Mesure de la distance le long d'un itinéraire

**DÉTERMINER LA VITESSE DE MARCHE INDIVIDUELLE**

**Méthode pour compter les pas à la vitesse de marche**

La méthode pour compter les pas à la vitesse de marche (comptage de pas) est utilisée pour mesurer une distance donnée en comptant chaque deuxième pas. Deux pas équivalent à un pas à la vitesse de marche. Le comptage de pas est une compétence très importante en navigation, puisque chaque personne a une vitesse de marche différente et doit déterminer sa vitesse de marche avant qu'elle puisse devenir un outil de mesure utile. Le comptage de pas varie pour chaque personne parce qu'il se fait par enjambée naturelle—la vitesse de marche d'un adulte de taille moyenne est d'environ 60 à 70 pas dans 100 mètres.

Pour déterminer une vitesse de marche individuelle, se pratiquer à prendre des pas uniformes, confortables sur une distance mesurée (100 mètres) en comptant chaque deuxième pas du pied dominant. Répéter trois à cinq fois. La moyenne représente le nombre de pas à la vitesse de marche individuelle qu'il faut retenir.




*B. Kjellstrom, Be Expert With Map & Compass, Hungry Minds, Inc. (page 53)*

Figure 16-6-4 Déterminer la distance en utilisant le comptage de pas

Se souvenir que le comptage de pas est une approximation. Une marge d'erreur de 1 à 2 pour cent est jugée raisonnable (p. ex., 10 à 20 mètres pour chaque kilomètre parcouru).

**Les facteurs qui affectent le comptage de pas**

Le comptage de pas peut être affecté par différents facteurs et les nombres peuvent varier. Quelques-uns des facteurs et leurs conséquences qui ont une incidence sur le comptage de pas individuel sont énumérés ci-dessous :

- **Topographie.** C'est le facteur le plus commun. Marcher dans la boue, les buissons à feuillage épais et la végétation haute peuvent raccourcir les pas à la vitesse de marche.
- **Pentes.** Gravir une pente raccourcit les pas à la vitesse de marche, alors que descendre une pente rallonge les pas à la vitesse de marche.
- **Fatigue.** Le comptage de pas peut passer d'un pas naturel le matin lorsque les cadets sont reposés, à une pas plus court l'après-midi quand ils commencent à être fatigués.
- **Équipement.** L'équipement peut nuire au comptage de pas, tel que le mauvais type de chaussures. Trop ou trop peu de vêtement et la quantité d'équipement transportée peuvent raccourcir les pas à la vitesse de marche.
- **Temps.** Une pluie torrentielle, la vitesse du vent, la température et la neige peuvent raccourcir les pas à la vitesse de marche.

On peut utiliser des billes lors du comptage de pas pour garder un suivi de la distance parcourue. On déplace une bille à tous les 100 mètres parcourus. Si des billes pour le comptage de pas ne sont pas disponibles, on peut utiliser des pierres et les changer d'une poche à l'autre pour compter tous les 100 mètres parcourus.

## ORIENTER UNE CARTE À L'AIDE D'UNE BOUSSOLE

Pour orienter une carte à l'aide d'une boussole :

1. Vérifier et régler la déclinaison actuelle sur la boussole.
2. Régler le cadran de la boussole pour qu'elle indique 00 (zéro) millième ou 0 degré (nord).
3. Placer la boussole à plat sur la carte avec le boîtier ouvert.
4. Orienter la boussole de façon à ce que le miroir pointe vers le nord (haut de la carte).
5. Aligner un côté du plateau de la boussole avec une abscisse.
6. Tourner la carte et la boussole ensemble jusqu'à ce que l'extrémité rouge de l'aiguille magnétique soit au-dessus de la flèche d'orientation.

La mnémonique utilisée pour se souvenir de mettre l'aiguille magnétique au-dessus de la flèche d'orientation est « rouge sur rouge ».

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 16-6-5 Régler la déclinaison

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 16-6-6 Régler la boussole à 00

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 16-6-7 Tourner jusqu'à l'obtention de rouge sur rouge

## PRENDRE UN AZIMUT MAGNÉTIQUE

On peut utiliser une boussole pour identifier les points cardinaux tels que le nord et le sud, la direction du déplacement et l'azimut de son emplacement actuel vers un objet important. Cependant, la capacité de prendre un azimut magnétique d'un objet important et d'utiliser ces données pour aider à identifier son emplacement

général peut permettre de gagner du temps lors d'une randonnée en montagne. Un azimut magnétique est une méthode rapide pour déterminer la direction du déplacement.

Il existe deux façons de déterminer l'azimut magnétique.

**Choisir un objet important et visible**

Pour déterminer l'azimut magnétique d'un objet important :

1. Vérifier et régler la déclinaison prédéterminée sur la boussole.
2. Tenir la boussole à la hauteur des yeux, à une longueur de bras et faire face à l'objet important.
3. Viser l'objet à l'aide du viseur de la boussole, s'assurer que la ligne de visée est en ligne avec le point de direction.
4. Ajuster le boîtier de la boussole pour qu'on puisse voir le cadran de la boussole dans le miroir de visée.
5. Regarder dans le miroir et tourner le cadran de la boussole jusqu'à ce que l'aiguille magnétique soit au-dessus de la flèche d'orientation (rouge sur rouge).
6. Lire le chiffre sur le cadran de la boussole au point lumineux de direction. L'azimut magnétique de l'objet important se lit au point lumineux de direction.

*A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-42)*

Figure 16-6-8 Prise d'un azimut magnétique

**Utiliser une carte**

Pour déterminer un azimut magnétique en utilisant une carte :

1. Régler la déclinaison prédéterminée sur la boussole.
2. Identifier et marquer le point de départ (point A) et le point d'arrivée (point B) sur une carte.
3. Tracer un rayon de pointage du point A au point B.
4. Placer la boussole complètement ouverte avec le bord du plateau de la boussole le long du rayon de pointage, dans la direction du déplacement (point A au point B).

5. Tenir la boussole immobile, tourner le cadran de la boussole pour que les lignes méridiennes de la boussole s'alignent avec les abscisses sur la carte, en s'assurant que le nord sur le cadran indique le nord sur la carte.

6. Lire le chiffre sur le cadran de la boussole au point lumineux de direction.

Avant de déterminer un azimut magnétique sur une carte, on commence généralement par estimer l'azimut en traçant rapidement une rose des vents et en voyant où l'azimut serait situé sur la rose des vents. Il s'agit d'une bonne vérification pour s'assurer que le cadet n'a pas mesuré accidentellement le contre azimut.

Si l'azimut est pris du point B au point A, la boussole pointera à 180 degrés ou 3200 millièmes dans la direction directement opposée du déplacement voulu. Cela se nomme un contre azimut.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité du PE 2 servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 2** **Diriger une activité de navigation**

Durée : 40 min Méthode : Activité pratique

## CONNAISSANCES PRÉALABLES

### DÉCRIRE LES AZIMUTS

**Azimut.** Un azimut est un angle qui est mesuré dans le sens horaire, d'une ligne de zéro fixe; le nord est toujours cette ligne de zéro. Un azimut est tout simplement un autre nom pour un angle.

**Types d'azimut**

Il y a trois types d'azimut différents :

**Azimut de quadrillage.** Un azimut de quadrillage est un azimut mesuré entre deux points sur une carte. La capacité de mesurer un azimut d'une carte permet à un utilisateur de carte de planifier des itinéraires ou des activités avant de se rendre en campagne et prévoit une méthode facile pour communiquer de l'information au sujet de mouvement ou d'emplacement.

**Azimut magnétique.** Un azimut magnétique est un azimut qui est mesuré entre deux points à l'aide d'une boussole. Un azimut magnétique est une méthode rapide et efficace pour décrire un itinéraire prévu. Habituellement, l'azimut seul ne donne pas assez d'information pour naviguer et doit aussi avoir une distance ou un objet cible.

**Contre azimut.** Un contre azimut est un azimut qui est dans la direction complètement opposée de l'azimut qui a été mesuré. Un contre azimut peut être utile pour différentes raisons : pour retourner à l'emplacement de départ après une randonnée pédestre ou pour calculer l'azimut d'un objet à son emplacement actuel. Selon le genre de boussole utilisée, les étapes pour calculer un contre azimut sont :

- Lorsque l'azimut est inférieur à 3200 millièmes ou 180 degrés, ajouter 3200 millièmes ou 180 degrés.

- Lorsque l'azimut est supérieur à 3200 millièmes ou 180 degrés, soustraire 3200 millièmes ou 180 degrés.

**RÉGLER LA DÉCLINAISON SUR UNE BOUSSOLE**

L'échelle de déclinaison de la boussole doit être réglée pour compenser la différence entre le nord géographique et le nord magnétique. Pour effectuer ce réglage, le total de la déclinaison en degrés vers l'est ou l'ouest est nécessaire. Ensuite, tourner la boussole et regarder à l'arrière du cadran.

Du point zéro, à l'aide du tournevis à l'extrémité du cordon de sécurité, tourner la vis de déclinaison vers la droite pour la déclinaison vers l'ouest et vers la gauche pour la déclinaison vers l'est. Chaque petite ligne noire représente deux degrés.

Lors du réglage de la déclinaison d'une boussole, il est plus facile de tenir le tournevis et de tourner la boussole, plus particulièrement par temps froid. On ne doit *jamais* tourner et dépasser la déclinaison de 90° sur l'échelle de déclinaison.

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 16-6-9 Vis de déclinaison

**ACTIVITÉ**

**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de naviguer le long d'un itinéraire.

**RESSOURCES**

- une carte topographique du secteur (une par cadet),
- des boussoles (une par équipe),
- les coordonnées de quadrillage des points de départ et d'arrivée,
- du papier,

- des crayons.

**DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ**

S.O.

**INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ**

En équipes d'expédition, les cadets doivent naviguer un itinéraire qui fait partie de l'activité de l'expédition pratique. Le moyen de transport varie selon chaque centre d'expédition. Durant l'activité, les cadets doivent :

1. décrire les azimuts;
2. régler la déclinaison sur une boussole;
3. déterminer la distance entre deux points sur une carte;
4. déterminer une vitesse de marche individuelle;
5. orienter une carte à l'aide d'une boussole;
6. prendre un azimut magnétique;
7. parcourir une série d'azimut le long d'un itinéraire.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à cette activité de navigation servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la navigation le long d'un itinéraire servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 7 (COREN 326).

**OBSERVATIONS FINALES**

Une personne a besoin de beaucoup de pratique pour acquérir les compétences d'utilisation de la carte et de la boussole et pour les utiliser efficacement en campagne. Au cours des expéditions, les cadets auront toujours besoin de naviguer sur des routes. Il faut saisir chaque occasion de pratiquer l'utilisation d'une carte et d'une boussole, que ce soit pour naviguer un itinéraire ou même pour se déplacer à vélo. Les compétences acquises pendant l'instruction de navigation de l'étoile verte et de l'étoile rouge constituent des éléments de base. Il reste encore beaucoup de compétences de navigation à acquérir.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Des instructeurs adjoints peuvent être nécessaires pour cette leçon.

Les centres d'expédition sont tenus de choisir deux moyens de transport dynamiques entre l'OCOM M326.02A (Pagayer en canot, section 2), l'OCOM M326.02B (Faire une randonnée en vélo de montagne, section 3) et l'OCOM M326.02C (Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire, section 4) à inclure dans leur fin de semaine d'instruction.

Une période est allouée pour cet OCOM dans la répartition générale des périodes du cours. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

Les durées de cet OCOM peuvent varier. Bien qu'une certaine instruction initiale soit requise, l'accent doit être mis sur le fait de permettre aux cadets de pratiquer les techniques de navigation durant l'activité de l'expédition pratique.

**DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

A2-041 B-GL-382-005/PT-002 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système de positionnement global*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

C0-011 Fédération canadienne de course d'orientation. (1985). *Orienteering Level Two Coaching Certification*. Ottawa, Ontario, Fédération canadienne de course d'orientation.

C2-041 (ISBN 0-07-136110-3) Seidman, D., & Cleveland, P. (1995). *The Essential Wilderness Navigator*. Camden, Maine, Ragged Mountain Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 7**

# OCOM M326.05 – UTILISER L'ÉQUIPEMENT D'EXPÉDITION

| | |
|---|---|
| Durée totale : | 60 min |

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Se reporter au manuel de l'utilisateur pour obtenir les instructions d'utilisation des articles suivants :

- réchaud de montagne à un brûleur,
- filtre à eau,
- bouteille de combustible,
- combustible,
- corde,
- couteau de poche ou outil polyvalent,
- mousqueton,
- lampe frontale.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les utilisations de l'équipement d'expédition tout en laissant aux cadets l'occasion de pratiquer l'utilisation de cet équipement sous supervision.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

**OBJECTIFS**

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'utiliser, de façon sécuritaire, l'équipement nécessaire à une expédition.

**IMPORTANCE**

Il est important que les cadets sachent comment faire fonctionner l'équipement utilisé pour l'instruction sur les expéditions afin qu'ils le fassent de façon sécuritaire. Un équipement en bon état de fonctionnement rend l'instruction sur les expéditions sécuritaire et efficace. L'utilisation adéquate de l'équipement fera en sorte qu'il dure longtemps et qu'il requiert peu d'entretien.

Pour cette leçon portant sur les compétences, il est recommandé que l'enseignement se déroule de la façon suivante :

1. expliquer et démontrer la compétence entière pendant que les cadets observent;
2. expliquer et démontrer chaque étape requise pour exécuter la compétence. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape;
3. surveiller la performance des cadets pendant la mise en pratique de la compétence entière.

**Nota :** On peut demander à des instructeurs adjoints de surveiller la performance des cadets.

---

**Point d'enseignement 1** — **Expliquer et démontrer la façon de faire fonctionner un réchaud de montagne à un brûleur et demander aux cadets de s'y exercer**

Durée : 25 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Se reporter au manuel de l'utilisateur pour obtenir les instructions d'utilisation du réchaud de montagne à un brûleur.

Ce PE porte sur l'équipement d'expédition que les cadets ne connaissent peut-être pas encore. Lorsque c'est possible, montrer des exemples de chaque pièce d'équipement et les faire circuler pour que les cadets puissent les voir et les manipuler.

Pendant une expédition, il est important que les cadets connaissent l'équipement à utiliser apporte. Ils doivent connaître les diverses utilisations des pièces d'équipement, leur fonctionnement et la façon d'effectuer des réparations de base lorsque c'est nécessaire.

Les réchauds utilisés aux centres d'expéditions sont des réchauds de montagne à un brûleur. Ils ont été choisis en raison de leur taille, de leur poids et de leur fonctionnalité. Ils sont portatifs, ce qui permet de faire la cuisson n'importe où sans avoir à faire de feu. Ils sont faciles à ranger et peuvent être transportés lors d'une expédition. Ils sont communément alimentés avec l'essence minérale comme le naphte et ils sont fiables même par temps extrêmement froid et en haute altitude.

Le réchaud utilisé pour cette leçon est le Coleman Peak One. Si une autre marque est utilisée, remplacer l'information du manuel de l'utilisateur.

**IDENTIFIER LES PIÈCES ET LES ACCESSOIRES**

Le réchaud de montagne à un brûleur possède les caractéristiques suivantes :

- puissant brûleur de 7500 BTU, avec commande précise de la flamme,
- pattes pliantes qui assurent un rangement compact et qui stabilisent le réchaud,
- un appareil à combustible liquide offrant un rendement supérieur en consommation de combustible et en coût,
- réservoir de combustible intégré de 350 ml,
- un réservoir plein suffit pour une fin de semaine de camping,
- un réservoir plein alimente l'appareil pendant 2 heures à haute intensité, et 7.5 heures à basse intensité,
- porte 0.94 l (une pinte) d'eau à ébullition en quatre minutes.

La figure fournie a pour but d'identifier les parties et non de servir au démontage.

Les parties et les accessoires d'un réchaud de montagne à un brûleur sont les suivants :

**Plaque chauffante.** Équipée d'une grille pour que l'ustensile de cuisson reste stable.

**Grille de réchaud.** La grille de réchaud supporte les casseroles et leur assure une stabilité.

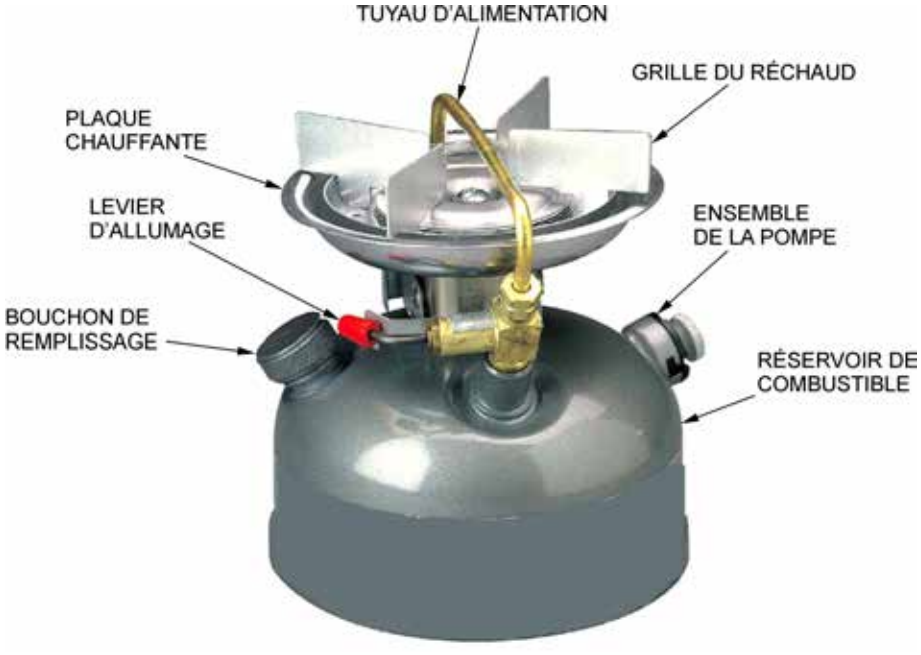
**Tuyau d'alimentation.** Tuyau raccordé au réservoir de combustible et qui achemine le combustible à la plaque chauffante.

**Ensemble de la pompe.** L'ensemble de la pompe est intégré au réservoir et est tenu en place par un mécanisme de verrouillage.

**Levier d'allumage.** Le levier d'allumage joue le rôle de bouton marche-arrêt pour le réchaud.

**Bouchon de remplissage.**Le bouchon de remplissage empêche le combustible de se répandre.

**Réservoir de combustible.** Le réservoir de combustible se trouve en dessous du réchaud. On ne doit le remplir qu'aux trois quarts afin de laisser entrer l'air lors de la mise sous pression.




*« Backpackgear Online », Droit d'auteur par Maguire and Johnson Web Services, 2007. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.coleman.com/coleman/colemancom/detail.asp?product_id=533B705&categoryid=2020*

Figure 16-7-1 Réchaud à un brûleur

**IDENTIFIER LE TYPE DE COMBUSTIBLE ET LES TEMPÉRATURES DE FONCTIONNEMENT**

Le réchaud utilise du combustible au naphte.

Il fonctionne à toutes les températures.

**ASSEMBLER**

Le réchaud de montagne à un brûleur est déjà assemblé. Il suffit de déplier les pattes.

**ALLUMER ET ÉTEINDRE**

**Précautions**

Les dangers sont réduits si on prend des précautions. Suivre ces quelques règles simples :

- ne jamais laisser le réchaud sans surveillance;
- ne jamais utiliser un réchaud comme un appareil de chauffage ou dans des espaces renfermés tels des édifices, des tentes ou des cavernes;
- ne jamais desserrer le bouchon de remplissage du réservoir de combustible quand le réchaud fonctionne;
- toujours remplir et allumer le réchaud à l'extérieur dans un endroit bien ventilé, loin d'une flamme nue, de la chaleur et des combustibles;
- utiliser du combustible de naphte seulement;
- ranger à l'écart d'une flamme nue ou d'une chaleur excessive;
- s'assurer que le réchaud est froid avant de le transporter ou de le ranger. Desserrer le bouchon de remplissage pour relâcher la pression d'air, puis le resserrer. Fermer le bouton de commande;
- si le réchaud s'enflamme, couper l'alimentation en combustible;
- lors de l'utilisation d'un réchaud, s'assurer qu'un extincteur est disponible.

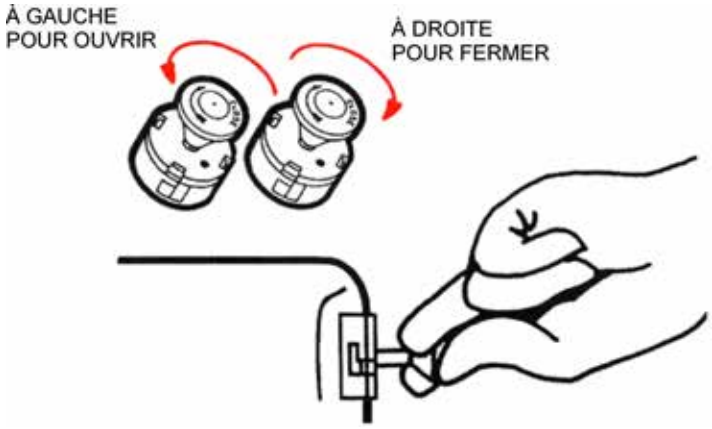
Les réchauds ne doivent pas être utilisés dans les espaces clos, comme les bâtiments et les tentes. La combustion du naphte et d'autres combustibles produit des émissions de monoxyde de carbone. Le monoxyde de carbone se lie à l'hémoglobine 200 à 250 fois mieux que l'oxygène et dérange presque tout le système physiologique et neurologique, même dans des concentrations assez faibles. Du fait que le gaz est plus pesant que l'air, il se concentre au sol des tentes et des cavernes, où les enthousiastes du plein air dorment, et ne se dissipera pas – même après plusieurs jours – à moins qu'on ne le force à sortir en assurant la présence d'un courant d'air froid direct, fort et continu au niveau du sol. Pour prévenir ce problème, on doit commencer par s'assurer qu'il y a un courant d'air semblable à ce qui vient d'être décrit au niveau du réchaud, et non au haut de la tente ou de la caverne, comme on le croyait auparavant.

Selon une étude de recherche récente, l'asphyxie dans des tentes tue trois fois plus de personnes par année que l'alpinisme. D'autres recherches ont lié l'exposition au monoxyde de carbone, même modérée, à des effets importants à long terme, y compris l'humeur dépressive, l'apathie, la désorientation, l'irritabilité et l'amnésie. Plusieurs de ces symptômes surviennent chez 100 pour cent des personnes exposées et se mesurent des années après l'exposition initiale. Les risques augmentent aussi à des altitudes plus élevées.

**Préchauffer le réchaud de montagne à un brûleur**

Pour préchauffer le réchaud de montagne à un brûleur, effectuer les étapes suivantes :

1. s'assurer que le bouton de commande est réglé à la position « OFF »;
2. tourner la tige de la pompe deux tours complets dans le sens antihoraire pour ouvrir la pompe;
3. boucher avec le pouce la prise d'air qui se trouve sur la poignée de la tige de pompe;
4. donner 30 à 40 coups de pompes avec la tige pour mettre le réservoir de combustible sous pression;
5. tourner la tige de la pompe dans le sens horaire jusqu'à ce que la pompe soit bien fermée.




*The Canadian Coleman Co., Coleman Camp Stove Model M425F710C Instructions for Use, The Canadian Coleman Co.*

Figure 16-7-2 Préchauffer le réservoir de combustible

**Allumer le brûleur**

Pour allumer le brûleur, effectuer les étapes suivantes :

1. ne pas se pencher au-dessus du réchaud en l'allumant;

2. tenir une allumette allumée près du brûleur;
3. tourner le bouton de commande à la position LIGHT (allumer);
4. surveiller la flamme;
5. lorsque la flamme devient bleue (après environ une minute), tourner le levier d'allumage instantané vers le bas et tourner le bouton de commande à l'intensité désirée « HI – LO ».

Si le réchaud ne s'allume pas ou si l'allumette s'éteint avant qu'il ne s'allume, tourner le bouton de commande à la position OFF et attendre deux minutes avant d'essayer de nouveau.

**Éteindre le brûleur**

Pour éteindre le brûleur, effectuer les étapes suivantes :

1. enlever l'ustensile de cuisson du réchaud et tourner le levier d'allumage instantané à la position OFF;
2. tourner le bouton de commande dans le sens horaire à la position OFF, puis bien le fermer.

**Rangement après utilisation**

Pour ranger le réchaud de montagne à un brûleur, effectuer les étapes suivantes :

1. permettre au réchaud de refroidir avant de l'emballer;
2. s'assurer qu'il est propre et exempt de saleté, d'allumettes, etc.;
3. vider le réchaud de tout son combustible;
4. ranger le réchaud dans un endroit frais et sec.

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**

La participation des cadets à l'allumage d'un réchaud servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

**Point d'enseignement 2** — **Expliquer et démontrer la façon de faire fonctionner un filtre à eau et demander aux cadets de s'y exercer**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

Un filtre à eau peut servir à éliminer la plupart des parasites et micro-organismes en pompant l'eau et en la faisant passer à travers un filtre microscopique. Il est fait d'un matériau épais et poreux, comme le carbone ou la céramique, qui piège les particules quand l'eau le traverse.

La contamination causée par la faune, les animaux d'élevage, les polluants ou d'autres randonneurs peut entraîner l'introduction de micro-organismes dans les sources d'eau qui peuvent causer des problèmes intestinaux. Il est impératif que toute eau puisée soit traitée avant d'être consommée. La filtration en est le meilleur moyen.

## IDENTIFIER LES CARACTÉRISTIQUES

Se reporter au manuel de l'utilisateur pour obtenir les consignes d'utilisation du filtre à eau.

Voici les caractéristiques d'un filtre à eau en céramique :

- débit de filtration d'un litre par minute;
- efficace contre les protozoaires, la plupart des bactéries et les produits chimiques, comme l'iode et le chlore;
- comprend un préfiltre en mousse.

Le filtre à eau WaterWorks de MSR (voir figure 16-7-3) est solide et léger. Sa construction en polyuréthane et son élément filtrant en céramique à noyau de carbone enlève les bactéries les plus grosses et certains produits chimiques (iode et chlore) ainsi que les odeurs et les goûts.

Un indicateur fourni avec l'appareil permet de savoir quand le temps est venu de remplacer le filtre en céramique.

## IDENTIFIER LES PIÈCES ET LES ACCESSOIRES

La figure fournie a pour but d'identifier les parties et non de servir au démontage.

*« Mountain Equipment Coop », Droit d'auteur 2007 par Mountain Equipment Coop. Extrait le 16 novembre 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524442372421&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696689&bmUID=1195238644467*

Figure 16-7-3 Filtre à eau

**Levier de pompage.** Levier qui permet à l'utilisateur de pomper l'eau.

**Bouchon du filtre.** Couvercle qui protège le filtre en céramique.

**Filtre en céramique.** Situé dans le contenant en plastique, le filtre à eau comporte une membrane de 0.2 micron qui empêche les bactéries de passer et qui agit comme deuxième ligne de défense autour du filtre en céramique. La base à goulot large réduit le déversement et le risque de contamination croisée avec l'eau non filtrée.

**Indicateur du filtre.** Indicateur permettant de savoir quand le temps est venu de remplacer le filtre.

**ASSEMBLER**

Le filtre à eau doit être monté et prêt à l'emploi. Pour l'utiliser :

1. enlever le bouchon du filtre;
2. commencer à donner des coups de pompe avec la poignée de façon soutenue pour pomper l'eau.

**CAPACITÉ MAXIMALE DE FILTRATION**

Dans des conditions normales, l'utilisateur pourra filtrer de 10 et 20 l d'eau entre les nettoyages.

**POMPER L'EAU**

Pour pomper l'eau :

1. mettre l'extrémité du tuyau où se trouve le flotteur dans la source d'eau. (Si on a accès à un seau ou à une casserole, y recueillir l'eau et filtrer l'eau à partir de ce contenant.) En ce faisant, on évitera d'aspirer de la saleté dans le filtre;
2. fixer le filtre à une bouteille à goulot large;
3. donner quelques coups de pompe avec la poignée pour amorcer la pompe;
4. donner quelques coups de pompe avec le levier pour aspirer l'eau vers la bouteille jusqu'à ce qu'elle soit pleine.

**DÉMONTER ET NETTOYER**

Enlever l'excédent d'eau du filtre et le laisser sécher à l'air afin d'empêcher la formation de moisissure et de bactéries.

S'il doit être rangé pendant longtemps, retirer le filtre en céramique et le laisser sécher à l'air de 3 et 5 jours. Bien laver et sécher les autres pièces du filtre.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**

---

La participation des cadets à l'utilisation d'un filtre à eau servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

---

**Point d'enseignement 3** — **Expliquer et démontrer la façon d'utiliser l'équipement d'expédition de façon sécuritaire et demander aux cadets de s'y exercer**

Durée : 15 min — Méthode : Démonstration et exécution

---

Se reporter au manuel de l'utilisateur pour obtenir les consignes d'utilisation de la bouteille de combustible, de la corde, du couteau de poche, du mousqueton et de la lampe frontale.

Lors de l'utilisation de l'équipement, respecter les consignes suivantes :

- ranger l'équipement dans un endroit sécuritaire. Ne jamais le laisser à la traîne ou sur le sol;
- toujours utiliser l'outil qui convient;
- respecter les consignes de sécurité qui s'appliquent à l'équipement;
- garder les arêtes des lames bien affûtées et s'assurer que les manches sont solidement fixées;
- nettoyer et enduire d'une légère couche d'huile les parties en acier avant de les ranger.

**BOUTEILLE DE COMBUSTIBLE**

Le combustible est transporté dans un contenant séparé pour s'assurer qu'il n'y a pas de déversement de combustible dans le sac à dos. Les bouteilles de combustible sont soit en aluminium ou en plastique. Les contenants en aluminium prennent habituellement la forme d'une bouteille cylindrique. Les bouteilles en plastique sont généralement rouges et recouvertes d'une couche intérieure de polymère fluorée qui résiste à l'essence et à l'alcool. Les bouteilles de combustible en plastique ne doivent jamais être utilisées comme réservoir pour un réchaud ou être mis sous pression avec une pompe. Une fois que le contenant est utilisé pour un certain type de combustible, il ne doit pas être utilisé pour un autre type de combustible, car les substances peuvent se mélanger et endommager le contenant ou s'enflammer.

*« Mountain Equipment Coop », Droit d'auteur 2007 par Mountain Equipment Coop. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUC%3C%3Eprd_id=845524441772275&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696497&bmUID=1175178016804*

Figure 16-7-4 Bouteille de combustible en aluminium

**Techniques de rangement**

Pendant l'instruction sur les expéditions, les bouteilles de combustible doivent être rangées avec le matériel de cuisson ou à l'endroit désigné expressément par les instructeurs.

Elles doivent être vides, dans la mesure du possible avant d'être rangées.

Une bouteille qui contient encore du combustible doit être rangée dans un endroit verrouillé, loin des substances inflammables et autres matières explosives.

**Transvidage de combustible dans la bouteille ou de la bouteille**

Quand on transvide du combustible dans la bouteille ou de la bouteille, on doit utiliser un entonnoir ou un robinet pour éviter les éclaboussures, les fuites ou les déversements.

**CORDE**

La corde peut être lourde à transporter, mais il s'agit d'une pièce d'équipement extrêmement utile en expédition. Un bout de corde d'environ 15 mètres peut servir à suspendre de la nourriture qui est dans le pendoir à provisions, à fabriquer une corde à linge pour faire sécher les vêtements, ou même à attacher une bâche en cas d'intempéries. On peut aussi s'en servir pour effectuer des réparations mineures en campagne.

**Nettoyage**

Les cordes doivent être lavées fréquemment avec du savon, et être suspendues pour sécher, à l'abri des rayons du soleil.

**Rangement**

On ne doit ranger la corde que si elle est complètement sèche sans nœud et enroulée lâchement.

Les cordes doivent être rangées dans un endroit frais et sec, loin des rayons du soleil, de la chaleur et des produits chimiques.

**Enroulement**

En fonction de sa longueur, la corde doit être enroulée en écheveau de torse ou en grand écheveau.

**COUTEAU DE POCHE OU OUTIL POLYVALENT**

Un couteau universel, ou un outil universel, est essentiel pour réparer l'équipement et couper la corde, la ficelle ou des bandages. L'idéal est de trouver un couteau ou un outil suffisamment petit et qui comprend une lame, des ciseaux et un tournevis, dont on a besoin pendant l'expédition.

**Aiguisage**

Les lames doivent être affûtées régulièrement à l'aide d'une pierre ou d'un outil d'affûtage. Il est important de suivre les indications du fabricant pour l'entretien.

**Maniement**

Tenir le couteau d'une poigne ferme par le manche. Si le couteau de poche est équipé d'un mécanisme de verrouillage, il doit être utilisé.

**Rangement**

Nettoyer tous les couteaux de poche avant de les ranger. Ils doivent être rangés dans leurs gaines et être huilés avant d'être rangés pour longtemps.

*« Mountain Equipment Coop », Droit d'auteur 2007 par Mountain Equipment Coop. Extrait le 16 novembre 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524441773603&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696789&bmUID=1195240440348*

Figure 16-7-5 Couteau universel

*« Mountain Equipment Coop », Droit d'auteur 2007 par Mountain Equipment Coop. Extrait le 16 novembre 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524442622475&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696889&bmUID=1195240570229*

Figure 16-7-6 Outil universel

**MOUSQUETON**

Le mousqueton est une pièce d'équipement courante utilisée principalement pour les activités d'alpinisme, comme l'escalade et la descente en rappel. Le mousqueton est essentiel à apporter en expédition, parce qu'il peut être utile dans diverses circonstances, comme pour :

- attacher le câble de retenue d'un canot ou d'un sac à dos;
- fixer une bouteille d'eau à l'extérieur d'un sac à dos;
- suspendre un pendoir à provisions ou une corde à linge;
- attacher un sac de sauvetage au banc central d'un canot.

**LAMPE FRONTALE**

Une lampe frontale est constituée simplement d'une lampe de poche qui a été attachée à une courroie ajustable que l'utilisateur peut placer sur sa tête. Elle est très utile en expédition, car elle libère les mains de l'utilisateur pour lui permettre d'effectuer des tâches dans l'obscurité, lire une carte, allumer un réchaud, dresser une tente ou trouver la toilette.

*« Mountain Equipment Coop », Droit d'auteur 2007 par Mountain Equipment Coop. Extrait le 16 novembre 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524442621000&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302697057&bmUID=1195238790425*

Figure 16-7-7 Lampe frontale

Les lampes frontales peuvent faire usage d'une combinaison de diodes électroluminescentes (DEL) et d'ampoules halogènes. Le choix d'une lampe frontale dépend de son utilité. Les ampoules halogènes éclairent le mieux, mais elles sont très énergivores. Les DEL éclairent suffisamment et sont très efficaces du point de vue de la consommation d'énergie.

Il faut toujours apporter des piles de rechange en plus de celles qui se trouvent déjà dans la lampe frontale.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

### QUESTIONS

Q1. Pourquoi est-il préférable d'avoir une lampe frontale qui comprend des DEL et des ampoules halogènes?

Q2. Indiquer certains matériaux à partir desquels les filtres à eau sont fabriqués.

Q3. À quoi peut servir un mousqueton?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les ampoules halogènes éclairent le mieux, mais elles sont très énergivores. Les DEL n'éclairent pas autant, mais elles sont très efficaces du point de vue de la consommation d'énergie.

R2. Les filtres peuvent être composés d'une feuille mince avec des pores de dimension précise qui empêchent tous les objets plus gros que ces pores de traverser le matériau poreux, comme le carbone ou la céramique. Ce matériau poreux piège les particules quand l'eau le traverse.

R3. Les mousquetons peuvent servir à :

- attacher le câble de retenue d'un canot ou d'un sac à dos d'expédition;
- fixer une bouteille d'eau à l'extérieur du sac à dos d'expédition;
- suspendre un pendoir à provisions ou une corde à linge;
- attacher un sac de sauvetage au banc central d'un canot.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'utilisation de l'équipement d'expédition servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

### DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 7 (COREN 326).

### OBSERVATIONS FINALES

En sachant comment utiliser et ranger adéquatement l'équipement d'expédition, les cadets seront en mesure de réussir l'instruction sans demander de l'aide des instructeurs ou du personnel.

### COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Du personnel supplémentaire peut être nécessaire pour superviser les cadets qui utilisent l'équipement d'expédition.

Les instructeurs doivent consulter le manuel de l'utilisateur pour obtenir les consignes d'utilisation du réchaud de montagne à un brûleur.

Les instructeurs doivent consulter le manuel de l'utilisateur pour obtenir les consignes d'utilisation du filtre à eau.

Les instructeurs doivent consulter le manuel de l'utilisateur pour obtenir les consignes d'utilisation de la bouteille de combustible, de la corde, du couteau de poche, du mousqueton et de la lampe frontale.

Il est recommandé que cet OCOM soit enseigné lors des occasions en contexte réel plutôt que dans le cadre d'une période structurée de 60 minutes.

Les centres d'expédition sont tenus de choisir deux moyens de transport dynamiques entre l'OCOM M326.02A (Pagayer en canot, section 2), l'OCOM M326.02B (Faire une randonnée en vélo de montagne, section 3) et l'OCOM M326.02C (Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire, section 4) à inclure dans leur fin de semaine d'instruction.

Une période est allouée pour cet OCOM dans la répartition générale des périodes du cours. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

Les durées de cet OCOM peuvent varier. Bien qu'une instruction initiale soit requise, l'accent doit être mis sur la pratique des techniques de randonnée pédestre par l'entremise d'un exercice pratique.

Dès leur arrivée au centre d’expédition, les cadets seront répartis en équipes ou en groupes. Ces équipes ou groupes doivent rester les mêmes tout au long de la fin de semaine.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

S.O.

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 8**

# OCOM M326.06 – RESPECTER LA ROUTINE QUOTIDIENNE

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment se fait la sélection d'un bivouac.

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 2 à 4 pour initier les cadets à suivre les routines d'un bivouac lors d'une instruction sur les expéditions.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de suivre une routine quotidienne pendant une instruction sur les expéditions.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent les procédures relatives à la sélection d'un bivouac et à la routine à suivre pendant qu'ils se trouvent sur ce site. La routine relative au départ est également importante afin d'assurer l'organisation et la sécurité. Les renseignements dans cette leçon aideront les cadets pendant tous les exercices du corps de cadets et toute l'instruction sur les expéditions.

**Point d'enseignement 1** **Démontrer la façon de choisir un bivouac**

Durée : 10 min Méthode : Démonstration

La matière de ce PE a déjà été enseignée. Les instructeurs doivent démontrer la façon de choisir un bivouac à un endroit où les cadets pourront reconnaître les tâches requises.

Pour choisir un bivouac, s'assurer d'obtenir l'autorisation auprès du responsable du parc. Le non-respect de cette consigne peut entraîner des amendes imposées par les agents de parcs provinciaux et fédéraux.

Il est important de déterminer la pertinence d'un bivouac pour que le temps qu'on y passera soit agréable. Après une longue journée, il est important que les cadets prennent quelques minutes supplémentaires pour bien choisir le bivouac.

Il est important de trouver un excellent bivouac, non pas de l'aménager. À la fin d'une longue journée de randonnée, enlever son sac à dos, porter des vêtements chauds, boire quelque chose et manger si on manque d'énergie, puis chercher un bon bivouac approprié. Il est important de ne pas prendre trop de temps pour effectuer cette tâche.

## DÉTERMINER LA PERTINENCE DU BIVOUAC

### L'absence d'un risque de danger

**Arbres ou branches tombées.** Regarder autour du bivouac et en haut. Y a-t-il possibilité que des branches d'arbre tombent sur la tente ou le site?

Il faut prendre des précautions, car les cadets peuvent facilement trébucher sur des arbres ou des branches tombées. De plus, une branche à bouts pointus peut causer des dommages à l'équipement tel que les tentes et les tapis de sol. Les emplacements de tentes ne doivent pas être montés où il y a des arbres tombés. Toutefois, les arbres tombés peuvent délimiter un site, servir à fixer des panneaux et aider à imperméabiliser un site.

Éviter les endroits avec des arbres morts. Ces arbres manquent de résistance, et par conséquent, ils ne devraient pas y en avoir dans un lieu que l'on considère comme bivouac. Ces arbres peuvent facilement tomber pendant des vents ou des tempêtes violentes. Il faut aussi chercher attentivement s'il y a des branches susceptibles de tomber.

*« Colby-Sawyer College », Kelsy Forest Walk, droit d'auteur 2007. Extrait le 22 novembre 2007 du site www.colby-sawyer.edu/images/image_9614.jpg*

Figure 16-8-1 Arbres tombés

**Plantes toxiques.** Toujours regarder s'il y a des plantes toxiques avant d'aménager un bivouac. Les plantes toxiques communes telles que l'herbe à puce, le sumac à vernis et le sumac de l'Ouest ont été identifiés dans l'OCOM M121.05 (Reconnaître les risques environnementaux, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 5). Le contact avec ces plantes toxiques cause des démangeaisons graves, de l'inflammation rougeâtre et des boursouflures de la peau. Installer les bivouacs loin des endroits où il y a ce type de plantes.

**Les insectes, les ruches d'abeilles et les nids de frelons.** La plupart des insectes sont une nuisance plutôt qu'un danger. Lorsque les moustiques, les mouches noires, les mouches à chevreuil ou les chiques dérangent les randonneurs, ceux-ci ont plusieurs options pour déjouer ces nuisances et réduire l'exposition en contrôlant leur environnement. Essayer d'éviter les bivouacs où il y a de l'herbe haute, des mauvaises herbes et de l'eau stagnante; les insectes y sont abondants.

En campagne, on peut trouver des ruches d'abeilles et des nids de frelons dans les arbres, les buissons et même au sol. Si on dérange leurs nids, les abeilles et les frelons se défendent et peuvent infliger de multiples piqûres. Toujours vérifier s'il y a des ruches d'abeilles et des nids de frelons avant d'aménager un bivouac. Quand beaucoup d'abeilles et de frelons volent autour, cela est bon signe qu'il y a une ruche ou un nid dans les environs.

*P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 898)*

Figure 16-8-2 Nid de frelons

**Les nids de fourmis.** Si on dérange leurs nids, les fourmis deviennent indésirables. Vérifier le sol pour déceler les nids de fourmis avant d'aménager un bivouac.

**Les tanières d'animaux.** Avant d'installer un bivouac, vérifier si l'endroit se trouve près de tanières d'animaux. Un groupe de cadets peut facilement déranger des animaux au repos. Une tanière peut se trouver sur un sentier ou à la fin d'un sentier en campagne.

**L'accès à l'eau**

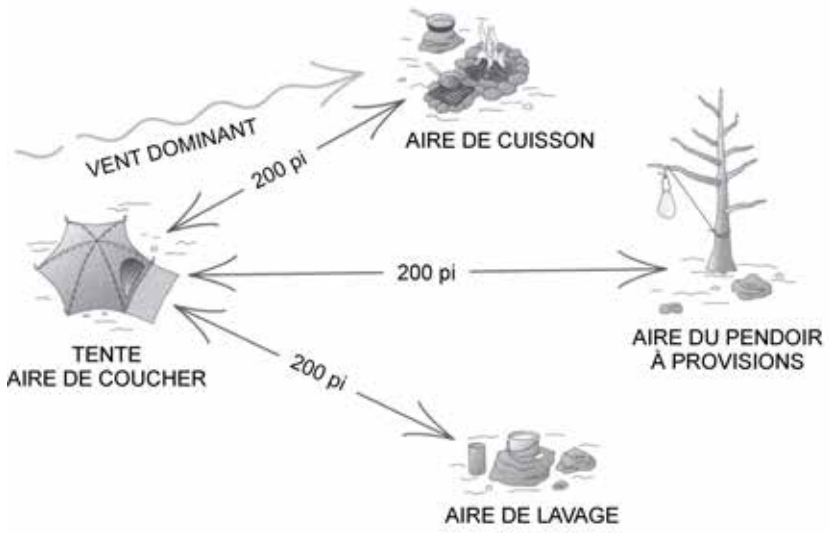
Un point d'eau accessible doit se trouver à moins de 60 mètres (200 pieds) du bivouac. En campagne, les sources d'eau peuvent devenir contaminées très facilement par des choses comme du savon et des matières fécales.

Éloigner le bivouac du point d'eau accessible est aussi une mesure importante pour s'assurer que les contaminants provenant de la cuisson et des vidanges ne polluent pas l'eau.

**L'espace pour les tentes**

Il doit y avoir suffisamment d'espace pour toutes les tentes et leurs haubans ne doivent pas se chevaucher. Pour éviter cette situation, l'idéal serait que les tentes se trouvent à environ 5 mètres (15 pieds) l'une de l'autre.

**DÉTERMINER LA DISPOSITION DU BIVOUAC**




*R. Curtis, The Backpackers Field Manual, Three Rivers Press (page 113)*

Figure 16-8-3 Aménagement d'un bivouac conventionnel

**L'aire de coucher**

Avant tout, l'aire de coucher doit se situer contre le vent de l'aire de cuisson. Un terrain plat est ce qu'il y a de mieux. Si le sol est quelque peu incliné, il est préférable de placer la tête en haut de la pente.

Il peut y avoir plusieurs cadets en campagne à tout moment donné. Il est important que les tentes soient bien espacées. Dans le cas des secteurs des hommes et des femmes, les tentes doivent être espacées de 5 mètres. Où il y a des haubans, il doit y avoir suffisamment d'espace entre les tentes pour que les cadets puissent marcher facilement sans devoir enjamber les haubans.

Une petite distance d'espacement entre les tentes permet de donner un peu d'intimité aux cadets tout en leur permettant de communiquer facilement.

À la tombée de la nuit, les abris peuvent être difficiles à voir. Lorsque les abris sont rapprochés, les risques d'accident sont plus grands (par exemple, trébucher par-dessus les haubans).

Marquer les haubans avec du ruban de signalisation ou des bâtons lumineux est une bonne idée.

**Les latrines ou les toilettes**

Dans la mesure du possible, on doit utiliser les toilettes extérieures existantes. L'odeur y est peut-être forte, mais les utiliser plutôt que de faire des chatières un peu partout pour réduire l'impact sur l'environnement.

Les latrines ou toilettes constituent souvent l'élément le plus gênant à aménager sur un bivouac. Si les membres du groupe utilisent des chatières individuelles, chacune d'elles devrait se trouver à au moins 60 mètres (200 pieds) des sources d'eau. En plus de la distance, le groupe doit faire un sentier à utiliser hors du bivouac.

Dans un campement de groupe, il est préférable d'aménager une toilette, puis de remplir le trou. Une latrine de groupe doit être dans la direction du vent et à au moins 60 mètres (200 pieds) de l'aire de coucher, de même que les sentiers et les sources d'eau.

**L'aire de cuisson**

C'est dans cette aire que la plupart des campeurs passent la plus grande partie de leur temps. Naturellement, elle est populaire en raison du temps qu'on y passe à cuisiner, à laver la vaisselle ou à prendre un goûter rapide.

Le meilleur emplacement pour l'aire de cuisson doit avoir une surface durable, comme un gros rocher plat ou une aire sablonneuse. S'il n'est pas possible d'en trouver, les prés ou le gravier constituent les meilleurs choix.

Dans certains cas, il peut être pratique d'aménager une aire distincte pour prendre les repas. C'est recommandé pour les gros groupes, afin d'éviter que les gens passent près des fours chauds et de l'eau bouillante, qui sont les causes principales d'accidents. L'aire des repas peut se situer à quelques mètres seulement.

**L'aire du feu de camp**

Il faut être au courant des règlements relatifs au feu dans la région où on se trouve. Parfois, surtout à la fin de l'été où les risques de feux de forêt sont élevés, des restrictions concernant les feux sont imposées.

Discuter comment l'indice forêt-météo et la méthode canadienne d'évaluation des dangers d'incendie de forêt (MCEDIF) mesurent la possibilité des feux de forêt.

Prêter attention à toute personne qui démontre de mauvaises habitudes en ce qui à trait au feu et travailler à corriger ces mauvaises habitudes.

La sécurité est d'une importance capitale pour allumer un feu. S'assurer que le matériel d'incendie et de secours est disponible quand on allume des feux.

Les parcs suivent communément l'indice forêt-météo, lequel procure une évaluation de la possibilité relative de feu qui est basée uniquement sur des observations météorologiques. Quand on prévoit allumer des feux dans les limites d'un parc, on doit vérifier avec le bureau d'administration du parc pour connaître les règles et règlements à ce sujet.

**Méthode canadienne d'évaluation des dangers d'incendie de forêt (MCEDIF)**

La MCEDIF est le système national du Canada pour évaluer les dangers d'incendie de forêt. Le système évalue et intègre les données pour aider les gestionnaires à prédire les possibilités de feu en régions boisées.

La MCEDIF fournit un indice (voir la figure 16-8-4) sur la facilité relative à l'inflammabilité de la forêt, à la difficulté de contrôle d'un feu et du niveau de dommage qu'un feu peut causer.

| BLEU | VERT | JAUNE | ORANGE | ROUGE |
|---|---|---|---|---|
| FAIBLE | MODÉRÉ | ÉLEVÉ | TRÈS ÉLEVÉ | EXTRÊME |

*Directeur des cadets 3, 2007, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale*

Figure 16-8-4 Indice de danger de feu MCEDIF

**Faible.** Une possibilité faible que des feux se produisent. Les feux qui surviennent s'éteignent habituellement d'eux-mêmes et il est rare qu'ils se rallument.

**Modéré.** Une possibilité modérée que des feux s'allument. Ces feux sont rampants ou sont des feux de surface modérés. Ils sont facilement circonscrits par des équipes au sol munies de pompes à eau.

**Élevé.** Une possibilité élevée qu'un feu s'allume. Ces feux posent des défis aux équipes au sol chargées de les combattre et les équipements lourds (camions-citernes à eau et aéronefs) sont souvent requis pour contenir l'incendie.

**Très élevé.** Une possibilité très élevée qu'un feu s'allume. Ces feux se propagent vite et sont de forte intensité. Ils sont difficiles à contrôler et nécessitent un soutien aéroporté.

**Extrême.** L'environnement est très sec et les risques de feu sont extrêmement élevés. Ces feux se propagent rapidement, sont de forte intensité et très difficiles à contrôler.

Informer les cadets qu'ils peuvent réviser cette information eux-mêmes en consultant la MCEDIF sur l'Internet pour leur région, au site https://nofc1.cfsnet.nfis.org/mapserver/cwfis/index.phtml.

Vérifier s'il y a des foyers existants. Il est dommageable pour l'environnement d'utiliser un nouvel emplacement chaque fois que l'on fait un feu. Des feux mal préparés rendent le sol stérile dessous, et il faut des années avant qu'il ne redevienne fertile.

**L'aire d'entreposage de la nourriture**

L'aire d'entreposage de la nourriture doit se trouver à au moins 60 mètres (200 pieds) de l'aire de coucher. Lorsque c'est possible, utiliser un pendoir à provisions.

**L'aire de séchage de l'équipement**

Une corde de séchage doit être montée dans l'aire de coucher, mais pas dans un endroit où les membres du groupe pourraient s'y accrocher ou s'y entremêler.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. De quels éléments doit-on tenir compte lors du choix d'un bivouac?

Q2. Décrire l'aménagement d'un bivouac conventionnel.

Q3. Quel est le meilleur endroit pour aménager l'aire de cuisson?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. On doit tenir compte de l'absence d'un risque de danger, de l'accès à l'eau et de l'espace de tente quand on choisit un bivouac.

R2. L'aménagement commun d'un bivouac doit comprendre l'aire de coucher, la latrine ou la toilette, l'aire de cuisson, l'aire du feu de camp, l'aire d'entreposage de la nourriture et l'aire de séchage de l'équipement.

R3. Le meilleur emplacement pour l'aire de cuisson doit avoir une surface durable, comme un gros rocher plat ou une aire sablonneuse.

**Point d'enseignement 2** **Discuter de la routine de montage du bivouac**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE décrit en détail le processus d'aménagement d'un bivouac lors d'une expédition.

À l'arrivée à un endroit convenable, ce processus doit être établi pour l'aménagement du bivouac. Tous les cadets auront l'occasion de suivre ce processus en déléguant des tâches à leurs pairs pour qu'ils les aident. Il faut travailler en groupe le plus souvent possible pour que les cadets demeurent actifs.

**ROUTINE DE MONTAGE DU BIVOUAC**

La routine suivante est un exemple du type de routine que les cadets peuvent suivre lorsqu'on leur a confié la tâche de diriger l'aménagement d'un bivouac. Ces cadets auront choisi un bivouac et délégué les tâches suivantes à des cadets :

- Tous les cadets doivent monter leur tente.
- Deux cadets doivent construire un pendoir à provisions et désigner un emplacement pour le pendre.
- Un cadet doit désigner un emplacement pour l'aire de cuisson, l'aménager et commencer les préparatifs pour un repas.
- Deux cadets doivent désigner un emplacement pour l'aire de séchage de l'équipement et l'aménager.
- Deux cadets doivent purifier de l'eau pour la cuisson et la consommation.
- Deux cadets doivent ramasser du bois pour le feu et préparer un feu.
- Un cadet doit délimiter un emplacement pour les toilettes ou les latrines.

Lorsque ces tâches sont terminées, tous les membres de la section doivent se réunir pour recevoir les prochaines instructions.

**L'organisation et le montage des tentes**

La première étape de la routine d'aménagement d'un bivouac consiste en l'identification de l'aire de coucher où les tentes seront montées. Délimiter une aire pour les hommes et une aire pour les femmes, à une distance d'au moins 15 mètres. Tous les cadets doivent monter leur tente à leur arrivée.

La façon de dresser une tente a été enseignée dans l'OCOM M121.07 (Dresser une tente de groupe, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 7).

**L'installation d'un pendoir à provisions**

Dès leur arrivée au bivouac, les cadets doivent installer un pendoir à provisions à au moins 60 mètres (200 pieds) de l'aire de coucher. On doit confier cette tâche à quelques membres du groupe pour que chacun puisse pendre ses sacs de nourriture une fois que les autres tâches sont terminées.

Voici la méthode de préférence pour construire un pendoir à provisions :

1. Trouver un arbre avec une branche solide d'un diamètre minimal de 10 centimètres (4 pouces).
2. Lancer une corde lestée au-dessus de la branche.
3. Passer environ les deux tiers de la corde au-dessus de la branche en tirant dessus.
4. Attacher le sac de nourriture à une extrémité de la corde et le monter le plus haut possible.
5. Attacher l'extrémité libre de la corde au tronc de l'arbre.

Pour récupérer le sac, défaire l'extrémité attachée à l'arbre et abaisser le sac jusqu'au sol.

Une autre méthode pour construire un pendoir à provisions est enseignée à l'OCOM C121.01 (Construire des commodités en campagne, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 10).

Dans les bivouacs existants, des boîtes ou des perches à l'épreuve des ours pourraient être disponibles pour ranger la nourriture. Si c'est le cas, privilégier ces façons de protéger la nourriture.

**L'établissement d'une aire de cuisson**

L'aire de cuisson demeurera au même endroit pendant toute la durée où le groupe occupera le site. On aura besoin d'un ou deux cadets pour aménager cette aire.

**L'installation d'une corde à linge**

La corde à linge doit être installée près de l'aire de coucher. Pour ce faire, on aura besoin de deux cadets.

Si aucune aire de séchage n'est disponible, on pourra fabriquer un étendoir à linge en suivant la méthode enseignée dans l'OCOM C121.01 (Construire des commodités en campagne, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 10).

**La collecte de l'eau**

La meilleure source d'eau provient d'un courant rapide. Éviter de puiser de l'eau près du bétail, des activités humaines ou des sources d'eau stagnante comme un petit lac ou un étang. Les rivières dont l'eau est trouble constituent aussi de mauvaises sources d'eau.

Se méfier de la plupart des eaux. Faire bouillir l'eau pendant au moins 5 minutes, en ajoutant une minute pour chaque 300 mètres (1000 pieds) d'altitude supplémentaires. Dans la mesure du possible, utiliser un filtre à eau muni des micro-filtres pour éliminer les particules et les virus.

Si le groupe prévoit faire bouillir toute l'eau puisée requise pour la durée de l'expédition, une plus grande quantité de combustible sera nécessaire.

**Le ramassage du bois de feu**

Il est préférable de ne pas faire de feu. Autour des bivouacs très fréquentés, la plupart des arbres tombés et abattus ont déjà été brûlés. Il devient de plus en plus difficile de trouver du bois à terre pour les feux de camp. Si c'est le cas, les membres du groupe devront probablement chercher du bois en s'éloignant du site.

**L'allumage d'un feu**

Si on prévoit utiliser un feu, il faut l'allumer un peu avant que toutes les autres tâches soient terminées. Ne pas allumer un feu dès l'arrivée au site, puisqu'il brûlera alors inutilement et que du bois précieux sera gaspillé.

**La délimitation des latrines ou des toilettes**

Les latrines ou les toilettes doivent être délimitées à l'aide du ruban de signalisation et des bâtons lumineux avant la tombée de la nuit. Une bonne façon de faire est de suspendre des bâtons lumineux lorsqu'on aménage les installations et, à la brunante, un membre du groupe peut les activer.

**La cuisson et les repas**

Quelques membres du groupe devront être assignés pour coordonner la cuisson, et d'autres membres, pour faire le nettoyage qui s'ensuit. Chaque personne garde les restes de sa nourriture avec ses déchets pour réduire la quantité de déchets du groupe.

On peut se servir de l'eau chaude qui reste des repas pour laver la vaisselle ou se laver à la fin de la journée. L'eau qui a servi à la cuisson des rations individuelles de campagne (RIC) peut servir au lavage après le repas du soir. Il est important de s'assurer que cette eau servira uniquement au lavage et qu'elle ne sera pas consommée.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

**QUESTIONS**

Q1. Quelles tâches faut-il effectuer dès l'arrivée au site?

Q2. Où se trouve la meilleure source d'eau?

Q3. À quel moment faut-il allumer un feu?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Il faut dresser les tentes et installer un pendoir à provisions dès l'arrivée au site.

R2. La meilleure source d'eau provient d'un courant rapide.

R3. Il faut allumer un feu avant l'achèvement de la plupart des tâches routinières.

**Point d'enseignement 3** **Discuter de la routine du bivouac**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE vise à donner un aperçu des éléments de la routine lorsqu'on occupe un bivouac.

Les tâches doivent être partagées entre les cadets pour qu'ils suivent la routine établie pendant tout le temps que le groupe occupera le site.

**ROUTINE DU BIVOUAC**

Il est important que chaque membre du groupe connaisse la routine du bivouac et qu'il comprenne son importance. Il est important qu'une routine soit établie au bivouac pour maintenir le contrôle, organiser l'équipement et assurer la sécurité de chaque membre du groupe.

**S'assurer que l'équipement personnel et de groupe est toujours bien organisé**

Il est essentiel que tout l'équipement personnel et de groupe soit protégé en tout temps. Il incombe aux personnes de s'assurer que l'équipement qu'ils ont apporté est en bon état et de savoir où il se trouve. C'est une bonne idée de se préparer à l'avance pour un exercice. À titre d'exemple, à la nuit tombante, sortir la lampe frontale et tout autre équipement requis pour ne pas avoir à chercher dans les sacs à dos quand il faut nuit.

**Se conformer aux principes de camping écologique**

Il est essentiel de s'assurer que les principes de camping écologique sont mis en pratique. Ces principes ont été enseignés en détail dans l'OCOM M121.08 (Appliquer les principes de camping écologique, A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 8). Il est important de suivre les principes « sans laisser de trace » quand on s'entraîne en milieu sauvage.

Les principes de camping écologique sont les suivants :

- Planifier et se préparer.
- Marcher et faire du camping sur des surfaces solides.
- Jeter les déchets de façon convenable.
- Laisser sur place ce qu'on y a trouvé.
- Minimiser les effets des feux de camp.
- Respecter les animaux sauvages.
- Respecter les autres visiteurs.

**Cuire et manger**

Tous les aspects de la cuisson et des repas doivent être pratiqués dans l'aire de cuisson.

Avant de cuire ou de manipuler de la nourriture, s'assurer que les personnes se lavent les mains soigneusement.

Si des chaudrons sont disponibles, les remplir d'eau et les placer sur le réchaud immédiatement après que les repas sont cuits. Plus tard, on pourra se servir de cette eau pour faire des breuvages chauds.

**Entreposer des déchets**

Tout ce que le groupe a apporté en campagne, qu'il s'agisse de chaussettes ou d'écran solaire, doit être rapporté.

Tenir compte des déchets personnels en les jetant tous dans un seul sac. Garder le sac dans un endroit accessible dans le sac à dos pour toujours pouvoir y ajouter des déchets au besoin. On évitera ainsi de mettre des cœurs de pomme et des déchets dans les pochettes du sac à dos. Un sac à pain ou un sac de plastique refermable font de bons sacs à déchets.

La nuit, s'assurer que tous les déchets sont placés dans le pendoir à provisions.

**Gestion des restes de table**

Vérifier si des restes de table sont tombés au sol; si c'est le cas, les ramasser. Cela comprend aussi les miettes.

Il ne faut jamais enterrer les déchets de nourriture, y compris les restes de table. Les animaux les déterreront dès qu'ils les sentiront, Cela pourrait être le cas même avant que les cadets ne quittent le bivouac.

Ne pas oublier : tous les restes de table doivent être emballés.

---

**CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**

---

**QUESTIONS**

Q1. Que comprend une routine du bivouac?

Q2. Quelle est la bonne procédure à suivre par rapport aux déchets?

Q3. Pourquoi ne doit-on pas enterrer les restes de table?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. La routine du bivouac comprend les éléments suivants :

- organiser l'équipement individuel et de groupe;
- se conformer aux principes du camping écologique;
- cuire et manger;
- entreposer les déchets;
- s'occuper des restes de table.

R2. La bonne façon de gérer les déchets est de tous les jeter dans un sac en plastique refermable.

R3. Les restes de table ne doivent pas être enterrés, car les animaux les déterreront dès qu'ils les sentiront.

**Point d'enseignement 4** **Discuter de la routine de départ du bivouac**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Le présent PE décrit un processus systématique du départ d'un bivouac lors d'une instruction sur les expéditions ou un exercice du corps de cadets.

L'établissement d'une routine est extrêmement important à ce point-ci, puisqu'on peut disposer de peu de temps pour quitter les lieux.

## LA ROUTINE DE DÉPART DU BIVOUAC

La routine suivante est un exemple du type de routine que les cadets peuvent suivre lorsqu'on leur a confié la tâche de diriger le départ d'un bivouac. Ces cadets doivent déléguer les tâches suivantes aux autres cadets :

- Tous les cadets doivent démonter leur tente.
- Deux cadets doivent démonter les commodités du bivouac.
- Tous les cadets doivent organiser leur équipement personnel.
- Deux cadets doivent purifier de l'eau pour la consommation pendant la randonnée.
- Un cadet doit démonter l'aire de cuisson et retirer les déchets de nourriture.
- Deux cadets doivent s'assurer que le feu est éteint.
- Un cadet doit retirer les marques de délimitation de l'emplacement pour les toilettes ou les latrines.
- Un cadet doit éliminer tous les signes d'occupation.
- Un cadet et un membre du personnel doivent effectuer la dernière inspection du site.

Une fois que ces tâches sont terminées, tous les cadets doivent se réunir pour recevoir les prochaines instructions.

Lorsque les cadets quittent le bivouac, il doit sembler qu'aucune personne ne l'a occupé. Cela veut dire qu'on a emporté même les déchets biodégradables comme les restes des fruits et des légumes. Ces déchets prennent beaucoup de temps à se décomposer.

### Le démontage des tentes

Il est recommandé de laisser les tentes montées pendant un certain temps le matin pour permettre que la condensation et l'eau soient éliminées avant qu'on les emballe.

Afin d'enlever une tente d'un bivouac, on doit premièrement extraire du bivouac tout ce qui appartient à la tente. On enlève en premier les ficelles ou les cordes qui fixent la structure. L'espace de lit doit être remis comme il était (replacer les bâtons et les roches enlevés pour dormir). Enlever les déchets qui restent.

### Démontage des commodités de campagne du site

Si une corde à linge ou d'autres commodités ont été fabriquées, elles doivent être démontées. Ne pas couper les cordes et s'assurer d'enlever la corde au complet qui est attaché à un arbre.

**L'organisation de l'équipement personnel**

Il faut emballer l'équipement personnel peu de temps après le réveil pour s'assurer que la tâche est terminée et que l'équipement est organisé.

Emballer tout l'équipement de couchage individuel avant de quitter la tente.

**Le démontage du pendoir à provisions**

On doit démonter le pendoir à provisions lorsqu'on emballe son équipement personnel pour s'assurer que chaque personne apporte sa nourriture.

Il faut aussi vérifier l'environnement immédiat du pendoir pour s'assurer de ne laisser aucun déchet derrière soi.

**La purification de l'eau**

Il faut attribuer à deux cadets de la section la tâche de purifier l'eau pour tous les membres du groupe afin de s'assurer que chaque membre a une gourde pleine. Cette tâche permettra de gagner du temps pendant l'emballage.

**La cuisson et les repas**

Tous les membres du groupe doivent s'assurer qu'ils ont pris un repas relativement peu de temps avant le départ et qu'ils ont emballé et rangé tous les déchets de nourriture.

**Le feu est entièrement éteint**

Éteindre un petit feu en le laissant brûler jusqu'à ce qu'il n'y ait que des cendres. Saturer ensuite les cendres avec de l'eau et les disperser loin du bivouac. Utiliser un bâton pour mélanger les cendres et l'eau. Cesser d'ajouter du bois bien avant le moment où il faut éteindre le feu.

Il n'est pas nécessaire d'ajouter des bûches quand il fait nuit, puisqu'elles ne seront brûlées probablement qu'à moitié au matin.

**L'organisation de l'équipement de groupe**

Déterminer quels membres du groupe transporteront chaque pièce d'équipement. Il est avantageux de partager le fardeau pour les raisons suivantes : le poids est réparti, les sacs à dos sont moins volumineux et les membres du groupe doivent communiquer entre eux pour aménager et démonter le bivouac.

**L'élimination des signes d'occupation**

Voici des étapes faciles à suivre pour éliminer les signes d'occupation :

1. Défaire les foyers secondaires aux bivouacs existants.
2. Disperser les roches et autres objets naturels pour les remettre à leur lieu d'origine.
3. Remonter l'herbe aux endroits que les tentes occupaient et remplir les trous des piquets de tente.
4. Utiliser une branche de pin tombée pour balayer le sable et la saleté des empreintes de pied.

**La dernière inspection du site**

Inspecter le sol une fois que tout l'équipement est emballé pour s'assurer que rien n'est caché dans l'herbe ou enfoui. Une dernière inspection du site comprend les éléments suivants :

- vérifier les aires des tentes;
- vérifier si tous les déchets ont été ramassés;
- s'assurer que l'aire des latrines ou des toilettes est propre;
- disperser les cendres, en utilisant une truelle, une fois que le feu est complètement éteint.

Si un bivouac civil est utilisé, tenter de le rendre attirant pour les utilisateurs. Cela évitera qu'ils aillent trouver un site plus « sauvage ».

Emballer les déchets et les ordures laissés derrière par les campeurs précédents.

---

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

---

**QUESTIONS**

Q1. À quel moment faut-il démonter les tentes?

Q2. Pourquoi tous les cadets doivent-ils connaître la routine du bivouac?

Q3. Quels éléments sont vérifiés au cours de l'inspection finale?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les tentes sont démontées le matin, après le réveil. Si elles sont humides, on peut les laisser sécher pendant un certain temps.

R2. La routine du bivouac doit être comprise par tous les cadets afin de s'assurer que le site est aménagé rapidement et efficacement.

R3. Au cours de l'inspection finale, il faut vérifier les éléments suivants :

- les aires des tentes;
- si tous les déchets ont été ramassés;
- si l'aire des latrines ou des toilettes est propre;
- le dispersement des cendres, en utilisant une truelle, une fois que le feu est complètement éteint.

---

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

---

**QUESTIONS**

Q1. Nommez certains dangers dont il faut tenir compte lors du choix d'un bivouac.

Q2. Quelles activités faut-il effectuer lors de l'aménagement d'un bivouac?

Q3. Quels éléments composent la routine de départ d'un bivouac?

**RÉPONSES ANTICIPÉES**

R1. Les dangers dont il faut tenir compte sont les suivants :

- les branches d'arbre ou les arbres tombés,
- les plantes toxiques,
- les insectes, les ruches d'abeilles et les nids de frelons,
- les nids de fourmis,
- les tanières d'animaux.

R2. Les activités qu'il faut effectuer sont les suivantes :

- organiser et dresser les tentes;
- installer un pendoir à provisions;
- établir une aire de cuisson;
- installer une corde à linge;
- collecter de l'eau;
- rassembler du bois de feu;
- allumer un feu;
- délimiter les latrines ou les toilettes;
- cuire et manger.

R3. La routine de départ du bivouac est la suivante :

- démonter les tentes;
- démonter les commodités du bivouac;
- organiser l'équipement personnel;
- démonter le pendoir à provisions;
- purifier l'eau;
- cuire et manger;
- s'assurer que le feu est entièrement éteint;
- organiser l'équipement de groupe;
- éliminer les signes d'occupation;
- effectuer une dernière inspection du site.

---

**CONCLUSION**

---

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

## MÉTHODE D'ÉVALUATION

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 7 (COREN 326).

## OBSERVATIONS FINALES

La capacité de passer efficacement d'un bivouac à un autre est importante, puisque les cadets pourraient arriver à un bivouacs tard dans la journée, avec peu de lumière, et ils pourraient devoir quitter tôt le lendemain matin. Le secret d'une routine efficace consiste en une bonne gestion des tâches et du temps. Ces compétences aideront les cadets durant les exercices du corps de cadets et l'instruction sur les expéditions.

## COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

L'équipement d'expédition personnel et d'expédition de groupe est énuméré à l'OREN 326 (Mettre en pratique les compétences en expédition).

Les connaissances présentées dans le présent OCOM amélioreront la participation des cadets à la routine quotidienne comme faisant partie de l'expérience en instruction sur les expéditions.

Une période est allouée pour cet OCOM dans la répartition générale des périodes du cours. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

Les durées de cet OCOM peuvent varier. Bien qu'une instruction initiale soit requise, l'accent doit être mis sur la pratique des techniques de randonnée pédestre par l'entremise d'un exercice pratique.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-009 (ISBN 0-684-85909-2) Harvey, M. (1999). *The National Outdoor Leadership School's Wilderness Guide*. New York, New York, Fireside Books.

C2-011 (ISBN 0-89886-910-2) McGivney, A. (2003). *Leave No Trace: A Guide to the New Wilderness Etiquette* (2e éd.). Seattle, Washington, The Mountaineers Books.

C2-016 (ISBN 1-4000-5309-9) Curtis, R. (2005). *The Backpackers Field Manual*. New York, New York, Three Rivers Press.

C2-051 (ISBN 978-0-7153-2254-3) Bagshaw, C. (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*. Cincinnati, Ohio, David & Charles.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE**

**ÉTOILE ARGENT**

**GUIDE PÉDAGOGIQUE**

**SECTION 9**

# OCOM M326.07 – CONSIGNER DES ENTRÉES DANS UN JOURNAL

Durée totale : 30 min

## PRÉPARATION

### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier l'annexe A et en distribuer une copie à chaque cadet.

### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

### APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2 afin de présenter le journal et les renseignements généraux.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 3, parce que c'est une façon interactive de stimuler la réflexion et l'intérêt par rapport au journal.

## INTRODUCTION

### RÉVISION

S.O.

### OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir consigner des entrées dans un journal lors d'une instruction sur les expéditions.

### IMPORTANCE

Il est important que les cadets comprennent l'importance de consigner des entrées dans un journal, surtout durant une instruction sur les expéditions. Ces entrées témoignent non seulement de la participation du cadet à l'instruction, mais aussi de son engagement. Elles créent un lien entre les connaissances apprises pendant l'instruction et les expériences directement vécues par le cadet.

**Point d'enseignement 1** **Discuter des journaux**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

Ce PE se déroulera en soirée au centre d'expédition. Les instructeurs d'équipe doivent demander aux cadets de réfléchir à des expériences passées au cours desquelles ils ont tenu un journal.

Discuter de ce que les cadets pensent des expériences passées au cours desquelles ils ont tenu un journal.

Au centre d'expédition, les cadets devront consigner des entrées dans un journal tous les soirs.

Lorsqu'ils suivent le cours de leadership et défi ou participent à des expéditions de niveau supérieur ou des expéditions internationales, les cadets doivent tenir un journal.

## DIFFÉRENCE ENTRE UN JOURNAL, UN JOURNAL DE BORD ET UN CARNET D'ACTIVITÉS

Les journaux, les journaux de bord et les carnets d'activités sont des méthodes utilisées pour consigner de l'information. Chacun de ces documents permet de consigner de l'information à propos de l'expérience en expédition d'un point de vue différent.

**Le journal.** Le journal sert à consigner des pensées, des réactions à des expériences, des leçons apprises et la prise de conscience de ce qui s'est passé lors d'une expérience. Il s'agit d'un moyen d'expression qui permet de réfléchir d'une manière très différente de celle de la parole. Le journal aide les gens à réfléchir sur leurs découvertes sur soi, la dynamique de groupe, l'appartenance et le perfectionnement professionnel. Il n'obéit à aucun format en particulier; il permet à l'auteur d'établir des rapprochements entre l'expérience et l'apprentissage de façon créative.

Certaines personnes peu disposées à s'extérioriser devant un groupe trouvent qu'un journal leur permet de s'exprimer aisément. La tenue d'un journal permet à certaines personnes d'amorcer un processus de réflexion et de partager les entrées qu'elles y ont faites à une date ultérieure.

**Le journal de bord.** Le journal de bord est un registre écrit de faits et d'événements qui se sont déroulés au cours d'une sortie ou d'une activité. Il contient de l'information sur les activités réalisées et les incidents survenus. Il permet aussi de consigner des données factuelles, comme la distance parcourue, les conditions météorologiques, la flore, la faune, les espèces sauvages rencontrées et l'emplacement des bivouacs.

Le journal de bord est un moyen plus officiel que le journal pour consigner des informations et sert souvent de document légal lors de situations d'urgence ou d'incidents critiques.

**Le carnet d'activités.** Le carnet d'activités est un document structuré « à trous » servant à consigner la réalisation d'une instruction particulière ou d'une compétence ou l'expérience acquise.

## LE BUT DU JOURNAL

Le but du journal est de permettre au participant de consigner des pensées, des sentiments ou des expériences qui lui permettent d'évoluer sur le plan personnel.

## TYPES DE JOURNAUX

En plus du journal de réflexion personnel, il existe d'autres types de journaux qu'on peut utiliser au cours d'une instruction. En voici des exemples :

**Les journaux de groupe.** Ce type de journal est partagé entre les participants. À tour de rôle, chaque personne consigne ses impressions, ses idées et ses expériences. Il est aussi possible de faire des observations sur les entrées d'une autre personne. Ce type de journal favorise la cohésion et la créativité au sein d'un groupe. On peut attirer l'attention de tout le groupe sur certains problèmes ou bien ces problèmes peuvent devenir matière à discussion pendant les temps de réflexion.

**Les journaux de projets.** Dans ce type de journal, les entrées ont trait à un projet éventuel qui sera réalisé par une personne ou par l'ensemble du groupe. On s'en sert le plus souvent dans le cas d'expériences à long terme, et il permet aux participants de réfléchir sur le processus de travail relatif à un projet.

Faire un remue-méninge avec les cadets sur les situations où l'on peut utiliser chaque type de journal.

## L'ENVIRONNEMENT PROPICE À LA RÉFLEXION

L'environnement dans lequel les entrées sont consignées dans le journal est extrêmement important. En général, il doit respecter les critères suivants :

- accorder à chaque cadet une période ininterrompue d'au moins 20 minutes;
- tenir compte des cadets qui auront besoin de plus de 20 minutes pour consigner une entrée (p. ex., ne pas donner d'instruction immédiatement après cette période);
- faire en sorte que les cadets aient suffisamment d'espace entre eux;
- permettre à chaque cadet de s'exprimer là où il veut, à l'intérieur de limites fixes.

Le journal doit être considéré comme un document public. Les références qu'on y fait à d'autres personnes doivent être respectueuses et positives.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

### QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'un journal?

Q2. Qu'est-ce qu'un journal de bord?

Q3. Qu'est-ce qu'un journal de projet?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un journal permet de consigner des pensées, des réactions à des expériences et des leçons apprises et fait prendre conscience de ce qui s'est passé lors d'une expérience. Il s'agit d'un moyen d'expression qui permet de réfléchir d'une manière très différente de celui de la parole. Le journal aide les gens à réfléchir sur leurs découvertes sur soi, la dynamique de groupe, l'appartenance et le perfectionnement professionnel.

R2. Le journal de bord est un registre de faits et d'événements qui se sont déroulés au cours d'une sortie ou d'une activité. Il contient de l'information sur les activités réalisées et les incidents survenus. Il permet aussi de consigner des données factuelles, comme les conditions météorologiques, la flore, la faune, les espèces sauvages rencontrées et l'emplacement des bivouacs.

R3. Dans ce type de journal, les entrées ont trait à un projet éventuel qui sera réalisé par une personne ou par l'ensemble du groupe.

---

**Point d'enseignement 2** **Décrire le journal**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

---

Le journal d'expédition de l'étoile argent combine les informations consignées dans un journal et un journal de bord afin d'enseigner aux cadets les étapes de consignation de l'information.

L'objectif du journal d'expédition de l'étoile argent a trois volets :

1. offrir aux cadets une expérience d'instruction où ils prendront le temps de consigner leurs expériences personnelles;
2. faire état de la participation des cadets à l'instruction locale sur les expéditions et du lien entre le programme des cadets de l'Armée et leurs expériences d'expédition;
3. familiariser les cadets avec un nouvel outil dont ils profiteront toute leur vie.

**IMPORTANCE**

Traditionnellement, les journaux de bord et les journaux servaient à documenter des voyages. Depuis, ils ont été adoptés par un grand nombre d'instructeurs comme moyen de documenter le perfectionnement professionnel. L'importance du journal est qu'il permet de documenter des activités et la chronologie des expériences de plein air; il peut ainsi devenir un outil de réflexion sur l'expérience vécue. Le journal d'expédition de l'étoile argent fait découvrir les éléments du journal de bord et du journal.

**INFORMATION REQUISE DANS LE JOURNAL D'EXPÉDITION DE L'ÉTOILE ARGENT**

L'information qui doit être consignée dans le journal comprend :

**Jour et date.** Le jour de la sortie (p. ex. jour 2 d'une sortie de 2 jours) et la date.

**Moyen de transport.** Consigner le moyen de transport. Comment le groupe se déplace-t-il? En randonnée pédestre, à vélo ou en canot?

**Durée.** Consigner l'heure à laquelle le groupe s'est réveillé et à laquelle il s'est couché. Cela permettra de documenter la longueur des journées. Consigner l'heure de début et de fin de l'activité. Cela sera utile quand viendra le temps de donner une rétroaction et de remplir les rapports nécessaires. Cela donnera également une bonne idée du temps nécessaire pour faire la sortie à un temps donné de l'année (p. ex., une sortie en canot effectuée au printemps prendra moins de temps qu'à l'automne en raison de la fonte des neiges).

**Lieu de départ et lieu d'arrivée.** Consigner les lieux de départ et d'arrivée pour la journée. On devrait inscrire les coordonnées de quadrillage précises, mais on peut aussi fournir une description des lieux.

**Distance et coordonnées de quadrillage du bivouac.** La distance totale parcourue durant la journée et les coordonnées de quadrillage du bivouac pour la nuit.

**Itinéraire emprunté.** Tableau incluant des colonnes pour le nom du sentier ou de l'itinéraire, le temps pris pour faire le trajet, le kilométrage de l'itinéraire et une description physique de l'itinéraire. La description peut inclure des renseignements comme les sections difficiles de l'itinéraire, la présence d'obstacles et l'état du sentier.

**Description du bivouac.** Description du bivouac et de la région environnante. Entretien nécessaire? Caractéristiques spéciales? Suffisamment d'emplacements pour les tentes?

**Conditions météorologiques.** Description des conditions météorologiques, comme la température, le couvert nuageux, la vitesse et la direction des vents et une prévision à court terme.

**Objectifs personnels.** Endroit idéal pour consigner ses objectifs personnels pour la journée et pour le ou les prochains jours.

**Où puis-je utiliser cette instruction?** L'instruction est-elle utile? Est-ce qu'elle servira dans le futur? Où l'instruction pourrait être utile et comment elle sera profitable?

**Meilleure chose ou pire chose de la journée ou mes meilleurs moments.** Courte description des meilleurs et des pires moments de la journée et des sentiments ressentis.

**Réflexions et observations personnelles.** Noter tout ce qui pourrait avoir rapport à la sortie elle-même. On peut ajouter des informations, comme les conditions météorologiques, les animaux et les événements significatifs. C'est l'endroit idéal pour consigner les thèmes récurrents et évaluer son engagement personnel. Inclure toute réflexion personnelle ou observation non consignée dans les autres sections.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

### QUESTIONS

Q1. Pourquoi les journaux sont-ils si importants?

Q2. Que doit-on consigner dans la section « Heures »?

Q3. Que doit-on inscrire dans la section « Réflexions personnelles »?

### RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'importance du journal est qu'il permet de documenter des activités et la chronologie des expériences de plein air; il peut ainsi devenir un outil de démonstration de l'expérience acquise.

R2. La section « Heures » sert à consigner l'heure à laquelle le groupe s'est réveillé et à laquelle il s'est couché. Cela permettra de documenter la longueur des journées et les heures de début et de fin de l'activité. Cela sera utile quand viendra le temps de donner une rétroaction et de remplir les rapports nécessaires. Cela donnera également une bonne idée du temps nécessaire pour faire la sortie à un temps donné de l'année (p. ex., une sortie en canot effectuée au printemps prendra moins de temps qu'à l'automne en raison de la fonte des neiges).

R3. La section « Réflexion personnelle » doit inclure toute observation ou pensée qui n'a pas été consignée dans les autres sections.

**Point d'enseignement 3** — **Demander au cadet de consigner des entrées dans un journal durant une expédition**

Durée : 10 min — Méthode : Activité pratique

## ACTIVITÉ

### OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de familiariser le cadet avec le journal d'expédition de l'étoile argent. Durant l'instruction sur les expéditions, les cadets devront inscrire deux entrées à leur journal.

### RESSOURCES

Diverses ressources peuvent être utilisées durant cette activité. Le matériel d'écriture et de marquage ne se limite pas à celui énuméré dans cette liste.

Le journal comporte de nombreuses pages, mais seule la page d'information structurée est traitée dans cette leçon. Le reste du journal sert à noter les pensées au fur et à mesure qu'elles surviennent.

- le journal d'expédition de l'étoile argent qui se trouve à l'annexe A;
- des stylos ou des crayons.

### DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

### INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Les instructeurs d'équipe animeront l'activité de tenue d'un journal en groupe pendant que les cadets inscrivent des commentaires dans leur propre journal.

1. Distribuer une copie du journal qui se trouve à l'annexe A à chaque cadet.
2. Demander à chaque cadet de lire le journal et de se familiariser avec le contenu. Présenter le journal, y compris :
   (a) la première page;
   (b) la page des idées suggérées qui stimuleront la réflexion pour la rédaction pendant l'instruction;
   (c) les pages rédigées quotidiennement (dont l'une doit être remplie chaque jour suivant la fin d'une instruction);
   (d) la page supplémentaire à utiliser après l'expédition pour y consigner ses dernières réflexions ou des idées relatives à des situations qui ont eu lieu pendant ou après l'instruction;
   (e) la page de croquis, à remplir après l'instruction sur les expéditions.

3. Demander aux cadets de consigner des entrées dans un journal.

La page des idées suggérées du journal doit servir de guide, surtout pour le cadet qui éprouve de la difficulté à décider sur quoi il va écrire. Chaque entrée doit porter sur une idée centrale.

**MESURES DE SÉCURITÉ**

S.O.

## CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

## CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à consigner des entrées dans un journal servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

## CONCLUSION

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

S.O.

**MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Cet OCOM est évalué conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 3, annexe B, appendice 7 (COREN de l'OREN 326).

**OBSERVATIONS FINALES**

La consignation d'entrées dans un journal constitue une façon pour les cadets de s'exprimer et de réfléchir librement, sans avoir à s'exprimer verbalement. Il existera toujours des différences individuelles au sein d'un groupe et le journal permet aux cadets de s'exprimer de différentes façons. Après l'instruction sur les expéditions, du temps sera accordé à tous les cadets pour qu'ils réfléchissent sur leurs expériences en expédition.

**COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

Le cadet doit consigner deux entrées dans le journal lorsqu'il se trouve au centre d'expédition.

Une période est allouée pour cet OCOM dans la répartition générale des périodes du cours. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

## DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-109 (ISBN 0-7872-6561-6) Sugerman, D., Doherty, K., Garvey, D., & Gass M. (2000). *Reflective Learning: Theory and Practice*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

**JOURNAL D'EXPÉDITION DE L'ÉTOILE ARGENT**

# SIGNATURES

Nom de l'expédition :

_____

Cours : _____

Dates : _____

Liste des participants :

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

EXPEDITION DE L'ETOILE ARGENT
JOURNAL
Nom : _____

## JOURNAL DE SORTIE INDIVIDUEL

1. **Jour :** _____ **Date :** _____

   **Moyen de transport (canot, vélo, randonnée pédestre) :**

   _____

2. **Heures :** Réveil : _____ Coucher : _____

   **Heures :** Début : _____ Fin : _____

3. **Lieu de départ :** _____

   **Lieu d'arrivée :** _____

4. **Distance :** _____

   **Coord. du bivouac :** _____

5. **Itinéraire emprunté :**

| Nom de l'itinéraire (sentier, lac, rivière, portage) | Durée | Km | Description |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

6. **Description du bivouac :**

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

7. **Météo :**

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

8. **Objectifs personnels :**

| |
|---|
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |

9. **Où puis-je me servir de cette instruction?**

| |
|---|
| |
| |

10. **La meilleure et la pire chose de la journée ou mes meilleurs moments :**

| |
|---|
| |
| |
| |

11. **Réflexions et observations personnelles (milieu naturel, leadership, engagement personnel, thèmes récurrents) :**

| |
|---|
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |

**(photocopier suffisamment de pages pour chaque jour de l'activité d'expédition)**

**Idées suggérées :**

- Sentiments ressentis pendant une expédition,
- Idées sur le leadership pendant une expédition
- Sentiments sur le rôle de leader
- Voir des pairs agir à titre de chef
- Leadership du personnel
- Réalisations à la fin de la journée
- Défis
- Obstacles ou conflits rencontrés par le groupe
- Travail d'équipe en canot
- Orientation et randonnée pédestre
- Vélo de montagne
- Préoccupations concernant les activités de demain
- Responsabilité envers les pairs
- Responsabilité envers l'environnement
- Apprendre de ses erreurs
- Je pourrais faire autre chose de mon été
- L'importance du travail d'équipe en expédition
- Occasions futures offertes au corps de cadets

# AUTRES PENSÉES

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC